

**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas**

**Experiencia con desórdenes alimenticios: Buen provecho y dulces  
sueños**

**Ana Paula Burgos Haro**

**Artes Visuales**

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito  
para la obtención del título de Licenciada en Artes Visuales

Quito, 21 de mayo de 2024

# **UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Comunicación y Arte Contemporáneo**

## **HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA**

**Experiencia con trastornos alimenticios: Buen provecho y dulces sueños**

Ana Paula Burgos Haro

**Nombre del profesor, Título académico**

**Camila Molestina, MFA**

Quito, 21 de mayo de 2024

## © DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: Ana Paula Burgos Haro

Código: 00214832

Cédula de identidad: 1719593335

Lugar y fecha: Quito, 21 de mayo de 2024

## **ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN**

**Nota:** El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

## **UNPUBLISHED DOCUMENT**

**Note:** The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

## RESUMEN

Este proyecto artístico se hace en referencia a mi propia experiencia con los trastornos alimenticios, específicamente bulimia y anorexia nerviosa. Se representa de manera visual y sensorial una época de mi vida, en la que anhelaba el saborear alimentos sin sentir temor o culpa, acompañado de un frío constante.

Se plantea distintos análisis, que parten desde cómo se percibía el cuerpo de la mujer en la antigüedad, hasta llegar al mundo contemporáneo, en el que la mujer no ha dejado de ser el principal objeto de visualización y placer.

Se enfatiza en cómo mentalmente, la concepción que se tiene de normal y aceptable físicamente, promueve e influye en el desarrollo de distintas inseguridades y comparaciones sobre cómo nos vemos y nos sentimos con nosotros mismos.

**Palabras clave:** Anorexia, Bulimia, Conductas alimentarias, Cuerpo, Dietas, Medios de comunicación, Arte contemporáneo.

## **ABSTRACT**

This art project references my own experience with eating disorders, specifically bulimia and anorexia nervosa. A time in my life is represented visually and sensorially, in which I longed to taste food without feeling fear or guilt, accompanied by constant cold.

Different analyzes are proposed, starting from how the woman's body was perceived in ancient times, until reaching the contemporary world, in which women have continued to be the main object of visualization and pleasure.

It emphasizes how mentally, the conception we have of normal and physically acceptable, promotes and influences the development of different insecurities and comparisons about how we see and feel about ourselves.

**Keywords:** Anorexia, Bulimia, Eating behaviors, Body, Diets, Media, Contemporary art.

**TABLA DE CONTENIDO**

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>11</b>
<b>APORTES TEÓRICOS Y REFERENTES ARTÍSTICOS.....</b>	<b>13</b>
<b>1.El cuerpo, ¿su evolución o su involución? .....</b>	<b>13</b>
<b>2.Quien quiera celeste, que le cueste... ..</b>	<b>22</b>
<b>Metodología.....</b>	<b>34</b>
<b>Procesos artísticos previos .....</b>	<b>39</b>
<b>Proceso obra final.....</b>	<b>46</b>
<b>Conceptualización de la obra y proyección de montaje .....</b>	<b>49</b>
<b>Conclusiones .....</b>	<b>65</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>67</b>
<b>Anexo A: Encuestas a un grupo de mujeres entre los 11 a los 72 años .....</b>	<b>71</b>
<b>Anexo B: Testimonio Real .....</b>	<b>75</b>

*ÍNDICE DE FIGURAS*

<b>Figura 1:</b> Claes Oldenburg, Floor Burger, 1962 .....	16
<b>Figura 2:</b> Nele Azevedo, Monumento mínimo, 2005 .....	17
<b>Figura 3:</b> Mireille Suzanne, La Reencarnación de Santa-ORLAN, 1990 .....	19
<b>Figura 4:</b> Mireille Suzanne, La Reencarnación de Santa-ORLAN, 1990 .....	20
<b>Figura 5:</b> Barbara Kruger, LOS DEMONIOS EN LA IMAGEN, 2022 .....	23
<b>Figura 6:</b> Héctor Falcón, Procesos anabólicos, 1973.....	25
<b>Figura 7:</b> Ted Lawson, Eve, 2013.....	27
<b>Figura 8:</b> Jenny Saville, Propped, 1992.....	29
<b>Figura 9:</b> Jenny Saville, Plan, 1993 .....	30
<b>Figura 10:</b> Christie Begnell, Cuadro sin Nombre, 2017 .....	33
<b>Figura 11:</b> Ana Paula Burgos, Creencias, 2021 – 2022.....	39
<b>Figura 12:</b> Ana Paula Burgos, Siluetas, 2021 – 2022.....	40
<b>Figura 13:</b> Ana Paula Burgos, Revistas, 2021 – 2022 .....	41
<b>Figura 14:</b> Ana Paula Burgos, Manos que miden, 2022 – 2023.....	43
<b>Figura 15:</b> Ana Paula Burgos, Manos que miden, 2022 – 2023.....	43
<b>Figura 16:</b> Ana Paula Burgos, Manos que rompen manos, 2023 .....	44
<b>Figura 17:</b> Ana Paula Burgos, Manos que rompen manos, 2023 .....	44
<b>Figura 18:</b> Ana Paula Burgos, Realidades distintas, 2024.....	45
<b>Figura 19:</b> Ana Paula Burgos, un huevo frito para huevear, 2024 .....	46

<b>Figura 20:</b> Ana Paula Burgos, Rosquilla de verdad, 2024.....	47
<b>Figura 21:</b> Ana Paula Burgos, Rosquilla escultura banda, 2024 .....	47
<b>Figura 22:</b> Ana Paula Burgos, Masmelos de funda, 2024 .....	49
<b>Figura 23:</b> Ana Paula Burgos, Masmelo navideño, 2024 .....	50
<b>Figura 23:</b> Ana Paula Burgos, Crepas de dulce, 2024 .....	50
<b>Figura 24:</b> Ana Paula Burgos, Mil hojas, 2024 .....	51
<b>Figura 25:</b> Ana Paula Burgos, Rosquilla de chocolate, 2024 .....	51
<b>Figura 26:</b> Ana Paula Burgos, Rosquilla de chispitas de dulce, 2024 .....	52
<b>Figura 27:</b> Ana Paula Burgos, Primera opción de algodón de azúcar, 2024 .....	53
<b>Figura 28:</b> Ana Paula Burgos, Segunda opción de algodón de azúcar, 2024 .....	54
<b>Figura 29:</b> Ana Paula Burgos, Tercera opción de algodón de azúcar, 2024.....	54
<b>Figura 30:</b> Ana Paula Burgos, Huevo frito con dos yemas, 2024 .....	55
<b>Figura 31:</b> Ana Paula Burgos, Salchicha de pollo, 2024 .....	56
<b>Figura 32:</b> Ana Paula Burgos, Fideos, 2024 .....	56
<b>Figura 33:</b> Ana Paula Burgos, Tortilla de burrito con queso, 2024.....	57
<b>Figura 34:</b> Ana Paula Burgos, Propuesta de montaje 1, 2024 .....	57
<b>Figura 35:</b> Ana Paula Burgos, Propuesta de montaje 2, 2024 .....	58
<b>Figura 36:</b> Ana Paula Burgos, Plano Q galería obra, 2024.....	59
<b>Figura 37:</b> Ana Paula Burgos, Montaje de la obra final, 2024 .....	60
<b>Figura 38:</b> Ana Paula Burgos, Interacción 1, 2024.....	61

<b>Figura 39:</b> Ana Paula Burgos, Interacción 2, 2024.....	62
<b>Figura 40:</b> Ana Paula Burgos, Interacción 3, 2024.....	63
<b>Figura 41:</b> Ana Paula Burgos, Interacción 4, 2024.....	64

## INTRODUCCIÓN

El cuerpo humano es una realidad compleja y fascinante, que ha sido objeto de estudio desde diferentes disciplinas y perspectivas a lo largo de la historia. El cuerpo no solo es una entidad biológica, sino también una construcción social y cultural, que refleja los valores, las creencias, las normas y los ideales de cada época y lugar. En este ensayo, se pretende analizar cómo se ha concebido y representado el cuerpo humano desde el siglo XVI y como ha ido cambiando a través de la historia, hasta llegar a la contemporaneidad. También se pretende entender cómo los cánones, estereotipos e ideales de belleza, han influido en la percepción y la valoración de uno mismo y de los demás.

Este proyecto está dirigido a construir la visión que se tiene sobre el cuerpo femenino, basándose en la exploración ligera de la estadística, la psicológica, la antropológica, la artística, la comunicacional, la de género y capitalista, para comprender el origen de ciertas normas sociales, que determinan el comportamiento de las personas a distintas situaciones, convirtiendo el género en un acto performativo.

Es importante nombrar a ciertos teóricos que hablan de cómo la presión y la ansiedad por alcanzar los ideales de belleza, siguen muy presentes y arraigados en la cultura contemporánea.

Es pertinente empezar con la Doctora en Ciencias Sociales Jenny Marcela Ponton Cevallos, quien se ha dedicado a estudiar la preocupación constante de las mujeres por su propia apariencia física. Ponton, descubre que todo comienza con el hecho de que las mujeres antiguamente, solo eran valoradas dependiendo de si capturaban miradas masculinas.

De este modo, Laura Malvey, afirma que los medios de difusión y entretenimiento, se basan en el placer visual masculino, en donde la mujer es presentada como un objeto dedicado a los

hombres y sus deseos, para capturar a la audiencia, debido a que vivimos en un mundo en donde las normas sociales se encuentran enfocadas principalmente en los varones.

Por otro lado, Eva Bretones, asegura que los medios de comunicación difunden criterios determinados con respecto al cuerpo, promoviendo de manera directa o indirecta la desigualdad y discriminación a aquellas personas que no encajen en estándares previamente establecidos. Se etiqueta a los cuerpos, como diversos, extraños, enfermos, preocupantes y raros.

Rebeca Beatriz Cena, considera que el capitalismo es responsable de generar insatisfacción y disconformidad con nuestro propio cuerpo, con el uso de la publicidad que impulsa el compararse con otras personas, con la intensión de consumir productos, tratamientos, dietas y cirugías, que muchas de las veces, ponen en riesgo la vida y la salud.

A continuación, la información se encuentra dividida en dos partes, en donde se empieza con un corto contexto histórico de como se ha ido construyendo la percepción que se tiene del cuerpo, específicamente el de la mujer, y como las personas interpretamos nuestras realidades de formas peculiares.

Por consiguiente, se habla sobre como los medios de comunicación influyen en el subconsciente de cada individuo, generando hábitos cotidianos, que pueden tener consecuencias significativas en nuestras vidas.

## APORTES TEÓRICOS Y REFERENTES ARTÍSTICOS

### 1.El cuerpo, ¿su evolución o su involución?

Abordar el texto “Sobre la Antropología del Cuerpo” de Fernando Lossada 2013, es importante para adentrarse a comprender el significado y las distintas interpretaciones que posee el cuerpo desde una perspectiva histórica y territorial, debido a la reflexión que se hace sobre algunos conceptos de la antropología, y cómo ésta se ha ido construyendo e interpretado en el diario vivir.

