

Primera Jornada Conversaciones Gordas

Dialogar, educarse
e informarse para erradicar
la gordofobia y el gordoodio



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO





GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



Mtro. Martí Batres Guadarrama
Jefe de Gobierno de la Ciudad de México

Mtro. Ricardo Ruiz Suárez
Secretario de Gobierno de la Ciudad de México

Mtro. Rigoberto Salgado Vázquez
Secretario de Inclusión y Bienestar Social de la Ciudad de México

Mtra. Geraldina González de la Vega Hernández
Presidenta del Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México

Primera Jornada
**Conversaciones
Gordas**



Memoria

Primera Jornada

“Conversaciones gordas, Dialogar, educarse e informarse para erradicar la gordofobia y el gordoodio”.

Coordinación:

Berenice Vargas Ibáñez

Compilación de textos y contenidos:

Reneé Gabriela Hernández Chavero

Diseño editorial:

Jazmin Morales Castelán

Fotografías:

Karina Buendía Monroy

Carol Espíndola

©2024 CONSEJO PARA PREVENIR Y ELIMINAR LA DISCRIMINACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO

Calle Gral. Prim 10, Colonia Centro, Cuauhtémoc, 06010, CDMX

Primera edición: Mayo 2024

Derechos de autor: Se permite la reproducción, total o parcial por razones educativas o sin ánimo de lucro, de esta publicación sin la autorización especial del portador de los derechos de autor, siempre y cuando la fuente sea citada. El COPRED agradece recibir una copia de cualquier publicación que utilice este documento de consulta como fuente, No se permite en absoluto hacer uso de esta publicación con fines comerciales o de lucro.



Agradecimientos

Agradecemos la colaboración de activistas, artistas, especialistas, académicas e influencer para poder llevar a cabo la Primera Jornada “Conversaciones gordas, Dialogar, educarse e informarse para erradicar la gordofobia y el gordoodio”; evento del que se recaba esta memoria.

Gracias por su labor, confianza y sobre todo su lucha frente a la gordofobia y goordodio a: Alejandra Oyosa, Ali Gua Gua, Ana Paula Molina, Blanca Vanessa Gaytán Sánchez, Carol Espíndola, Erika Bülle Hernández, Fernanda Martín, Gabriela Merlos Sánchez, Gabriela Quintero Camarena, Gina Salame Levy, Ilana Borovoy, Itzel Arcos, Izchel Cosío Barroso, Joásil Pantoja, Karina Abigail, Martínez García, Marbella Figueroa, Lucía Rosales, Priscila Arias, Raquel Lobatón, Shandal Jasso y la Primera Generación del Dragchillerato: Astro Kink/Drag King, Mariahi/Drag Queen, Emma Thomas/Drag Queen (él/ ella/elle) y Dúo Dragtivist



ÍNDICE

Cómo es ser gorda en el arte	6
Importancia de los documentos “11 pasos para no reproducir el gordoodio y la gordofobia” y el “Glosario para entender el gordoodio y la gordofobia”	15
Enfoque de salud NO basados en la pérdida de peso	18
La importancia de la visibilidad gorda	22
Espacios artísticos sin gordofobia	25
Propuestas para una política pública antigordoodiante	28
Anexos	31
Semblanzas	31
Ubicaciones de los videos de cada uno de los eventos	40
Materiales de consulta elaborados por el Copred	40



Cómo es ser gorda en el arte

Fat Alista

Ser gorda en el arte es ser la masa amorfa que se moldea para prestarse a ser el banco firme de la pirámide y que alguien con un dieciseisavo del tamaño suba, me pise y brille. Es ser la mejor tramoyista del mundo por qué claro, gorda es igual a poder cargar más escenografía, más vestuario, más utilería. Es también ser buena productora porque además de objetos, cargamos con llanto y ternura ante el llanto de los actores flacos, mirándose al espejo, destrozados ante lo terriblemente bien que se les ve cualquier vestuario. Es ser la pintora, que en la academia, les enseña a pintar cuerpos con dimensiones que nunca la van a representar porque sólo se pintan los que son dignos de ser pintados. Es ser cantante, de ópera, porque de clichés y sólo de clichés es el paisaje sonoro del arte musical. Es ser la bailarina que necesita a toda costa bajar de peso para volverle la vida más sencilla a sus compañeros de baile, que tenga que cargar menos, que hagan menos esfuerzo que sean una carga ellas, sólo ella para sus muslos fuertes y sudorosos, pero sobre todo es ser el deber ser gorde, siempre buena, siempre sonriente, dispuesta, nunca rabiosa, siempre linda y sublime. La mejor artista gorda es siempre la que acepta que no hay espacio, ni en la fotografía del elenco y se pone hasta atrás para que nadie retrate sus carnes. Es la que no será llamada en los casting y todo eso siempre lo aceptará con una sonrisa porque ser gorda en el arte es engordar con los aplausos y ser siempre la eterna gorda linda y amorosa. Por qué a nadie le gustan las culeras, menos si son gordas, por eso en el menos y en la minoría hacemos en el arte las gordas, lo que a la hegemonía menos le gusta, tomamos la historia para que siempre los que nos invisibilizaron lo volvemos un pretexto un vómito de una revolución artística, en el cerebro de cada gorde que creyó que su historia era menos que la de cualquier otra persona, hackeamos nuestro cerebro día a día frente al espejo, frente al algoritmo, frente al elitismo artístico y pintamos gordas, fotografiamos gordas, amamos a gordas, gordamente con volumen exuberante, con mirada expandida, con lonjas abultadas, mostramos la gordura al mundo para que todos, todes, vean gordas por todos lados, porque es lo que siempre

6



merecimos, ya no, ya no nos escondemos de los casting aunque estos sean de una demanda mayoritaria de cuerpos normativos que nos excluye y nos desemplea, y hacemos frente luchando, denunciando y haciendo espacios anchamente engordantes, donde los cuerpos ya no sean los mismos estrechos, que nunca nos han representado. Nos abrimos nuestro propio espacio y bailamos y cantamos y actuamos y reímos y hacemos reír y hacemos llorar y enojar y encabronar y somos bestias, una furia, unas culeras, unas subversivas, locas desenfundadas, somos las locas en el arte y en un mundo que nunca nos eligió, hoy nos elegimos.



Informe Primera Jornada “Conversaciones Gordas. Dialogar, Educarse e Informarse para Erradicar la Gordofobia y el Gordoodio”¹

Introducción

Desde 2020, el COPRED ha realizado actividades para promover la no discriminación de las diversidades corporales, convirtiéndose en un referente institucional sobre el tema. Ese año se realizó el evento Cuerpos Disidentes: La discriminación contra las personas gordas. Además, ese mismo año el personal del COPRED participó en un proceso formativo sobre la Gordofobia.

En 2022, se realizaron conversatorios con el objetivo de sensibilizar sobre la discriminación en razón del peso y prevenir la gordofobia, en dichos conversatorios se informó sobre los daños físicos que corren las personas que se exponen a estrictos regímenes alimenticios y se buscó abordar el cómo contribuir a la modificación de los cánones y estereotipos de belleza y la aceptación de los cuerpos y su diversidad.

En el 2023, el Consejo se dio a la tarea de promover un espacio en él que se resaltaron las estrategias de los activismos gordes, así como sus acciones y herramientas para la exigencia de derechos, así como poder recuperar sus propuestas para eliminar la gordofobia y el gordoodio.

