

¿Es posible politizar la anorexia (y nuestra salud mental)?

Por: Emiliano Exposto. 02/07/2021

1.

A los 19 años tuve mi primer crisis anoréxica. Por más de una década, esa experiencia que suele llamarse anorexia, y que yo nunca supe cómo nombrar porque me habita, atraviesa mi vida, de manera más o menos intensa, intermitente, crónica. Había terminado la secundaria, estudiaba periodismo sin demasiado entusiasmo y no encontraba otro motivo que no fuese la noche ricotera. En el galpón de mi casa en Claypole, en el sur del conurbano bonaerense, comencé a hacer ejercicios de modo compulsivo. En pleno verano, pasaba horas transpirando, usando una máquina vieja y unos elementos caseros. Me ponía una bolsa de consorcio debajo de un buzo negro, con treinta grados de calor. Comía tomates, manzanas y tomaba agua. Adelgace muchísimo. Llegue a pesar cincuenta y dos kilos, midiendo un metro setenta y tres. Sin saber qué significan esas variables numéricas, durante años me pesé dos o tres veces por semana, con poca ropa sin importar el clima, peleando contra ese injusto método de medición llamado “índice de masa corporal”^[1]. A cada crisis, seguía un periodo estable y luego una recaída, cada vez más profunda y prolongada. Habiendo socializado estas vivencias entre afectos y amigxs, hoy las crisis son más leves y advertidas.

A los veinte, me mudé. Fui a vivir solo a un departamento prestado en el Abasto, en la Ciudad de Buenos Aires. Fue el peor año de mi vida, un año de aislamiento y mentiras, engaños para evitar las reuniones sociales y sin fuerzas para nada. Estaba haciendo una especie de pasantía en una radio, con unas pésimas condiciones laborales. Miraba recitales y tomaba mate, anhelando las figuras imposibles del glam de los ochenta, esos varones tan violentos como pretendidamente andróginos. Era una lucha difícil, entre mis propios límites, los imperativos sociales de la delgadez obligatoria y la internalización de prejuicios gordofóbicos inconfesados. No hacía dieta, vivía con miedo a la comida: como si estuviera repleta de organismos infecciosos. Al año, volví a Claypole, con cada vez menos pelo, con el rostro amarillento y los tobillos débiles. De aquel tiempo, me quedan huellas: la dificultad de ver colores cuando atravieso una crisis, desbordado entre el alcohol y cierta oscuridad.

Hace unos días me hizo bien un texto revelador de Florencia Lico: “¿Se puede politizar la experiencia anoréxica”?^[ii]. Nos invita a politizar nuestra experiencia psíquica y corporal, desigual y diferencial, en el marco de los activismos disidentes y transfeministas, en la estela de los movimientos de la diversidad corporal, mental y funcional. Lico dice: “Pienso la anorexia como modo de sobreadaptación obsesiva a los imperativos de la delgadez obligatoria”. Y agrega: “Las personas con anorexia tenemos muchas ganas de vivir, pero en vez de organizarnos y rebelarnos contra la opresión que nos toca, perdemos mucho tiempo y vida tratando de amoldarnos a sus requerimientos”. Movilizado por su escritura, me pregunto qué acciones y narrativas podemos construir para conquistar *justicia psico-corporal*.

No se si es posible identificar algo así como la “anorexia” (en universal). Hay anorexias, múltiples y diferenciales, desiguales por motivos de género, clase, racialización, capacidades físicas y mentales, etc. ¿Mi cuerpo anoréxico es un terreno micropolítico? Soy varón, cis, heterosexual, blanco, trabajador cognitivo precarizado, militante de izquierda, con capacidades funcionales hegemónicas. Delgado, y por momentos, extremadamente flaco. En la sociedad de consumo, donde se segregan y expulsan ciertos cuerpos, tengo algunos privilegios. Aunque la delgadez-límite me trajo problemas caminando las calles de Solano o Varela, repleta de miradas injuriosas hacia un rostro pálido, ojeroso y demacrado. Reconociendo los privilegios que otorga la delgadez, Florencia Lico dice: “al cuerpo anoréxico no se lo lee ni se reacciona frente a él de la misma manera que frente a otros cuerpos delgados, y mucho menos que frente a los cuerpos fitness. A las personas

anoréxicas también nos ven con ojos de muerte lenta y con mirada patologizante”.