El autor se interesa por la forma en que el cuerpo se construye social y culturalmente, y cómo se relaciona con el mundo, la muerte, el género y la identidad. Puesto que, se subraya la relación entre la concepción del cuerpo y la persona, así como la relación con lo sagrado en diferentes culturas. Se menciona la particularidad de la relación con la muerte, donde se destacan rituales que buscan propiciar un intercambio con la naturaleza o el mundo de los muertos. (Lossada, 2013)

Además, se trata el hecho de cómo un individuo va construyendo su forma de ser y pensar, dependientemente de su contexto social y cultural, sin embargo, también se hace referencia sobre la soledad, como un factor relevante en la vida del ser humano, puesto que es el espacio para construir y ordenar pensamientos, ideas y preguntas de lo que se ha percibido, “al tiempo que permite ir acercándose a la idea en torno a la responsabilidad de los actos” (Lossada, 2013, p.237), desarrollando la conciencia e identidad. (Lossada, 2013)

Adicionalmente, se conoce que el cuerpo en el siglo XVI era visto como una manifestación de la cultura, que expresaba la pertenencia a un grupo, una clase, una religión o una nación. El cuerpo era también un medio de comunicación, que transmitía mensajes a través de los gestos, las posturas, los adornos, los vestidos y los rituales. El cuerpo era, además, un objeto de placer y de poder, que se sometía a las normas morales, estéticas y políticas de la época, hecho que en la actualidad se continúa reproduciendo, un ejemplo claro es el uso de las dietas (rituales) para adelgazar (norma estética). (Lossada, 2013)

Al mismo tiempo, Lossada hace un análisis de cómo se desarrolla significados y representaciones en común, con un grupo de personas y cómo estas influyen en cada sujeto, como es el caso del carnaval, evento en el que se deja de lado el individualismo para sentirse uno con la multitud, permitiendo compartir su identidad. (Lossada, 2013)

En el libro “El trabajo de la representación”, Stuart Hall 1987 indica que “podemos construir una cultura compartida de sentidos” (Hall, 1987, p. 5) argumentando que si bien es cierto las personas tienen diversas formas de ver el mundo, a la par, son capaces de comunicarse y expresarse de una manera que a todos les haga sentido, posibilitando el entendimiento acompañado por códigos, signos, lenguajes e imágenes que representen algo en particular. (Hall, 1987)

Hall se pregunta si el lenguaje es simplemente un espejo que refleja una realidad ya existente en el mundo de los objetos, las personas y los eventos (una visión reflectiva), o si el lenguaje es meramente una expresión de lo que el emisor – ya sea escritor, pintor o hablante – desea comunicar, su intención personal (una visión intencional), o si el sentido se construye a través y dentro del propio lenguaje (una visión construccionista). (Hall, 1987)

La perspectiva construccionista de Stuart Hall sostiene que el sentido no es algo que simplemente existe en el mundo o es expresado por el individuo, sino que se crea activamente a través del lenguaje. Según esta visión, el lenguaje no es un mero reflejo de la realidad o una expresión de la intención personal, sino un medio a través del cual se construye el sentido. En otras palabras, el sentido no se encuentra ni se expresa, sino que se construye. (Hall, 1987)

Al igual que Hall argumenta que el lenguaje y la cultura construyen nuestra comprensión del mundo, los libros de dietas a menudo construyen una realidad en la que ciertos alimentos y estilos de vida son vistos como ideales. Estos libros pueden perpetuar estereotipos sobre lo que significa estar saludable o en forma, influenciando como las personas perciben su propio cuerpo y el de los demás.

Los libros de dietas no solo ofrecen consejos sobre alimentación, sino que también representan ideologías y valores culturales. Por ejemplo, promueven la idea de que la delgadez es sinónimo de éxito y belleza, lo cual es un reflejo de los valores culturales predominantes que Hall discute en su obra.

Hall, también subraya la importancia de los medios en la representación de la cultura. En donde, los medios de comunicación juegan un papel crucial en la difusión de dietas y estereotipos relacionados con la alimentación. A través de la publicidad y el contenido de entretenimiento, los medios pueden reforzar o desafiar las normas culturales sobre la alimentación y el cuerpo.

Una forma de complementar la información brindada, es revisando la obra de Claes Oldenburg “Floor Burger”, la cual ha sido objeto de diversas interpretaciones a lo largo de los años, tal como se expresa en la perspectiva construccionista de Hall.

En un inicio, la obra fue interpretada como una crítica hacia la cultura del consumismo, más adelante, se le asignó un significado de exploración con respecto a

la elaboración de esculturas blandas, innovación en el que el arte desafía la noción tradicional, puesto que la mayoría de esculturas, son rígidas y permanentes.

Asimismo, existe personas que asocian la obra con la cultura estadounidense, debido a que poseen una gran fascinación por lo grande y excesivo.

Demostrando así, como se le puede dar distintos significados a un mismo objeto, signo, letra, etc.



*Figura 1: Claes Oldenburg, Floor Burger, 1962*

Otro caso interesante, es el trabajo “Monumento Mínimo” de la artista brasileña Nele Azevedo 2023, la cual consiste en invitar a las personas a formar figuritas de hielo con forma humana y posteriormente colocarlas en gradas, aceras,

espacios públicos para esperar a que cada figura se derrita y la gente pueda volver a transitar por esos espacios.

La obra originalmente, representaba a todas las personas que no han sido reconocidas por monumentos oficiales, al mismo tiempo, tratando el tema del uso de espacios públicos para la exhibición de las obras y no solamente galerías de arte.

(Pérez, 2023)

Sin embargo, las personas le fueron dando distintos significados, como es el caso de un grupo de ambientalistas que vieron la acción como un reflejo del calentamiento global, debido a que las figuritas se van derritiendo con el calor, representando para algunos cómo será el fin de la humanidad si se continúa dañando la capa de ozono.



*Figura 2: Nele Azevedo, Monumento mínimo, 2005*

Este es un ejemplo claro de las diferentes formas de pensar que existen y como la misma información puede ser tomada de distintas formas, debido a la

cosmovisión de cada individuo, su forma de relacionarse, su contexto social y cultural.

La interpretación de esta obra es relevante en la formación de opiniones, perspectivas distintas de construir un significado, y por ende la forma en la que las personas ven el mundo, a los que les rodean y a sí mismos, construyendo una idea de su percepción e identidad, que va cambiando con los años, gracias a diferentes factores que influyen, como es el caso de la información, sus creencias, costumbres, culturas, entre muchas variables más.

Por otra parte, se conoce que el cuerpo NO es lineal e invariable y aun así parece que los medios de comunicación se han esforzado por normalizar lo contrario, tema que es profundizado en el libro “Cuerpos de la Educación Social” de Eva Bretones Peregrina 2018.

Bretones explica que la humanidad tiene el talento de “producir teorías que radicalizan la desigualdad de algunos cuerpos que, a partir de determinados criterios” (Bretones, 2018, p.17) imponen y crean distintas etiquetas en cada persona, para poseer la capacidad de ordenar y controlar las masas. (Bretones, 2018)

Se considera a ciertos cuerpos como “diversos, distintos, raros, peligrosos, preocupantes” (Bretones, 2018, p.17) etiquetas que determinarán el trato que se recibirá y brindará a cada individuo, dependiendo de su apariencia. (Bretones, 2018)

Son creencias que se forman a través de los medios y el entorno cercano, tal y como Jacques Lacan, explicaba con el estadio del espejo, que se centra en “construir, deconstruir y reconstruir la idea misma de cuerpo” (Bretones, 2018, p. 26) puesto que este reconocido pensador psicoanalista y psiquiatra dedicó su vida a estudiar y enseñar la comprensión de la mente humana. (Bretones, 2018) (Lacan, 1936)

Lacan argumentaba que, cuando un bebé nace, es determinado por su entorno, es decir, por sus familiares, quienes serán su primer referente visual semejante, gracias a la “imagen que tomamos prestada del otro” (Bretones, 2018, p.26), normalizando la imagen que poseen nuestros semejantes, hecho que con la repetición se llega a considerar como lo “natural”, condicionando a las personas a mantener un ideal corporal, que fragmenta progresivamente la identidad de cada persona.

(Bretones, 2018) (Lacan, 1936)

Un claro ejemplo de esta repetición y normalización de cánones de belleza es la obra “La Reencarnación de Santa-ORLAN” 1990, en la que la artista se somete a distintas intervenciones en su rostro, modificándolo en base a las famosas pinturas de mujeres a lo largo de la historia, pinturas que hay que recordar, fueron elaboradas por hombres.



*Figura 3: Mireille Suzanne, La Reencarnación de Santa-ORLAN, 1990*



*Figura 4: Mireille Suzanne, La Reencarnación de Santa-ORLAN, 1990*

La Reencarnación de SANTA-ORLAN es una obra de arte que desafía los límites entre el cuerpo y la identidad, entre la belleza y la deformidad, entre lo sagrado y lo profano. La artista francesa Orlan se sometió a nueve operaciones quirúrgicas entre 1990 y 1993, en las que modificó su rostro y su cuerpo con elementos tomados de obras maestras de la historia del arte. Su objetivo era crear un ser híbrido, una mezcla de diferentes modelos de feminidad, que cuestionara los cánones estéticos impuestos por la cultura occidental.

Las operaciones de Orlan fueron realizadas en vivo, frente a un público y con cámaras que transmitían la escena a diferentes museos y galerías. La artista permanecía consciente durante todo el proceso, hablando con los médicos, recitando poemas o leyendo textos filosóficos.

La Reencarnación de SANTA-ORLAN es una obra que provoca reacciones diversas, desde la admiración hasta el rechazo, desde la fascinación hasta el horror. Algunos la consideran una obra de arte radical y transgresora, que cuestiona los roles de género, la identidad y la representación. Otros la ven como una obra de arte enfermiza y narcisista, que banaliza la cirugía y la violencia. Lo cierto es que Orlan no deja indiferente a nadie, y que su obra plantea interrogantes sobre el sentido y los límites del arte contemporáneo.

Así mismo, “la figura corporal ha sido valorada desde diferentes percepciones a lo largo de la historia” (Marks et al., 2008, p.167) evidenciando las diferentes percepciones que se crean sobre un mismo tema dependiendo de distintos factores, es así que el libro “Psicología de la salud: Teoría, investigación y práctica” de David F. Marks, Michael Murray, Brian Evans, Carla Willig, Cailine Woodall, Catherine M. Sykes; es pertinente para la investigación del cuerpo humano y sus distintas interpretaciones. (Marks et al., 2008)

Al mismo tiempo, “la obesidad ha sido considerada durante siglos como un signo de distinción social, poder e incluso envidia” (Marks et al., 2008, p.167) aparte de que en años pasados las mujeres que poseían cuerpos obesos, representaban salud y fertilidad, lo que era señal de belleza, reflejada en obras de arte de distintas épocas. (Marks et al., 2008)

Sin embargo, en la actualidad la preocupación por lucir un cuerpo más delgado ha incrementado “el exceso de peso y la celulitis se ha convertido en un problema físico y psíquico” (Marks et al., 2008, p.176) tanto para hombres como para mujeres, especialmente enfocado en el cuerpo femenino, incentivando el uso de tratamientos que ayuden y contribuyan para poseer un cuerpo escultórico, un suceso normalizado y sumamente preocupante. (Marks et al., 2008)

## 2. Quien quiera celeste, que le cueste...

Ahora bien, ¿de dónde viene esta construcción de la identidad?