Cabe mencionar que, la Encuesta sobre Discriminación en la Ciudad de México (2021), mostró que el 72.3 % de las personas en la Ciudad de México considera que sí existe discriminación hacia las personas gordas (con “sobrepeso”) y, de este número el 59.5 % indicó que se les discrimina “mucho”. También reveló que de la primera mención a la pregunta ¿cuál es para usted el grupo más discriminado en la Ciudad de México?, el 1 % respondió que las personas gordas, ubicando a este grupo en la posición 16. A la vez, el 25.2 % por ciento de personas en

¹ El contenido de este informe es paráfrasis de lo mencionado por las mujeres participantes durante cada uno de los espacios que conformaron la Jornada, exceptuando la introducción y el programa.

la Ciudad de México encuestadas mencionaron haber sido discriminadas. De este porcentaje el 7.6 % mencionó que fue por tener “sobrepeso”, ubicándose en el tercer lugar de razones por las que las personas en la Cdmx han sido discriminadas

De esta manera, desde el COPRED con el apoyo de diversas activistas se organizó la Primera Jornada “Conversaciones Gordas. Dialogar, educarse e informarse para erradicar la gordofobia y el gordoodio”, cuyas actividades interdisciplinarias abordaron diversas aristas de esta forma de discriminación.



Programa²

La Jornada Conversaciones Gordas tuvo lugar en las instalaciones del Consejo los días 14 y 15 de julio del 2023.

El primer día, la maestra Geraldina González de la Vega Hernández, Presidenta del COPRED, junto con Alejandra Oyosa, Erika Bülle y Ana de Alejandro inauguraron el evento.

Los actividades que se llevaron a cabo el primer día fueron las siguientes:

- Conversatorio “Gordoodio y Gordofobia: Discriminación estructural e interseccional” en el que participaron Marbella Figueroa, Alejandra Oyosa, Erika Bülle y moderó Berenice Vargas Ibáñez, Subdirectora de Planeación del Consejo.
- Panel Presentación de los documentos editados por el COPRED: “Once pasos para no reproducir el gordoodio y la gordofobia” y “Glosario para entender la Gordofobia y el Gordoodio”. En el que participaron Izchel Cosío Barroso, Gabriela Merlos “Krystal de Sade”, Gabriela Quintero y René Gabriela Hernández Chavero, Asesora de la Subdirección de Planeación,
- Conversatorio “Enfoques de salud y alimentación no basada en la reducción del peso”, con la participación de Raquel Lobatón, Ilana Borovoy, Gina Salame, Lucía Rosales y Blanca Gaytán, acompañadas por Shandal Jasso.
- Conversatorio “Visibilidad gorda”, moderado por Itzel Arcos “Itzeguanita Pitumayo” y conformado por Ana Pau Molina “Acuerpada”, Fernanda Martín y Priscila Arias “La Fatshionista”.

También se llevó a cabo el taller “Reconectando con mi sexualidad”, que facilitó Gabriela Merlos “Krystal de Sade”

Para cerrar las actividades del día, Ali Gua Gua realizó una presentación musical con letras que abordan el fenómeno de la discriminación gordofóbica.

² Al final del documento se encuentran las semblanzas de las personas activistas mencionadas en este apartado.



Taller “Reconectando con mi sexualidad”. Gabriela Merlos “Krystal de Sade”



El segundo día, se realizaron las mesas de trabajo “Propuestas para una política pública enfocada en la no discriminación de las personas gordas”, este ejercicio fue coordinado por la Subdirección de Planeación del Consejo.

A continuación, se dio el Diálogo “Arte y Gordura” en el que participaron Joásil Pantoja, Karina Abigail Martínez García “Fat Alista” y Carol Espíndola, moderado por Berenice Vargas Ibáñez, Subdirectora de Planeación del Consejo.

Para cerrar la Jornada, la Primera Generación del DragBachillerato desarrolló una serie de performances, posteriormente se presentaron Alejandra Ley y las PinUps.



Durante ambos días, estuvo abierto al público el Bazar Gordxs, un espacio de venta de productos elaborados por personas gordas.

Durante esta Jornada las aportaciones fueron diversas, muchas nacidas de la experiencia propia y desde el acompañamiento colectivo y el activismo, enfocadas y comprometidas a eliminar la gordofobia y el gordoodio.

A continuación se presentan las conclusiones de cada espacio como memoria y propuesta para la inclusión de las diversas corporalidades que viven y transitan en la Ciudad de México.

Conceptualización de las palabras gordofobia y gordoodio

“La gordofobia, el gordoodio afecta a mujeres, hombres y a todas las identidades pero hay que entender que de manera distinta y hay que entender el cómo para poder hacer exigencias muy puntuales”
Alejandra Oyosa

Para reconocer las violencias y discriminaciones que se viven es necesario conceptualizar las opresiones. Por tanto, significar y diferenciar las palabras gordofobia y gordoodio permitirá dar cuenta de lo que engloba y sus efectos sobre la vida de las personas.

La palabra **gordofobia** deriva de la “expresión en inglés fatphobia, presentada en un estudio realizado por Robinson, Bacon y O'Reilly en Minnesota (USA), que registraba las actitudes negativas expresadas en estereotipos hacia las personas gordas” (COPRED, 2020, p. 3).

Sin embargo, las activistas participantes señalaron dos puntos al respecto, primero es necesario aterrizar los conceptos al contexto latinoamericano y segundo, el significado de la palabra fobia justifica o disfraza el sentimiento de odio hacia las personas gordas, pues dentro del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) las fobias pertenecen a la clasificación de trastornos de ansiedad. Este documento indica que la persona siente un miedo o ansiedad intensa, irracional e inmediata por un objeto o situación específica siendo la reacción desproporcionada y persistente y el objeto o la situación fóbica se evita o se vive con una ansiedad intensa³.

Por tanto, hacer la diferenciación entre conceptos, puede reflejar de mejor manera las experiencias de odio hacia las personas gordas.

Es necesario señalar que el **gordoodio** es una discriminación estructural porque se entrelaza con otras categorías de discriminaciones como son género y racismo, que permea en varios aspectos de la vida de las personas gordas, entre estos el acceso libre y pleno a sus derechos humanos.

³ Morali, T. (01 de noviembre de 2020). El por qué y tipos de fobias. *El Blog de Psicología Morali*.
<https://www.psicologiamorali.com/el-por-que-y-tipos-de-fobias/#:~:text=Qu%C3%A9%20son%20las%20fobias,diferencia%20entre%20los%20distintos%20problemas.>

Es así que **para resignificar las palabras gorda, gordo, gorde, es necesario apropiársela y definirla** como una característica identitaria.

Este proceso de resignificación invita a tomar la decisión de **aceptar, politizar y reivindicar la propia existencia**, es decir, decidir qué gorda, gorde o gordo se quiere ser, derribando el estigma y definiéndose desde la propia resistencia corporal. Así, se retoma la palabra como algo propio, construyéndose día a día bajo los propios parámetros, reivindicándose como persona gorda en la vida desde la dignidad, el amor y el acompañamiento.





Importancia de los documentos “11 pasos para no reproducir el gordoodio y la gordofobia” y el “Glosario para entender el gordoodio y la gordofobia”⁴

“El estado del arte de la gordura como experiencia no está en las instituciones, sino está en las personas, las mujeres gordas y las disidencias corporales que han ido pensando que es necesario apuntar el cuerpo de otra manera y pensar la gordura desde otros lugares que no sean forzosamente estos.”

Izchel Cosío

La edición de los materiales hecha por el COPRED se consideró acertada pues era necesario generar material adecuado al contexto, en el que se incluyeran **las experiencias y las voces de personas gordas mexicanas**, pues si bien existen documentos de carácter público, la mayoría abordan la gordura desde el enfoque medicalizante como enfermedad, desde la victimización y con los sesgos de la medicina y la “belleza” hegemónica influenciada por la industria de la dieta.

Por lo que, tanto **el Glosario como los 11 pasos, son los primeros materiales publicados por un organismo público, cuya elaboración invita a la reflexión colectiva e incluyente**, en la integración de las propias experiencias y trayectorias profesionales, vivencias particulares, activismos, inquietudes, así como la complejidad del concepto gordura.

De esta manera, difundir ambos conceptos, explicar cómo se manifiestan y se traducen en violencias a las personas de corporalidades gordas, es un claro posicionamiento desde el Consejo para denunciar este tipo de discriminación y abonar a transformar los sistemas de género y racial.

Por tanto, el conocimiento y difusión de estos documentos en distintos espacios puede visibilizar y prevenir los ataques a los derechos humanos y la dignidad de las personas gordas, divulgar el mensaje de la existencia de los cuerpos gordos y la lucha para la erradicación de este tipo de violencia. A la vez, se colectiviza el conocimiento de las personas

⁴ Al final del documento se encuentran los hipervínculos a los documentos.



activistas como de aquellas que se encuentran en la academia, logrando un cruce entre lo empírico, lo teórico y lo contextual.

Durante la exposición de los **11 pasos para no reproducir el gordoodio y la gordofobia**, las activistas invitadas resaltaron los siguientes pasos:

2 “Usa la palabra gorda como lo que es, una palabra descriptiva y no para insultar o para hacer chistes”,

6 “Dejar de relacionar los cuerpos gordos con enfermedad”,

7 “No opinar sobre el cuerpo de las personas” y

11 “Derecho al placer y una sexualidad”.

A la vez, acentuaron lo pertinente del lema **“Los cuerpos gordos son cuerpos que importan”.**

Los dos primeros **términos del Glosario** señalados como relevantes fueron:

La **normo corporalidad** y **diversidad corporal** porque para abrazar la diversidad de formas, tamaños, composiciones, porque no tiene que ver solamente con el tamaño sino lo que compone a las personas, la consistencia del cuerpo; es necesario desligarse del ideario de funcionalidad del cuerpo productivo creado desde la medicina hegemónica, la anatomía y la biología.



Otro concepto que retomaron fue **discriminación**, que se relaciona con la negación de derechos en todos los ámbitos de su vida.

A la vez, el concepto **experiencia gorda** se subrayó pues deja ver que las vivencias de una persona gorda se repiten en otras y ahí es donde se puede mirar el enfoque estructural, entonces la experiencia no es individual sino colectiva que se reconstruye a partir del auto reconocimiento como personas gordas y de como socialmente a las personas gordas se les encasilla en lugares que no son dignos.

También, **policía de los cuerpos** fue un término destacado, pues en la vida de las personas gordas, sobre todo de las mujeres, existen un sin número de gente que les exige cambiar su cuerpo a costa de su salud, paz y felicidad para caber en un modelo generado por un sistema racista, capitalista y misógino.

Enfoque de salud NO basados en la pérdida de peso

“La restricción hace que las personas queramos eso que tenemos prohibido y entonces estamos condenados al fracaso, por eso es que, evidentemente, ya hay más enfoques no centrados en el peso y no hacen eso.”
Shandal Jasso

El enfoque de salud no basado en la pérdida de peso es **reconocer que éste no es el único determinante de salud**, sino que existen otros factores, por ejemplo la alimentación y el movimiento ocupan de un 10 a un 20% de la salud de las personas, el resto tiene que ver con la genética, el ambiente en donde se habita, la salud mental, la inseguridad, el acceso a servicios de salud, el grado de seguridad alimentaria de su país, la economía y la contaminación.

Además, **existen más de 108 factores que determinan el peso de una persona**. Cuando se habla de salud y tamaño de cuerpo es importante visibilizar el estigma en torno al peso, por lo que es necesario mirar estudios al respecto como el realizado en 2022, en el que se podía mirar que la gente gorda moría más en cuidados intensivos, esto se debía al estigma de los profesionales de la salud, pues brindaban atención de menor calidad a las personas gordas y los equipos médicos no están universalizados.

Este enfoque además denuncia que **las investigaciones, protocolos y fármacos probados sólo están enfocados a personas de cuerpo hegemónico**, lo que tiene origen en el estigma en torno al peso.

Hay una marca arraigada profunda e inconscientemente, pero es importante que los profesionales de la salud observen las evidencias del enfoque de salud no basado en la reducción del peso. De la misma manera, es necesario que el personal de la salud elimine la idea de que el peso es un indicador determinante de salud, puesto que, la correlación no es causalidad, ya que puede existir correspondencia entre personas gordas y algunas patologías, sin embargo, no se puede decir que el tamaño del cuerpo o la gordura es la causante de aquellas, pues existen cuerpos hegemónicos que también las padecen.

Asimismo, invita a reconocer que **la humanidad se conforma por cinco aspectos: biológico, espiritual, social, cultural y psicológico**, por lo que no se pueden enfocar sólo en uno de ellos.



Es necesario señalar que la ciencia de **la nutrición ha sido una de las que más ha fomentado la patologización de los cuerpos**, por ende es necesario que las personas nutriólogas tomen conciencia del bienestar integral de sus pacientes, denuncien la cultura de las dietas y combatan la gordofobia.

Este enfoque ha declarado que **el Índice de Masa Corporal IMC es obsoleto**, con esto ha destacado la necesidad de contextualizar la salud, es decir medirla en torno al espacio geográfico, económico, cultural, social y la diversidad de personas que habitan en él.

El estigma por peso, antes mencionado, lo viven las personas gordas en todos los ámbitos de su vida y la mayoría desde la niñez, lo que afecta su salud, así como su proyecto y calidad de vida.

Así, las personas pediatras al realizar la evaluación del peso y talla de una niña, niño o niño, deben verificar que su crecimiento esté acorde a su curva sin compararla con la de otras infancias.



También desde la psicología, hay profesionales que durante las terapias perpetúan las violencias que sus pacientes van a tratar de superar como es la gordofobia y el gordoodio social, familiar y personal.

En conclusión, el cambio de enfoque **es necesario y debe venir desde diversos ámbitos: instituciones públicas, la industria de la moda, los medios de comunicación, los servicios generales de salud y nutrición, entre otros.**

De esta manera, cuando se asiste con una persona nutrióloga que utiliza **el enfoque no basado en la pérdida de peso**, lo que se encontrará no es una dieta sino **una guía para mejorar la relación con el cuerpo y la comida, a reconectar con las señales de hambre y saciedad y ver más allá de lo que implica tener una talla.** También tiene que ver con una atención integral en la que hay una escucha activa neutral y un acompañamiento a la persona paciente. Es destacable que las intervenciones no basadas en peso mejoran marcadores metabólicos, glucemias y analíticas.