El primer paso para que todo el proceso de significados y comunicación se genere en una sociedad y por ende en un individuo, es la vista. Debido a que cuando se es niño, visualizar el entorno en el que se encuentra es esencial en el desarrollo del ser humano y de su personalidad, tal y como explica John Berger en su libro “Modos de ver” 2016, quien habla de cuando una persona nota el que puede visualizar, también se percata en el que puede ser visualizado, un descubrimiento relevante para la vida humana, “El ojo del otro se combina con nuestro ojo para dar plena credibilidad al hecho de que formamos parte del mundo visible.” (Berger, 2016, p.5), es desde este punto, que el autor explora cómo la percepción visual y las formas de mirar afectan nuestra comprensión de las obras de arte y, por extensión, de la sociedad en general. (Berger, 2016)

El texto de Berger es una invitación a cuestionar los modos de ver establecidos y a desarrollar una mirada propia y crítica sobre las imágenes que nos rodean, puesto que una de las contribuciones más conocidas del escrito, es el uso de la mujer como objeto sexual y decorativo en las imágenes, y cómo esas representaciones reflejan y refuerzan las relaciones de poder de la sociedad. Al mismo tiempo hace la diferencia entre el desnudo y el acto de desnudarse, y cómo la mirada masculina condiciona la representación de la mujer. (Berger, 2016)

En resumen, “Modos de ver” de John Berger es un análisis crítico de cómo nuestras experiencias y el contexto social influyen en la interpretación visual, especialmente en el arte. Berger cuestiona las convenciones artísticas establecidas y examina cómo las estructuras de poder y las expectativas sociales afectan la manera en que vemos el mundo a través de las imágenes. (Berger, 2016)

La artista conceptual estadounidense, Barbara Kruger se caracteriza por el uso de la publicidad y los medios de comunicación para difundir su arte, empleando imágenes, acompañadas con letras, símbolos comunes de una cultura, tal y como se habla en el libro de Berger.



*Figura 5: Barbara Kruger, LOS DEMONIOS EN LA IMAGEN, 2022*

En su obra “Los demonios en la imagen” 2022, Kruger continúa su crítica feminista posmoderna, explorando temas como la búsqueda incesante de la perfección estética y los imperativos culturales. (Kruger, 2022)

Kruger enfatiza en los ideales de belleza y los regímenes punitivos/sancionadores a los que las mujeres están sometidas constantemente en su vida diaria, especialmente por la publicidad. (Kruger, 2022)

Además, Barbara Kruger es una pionera del arte a gran escala que desafía al espectador a reflexionar sobre la sociedad, la belleza y el poder. Su obra “Los demonios en la imagen” es un recordatorio de que el arte puede ser una herramienta poderosa para la crítica y la conciencia social.

Por consiguiente, cuando nos enfocamos en el desarrollo de un ser humano, podemos encontrar que los hábitos y costumbres que lo acogen, son puramente imitaciones constantes, como se explica en el libro “Hábitos Atómicos” de James Clear 2018. Las industrias cumplen un papel importante en el estilo de vida que todos deberíamos llevar, para ser “exitosos” y socialmente aceptados, sin embargo, el autor destaca que una vez que el individuo ha reflexionado sobre el tema, se puede emprender y explorar la ciencia de los hábitos, los cuales permiten eliminar hábitos negativos y generar nuevos de una manera positiva. Esta es una manera de auto – escribir nuestra vida y como la queremos llevar, independientemente del mundo industrializado en el que nos encontramos. (Clear, 2018)

Clear argumenta que los pequeños cambios acumulativos, o “hábitos atómicos”, pueden tener un impacto significativo en la mejora personal y profesional a lo largo del tiempo. El autor presenta el concepto de la regla del 1% y destaca la importancia de enfocarse en pequeñas mejoras diarias para lograr un cambio sustancial a largo plazo. Además, aborda temas como la formación de identidades basadas en hábitos y la creación de sistemas que faciliten la adopción y mantenimiento de comportamientos positivos. (Clear, 2018)

Un gran ejemplo de la regla del 1%, en el ámbito artístico es la obra de Héctor Falcón – Procesos Anabólicos 2016, el cual es un registro fotográfico del cambio de su cuerpo con el uso de anabólicos, es decir, con hormonas masculinas para aumentar la masa muscular. (Falcón, 2016)



*Figura 6: Héctor Falcón, Procesos anabólicos, 1973*

Sin embargo, en la obra de Falcón, se topan dos temas importantes, el de la secuencia y persistencia para conseguir un cambio, tal y como Clear trata en su texto, y el tema de modificar tu cuerpo para conseguir encajar en los estándares más comunes de un “cuerpo sano y atractivo”, que no necesariamente es la verdad, pues al usar anabólicos, las personas pueden generar enfermedades a corto o largo plazo, a la vez de que el cuerpo puede rechazar estos productos ajenos. (Falcón, 1973)

Es de este modo que, si se observa a un lado más radical, como es el uso de laxantes, provocarse náuseas, el exceso de ejercicio y la ingesta o no de alimentos; actitudes que se presentan progresivamente, sin percatarse que se ha desarrollado una enfermedad de la conducta alimenticia, es posible que la situación se salga de control, atentando con la salud y la vida de quien la experimente, consecuencia de un sin número de información mal difundida.

El cuerpo humano es complejo y diverso, por lo que es ridículo, definirlo de una forma lineal y uniforme en donde el rompimiento de estas descripciones tan específicas y rígidas, que generen rechazo, ignorando que cada persona es un mundo

único, conformado por diferentes tipos de información genética y, por ende, rasgos distintos, pero finalmente humanos.

El texto “Cuerpos en Concierto: diferencias, desigualdades y disconformidades” 2012 es una compilación de artículos que abordan la problemática del cuerpo y las emociones en el contexto de la dominación capitalista. En donde, se propone una mirada crítica y reflexiva sobre las formas en que el capitalismo moldea y controla los cuerpos y las emociones de los sujetos. (Cena, 2012)

De este modo, se evidencia cómo el capitalismo produce cuerpos y emociones diferenciados, desiguales y disconformes, tal cual los autores mencionan: “los cuerpos diferentes, mutilados, con discapacidad, los que recogen residuos, los cuerpos con hambre; son cuerpos individuales e individualizados” (Cena, 2012, p. 89) que reflejan y reproducen las jerarquías y las exclusiones sociales, por ser “diferentes”. (Cena, 2012)

Una obra que expone la realidad de los cuerpos femeninos, es la obra *Eve*, creada por el artista Ted Lawson 2013, la cual es una serie de esculturas que hace una exploración provocadora y conmovedora de la identidad física y la fluctuación de peso en las mujeres. A través de estas obras, Lawson desafía las nociones convencionales de belleza y cuestiona cómo percibimos y valoramos los cuerpos femeninos. (Lawson, 2013)

En *Eve*, Lawson representa a una sola mujer en diferentes estados físicos. Cada escultura muestra una figura femenina en un punto específico de su viaje de peso, desde la anorexia hasta la obesidad. La elección de representar a la misma mujer en diferentes etapas de su vida y su cuerpo es poderosa. Señalando que todos los cuerpos son cambiantes y que no hay un “cuerpo perfecto”. (Lawson, 2013)



*Figura 7: Ted Lawson, Eve, 2013*

La pieza “Eva” es especialmente impactante, debido a que hace referencia a la primera mujer según la Biblia que simboliza la dualidad de la feminidad. En esta obra, Lawson yuxtapone cuerpos carnosos con celulitis con otros simplemente constituidos de piel y hueso. La escultura obliga al espectador a cuestionar qué cuerpo es el “correcto” y cuál se correlaciona con qué tipo de identidad. (Lawson, 2013)

La elección de representar a Eva, en diferentes estados físicos, ínsita a reflexionar sobre la historia de la opresión de las mujeres y cómo se han visto afectadas por los estándares de belleza a lo largo del tiempo. ¿Cómo ha influido la sociedad en la percepción de nuestros cuerpos? ¿Cómo podemos liberarnos de estas expectativas y aceptar la diversidad de formas y tamaños? (Lawson, 2013)

En última instancia, Eve invita a mirar más allá de las apariencias y a reconocer la humanidad compartida en todas las mujeres. Recordando que cada cuerpo tiene su propia historia y que debemos celebrar la diversidad en lugar de

juzgarla. A través de estas esculturas, Ted Lawson desafía a reconsiderar nuestras ideas preconcebidas sobre la belleza y a abrazar la autenticidad en todas sus formas. (Lawson, 2013)

Ahora bien, se conoce que los medios de comunicación son los principales influyentes en la perspectiva de cada persona en el mundo actual, puesto que tienen un enorme poder dentro de las sociedades.

Este hecho se reforzó el 2020, ya que, al estar en cuarentena, una de las formas de escapar de la realidad, socializar con otras personas, comunicarse con seres queridos, desarrollarse en el ámbito laboral y educativo, conseguir distracción y entretenimiento, era posible gracias a los medios digitales y de comunicación.

No obstante, antes de que llegara el 2020, ya se utilizaban los medios de comunicación, de una manera obsesiva o moderada en algunos casos, lo que permitía que las industrias publicitarias y de entretenimiento, crecieran y se desarrollaran de una manera amplia nunca antes vista.

Las apariciones de actrices y modelos, generaron una escala “normalizada” de comparación con el cuerpo de estas figuras tan representativas y aplaudidas por las audiencias que son dirigidas en base a una mirada escopofílica falo-centrista, es decir, para y por el placer de hombres, gracias al acto de ver que, para estos últimos, son el cuerpo de las mujeres.

Si ya de por sí, el hecho de que el cuerpo de las mujeres represente placer y distracción, al punto que se lo crea natural, es inaudito, ver el cuerpo de una mujer como un objeto, que puede variar de valor dependiendo de la apariencia física que posea, es completamente una violación al derecho de las mujeres y de la vida misma.

En las obras de la artista Jenny Saville, inglesa conocida por sus monumentales cuadros de desnudo femenino, gracias a que se caracteriza por explorar

el cuerpo de la mujer de manera cruda y realista, sin idealización ni búsqueda de belleza convencional. A parte, profundizaré en su enfoque artístico y algunas de sus obras más destacadas.