Este enfoque busca que las personas gordas vivan sus vidas sin intentar ser delgadas, lo que muchas veces se confunde con una promoción de la “obesidad”, no obstante, este juicio sólo responde a una sociedad cuyo imaginario social se reduce a dicotomías (gordura-mala-insalubre/delgadez-buena-salubre), que manifiestan un disgusto generalizado por ver a las personas gordas siendo felices y no intentando caber en el patrón impuesto. Esto también tiene su base en sesgos, prejuicios y estigmas sobre las personas gordas, que carecen de veracidad, pues hay personas gordas que tienen estilos de vida saludables, pero aunque no los tuvieran merecen existir, disfrutar la vida y acceder a derechos. También, este enfoque **sigue el modelo de alimentación intuitiva** que ayuda a las personas a confiar en su capacidad de autorregulación y su capacidad de tomar decisiones asertivas sobre su alimentación. La alimentación intuitiva tiene diez principios, si acaso uno es inllevable hay otros nueve. De esta manera, **se sana la relación con la comida** a través de una terapia médico nutricional, en la que se escucha a la persona paciente para conocer su historia personal y emocional y se le encamina hacia la alimentación intuitiva. **Este enfoque trabaja con las personas, su diagnóstico y sintomatología, no con estereotipos.**

Por otra parte, **la creencia de la pérdida de peso para ganar salud, está fundamentada desde un lugar sin ética, además de que su evidencia está sesgada**, porque la instrucción

médica de perder peso a la mayor parte de las personas no les funciona e incluso terminan ganando más peso.

Es importante mirar el riesgo de una falta de ética en la imposición de los planes alimenticios de pérdida de peso que promueven la desnutrición de las personas, la restricción de alimentos necesarios para el cuerpo y el padecimiento de hambre.

La perspectiva pesocentrista promueve los diagnósticos flojos, sin chequeos generales afectando tanto a personas gordas como delgadas. Al mismo tiempo, niegan servicios a las personas gordas, las violentan y les tratan indignamente generando un alejamiento de éstas respecto a las instituciones de salud, pudiendo provocar un riesgo real.

Las personas gordas viven discriminación, opresiones, violencias y negación o restricción de derechos que impactan en su salud y entonces esto se debe de visibilizar al momento de brindarles una atención para que esta sea digna y ética.

Algunas **propuestas para cambiar la visión patologizante y peso centrista de los sistemas de salud** son:

- Cambiar la forma en que se educa a las personas profesionales de la salud.
- Creación y difusión de materiales antigordoodiantes, espacios de escucha e incidencia para personas gordas.
- Brindar información al personal de salud para evitar el sesgo de peso.
- Promover la conciencia social.
- Invitar a mirar a las personas como seres complejos, dependientes del contexto.
- Invitar a las personas profesionales de la salud a resignificar su labor. .
- Impactar en políticas públicas.
- Difundir información antigordoodiante en todos los espacios sociales.
- Eliminar el privilegio delgado y promover la diversidad corporal.
- Impulsar la cultura de la denuncia de los actos gordoodiantes.



La importancia de la visibilidad gorda

“Lo máspreciado que tengo para darte es mi compañía y mi tiempo, ¿no lo quieres?, porque me estás alejando con este tipo de cosas, listo aquí está mi límite, el mejor límite que te voy a poner y el más fácil es alejando mi presencia de la tuya (...). Y así ha sido, la neta, esta recuperación para empezar a mandar a volar a todos. Creo que si lo empiezas a hacer con tu familia nuclear, es mucho más fácil con otras personas, en general en tu trabajo, con amistades y demás y es bien padre (...) y sí, sí recomiendo chicas”.

Priscila Arias “La Fatshionista”

Para definirse gorda, es necesario ser consciente del propio cuerpo gordo, posteriormente abrazarlo con el objetivo de resignificar la gordedad, ya que **autonombrarse como persona gorda es poner al frente las vulnerabilidades y darse cuenta de la exclusión**, sin dar cabida a lo que está impuesto como normativo.

Ser mujeres gordas visibles en redes sociales, hace que la vulnerabilidad sea una defensa frente a las personas que quieren usar el concepto en contra, es usarlo como estandarte para unir a más personas a la lucha.

La primera idea para definirse no es buscar la diferencia, sino **el deseo de quien se quiere ser**, este acto viene de la rebeldía, la autoaceptación, de comprender desde dónde se están nombrando y mirar qué tanto de la propia experiencia es compartida con otras personas gordas.

Es importante tener en mente que **el proceso de aceptación es doloroso y cuesta muchas relaciones personales pero cuando sucede se deslinda la palabra gorda de la insatisfacción corporal**, modificando la forma de percibir los comentarios de las personas alrededor. Cabe mencionar, que la incomodidad corporal no es particular de las personas



gordas, sino de todas, ya que **la cultura de las dietas⁵ hace que gran parte de la población se sienta incómoda con alguna parte o con todo su cuerpo.**

Este sistema de categorización está construido por la sociedad patriarcal, capitalista y colonial pues existen algunas mujeres gordas que son aceptadas porque cumplen con la fantasía corporal masculina, además de que son complacientes con el estereotipo hegemónico. No obstante, es necesario mencionar que **esta sociedad crea etiquetas para dividir y controlar**, por ejemplo, dentro del grupo de personas gordas, aún existen etiquetas y de acuerdo con éstas grados sociales de aceptación, por ejemplo las personas gordas que buscan adelgazar o aquellas en cuyo cuerpo la grasa está ubicada en zonas deseables son más aceptadas socialmente que las que no.

Por otro lado, cuando hay una exposición pública de una corporalidad gorda, existe una especie de identificación a causa de las mismas opresiones, que lleva a cuestionarse el entorno en redes y a no pensar en el hecho de que el trabajo de aceptación es individual sino a mirar que el problema es una sociedad categorizante que jerarquiza a las personas por sus categorías identitarias y así funda privilegios para un cierto grupo social.

De esta manera, es vital generar plataformas como espacio de apoyo para la vida de las personas, que a su vez le brinde a los creadores de contenido un espacio seguro.

Por tanto, **los activismos gordes en redes sociales son necesarios aunque incómodos para la hegemonía, son un movimiento completo, que abarca espacios de confrontación, acompañamiento, debate, contención y sanación.** Son espacios en los que se apoya a las personas a denunciar a la policía de los cuerpos, a señalar a aquellas personas que condicionan la validez de su existencia por lo que dice la báscula, a darles una oportunidad a las infancias gordas para ser y crecer libres de gordofobia y tener otros referentes y modelos, a frenar el ciclo de violencia gordofóbica. Por eso es tan importante que las personas creadoras de contenido se den cuenta de la gran responsabilidad que tienen para hacer discursos más diversos e incluyentes.

Esa responsabilidad también tiene que ver con seguir cuestionando, ver que temas afectan a su comunidad y **de qué forma crear contenidos y productos que no estigmaticen y**

⁵ COPRED. (2023). GLOSARIO para entender la Gordofobia y el Gordoodio.
<https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/glosario-1.pdf>

discriminen, que sean accesibles y que no se aprovechen de la opresión de otras personas como algunas marcas de ropa o productos lo hacen.

En una sociedad que está en contra de las personas gordas, es vital contar con espacios seguros en los que los actos gordofóbicos no se repliquen ni estén normalizados. A las personas gordas a veces les cuesta mirar las violencias que en sus grupos sociales ejercen contra ellas, sin embargo cuando lo hacen presente es más que válido tomar medidas de cuidado, aun cuando se trata de la familia.