*Figura 8: Jenny Saville, Propped, 1992*



*Figura 9: Jenny Saville, Plan, 1993*

Desde su debut en 1992, Jenny Saville ha centrado su temática en el cuerpo humano, especialmente en el femenino. Sus pinturas a gran escala presentan figuras vistas desde perspectivas poco usuales, donde los cuerpos parecen llenar todo el espacio. La carne se convierte en montañas de pliegues, arrugas y heridas, con colores

brillantes y tonos rojos y marrones predominantes. Su estilo figurativo sale de los estándares de “belleza” de las mujeres que se ha inculcado y reforzado en la vida de las mismas. (Saville, 1992-1993)

Uno de los temas recurrentes en su obra es la representación de cuerpos obesos, a menudo autorretratándose a sí misma. Sus figuras monumentales parecen la visión que un niño tiene de un adulto, desafiando los cánones tradicionales de belleza. Saville se inspira en Courbet y Velázquez, pintando a la mujer real, sin idealización ni retoques. Sus lienzos se convierten en “paisajes del cuerpo”, explorando la veracidad. (Saville, 1992-1993)

Entre sus obras más destacadas se encuentra “Propped” 1992, donde una mujer desnuda se apoya en una barandilla, mostrando su cuerpo con franqueza. Otra pieza relevante es “Plan” 1993, que presenta una figura femenina en una postura inusual, con la piel marcada por la vida y la experiencia. (Saville, 1992-1993)

En resumen, Jenny Saville desafía los estándares convencionales de belleza y nos invita a mirar más allá de la superficie. Sus pinturas de cuerpos de mujeres nos confrontan con la realidad cruda y nos recuerdan la diversidad y complejidad de la experiencia humana.

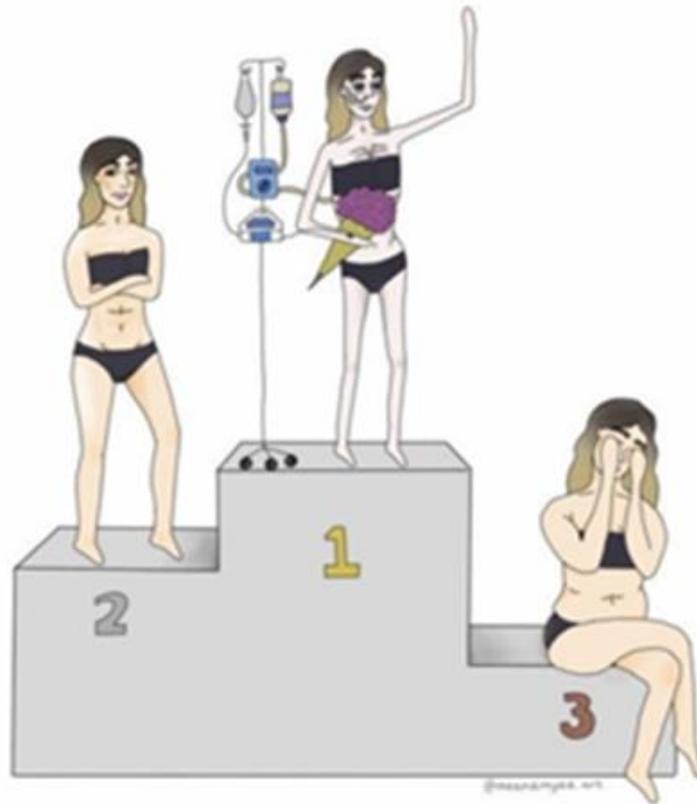
Por otro lado, en el texto de María Martínez, titulado “Deconstruyendo el discurso hegemónico del cuerpo perfecto: explorando la feminidad a través de análisis visual de folletos de clínicas de estética” 2012, se menciona que el cuerpo de la mujer ha sido oprimido por el heterosexismo, hasta el punto en el que las cualidades intelectuales de las mismas, no sean percibidas, impulsando a que lo que más debería destacar es el aspecto físico y no otra cosa más. Siendo así que las personas, principalmente, mujeres o mujeres trans, sean sometidas a diversas cirugías estéticas que hacen “posible que los cuerpos que no se adaptan a la norma, puedan ser

modificados” (Martínez, 2012, p.118) sabiendo perfectamente que el perder la vida es una de las posibilidades de resultado al pasar por el quirófano. (Martínez, 2012)

Pero, ¿Cómo se origina esta obsesión constante de la apariencia dentro de las mujeres?

Tal y como comenta Jenny Marcela Pontón Cevallos en su texto “Ente el cuerpo y la publicidad: tensiones en la feminidad en el Ecuador”, la respuesta se remonta en el pasado, cuando se pensaba que las mujeres debían ser y permanecer bellas, “para capturar la mirada del deseo masculino y de esta manera ser también valoradas socialmente” (Cevallos, 2015, p.24) debido a que se creía que si no se conseguía un buen marido en los años de inicio de la juventud, seguro la reputación de la familia entera se vería perjudicada y por ende su estatus en la sociedad. (Cevallos, 2015)

Un ejemplo artístico de esta situación y cómo influye en la percepción de las mujeres por presión de los medios, es el Cuadro sin Nombre de Christie Begnell, una artista de Australia, que realizó un libro llamado “Me and my ED”, el cual representa una serie de imágenes que la artista dibujó y pintó, en el momento que estuvo pasando su proceso de recuperación de la anorexia, intentando recrear la perspectiva de su cerebro “que estructuralmente y químicamente no podía permitirle sentirse feliz”. (Gladwell, 2017, p.72) uno de los síntomas de las enfermedades de conductas alimentarias.



*Figura 10: Christie Begnell, Cuadro sin Nombre, 2017*

## METODOLOGÍA

Desarrollé de manera progresiva Bulimia y Anorexia Nerviosa. Sin notar que tenía un grave problema, llegó un tiempo en el que se hizo evidente en mi cuerpo, en mi rendimiento social, académico y en mis comportamientos cotidianos.

Cuando tenía unos 11 años, empecé a desarrollar mi cuerpo de manera temprana a comparación de mis compañeras y compañeros. Hecho que me hizo sentir un poco insegura de mi cuerpo. Con el paso del tiempo empecé a aceptarme y a amar mi nueva forma que había tomado, hasta que un día sucedió un hecho que marcó mi vida.

Estábamos con mis padres de viaje y habíamos parado para comprar flores en un vivero, mientras mis padres estuvieron adentro pagando por las plantitas, yo me quedé afuera cargando las macetas en los brazos. De pronto sentí una mano que me agarraba las nalgas, en ese momento regresé a ver y resultaba que era un señor viejo de los que cuidan los autos estacionados. Él se reía como si hubiera hecho algo magnífico, y cuando vi a mi alrededor, había señoras, señores, jóvenes y niños riéndose de lo que el señor había hecho con mi cuerpo. Me sentí tan tonta e impactada, que no supe cómo reaccionar, me quede muda y me subí al auto y al subir me puse a llorar sin que nadie de mi familia entendiera por qué lloraba, no fue hasta que llegamos a casa que les conté lo que había pasado.

Después de ese día tenía miedo de ponerme ropa que marcara mi cuerpo, lo escondía con sacos enormes y pantalones de mi hermano, prendas que me quedaban flojas.

Volví a sentirme cómoda nuevamente con mi cuerpo, hasta que en las reuniones familiares siempre me comparaban con mi prima, me decían que yo era más pequeña, me decían que yo era muy gordita, me decían que yo comía mucho, me hicieron sentir que no era suficiente.

En ese entonces no me causo tanta inseguridad, pero la constancia de los comentarios, llevaron a mi madre a decirme que deje de comer tanto. Para mí eso fue devastador, mi madre, mi único eje de apoyo, acababa de decir lo que nunca quise escuchar.

A la par que esto sucedía, mi madre estaba dedicada a vender Leonisa, el cual es un catálogo de ropa interior de mujeres y otros accesorios. Lo que provocó, que empezara a compararme con las modelos que se encontraban en la revista y perseguir el canon de belleza que se presentaba ahí, creía que si lo hacía les gustaría más a mis seres queridos, a mis amigas y amigos.

Intentaba hacer ejercicio para no sentirme culpable al comer, pero no me era suficiente. Empecé a llorar en la ducha mientras veía mi cuerpo, me pasaban pensamientos como: ¿y si me corto los rollitos de las caderas, del estómago, y los muslos que tengo de sobra?

El desesperarme cada vez que me bañaba era incontrolable, o cuando me observaba en el espejo o ir a un sitio donde mi cuerpo estaba expuesto como una piscina o la playa. Llegué el punto, en el que empecé a dejar de disfrutar las actividades con otras personas y me ensimismé en hacer ejercicio y comer “saludable”, guiándome con información del internet, de las redes sociales, de revistas, e “influencers” que estaban muy de moda en ese momento.

Sin darme cuenta, empecé a contar las calorías, contar las uvas que me comía, medir mi proteína, eliminar los carbohidratos, y cocinar todo en agua para no usar aceite.

Notoriamente empecé a bajar de peso, pero no me bastaba, comencé a saltarme las comidas, a no merendar, a veces no desayunaba nada, mi única comida era el almuerzo y un buen botellón de agua para llenar mi estómago.

Cada día comía una sola vez, y lo poco que comía, lo desechaba usando laxantes. En ese momento sentí una tranquilidad y satisfacción inexplicable, era como quitarme la culpa de una forma inmediata y fácil.

Llegó el punto en el que las faldas me chorreaban y la ropa que tenía de niña me quedaba, me sentía tan feliz.

Al inicio me felicitaban por bajar mis 45 kilos de peso, hasta que llegue a los 32 kilos y la diferencia era notable. Estaba esquelética, caminar me costaba muchísimo, empezó a fallarme el corazón y la comida no se procesaba bien en mi organismo, tenía anemia y déficit en todas las vitaminas posibles. Perdí todos los músculos en mis extremidades, mi cuerpo empezó a comerse mis órganos, reduciéndolos tanto que prácticamente no podían hacer nada por si solos.

Me internaron tantas veces, conectada a tubos, oxígeno y muchos sueros y vitaminas en la vena, que dolía demasiado por lo reducidas que estaban mis venas, usaban agujas de bebes para inyectarme, y aun así me lastimaban muchísimo, sufría demasiado y para no sentir dolor y dejar de tener pensamientos obsesivos y compulsivos, me drogaban 24/7, prácticamente me sentía como un zombi, no sentía alegría, no sentía amor, no sentía felicidad, solo angustia, dolor y ansiedad.

Todos veían que tenía un serio problema, pero yo en el espejo me veía perfecta, me sentía bella y creía que nadie entendía, que querían hacerme engordar por envidia, lo cual evidentemente no era así, pospuse mis estudios un año, porque estudiar se me hacía imposible, solo levantarme de la cama me desmayaba, mi cuerpo se apagaba como modo de defensa, pase toda la pandemia postrada en la cama de mi cuarto, con la vigilancia de mi familia, cada vez que tenía que comer, cuando iba al baño, nunca podía estar sola en ningún

espacio, y cuando me daban ataques de ansiedad por ver mi cuerpo aumentar un poquito de peso, me dormían con sedantes fuertes para que no me hiciera daño.

Realmente fue una pesadilla para toda mi familia y para mí, sufrimos muchísimo y había veces en las que los doctores me decían que al punto que iba ya no iba a poder dar vuelta atrás, porque el daño que me estaba provocando en mis órganos internos, iban a ser irremediables, ya que el daño ya tenía años y no mejoraba.