El proceso de aceptación corporal, es un proceso de duelo, llegar a ello es pensar que no todos los días serán buenos pero se hará lo mejor con el cuerpo que se tiene. **Es un camino hacia la propia afectividad, al reconocimiento de dignidad, en el sentido de merecer respeto y estima, sin importar el cuerpo y el momento que se está atravesando.**





Espacios artísticos sin gordofobia

“Yo quiero una representación no desde la mirada masculina, no desde el placer, no hegemónica, no complaciente, no blanca, no delgada, no integra, no sana, una donde se vea la resistencia, donde vea la gordura y donde podamos crear un andamiaje simbólico de una nueva forma de entender la fuerza, de una nueva forma de entender la gordura, de una nueva forma de entender la resistencia, qué es lo que se tiene que hacer, osea para que vas al arte a que te digan lo que ya sabes (...) La gente le tiene mucho miedo a la incomodidad, muchísimo, pero la incomodidad es importante para, lo decían ayer, para crear espacios cómodos, se necesita pasar y quedarse en la incomodidad para ver porque nos incomoda porque estamos ahí”.

Joásil Pantoja

Todo el arte que se hace es con enfoque antigordofóbico, ya que los espacios artísticos son discriminatorios, al señalar al cuerpo gordo como un mal ejemplo.

Para las artistas, es necesario que desde sus disciplinas se cuestionen los estereotipos de belleza impuestos al cuerpo femenino, se discutan y de ser necesario se rechacen. Asimismo, refutar el binarismo biologicista y subrayar la interseccionalidad entre cuerpos disidentes y denunciar la discriminación de diversa índole.

Es necesario regresar al arte como refugio como performance, para rehabilitar el cuerpo, subrayar la carga emocional en el cuerpo de las mujeres gordas, los tipos de violencia que son inviabilizados y que en muchas ocasiones se les culpabiliza de recibirla.

Algunos de **los prejuicios hacia las mujeres gordas en el arte es que no son productivas, no son inteligentes y como consecuencia muchas veces deben permanecer en el anonimato visual para que su arte sea válido,** pues al conocer su corporalidad comienzan a ser invalidadas o poco exhibidas. De por sí las mujeres artistas están sub representadas en los museos, hay un porcentaje bajo de piezas o exposiciones hechas por mujeres, existen diferencias de género en venta de obra, en colecciones y exposiciones internacionales. El acceso a los espacios es privilegiado pues muchas mujeres en las artes no tienen acceso a



estos. Esto da cuenta de que desde el Estado existe una clara discriminación de género y territorial, racismo, clasismos, gordoodio; pues al decidir qué artistas representan a México en otros espacios, siempre son hombres blancos privilegiados.

Cuando las mujeres artistas gordas deciden exponer sus cuerpos desnudos son juzgadas, incluso por otras compañeras feministas. Pues hay un mandato de que aquella gorda que expone su cuerpo debe ser aquella que es considerada bonita o con la grasa ubicada en ciertas zonas atractivas a la vista de los hombres.

Es destacable, que en todos los espacios hay exigencias hacia el cuerpo de las mujeres y de las gordas, pues estos son atenuantes sociales, psicológicos, pues sus cuerpos se usan no sólo para sus procesos sino para los de las demás personas.

Entonces, **las gordas ponen el cuerpo para trabajar, para ser explotadas, para ser la contención emocional de las personas a su alrededor, pero al momento de querer acceder a su propio cuerpo, a los propios procesos y emociones en sus términos se enfrentan con algunos problemas.**

En consecuencia, es necesario juntarse y hacer alianzas con las personas para poder acceder a espacios donde se reivindiquen otras formas de existir. Donde se puede hacer arte sin ser objetivizada y fetichizada sino en sus propios términos simbólicos, de representación elegida, donde elijan su identidad como práctica no como esencia, como práctica donde elijan no ser la gorda femenina ni la que complace, ni la que excita, sino la que reta, que interpela que incomoda.

De esta manera, **es necesario hacer visible la gordedad a través del arte, para tener testimonio de la existencia de las personas gordas.** Existe una necesidad de arte gordo, de representación, saber que hay gordas que están creando algo que sí representan, que sí resuena con las vidas de las personas gordas, ante una sociedad que por más que se trabaje la autoestima, en cada espacio enseña que las personas gordas no son valiosas, que no son importantes y que no serán escuchadas. Todas estas recriminaciones hacen que las personas se invisibilicen y se aíslen.

Es vital que se visibilice al arte gordo y se luche por el derecho a acceder a él, por lo que es imperante que las personas gordas en el arte y en todos los espacios dejen de vivir discriminación y violencia gordofóbica.

El arte gordo debe politizar, ser crítico y poner a las corporalidades gordas desde lugares que sean vivibles, dignos, entendibles y legítimos, que expongan otras narrativas, pues las personas gordas necesitan nuevas formas de existencia y de acceder a sus cuerpos.



La Atlántida o la Utopía del cuerpo femenino, es un proyecto fotográfico que, a partir del collage, la apropiación y el autorretrato, cuestiona la construcción ideal de cuerpo femenino perfecto. Tomando referentes de la pintura y la literatura de las ciudades utópicas.

Carol Espíndola

Propuestas para una política pública antigordofóbica

Las mesas de trabajo fueron un ejercicio dedicado a discutir, analizar y articular propuestas para una política pública enfocada en la no discriminación de las personas gordas en distintos ámbitos socio-culturales.

Los ejes de trabajo fueron derecho a la salud, derecho a una vida libre de violencia, derecho a la ciudad y derecho al trabajo digno, aquí se enlistan las propuestas de las personas gordas asistentes:

Derecho a la salud

- Generar mesas de diálogo antigordofóbicas con el personal de salud y en diferentes universidades.
- Producir materiales basados en la investigación en su propio campo para la difusión y comunicación.
- Educar al personal de salud.
- Repensar temas como salud (capacidad), cuerpo, nutrición, Masa Corporal (IMC), incluir los enfoques de los feminismos e identidad de género.
- Problematicar las disciplinas de la salud desde estos enfoques.
- Rechazo al IMC desde una acción específica (uso de investigaciones ya realizadas en su propio campo).
- Creación de materiales.
- Iniciativas de ley y/o modificación de Normas Oficiales Mexicanas.

Derecho a una vida libre de violencia

- Campañas de concientización.
- Conocimiento y reconocimiento de corporalidades.
- Humanización a nivel emocional de ser gorda.
- Calidad del material escolar y resignificación (sillas, pupitres, espacios).
- Conocer y reconocer qué es gordofobia.
- Promover la ocupación por las personas gordas de espacios públicos de trabajo, de esparcimiento, entre otros.
- Campañas sobre el derecho a una vida libre de violencia de las personas gordas.
- Incentivar medidas de reparación: físicas y simbólicas



- Adecuar las oficinas, transportes, espacios de recreación, educación y la vestimenta.

Derecho a la ciudad

- Revisión y regulación de la normatividad en cuanto al diseño de la ergonomía de las unidades del transporte público, para que sea apto para todas las corporalidades.
- Supervisión del cumplimiento público y la no modificación del transporte por parte de los propietarios y concesionarios.
- Instrumentar la descentralización de servicios y derechos ubicados en la zona central de la Ciudad de México, para propiciar la calidad de vida.
- Incluir la palabra gordura como categoría sospechosa en la normatividad.
- Difusión de material antigordoodio en entidades gubernamentales y medios publicitarios.
- Designación de una mayor partida presupuestal para la difusión masiva de estos materiales.
- Capacitación para la no discriminación.

Derecho al trabajo digno

- Incluir los términos personas gordas, gordofobia, gordoodio en la Ley Federal del Trabajo, Norma Mexicana NMXR025SCFI2015, para visibilizar.
- Promover una campaña de información en espacios laborales sobre mecanismos y canales de denuncia por discriminación relacionada con la gordofobia o el gordoodio con enfoque de género.
- Generar estrategias de sensibilización e información en espacios laborales sobre la erradicación de la discriminación por gordofobia y gordoodio con enfoque de género y diversidad sexual/corporal.
- Creación de un observatorio para genera datos confiables sobre condiciones laborales de las personas gordas y discriminación por gordofobia y gordoodio, rechazando el IMC como medida para definir quién es o no una persona gorda.
- Garantizar la accesibilidad en espacios laborales para las personas gordas, en aspectos específicos como: mobiliario, dimensiones del físico, herramientas, uniformes, entrevistas de trabajo no discriminatorias, entre otras.



Primera Jornada
Conversaciones
Gordas



Anexos

Semblanzas

Alejandra Ley y las Pinups

Originalmente “ALEJANDRA Y SUS ROCKAVILEZ” es un grupo musical mexicano formado en 2012 por el arreglista y pianista Abraham Barrera y la actriz y cantante, Alejandra Ley. Además de su dinamismo y estilo, este grupo se caracteriza por adaptar grandes hits de todos los géneros en una fusión de Rockabilly, Jazz y Swing.

Alejandra Oyosa

Activista por la diversidad corporal, antigordofobia y antigordoodio. Comunicadora, editora y correctora de estilo feminista. Maestra en Estudios de la Mujer y diplomada en Estudios del Cuerpo por El Cuerpo Descifrado.

Ha participado como conferencista en diversos foros sobre estudios de los cuerpos y las corporalidades con temas como la configuración de la gordedad, Mujeres gordas: deseadas, no deseantes y fetiches, El desbordamiento de las carnes como resistencia a la normatividad corporal, activismo gordo en Latinoamérica, activismo gordo en clave pospornográfica y estudios de la gordura. En 2022 fue ponente en las III Jornadas sobre gordofobia y violencia estética contra las mujeres, organizado por el Instituto Canario de Igualdad, en España. Coordinó un libro colectivo sobre cuerpos disidentes, donde publicó el artículo “De gordas, gordura y gordofobia: discriminación, opresión y resistencia”.

Ali Gua Gua

También conocida como Dj Güagüis o la Jarochilanga nació en Veracruz, México. Es cantante, compositora, guitarrista, dj y cineasta. Vivió en Argentina durante algún tiempo, en el que fue parte de la banda Cumbia Queers. Después regresó a Ciudad de México y se convirtió en la baterista de Las ultrasónicas. Se hizo llamar Ali Gua Gua por el pedal de guitarra Guagua, que distorsiona el sonido de una manera muy peculiar. Es activista por los derechos de la comunidad LGBTQ.

Ana Paula Molina

También conocida como Acuerpada, es una psicóloga especialista en aceptación corporal y alimentación intuitiva. Defensora activa de la lucha contra la gordofobia y el activismo gordo,



su contenido ofrece un espacio seguro para quienes buscan aceptar sus cuerpos de forma autocompasiva e introspectiva. Su audiencia, principalmente mujeres, busca una forma distinta de relacionarse con su cuerpo y la comida a través de su contenido, sus cursos y sus consultas. Con su compromiso con la aceptación corporal y el cambio social, Ana Paula es una líder inspiradora en el mundo del bienestar y la liberación corporal.

Blanca Vanessa Gaytán Sánchez

Estudió Psicología en la Universidad Nacional Autónoma de México, dirigiéndose al campo de la psicología clínica. Hizo un voluntariado en Centros de Integración Juvenil Cuauhtémoc Oriente, donde se acercó a dar pláticas y talleres psicoemocionales. Estuvo en el INJUVE dando procesos terapéuticos gratuitos a jóvenes de 12 a 29 años. Estudio el Diplomado de Logoterapia y el de Tanatología en el Instituto Mexicano de Tanatología, termino hace poco la Maestría en Psicoterapia Humanista Existencial en el Colegio Iberoamericano de Investigación y Estudios Existenciales y Humanísticos S.C. o por sus siglas CIEEXH, así como también tiene la Certificación de Alimentación Respetuosa y Liberación Corporal de las Nutriológicas.

Desde la pandemia se dedica a la psicoterapia online, hace grupos de acompañamiento para transitar el duelo de cambiar de un enfoque pesocentrista a uno no pesocentrista y actualmente es parte del grupo fundador de ALICYA (Asociación para Liberación Corporal y Alimentaria en Iberoamérica).

Carol Espíndola

Fotógrafa, pedagoga, feminista y madre. Ganadora de la 11th Juried Annuale-IPC (The Light Factory Gallery, E.U. 2019) y del Premio de Ensayo “Emmanuel Carballo” (México, 2016). Miembro del Sistema Nacional de Creadores de Arte desde 2018. Recientemente participó en las exposiciones internacionales Modern Women / Modern Vision: Works from the Bank of America Collection, y Traitor, Survivor, Icon: The Legacy of La Malinche, (Denver Art Museum, 2022), C*NSORSH*P/Galerie & CO119, (París 2020), The Family of No Man (Les Rencontres de la photographie d’Arles, 2018), Gentleman, this is a breast (Berlín, Alemania 2018). Directora y fundadora de LaFO en Tlaxcala. Estudia la Maestría en Pedagogía de las Artes por la Universidad Veracruzana. Actualmente trabaja en crear un modelo pedagógico con enfoque feminista para las artes visuales.

Erika Bülle Hernández, es Activista gorda y Performer, Doctora en Artes y Diseño de la UNAM, en el área de Artes Visuales (performance), miembro del Sistema Nacional de



Creadores de Arte 2021, Directora de la proyecta Cuerpa Lab y es docente en la Facultad de Artes y Diseño de la UNAM.

Cuenta con una trayectoria en el campo de investigación del performance y el arte del cuerpo, cuenta con más de 25 años en el campo del arte de acción.

Ha participado en Festivales Internacionales y Bienales, representando a México en países como Canadá, Estados Unidos, Escocia, Inglaterra, Costa Rica, Guatemala, Colombia, Chile, Grecia, entre otros.

En México se ha presentado en espacios como el Museo Kaluz, Festival Cervantino, MUAC, Museo De Arte Moderno, Museo Tamayo, Museo de la Ciudad de México, entre otros y en Festivales Nacionales en Oaxaca, Hidalgo, Monterrey, Querétaro, Chiapas, Tijuana, Morelos, CDMX, etc.

Cuenta con varias publicaciones editoriales impresas y de autogestión por medio del proyecto Cuerpa Lab. También ha participado en varias revistas de divulgación y arbitradas. Continuamente se presenta en ponencias y conferencias sobre activismo gordo y performance a nivel internacional.

Fernanda Martín

Es una mujer espontánea y divertida que después de casi 8 años como locutora de radio, encontró en las redes sociales, la plataforma perfecta para compartir un mensaje de amor propio, desarrollo personal y autoestima, buscando convertirse en un lugar seguro para sus más de 2,6 millones de seguidores.

Hablando de moda, activismo, salud mental, inteligencia emocional, entre muchos otros temas, confía en que pone su granito de arena para mejorar el mundo de allá afuera.

Gabriela Merlos Sánchez

También conocida como Krystal de Sade, es Doctorante en Sexualidad y Psicoterapias Humanistas por Moxviquil: Centro de Educación y Cultura Ambiental, Maestra en Sexualidad y Género, especializada en terapia sexual por UMEP y Diplomada en Terapia Gestalt Aplicada por el Centro de Estudio en Desarrollo Humano y Prevención Social; en Sexualidad Humana por INESSPA, en Terapia cognitivo Conductual y Manejo de Crisis por ASOPREM, en Marketing Digital por ITESM.