Finalmente, cuando llegó la pandemia, logré recuperar de verdad, gracias a todo el esfuerzo que ponían mis seres queridos en mí. Recuerdo que era como tratar con una niña chiquita que necesitaba supervisión todo el tiempo, que tenía que aprender a comer, a caminar, interactuar con la gente y no hacerse daño. Hecho que me frustraba tanto y me deprimía al ver como mi hermano mellizo llevaba una vida casi independiente y yo solo veía pasar mis días desde mi dormitorio. Hospitales o centros de salud mental.

La recuperación no fue lineal, hubo momentos de mejoría increíble y luego un retroceso acompañado con crisis e intentos de suicidio, todo dolía, comer dolía, respirar dolía, pensar era imposible, y aunque me recuperé totalmente del trastorno a mis 22 años, nunca pude volver hacer cosas básicas como antes lo hacía.

Actualmente no siento nunca hambre, pero me alimento para no perder calorías y desarrollar mis responsabilidades de la mejor manera, correr y hacer ejercicio nunca volvió a ser lo mismo, ya no rindo como antes y mis problemas gastrointestinales son permanentes, por lo que tomo muchos protectores gástricos para que esto no me afecte, el dormir tampoco volvió a ser lo mismo, porque no puedo mantener un sueño placido como lo hacía cuando estaba sana, me despierto cada media hora, pero para eso tomo medicina que me relaja para seguir con mi vida diaria.

Fue como acelerar el proceso natural del envejecimiento.

Y ahora cada que escucho que alguien quiere opinar sobre mi cuerpo, o el cuerpo de alguien más, sin importar si lo o la conozco, me manifiesto y paro esos comentarios, intento que la gente haga conciencia de las palabras que dicen a otras, porque la palabra tiene poder, tanto que se queda de por vida en nuestras memorias y puede afectar toda la vida o quitártela.

Para comenzar mi proceso artístico, investigué desde el campo de la antropología, los medios de comunicación, el control de masas, el uso de las mujeres en el arte y las redes sociales, la publicidad, la psicología, estadísticas de trastornos alimenticios, muertes por anorexia y bulimia, micromachismos, la escopofilia y el falocentrismo.

Temas que se interrelacionan entre sí, y forman parte de la cosmovisión sobre el cuerpo y la idea de belleza, los cuales son una construcción social y cultural de años.

Un problema que se ha normalizado y se encuentra presente en el diario vivir de todas las mujeres, tanto con mensajes directos e indirectos, que ponen en peligro miles de millones de vidas alrededor del mundo.

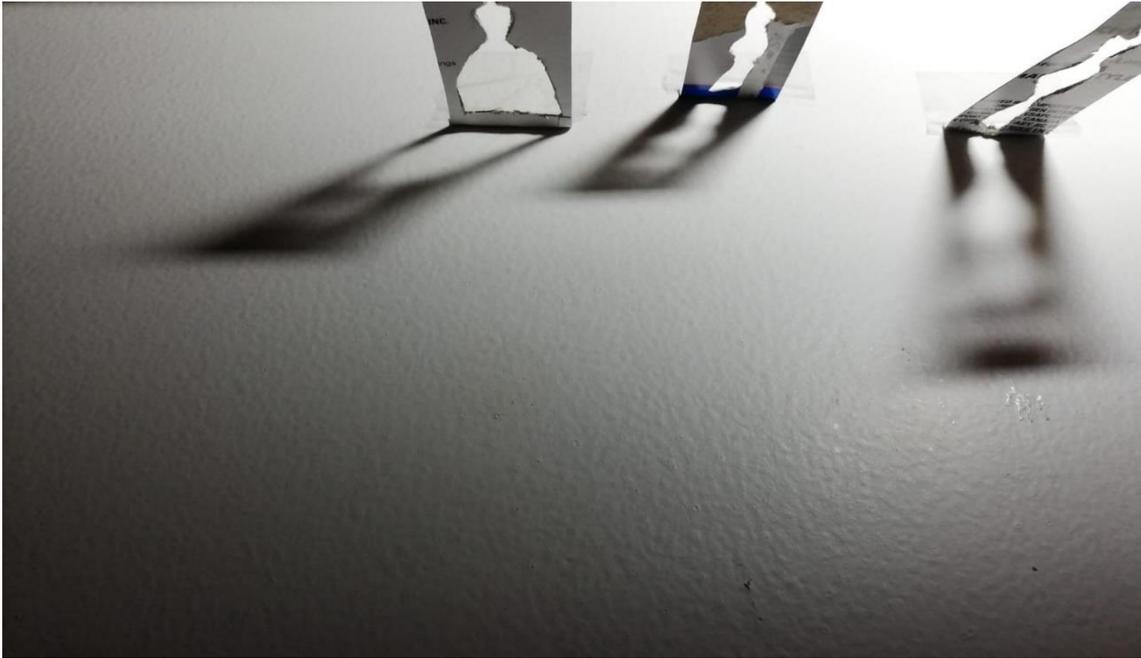
## Procesos artísticos previos



*Figura 11: Ana Paula Burgos, Creencias, 2021 – 2022*

“Creencias” es el resultado de un ejercicio creativo con letras, en clase de Laboratorio de Creación 1, en donde se utilizan letras de fideo que se utiliza para preparar la muy conocida sopa de letras, que es básicamente un carbohidrato simple, considerado “poco nutritivo” por la cultura de las dietas, en donde se aplica una frase opuesta a “Eres lo que comes”.

El resultado de este ejercicio, me gustó mucho, sin embargo, quería continuar experimentando con distintos materiales este tema, fue así que pase al cartón, papel, cerámica y tela.



*Figura 12: Ana Paula Burgos, Siluetas, 2021 – 2022*

Es un ejercicio de experimentación en la pared, utilizando la refracción de la luz y siluetas recortadas en pedazos de cartón, con la intención de asociar la dismorfia corporal con la distorsión visual que se producen en las sobras, tanto en tamaño como en formas.

Sin embargo, este ejercicio lo descarte, por lo complicado que se me hacía en momentos de pandemia utilizar un espacio grande para que la obra tuviera impacto, aunque debo aclarar que esta idea sigue llamándome mucho la atención.

¿QUIÉN DETERMINA

CONTROL FUERTE

CUANTO Y QUÉ es

FAJA CINTURILLA  
Consigue una cintura más definida.

CONTROL EXTRA FUERTE

de MÁS?

CHALECO REDUCTOR  
Máxima compresión para mayores resultados.

Control. Poder doble capa: Dura-Fit® + PowerSlim®, varillas en espalda y laterales. Broche con 3 ajustes.  
Ref. 018624 \$45.75  
Tallas S M L  
CAFÉ CLARO 67769 67777 67785

80 # PARA SABER TU TALLA IDEAL, DESCARGA NUESTRA APP. VER PÁGINA 09

Figura 13: Ana Paula Burgos, Revistas, 2021 – 2022

En mi niñez mi madre, vendía ropa interior de mujeres como un pasa tiempo, en donde había modelos con cuerpos que nunca había visto, convirtiéndose tiempo después en mis ideales de belleza.

Sin embargo, al crecer y revisar estas revistas me encontré con comentarios de publicidad que no me parecían adecuados, como: “Chaleco reductor” “Máxima compresión para mejores resultados” es decir, fajas para reducir la cintura, promoviendo el lucir delgadas, sin darnos cuenta el daño que pueden hacer a nuestro cuerpo y autoestima.

Pero... ¿quién determina cuánto y qué es comer demás?

Las industrias tanto de la moda, del deporte, del cine, de comunicación, entre tantas más; nos han hecho creer a través de los años que, al parecer las mujeres somos un objeto que se puede modificar y cambiar.

El ejercicio me agrado mucho y el resultado también, sin embargo, no continué con el mismo, porque considero que, en el mundo actual, la mayor difusión de información se encuentra en las redes sociales y ya no tanto en las revistas o periódicos.



*Figura 14: Ana Paula Burgos, Manos que miden, 2022 – 2023*



*Figura 15: Ana Paula Burgos, Manos que miden, 2022 – 2023*

“Manos que miden” es una obra que se desarrolló durante la clase de Laboratorio de Creación 2, utilizando la cerámica como medio escultórico de mis manos, las cuales se convirtieron en un instrumento de medición y control de mi propio peso, debido a que las cintas métricas y las balanzas estaban prohibidas para mí.



*Figura 16: Ana Paula Burgos, Manos que rompen manos, 2023*



*Figura 17: Ana Paula Burgos, Manos que rompen manos, 2023*

Es una obra que nació en la clase de Laboratorio de Creación 3, como un ejercicio de repensar y darle un final a una etapa de mi vida que terminó.

Utilizando la fotografía y la obra anterior “Manos que miden”, como lo hizo el artista Ai Weiwei con un objeto de mucho valor, tal y como era esta acción para mí.



*Figura 18: Ana Paula Burgos, Realidades distintas, 2024*

Es un ejercicio de experimentación en la clase de Producción y Exhibición, al representar pocos cuerpos femeninos, que poseen diferentes rasgos y características, pero siguen siendo cuerpos reales.

El ejercicio fue muy gratificante, sin embargo, sentía que, para tratar estos temas de una manera más profunda, me faltaba tiempo y una investigación aún más amplia, para con respeto y sutileza hablar por y con el cuerpo de otras personas.

### Proceso obra final

Decidí trabajar con tela, debido al significado que tenía, porque generalmente, se utiliza la tela para conservar calor corporal. Esta decisión significó un reto enorme para mí, al no conocer nada sobre costura y técnicas de cocer. Sin embargo, con la guía de mi madre, logré adquirir está capacidad de trabajo.

La primera pieza de la obra, fue un huevo frito, el que dio inicio a una serie de esculturas blandas posteriores. No obstante, mi intención no era representar cualquier alimento, sino que hice una lista de los alimentos que recordaba, me prohibía al máximo su consumo, debido a su alto cometido calórico.



*Figura 19: Ana Paula Burgos, un huevo frito para huevear, 2024*

Empecé a adquirir los alimentos que había seleccionado en la lista, para utilizarlos como referencia en la creación de las piezas, y así, posteriormente, los degustaba.



*Figura 20: Ana Paula Burgos, Rosquilla de verdad, 2024*



*Figura 21: Ana Paula Burgos, Rosquilla escultura banda, 2024*

Un dato importante, que no me había dado cuenta, hasta que una colega me preguntó, fue el que nunca había usado moldes para hacer las esculturas, sino que utilicé mi propio cuerpo, para medir las piezas.

El medir las cosas, con mi cuerpo, se me ha hecho algo muy normal y cotidiano de mi vida, desde que tenía mi desorden alimenticio, debido a que utilizaba mis manos para medir mi peso. Claro está, que actualmente ya no tengo esos impulsos de medir mi cuerpo, sin embargo, para mi comodidad, lo he empleado en mi forma de trabajo inconscientemente.

## CONCEPTUALIZACIÓN DE LA OBRA Y PROYECCIÓN DE MONTAJE

Mi proyecto artístico se basa en mi propia experiencia con respecto a los trastornos alimenticios, con la intención de que las personas puedan percibir una pequeña parte de lo que es vivir con hambre constante. Ponerse en los zapatos de otros de manera inofensiva e interactiva. Un espacio en el que se puede descansar, sin preocupación ni dolor, a gusto con su entorno y consigo mismo.

Mi obra final, consistió en la elaboración de doce esculturas blandas, las cuales se dividen en las piezas dulces y las piezas saladas, siendo las dulces las que predominan, rasgo que refleja la realidad de mis restricciones.

Es de este modo que reproduje tres tipos de malvaviscos, los que se encuentran en las reuniones con amigos o familiares y los que vienen en las fundas navideñas.



*Figura 22: Ana Paula Burgos, Malvaviscos de funda, 2024*



*Figura 23: Ana Paula Burgos, Malvaviscos navideño, 2024*

Adicionalmente, fabrique las crepas de dulce que pocas veces me las prohibía, porque intentaba hacerlas sin grasa, sin muchos ingredientes y con fruta, ya que usualmente, en los libros de dietas, son permitidas dependiendo de cómo las prepares.



*Figura 23: Ana Paula Burgos, Crepas de dulce, 2024*

Cuando empezó mi trastorno, aún continuaba en el colegio y recuerdo que entre los postres que vendían en el bar del mismo, estaban las mil hojas, que obviamente amaba, pero luego me causaban mucha angustia y temor.



*Figura 24: Ana Paula Burgos, Mil hojas, 2024*

Las rosquillas, nunca fueron un postre que disfrutaba, aun cuando no tenía el trastorno presente, debido a que cuando quería comprarlas mi familia decía que era puro dulce y no valía ingerir ese tipo de alimentos.

Sin embargo, cuando me encontraba en el tratamiento, al fin las probaba sin pensamientos negativos, desarrollando un gusto por ellas.

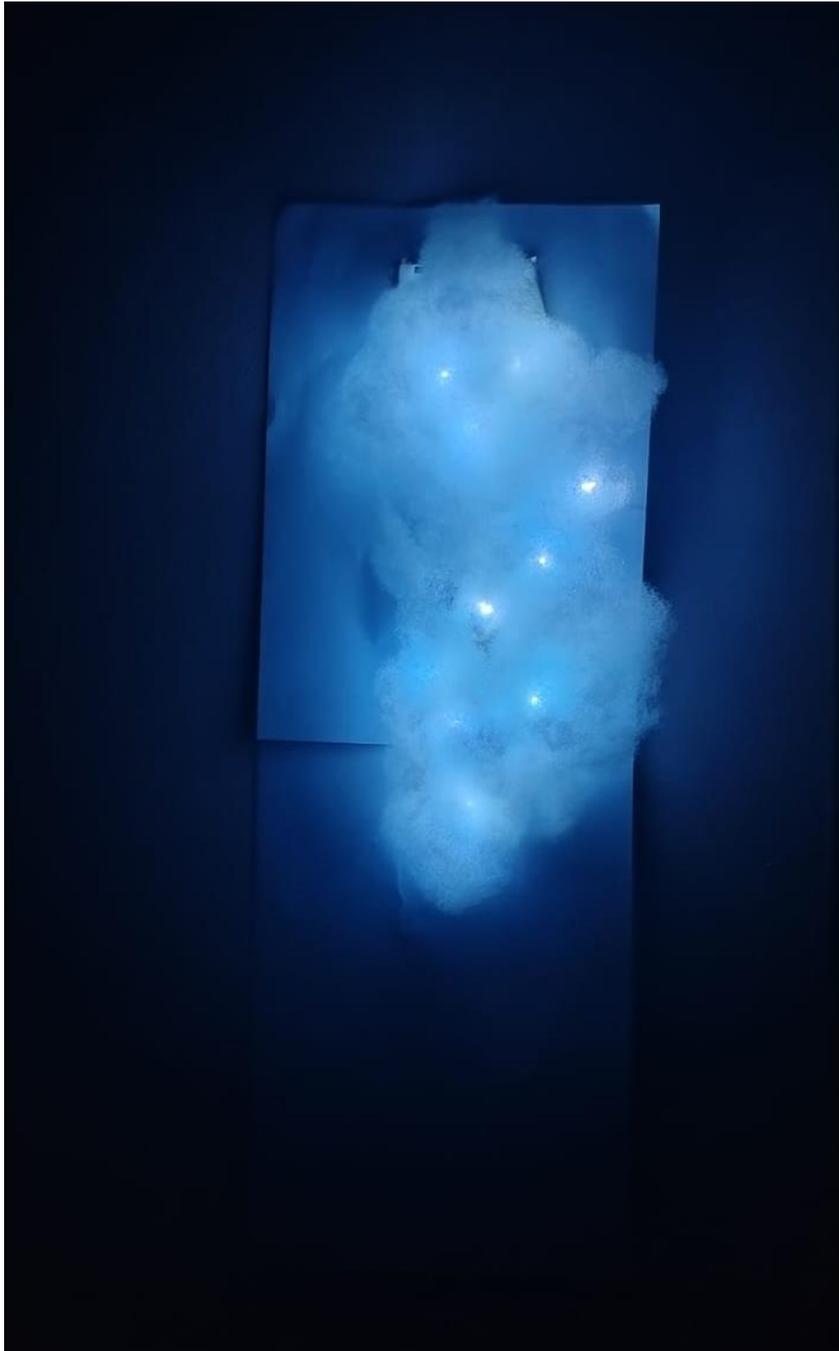


*Figura 25: Ana Paula Burgos, Rosquilla de chocolate, 2024*



*Figura 26: Ana Paula Burgos, Rosquilla de chispitas de dulce, 2024*

La pieza de dulce que todavía no estaba bien resuelta era la del algodón de azúcar, a pesar de tener este pequeño imprevisto, se logró presentarla en la exhibición de Procesos Cocoa.



*Figura 27: Ana Paula Burgos, Primera opción de algodón de azúcar, 2024*



*Figura 28: Ana Paula Burgos, Segunda opción de algodón de azúcar, 2024*



*Figura 29: Ana Paula Burgos, Tercera opción de algodón de azúcar, 2024*

Se terminó eligiendo la tercera opción de montaje, por dos factores, el plumón que se había tinturado de rosado, se había encogido y, por ende, la cantidad del mismo ya no era el mismo. El segundo factor que influyó en la decisión, fue la dificultad de pegar el algodón a la pared o al techo, objetivo que se deseaba cumplir con las dos opciones anteriores.

Ahora bien, las piezas saladas, eran las siguientes:

El huevo frito con dos yemas, debido a que tenía la creencia de que consumir dos yemas por día podía afectar como me veía, gracias a que, en algunos libros de dietas, páginas web “saludables” e influencers, decían que las yemas de huevo contenían mucho colesterol. A la par, el consumir alimentos fritos, está satanizado en la cultura de las dietas.



*Figura 30: Ana Paula Burgos, Huevo frito con dos yemas, 2024*

Se dice que las salchichas, son los desechos de los animales que ya no se han consumido, argumentando que son el desperdicio, es decir, la peor parte para el consumo, puesto que contienen grasa mala para el cuerpo humano.

Al enterarme de tal información, no quería volver a probar una salchicha en mi vida, aún cuando eran uno de mis alimentos preferidos.



*Figura 31: Ana Paula Burgos, Salchicha de pollo, 2024*

Durante mi trastorno alimenticio, experimenté un sin número de dietas, entre ellas, la dieta “Keto”. Consistía en eliminar los carbohidratos de todas las comidas, es de este modo que el consumir fideos era imposible permitirme, aún peor por ser un cereal simple.



*Figura 32: Ana Paula Burgos, Fideos, 2024*

Mi familia, al percatarse de que me restringía tanto en la comida, empezaron a prepararme platos que comúnmente me encantaban, un ejemplo, eran los burritos con queso, aun así, no obtuvieron resultados positivos.



*Figura 33: Ana Paula Burgos, Tortilla de burrito con queso, 2024*

En un inicio mi propuesta de montaje para la Q galería fue de la forma en la que represento en el dibujo, situado las piezas, en una de las esquinas de la galería, tal como se había realizado en una de las críticas en clase.



*Figura 34: Ana Paula Burgos, Propuesta de montaje 1, 2024*

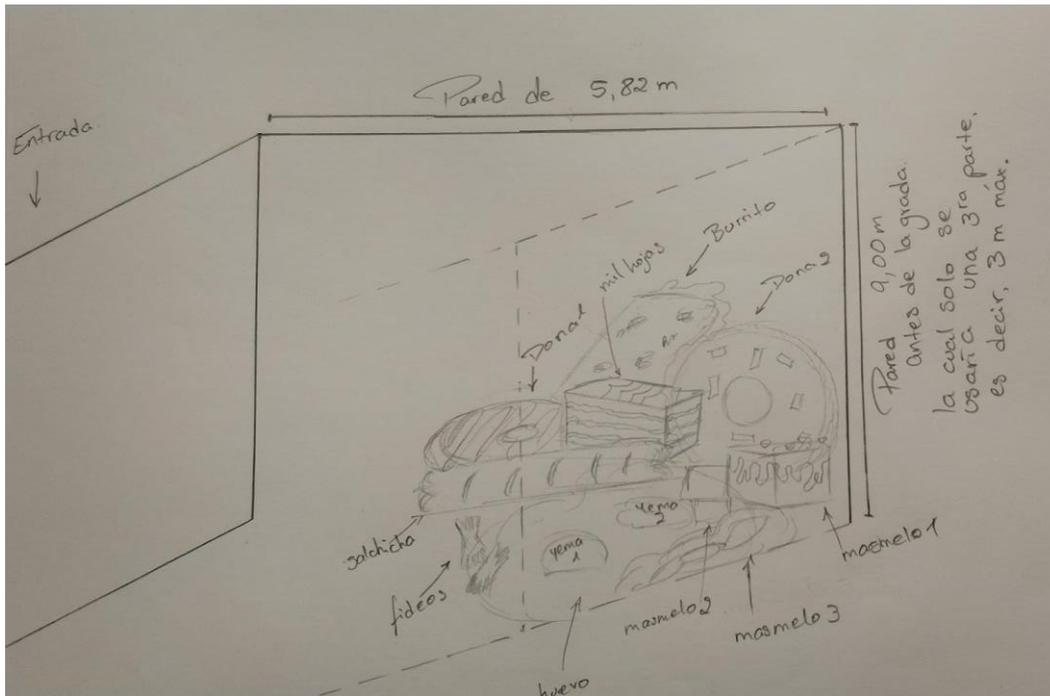
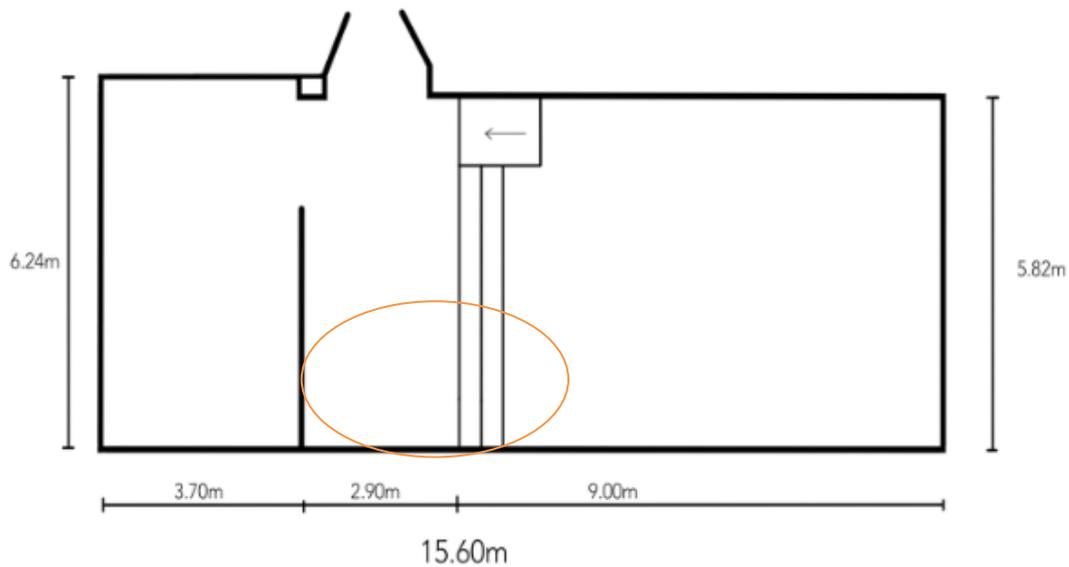