Actualmente, lleva a cabo consulta privada y da talleres y conferencias sobre diversos temas como: género, desmitificación del amor romántico, no monogamias, gordofobia, responsabilidad afectiva y autoestima.



Además de su trabajo individual, Gabriela es cofundadora de la colectiva Gordas Expansivas. Esta colectiva se dedica al activismo y busca promover el reconocimiento y la celebración de la diversidad corporal, al tiempo que lucha contra el odio hacia las personas con cuerpos gordos.

Gabriela Quintero Camarena

Originaria de Mexicali, Baja California. Licenciada en filosofía, Maestra en estudios socioculturales por la Universidad Autónoma de Baja California. Candidata a doctora en estudios críticos de género en la Universidad Iberoamericana. Actualmente se encuentra haciendo estancia de investigación en la Universidad Autónoma de Barcelona con la tesis doctoral "Intimidad, gordofobia y procesos de subjetivación". Es tallerista de temas de género, violencia estética, gordofobia, síndrome de la impostora y bordado.

Gina Salame Levy

Es Licenciada en Ciencias de la Nutrición por la Universidad Ariel en Israel. CEDS-S (Certified Eating Disorder Specialist, Approved Supervisor) por la IAEDP (International Association of Eating Disorders Professionals). Docente en la carrera de nutrición del ITESM. Cofundadora del taller para padres de familia Nutrir sin Miedo. Miembro y parte del equipo administrador de @somoshaes. Ofrece sesiones de supervisión a nutriólogas que tratan trastornos alimentarios. Imparte sesiones de mentores y supervisión para nutriólogas que se dedican a tratar trastornos de la conducta alimentaria. Brinda acompañamiento de terapia nutricional a pacientes y familiares que sufren de un trastorno de la conducta alimentaria; y a personas que quieren sanar su relación con la comida y su cuerpo. Miembro y parte del equipo administrador de @somoshaes, agrupación que congrega a las voces más influyentes en el enfoque Haes® en habla hispana.

Ilana Borovoy

Su camino dentro del ámbito de la nutrición inicia al terminar la maestría en orientación nutricional y la especialización en trastornos de la conducta alimentaria. Empezó trabajando en la clínica de Trastornos de la conducta alimentaria del hospital ABC y al mismo tiempo, daba dietas (como le enseñaron en la maestría).

Con el tiempo, su frustración profesional aumentó, pues se dio cuenta que recetar dietas para perder peso era completamente contradictorio al trabajo de ayudar a las personas a



sanar la relación con la comida y con su cuerpo. “Es imposible tener una sana relación con la comida y con el cuerpo si todo el tiempo estás buscando cambiarlo de tamaño a través de una alimentación restrictiva”. Aunado a esto, su padre fue víctima de Gordofobia médica, en ese momento tuvo la inmensa fortuna de coincidir en el camino junto con Raquel y Gina e iniciar su proceso de deconstrucción juntas. Además de colegas y socias, se convirtieron en sus grandes consejeras, escuchas y aliadas en la lucha diaria en contra de la cultura de las dietas. Descubrió el abordaje de Salud en Todas las Tallas y la Alimentación Intuitiva y le dio un giro completo a su manera de abordar la nutrición.

Actualmente trabaja bajo la línea de Nutrición Conectada® promoviendo una nutrición más amable, respetuosa, compasiva, informada en trauma; fomentando el respeto a la diversidad corporal y buscando la liberación de los cuerpos a través del trato digno y respetuoso a todas las personas.

Itzel Arcos

Conocida como Itzeguanita Pitumayo, es escritora, actriz y activista egresada de la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM. Se dedica al teatro testimonial con especialización en la comedia y la literatura autobiográfica con enfoque feminista. Ha impartido talleres de teatro, autobiografía, realización de monólogos en el Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México, la Secretaría de Educación de la Ciudad de México, El Instituto de Matemáticas Aplicadas de la UNAM, Universidad de la Ciudad de México, la Fundación Friedrich Ehere bert, la Red de Faros, el Centro Cultural Futurama, el MUAC UNAM, el Festival Internacional de Cabaret, el Instituto de la juventud así como distintos colectivos y asociaciones feministas: “Colectivo Nosotras” en el Museo de la Ciudad de Tuxtla, “Colectiva Feminista Nayarit” en la Universidad Autónoma de Nayarit, “Biblioteca de mujeres de Hermosillo”, Sonora. Ganadora de la convocatoria de Colectivos Culturales Tlalpan con el proyecto “Nosotras frontera” monólogos para reescribirse en 2106. Se dedica al stand up como disciplina escénica desde 2014. Ganadora de la convocatoria jóvenes con talento artístico 2015 para la semana de las juventudes con la rutina standupera “Del feminismo y otras cosas”. Creadora del proyecto “Standup FeministaMx” desde Octubre de 2017 el cual tiene como principal consigna usar el formato humorístico del StandUp para dar voz a las distintas visiones de las mujeres desde el humor.

Izchel Cosío Barroso

Se reconoce como una mujer gorda que ha encontrado descanso de ciertos mandatos corporales gracias al activismo gorde. Es candidata a Doctora en Estudios Críticos de Género



por la Universidad Iberoamericana. Diplomada en Estudios del Cuerpo y las Corporalidades por el Cuerpo Descifrado A.C.; maestra en Antropología y desarrollo por la Universidad de Chile y licenciada en Antropología social por la Escuela Nacional de Antropología e Historia. Actualmente es profesora-investigadora en una universidad pública y ha sido consultora en diversas instituciones gubernamentales y en organizaciones de la sociedad civil. Es practicante de yoga. El nombre de montañista con el que fue bautizada es Tortuga-Panda. Aprendió del TaiChi a caminar masajeadando la tierra, por lo que le gusta hacer apología a la lentitud. Actualmente se considera aprendiz de escritura y co-autora del libro Género y Gordofobia editado por el CIEG- UNAM.

Joásil Pantoja

Es Arqueóloga de género, busca formarse en temas de diversidad sexogenérica y feminismos a raíz de una experiencia gordófora en la academia en donde el cuerpo, el capacitismo y el género se ven entrelazados. Diplomada por el Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir, en el Programa “Modelos para desarmar: teoría, género y sexualidad”. Ha participado con la colectiva “Restauradoras con Glitter”, en el proyecto de “Victorias Aladas” de la Artivista Cerrucha y en diversos medios de autopublicación junto con Cuerpa Lab.

Actualmente, parte de que es importante poner el cuerpo y la letra, el escrito in-disciplinado, el rótulo, el performance, el taller o la plática en espacios académicos, institucionales, de difusión, artísticos o de calle tanto feministas como de la disidencia sexogenérica actuando como colaboradora en diversos colectivos cuyo objetivo es la justicia social para poblaciones vulneradas donde los temas de la gordura y su dignificación, las teorías críticas del género y la teoría queer se aterrizan en las potencias artísticas pero también en circular los saberes que nos permitan articular el lenguaje para exigir un trato con una perspectiva bioética de derechos y desde donde podamos accionar para habitar presentes más vivibles en la complejidad y especificidad de nuestros relatos y cuerpos disidentes.

Karina Abigail Martínez García

Fat Alista nace en pandemia, como un grito desesperado ante la invisibilización y opresión que ha vivido durante toda su vida por habitar su cuerpo. Es rapera, escribiendo desde la gordura, pertenece a Lirisistas del Asfalto (crew con Icali Rap).