Figura 35: Ana Paula Burgos, Propuesta de montaje 2, 2024

Sin embargo, el espacio nos resultó un poco estrecho, para todos los artistas que nos encontrábamos en la exposición.

Es así, que terminé montando la obra en frente de la puerta de ingreso de los invitados a la galería, hecho que resaltó el punto de mira de la misma.



*Figura 36: Ana Paula Burgos, Plano Q galería obra, 2024*

En el montaje, me encontré con un detalle que no me terminaba de convencer. La obra debe transmitir un espacio muy suave y esponjoso y esto no combinaba con el suelo frío, duro y oscuro de la galería.

Es por esta razón, que la solución a este inconveniente, sería cubrir las paredes y el suelo de tela felpa, la misma que se utilizó en la elaboración de ciertas piezas, dándole un mejor contraste a la obra y al espacio, en el que habita.



*Figura 37: Ana Paula Burgos, Montaje de la obra final, 2024*

Por otra parte, siento que debo pensar de una mejor manera el hecho de activar la obra con los espectadores, en donde las personas son parte fundamental dentro de la obra, debido a que, si bien es cierto, la obra habla sobre mi experiencia con el trastorno alimenticio, también tiene la intención de ponerse en los zapatos del otro.

Este tema lo traté con mis profesores, quienes me sugirieron probar otras maneras de montaje, debido a que la posición en la que esté la obra, influye en cómo se percibe a la misma y cómo las personas reaccionan a lo que ven.



*Figura 38: Ana Paula Burgos, Interacción 1, 2024*



*Figura 39: Ana Paula Burgos, Interacción 2, 2024*



*Figura 40: Ana Paula Burgos, Interacción 3, 2024*



*Figura 41: Ana Paula Burgos, Interacción 4, 2024*

## CONCLUSIONES

En conclusión, esta creación artística, me ha llevado a explorar nuevas formas de elaborar esculturas, como es el uso de esculturas blandas, aplicando técnicas que no conocía. A la par, he descubierto que me agrada trabajar con tela, siento que es un campo muy amplio, que me falta mucho por aplicar y explorar.

Durante todo mi proceso artístico, he tratado el tema del cuerpo y la experiencia propia con los desordenes alimenticios, tema que pensé en dejar de lado para este proyecto final, descubriendo así, que realmente no me siento empoderada de un tema a tratar si no se encuentra de alguna o de otra forma relacionado con mi vida.

Es por esta razón que, pienso continuar tratando el tema de los trastornos alimenticios, desde otras aristas, que son muchas todavía por examinar.

Adicionalmente, siento que todavía hay mucho que investigar sobre el tema del uso del cuerpo como un instrumento de medición, se podría decir que se lleva en la sangre, que es probablemente una acción instintiva, que he adoptado en mi diario vivir, sin darme cuenta, aún cuando este acto ya se practicaba muchos años atrás. Lo curioso, es que actualmente existen distintas herramientas para medir, como son las reglas, las citas métricas, las balanzas, entre otras, a pesar de ello, siento que se me hace más cómodo usar mi cuerpo y dudo mucho que esto vaya a cambiar.

Agradezco mucho todo este transcurso de autorreconocimiento, a todas las personas que me apoyaron y fueron mi guía en momentos en los que me sentía perdida y sin salida. A mis profesores, que sin ellos no hubiera logrado entender y descubrir que es lo que deseaba transmitir o representar.

Realmente, siento que todo este proceso, tanto como la obra final, como el recorrido académico, me ha enriquecido en distintas áreas, desde la fotografía, el uso de medios digitales, la apropiación, el dibujo, la pintura en acuarela, el grabado calcográfico, la escultura con distintos materiales, desde cerámica, hierro, madera, como la tela, el papel, el cartón y una infinidad de recursos más.

Aún hay mucho que deseo explorar y aprender, el conocimiento en el ámbito artístico es bastante amplio, lo que abre las puertas a un sin número de posibilidades para crear y aplicar, desde el proceso investigativo, hasta el proceso creativo y práctico.

Un artista tiene que ser de todo y saber hacer de todo, porque nuestra profesión nos impulsa a hablar desde el conocimiento, la investigación, la experiencia propia y de los demás. Tenemos el poder de cambiar la sociedad, influenciando con nuestras obras y sus mensajes, con el uso de la reflexión y la concientización, nuestro trabajo es realmente necesario tanto para la memoria, la conservación, como para el cambio.

Y por último y como lo he experimentado en carne propia, el arte es tan maravilloso, que puede servir hasta como una herramienta de sanación y resiliencia para nuestras propias vidas.

## BIBLIOGRAFÍA

Anónimo. (s/f). *Trastornos de la alimentación*. MAYO CLINIC.

[https://www.canva.com/design/DAF8beRm\\_ZM/0J6oHVj\\_rjAAxHe9h6pNbA/edit](https://www.canva.com/design/DAF8beRm_ZM/0J6oHVj_rjAAxHe9h6pNbA/edit)

Ayuzo y Joshue David Covarrubias, N. C. (2020, noviembre 27). *Trastornos de la conducta alimentaria*. SCIELO.

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0035-00522019000200080](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0035-00522019000200080)

Azevedo, N. (2013). *Monumento Mínimo*. Investigación de desempeño, 18 (6), 16-17.

Azevedo, N. (2020). Diálogos visuales y arte efímero. Instalaciones y acciones urbanas en espacios públicos: Sao Paulo, Brasil, y Roma, Italia. *A Contracorriente: una revista de estudios latinoamericanos*, 17 (2), 9-16.

Berger, J. (2016). *MODOS DE VER*. GG.

Begnell, C. (14 de marzo de 2017). *Me and My ED*. Blurb. <https://www.blurb.es/b/7812582-me-and-my-ed>

Bretones Peregrina, E., & Pié Balaguer, A. (2018). *Cuerpos de la educación social*.

Universidad Oberta de Catalunya. <https://www-digitaliapublishing-com.ezbiblio.usfq.edu.ec/a/54892>

Castro Jiménez, M. (20 de enero de 2020). *Cómo explorar la identidad a través del arte*.

EducaLab. <https://educa-lab.es/explorar-la-identidad-a-traves-del-arte/>

Castro Guerra, F. (24 de agosto 2023). *Lacan: El “estadio del espejo” como descubrimiento del sujeto*. linkedin. <https://www.linkedin.com/pulse/lacan-el-estadio-del-espejo-como-descubrimiento-castro-guerra/>

Cena, R. B. (2012). Permeated bodies: a diverse approach. *Revista Latinoamericana De Estudios Sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 3(7), 88.  
<https://www.proquest.com/scholarly-journals/permeated-bodies-diverse-approach/docview/1269497436/se-2>

Cevallos, J. (2015). Entre el cuerpo y la publicidad: tensiones de la feminidad en el Ecuador. *Revista Latinoamericana de Estudios Sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 7(19), 20–33.

Clear, J. (2018). *Hábitos Atómicos*. Paidós.

David F. Marks, Michael Murray, Brian Evans, Carla Willig, Cailine Woodall, Catherine M. Sykes. (2008). *Psicología de la salud “Teoría, investigación y práctica”*. El Manual Moderno, Editorial.

Dassa, N. (16 de julio de 2022). *BARBARA KRUGER, LOS DEMONIOS EN LA IMAGEN*. ACUMEN. <https://galeriejoseph.com/2022/06/24/barbara-kruger-los-demonios-en-la-imagen/>

Falcón, H. (2016). *Metabolismo Héctor Falcón*. PALACIO DE LA ESCUELA DE MEDICINA. <https://pem.facmed.unam.mx/index.php/2021/06/09/metabolismo-hector-falcon-1973/>

- Fuentes, D. (2014). *La dieta de la muerte: “soy anoréxica y esta es mi historia.”* RiL editores.
- Gladwell, H. (07/03/2017). This woman has been unleashing her battle with anorexia through her amazing art. Metro.co.uk. : <https://metro.co.uk/2017/03/07/this-woman-has-been-unleashing-her-battle-withanorexia-through-her-amazing-art-6493709/>
- Hall, S. (1987). EL TRABAJO DE LA REPRESENTACIÓN.
- Lossada, F., (2013). *Sobre la antropología del cuerpo*. Fermento. Revista Venezolana de Sociología y Antropología, 23 (67), 234-250.
- Martínez, M. (2012). Deconstruyendo el discurso hegemónico del cuerpo perfecto: explorando la feminidad a través del análisis visual de folletos de clínicas de estética (19), 113-126. Feminismo-s. <https://doi.org/10.14198/fem.2012.19.07>
- Mulvey, Laura, (2001). “Placer Visual y Cine Narrativo.” En Brian Wallis, (ed.), *Arte Después de la Modernidad: Nuevos Planteamientos en torno a la Representación*, Madrid: Akal, pp. 365- 377.
- Oldenburg, C. (1967). *Claes Oldenburg: The Street and The Store*. MoMA. <https://www.moma.org/audio/playlist/270/3504>
- Penido, C. (s/f). *ORLAN y el arte carnal*. EL OJO DEL ARTE. Recuperado el 2 de 2024, de <https://elojodelarte.com/tendencias/orlan-y-el-arte-carnal>
- Pérez, L. I. (28 de noviembre de 2023). EL ARTE EFÍMERO. *Monumento Mínimo- Ice-men por Nele Azevedo*. Iperperc en Expresión Volumétrica.