Es parte de Gordas expansivas, colectiva gorda, integrada por panzas creativas. Ha creado junto con Obeja Negra y Mala Hierba eventos de rap y activismo Gorde en Gordificanda. Es co creadora junto con Hypatia de Stand Rap: MorrAs de pie. Humor y Rap Gordo-Feministas. También es creadora junto con Miriam Barrón de la I y II jornadas Supurando Heridas para



Habitar Estrías con el MUAC de la UNAM, para hablar de gordofobia y violencia estética en el Barrio de Santo Domingo.

Además es actriz, egresada del Colegio de Literatura Dramática y Teatro de la UNAM, desempeñándose en el Cabaret y Burlesque. Es maquillista escénica de fantasía, maquillaje Drag, maquillaje de Teatro y efectos especiales, además de ser bailarina de Danzón y otros géneros latinos.

Marbella Figueroa

Se asume como una mujer negra afromexicana. Es un conjunto de pensamientos, situaciones, lugares y sentires. La mayor parte de su tiempo la dedica a la creación plástica.

Le encanta jugar y divertirse con colores, texturas, recortes y brillos. Para ella, crear jugando es un acto de rebeldía y emancipación.

Obtuvo una licenciatura en artes visuales por la FAD/UNAM con especialización en medios audiovisuales. Su exploración interdisciplinaria aborda principalmente la negritud, las conexiones ancestrales y el cuerpo.

Es co-creadora y directora creativa de Afrochingonas, proyecto autogestivo que aborda y problematiza el tema de la afrodescendencia y el racismo en México con una perspectiva anticolonial.

Lucía Rosales

Activista gorda por el cuerpo y el placer, nutricionista rebelde antidieta que trabaja con la relación comida-cuerpo fuera de los esquemas hegemónicos/coloniales, mujer no binaria lesbopansexual. Creadora de La Otra Dieta en 2018. Ha impartido talleres con Transfeministas Al Borde, Universidad de San Carlos de Guatemala y espacios colectivos y de activismo.

Priscila Arias,

Además de ser la creadora del blog “La Fatshionista” donde se comparte contenido acerca de activismo corporal, body positive, estilo de vida, tips de moda y belleza, útiles para todas las mujeres sin importar su talla, edad, identidad u orientación sexual.

Ha sido conductora de programas digitales como “Felizmente” de Unicable, "Pópsulas" de E! Entertainment e "Impulsa con Facebook" de Meta Business LATAM.

Participó como actriz en la película de "Chilangolandia", y ha dado múltiples conferencias de body positive y activismo corporal así como talleres de moda y maquillaje.



Raquel Lobatón

Es Nutrióloga, por más de 20 años trabajó bajo un enfoque centrado en el peso. Con el paso del tiempo cobró conciencia de que esta aproximación a la nutrición, al igual que las dietas, no solo no funcionaba, sino que hacía daño. Esto la llevó a cuestionarse, a moverse de lugar y fue así como descubrió el enfoque de Salud en Todas las Tallas y la Alimentación Intuitiva, mismos que la atraparon por completo. Hoy en día, bajo la línea de Nutrición Incluyente®, ejerce una práctica profesional con neutralidad respecto al peso que se orienta principalmente a que sus consultantes hagan las paces con su cuerpo y con la comida. Es una ardua activista en redes sociales donde diariamente reta a la cultura de dietas y a la gordofobia imperante en nuestra sociedad.

Shandal Jasso

Tiene 37 años, vive en Ciudad de México, es mamá de un maravilloso niño, a lo largo de la vida fue persiguiendo la delgadez, por no sufrir la gordofobia, pero también por la llamada “salud” entrando en un ciclo constante de dietas por más de 20 años, causándose un trastorno de la conducta alimentaria y conductas desordenadas alrededor de mi cuerpo y la comida.

Eso la llevó a buscar alternativas distintas y así llegó a este enfoque no centrado en el peso, el cual ha sido muy liberador acercándose a temas de cultura de dietas, violencia estética, feminismo entre otros. Así se me ha ido deconstruyendo, se dio cuenta que tenía la necesidad de crear un ente organizado con personalidad Jurídica que pudiera impactar en políticas públicas y a nivel Iberoamérica para hacer comunidad y organizarse. Así y abrazada de amigas, activistas, profesionales de salud y varias genias, nació ALICYA (@alicya.para.iberamerica), organización de la que es Presidenta.

Actualmente es Abogada, Activista, Estudiante de Nutrición, Certificada en Alimentación Respetuosa y Confianza Corporal por Nutriológicas y la Universidad Anáhuac, da conferencias y talleres hablando de Salud no centrada en peso, violencia estética y nutrición, en redes está como @escuadron_antidieta.

Primera Generación del Dragchillerato

- Astro Kink
Drag King

Enfocado a la crítica social masculina y las injusticias que vivimos las personas disidentes con una postura política de mejora continua del colectivo LGBTIQAP+.



- **Mariahi**
Drag Queen
Mirahi una chique muy kawaii pero a la vez muy versátil que destaca en Lipsync y que se ha presentado en lugares como “El Tijuana”, sitio aliado conocido por la comunidad Drag y LGBTIQ+ .
- **Emma Thomas**
Drag Queen (él/ ella/elle)
Directo desde Toluca, Emma Thomas es un concepto que evoca la complejidad de los moretones; de formas, colores y sensaciones variadas que nace en “Quiero ser tu coach Drag: Sexta Temporada” liderado por “Deborah la Grande” y “Alexis 3XL” llegando a ser finalista al igual que en posteriores batallas de Lipsync y participado en shows Drag en lugares como El Faro Azcapotzalco en el marco del Festival del orgullo 2023.
- **Dúo Dragtiviste**
Colectiva y compañía independiente-autogestiva artística multidisciplinaria conformada por “Michell Hada” y “Yina Yang” enfocada a dar visibilidad y reconocer el proceso de identidad, género y sexualidad dentro de la comunidad LGBTTTQ+ proveyendo así un espacio inclusive y seguro para todes.

Ubicaciones de los videos de cada uno de los eventos

Día 1

- Conversatorio “Gordoodio y Gordofobia: Discriminación estructural e interseccional”
- Presentación de los documentos editados por el COPRED: “Once pasos para no reproducir el gordoodio y la gordofobia” y “Glosario para entender la Gordofobia y el Gordoodio”.
- Charla “Diversos enfoques de salud y alimentación no basada en la reducción del peso”.
- Conversatorio “Visibilidad gorda”
 - <https://www.facebook.com/100069216129936/videos/233487926235775>
- Presentación de Ali Gua Gua
 - <https://www.facebook.com/100069216129936/videos/782211670302511>

Día 2

- Diálogo Arte y Gordura
 - <https://www.facebook.com/100069216129936/videos/232579879699349>
- Presentaciones de la Primera Generación del Dragchillerato y Ale Ley y las PinUps
 - <https://www.facebook.com/100069216129936/videos/562175029249873>

Materiales de consulta elaborados por el Copred

- Infografía “Gordofobia: La discriminación de las personas gordas”:
<https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/infografia-gordofobia.pdf>
- 11 pasos para no reproducir el gordoodio, ni la gordofobia:
<https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/diptico-1.pdf>
- Glosario para entender la gordofobia y el gordoodio:
<https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/glosario-1.pdf>

Primera Jornada Conversaciones Gordas

Dialogar, educarse
e informarse para erradicar
la gordofobia y el gordoodio



X @COPRED_CDMX

f /COPREDCDMX

📷 /COPREDCDMX



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