<https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoblog/lperperc/arte-efimero-monumento-minimo-ice-men-por-nele-azevedo/>

Saville, J. (18 de abril de 2015). *JENNY SAVILLE*. titomolinablog.

<https://titomolinablog.com/2015/04/18/jenny-saville/>

Wolf, N. (1990). *El mito de la belleza*. Con tinta me tienes.

Young, M. (21 de mayo de 2013). *Esculturas femeninas con fluctuación de peso*.

TRENHUNTER. <https://www.trendhunter.com/amp/trends/eve-by-ted-lawson>

## ANEXO A: ENCUESTAS A UN GRUPO DE MUJERES ENTRE LOS 11 A LOS 72 AÑOS

Se realizó treinta mujeres, desde los 11 años de edad hasta los 72 años de edad. Las respuestas son realmente impactantes, TODAS sin excepción hemos sufrido de violencia hacia nuestros cuerpos tanto en el entorno familiar como escolar y laboral.

Peguntas utilizadas:

1. ¿Te han hecho comentarios sobre tu cuerpo? ¿Qué te han dicho?
2. ¿Qué inseguridades tuviste o tienes sobre tu cuerpo?

### Encuestas:

1) ¿Te han hecho comentarios sobre tu cuerpo? ¿Qué te han dicho?

Sí, me han comentado de todo desde que estoy muy flaca hasta que estoy muy gorda o tengo mucha panza.

2) ¿Qué inseguridades tuviste o tienes sobre tu cuerpo?

No me gustaba mi nariz y llegué a tener tanto conflicto que me la operé. Mi inseguridad es mi panza aunque si me comentan algo al respecto siempre les comento alguna cosa de regreso ya no me dejo como antes.

8:49 a. m.

1) Algunas veces que estoy muy delgada, que prezco esqueleto, que me va a llevar el viento...

Y otras veces es que he subido de peso, que estoy más gordita, que "con esa ropa se te ve más gorda".

2) Mis manos porque son full delgadas y huesudas (por eso uso más anillos ni pulseras para que se vean más llenas). También puede ser mi trasero con los vestidos o faldas porque a veces siento que no tengo mucho. Y mi busto igual porque es muy pequeño y hay alguna ropa que he dejado de usr por eso.

9:00 a. m.

1.- me han dicho estas muy gorda porque no bajas de peso  
2.- lo que te dicen obviamente te sientes mal como porque soy así pero como mi carácter o personalidad es muy fuerte no deje antes ni ahora que eso marque mi vida

8:47 a. m.

1. Si, comentarios sobre el peso, tono de piel, como se ve la ropa que utilizo, sugerencias de operación estética  
2. Con el tiempo los comentarios del peso y ser morena me afectaron, llevo a no gustarme en general como me veia

9:15 a. m.

1. Sí, desde pequeña. Me han dicho que me parecía a “la morsa”, el personaje que era extremadamente flaco y que bailaba disfrazado que se viralizó aprox en el 2010. O comentarios como que “voy a desaparecer”. Unas “amigas” de mi ex-pareja me llamaron borrachas a decirme que estaban con él y que estaba dormido y que si no era ese día algún otro rato me engañaba con ellas porque ellas tenían “más que agarrar” y que yo en cambio no tenía nada. Me han dicho “enana”, “pioja” en cuanto a mi estatura. Y “cuatro ojos” por los lentes. Incluso, mi hermana, de manera cariñosa desde pequeña me comenzó a llamar “huesitos” por el jugo de esa marca. Decía que yo era tan flaca como esos personajes. Ahora lo tomo como broma pero esto inició cuando yo tenía

8 años y en ese entonces no me pareció nada una broma y me molestaba. Me cantaba la canción de Huesitos de Nestlé o me decía que los perros me iban a confundir con su hueso de golosina y que me iban a morder. Por último, en el colegio “amigos” de otra ex-pareja se burlaban de mi nariz diciéndome “la túcan” o “narizona”. Y mi nariz en realidad, ni siquiera es grande. Pero en ese entonces solo por sus burlas llegué a pensar que sí.

9:17 a. m.

2. Inseguridades, millón. Yo no era voluptuosa y cuando todas mis compañeras ya habían desarrollado yo no. Aún ahora parezco mucho menor que de mi edad. Especialmente, en el colegio era común que tanto los hombres como las mujeres nos compararan a las chicas para ver quien era más guapa. Así que tuve mucha presión de hacer ejercicio para ver si al menos así subía de peso (en masa muscular). Por suerte, a mí siempre me gustó hacer ejercicio así que la mayoría de veces lo disfrutaba pero cuando no hacía ejercicio me sentía culpable. O automáticamente me veía más flaca o “débil”. Incluso mi mamá criticó mi nariz toda la vida. Y me quería hacerme operar desde los 13. Me lo repitió tanto que en una cita médica que tuve para revisarme unos lunares frente a mí comenzó a decirle al doctor que mi nariz era fea y que cuánto saldría arreglámela. Y

efectivamente, un año después, por su presión me operé la nariz. Que estoy segura que no lo hubiese hecho si no fuera por ella.

Deje de usar los lentes y recién comencé a usarlos de nuevo hace un par de años. Después de casi 8 años de no usar. Entonces supongo que en cuanto a mi autoestima, afectó en mis decisiones aunque yo externamente no lo demostraba porque mi personalidad es bastante agresiva. Así que yo me defendía y fingía que no me importaba, y todos lo creían. Pero sí influyó en mis decisiones.

9:24 a. m.

1. Si, empezando por mi familia creo que siempre he escuchado “estás muy flaca” “si estás comiendo bien” o “te ves mejor con mas carnegita” cuando era pequeña pensaba que solo tenía que ver con mi salud, ósea que solo se preocupaban por mi pero cuando crecí me di cuenta de que era un comentario estético y aunque ya no influye en mi percepción tanto, igual siempre es incomodo y no se como responder a esos juicios, además de mi familia gente en general aunque creo que de mi familia he recibido más juicios 1:08 p. m.

Siento que de pequeña hubo más este tipo de juzgamientos principalmente a edades tempranas por la inmadurez mental que teníamos como niños, sin embargo siento que de pequeña únicamente no fueron comentarios realizados por mis compañeros sino también por mi familia y no solo en el aspecto físico sino también al exaltar que los juegos que me gustaban eran de niños, je me vestía como hombre, que estaba muy gordita, que mi lunar y marca de nacimiento no eran normales, que tenía piernas de mujer adulta e incluso

2. Antes que era muy flaca, ahora creo que he aprendido a amarme mucho y no dedico tanto tiempo a juzgarme, algo de mi cuerpo qué tal vez no me gusta tanto es aveces mi postura porque no tengo muy buena postura y aveces me veo jorobada jajaj eso me causa inseguridad y también cuando paso por crisis de ansiedad tengo el mal hábito de comerme las uñas pero a un nivel extremo súper autodestructivo, entonces cuando me veo las uñas cortas o lastimadas me genera mucha inseguridad mostrar mis manos 1:11 p. m.

considero que de niña hubo tal nivel de sobre pensamiento por los comentarios que me hacían que pensé que era adoptada, que no me gustaría que me crecieran las chichis porque me harían ver más gordita, por lo que comencé a entrar en etapas donde me desesperaba y comía más pensando que si me dicen así, almenos sea por algo y otras donde dejaba de comer al punto de tener anemia pero seguia gordita

Editado 10:53 p. m.

Actualmente no cuento con inseguridades sobre mi cuerpo que marquen de forma drástica mi forma de ser, siempre creo que veo por hay una longuita, un gordito pero ya no lo veo con desprecio ni me desespero, Justo comencé hace unas semanas hacer ejercicio pero ya no con ese estrés y sobre carga que es por bajar de peso y crear una adición con el. Ahora siento que lo hago más como hobby,

forma de despejar mi mente, conocer más personas, y sobre todo como un acto de amor para mi 10:57 p. m.

Si me costo mucho llegar a este punto pero agradezco porque ya no soy tan dura conmigo misma 10:57 p. m.

Y aunq de niñitas no lo sepamos incluso esos gorditos pueden enamorar a mil chicos, no por ser gordita no mereces amor 10:58 p. m.

1-Si, que se me ve madura para mi edad , que tengo que utilizar mi cuerpo para así saber manejar mejor a las personas , que para que tengo algo si no lo utilizo ,que si me metiera al gym luciría más mi cuerpo ,que mi espalda se ve muy ancha ,que se me ve muy gruesita, que si bajo de peso tendría el cuerpo ideal ,así y muchas mas 6:47 p. m.

2 -mi contestura ,el ancho de mi espalda ,si mi espalda es muy musculosa ,si mi piel es mi morena 6:48 p. m.

1) Si me han hecho comentarios, por ejemplo, eres super alta unos decían porte de reina, otros que era alta y que se me veía, cuerpazo.  
2) Ahora que no puedo vestirme como yo quisiera, no me gusta enseñar mis piernas me siento muy insegura por eso 9:25 a. m.

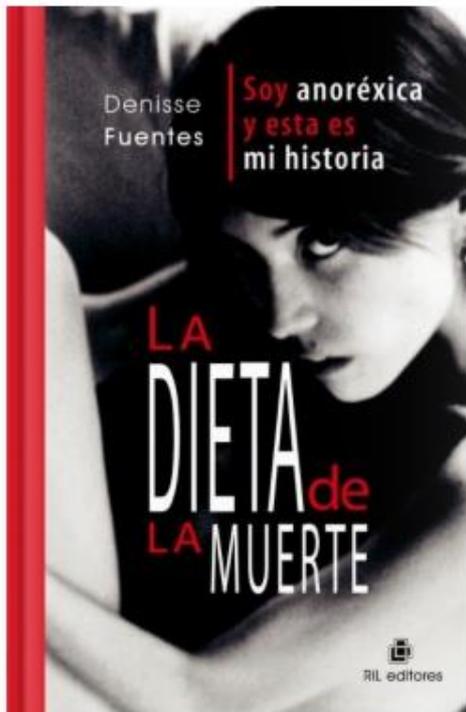
1. Si si he recibido comentarios sobre mi cuerpo, me han dicho que estoy muy plana, que tengo los ojos gachos, que soy muy pequeña, que no tengo busto 9:31 a. m.

2. Tengo inseguridad por mi asimetría en la cara 😞, por mi pequeño busto igual, por mis piernas que las veo a veces muy flacas 9:32 a. m.

Si me han hecho comentarios sobre mi cuerpo, me han dicho que tengo las caderas muy anchas, y que mi senos son muy pequeños  
Antes tenia todas las inseguridades del mundo, ahora que han pasado los años he aprendido a valorarme como soy y me gusta mi cuerpo

**ANEXO B: TESTIMONIO REAL**

Libro: “La dieta de la muerte”

**La dieta de la muerte**

Soy anoréxica y esta es mi historia

Autor: Fuentes, Denisse

Editor: Ril editores

ISBN: 9789562845625

Lugar de publicación: Santiago , Chile

Año de publicación: 2007

Páginas: 222

<https://www-digitiapublishing-com.ezbiblio.usfq.edu.ec/a/29710>