La politización es una estrategia despatologizante. Estoy harto de los discursos que moralizan, estigmatizan, individualizan, banalizan, psicologizan y victimizan la anorexia. Se trata de sacarla del closet del drama privado y del secreto familiar. Movilizar razones, pasiones y acciones a partir de una diferencia psíquica y corporal. Para patologizarla, abundan las trayectorias con psicólogos y médicos. Para banalizarla y vulnerarla, están las censuras y sospechas en espacios políticos, familiares y académicos. De hecho, cuando leí la nota de Florencia Lico, con melancolía y litros de cerveza en el cuerpo, recordé una situación. En 2016 escribí un texto titulado “Mi cuerpo anoréxico”. No era un buen texto, pero valía un fragmento de vida. Lo envié a un certamen de ensayos con una firma ficticia: “Fede Moura”. Luego lo sometí a consideración de un grupo de investigación para ser incluido en un compilado de artículos. Por suerte, decidimos que no fuese incluido en el libro por algún motivo que no recuerdo. Hoy tengo sensaciones raras cuando vuelvo a esa situación.

2.

Parafraseando a An Millet en *Cissexismo y Salud*, le temo al escrache, a la cancelación, pero necesito socializar esta experiencia, politizarla desde mi lugar, con los privilegios, opresiones y resistencias que me atraviesan. Porque sé que no estoy solo, lo intuyo. A nivel internacional, son considerables los números crecientes en las estadísticas de anorexia cisheteromasculina y blanca. Sin embargo, nunca conocí un chabón que socialice esa experiencia, incluso en círculos antipatriarcales. ¿Dónde andan, cómo se están organizando las personas con anorexia? ¿Cómo romper el aislamiento en articulación con los activismos por nuestras diversidades? ¿Con qué alianzas, privilegios, trayectorias y agendas políticas?

De algunas cosas, uno escribe como puede. La anorexia es un problema político encarnado en mi vida. Una experiencia ambivalente, mezcla de líneas de fugas vitales y fatales, de adaptaciones y heridas, de inadecuaciones y violencias (ejercidas y sufridas). Las intensas ganas de ser amado, deseado o reconocido me han generado dolor. La anorexia es de las vivencias que más me marcaron, junto a la militancia, la noche conurbana, la filosofía y el rock. ¿Politizar la anorexia supone visibilizar estas relaciones de poder e impotencia, estas sujeciones y desacatos? ¿Es la anorexia un espacio, más o menos válido, para contribuir con una construcción política en la lucha por nuestra salud y emancipación?

Por suerte, he tenido (y tengo) una red de amigxs, familiares, compañerxs de militancia y afectos que me cuidan. Mi compañera de vida es una persona muy importante en todo este proceso largo y ambiguo. Nunca me faltó plata para acceder a un profesional, aunque mi única experiencia con el psicoanálisis haya sido olvidable. Cuando salía de terapia, el mundo seguía siendo el mismo desastre estructural que padecía y del cual también me beneficiaba. El analista me instaba a conquistar un imposible justo medio entre el lleno y los vacíos. Sugería (con las mejores intenciones...) que me esfuerce por resolver las ambigüedades de mi vida. Los laxantes, las purgas y atracones, la sensación de desmayo, el exceso y la ascetis, el consumo de drogas, cigarrillos y alcohol, la debilidad del cuerpo, el frío, la visión borrosa, los disfrutes paradójicos, el temor a ser tocado, las ideaciones suicidas, los colapsos, las hemorroides, los espejos, el terror a engordar, la mentira, la frustración y la ansiedad, la incomodidad con un cuerpo que nunca sentí como propio, el absurdo de una soledad flaca y blanca, el odio, los comentarios de cualquier hijo de vecino entrometido, aprender a soportar consejos nunca pedidos, el insomnio, el malestar. Por todas esas vivencias fui pasando. ¿Si solucionará esas ambivalencias no dejaría de ser quien pude llegar a ser, con mis virtudes y miserias? Uno de los desafíos de socializar estas experiencias es aportar para elaborar una conciencia crítica contra las opresiones psíquicas y corporales del poder.

No hay nada heroico, sacrificial ni banal en mi vivencia anoréxica. No identifico ningún rasgo excepcional en esa experiencia, con sus privilegios y prejuicios. No soy una víctima. El deseo de exteriorizarla, de hacerla pública, dudo que se relacione con una especie de “orgullo anoréxico”. Se trata más bien de *alianzas políticas*. Retomando a Nicolás Cuello y Laura Contreras en *Cuerpos sin patrones*, deseo “objetivar” mi anorexia para intentar habitarla de otro modo, y a través de ella, pensar críticamente los estragos corporales y psíquicos del capitalismo. Nuestros

cuerpos y mentes son un campo donde se aterrizan diversos modos de explotación mercantil. Como vienen demostrando hace años investigadorxs y activistas de la diversidad corporal, el mercado explota nuestros deseos, malestares y hábitos, expropiando nuestras riquezas vitales con las industrias de la dieta, la belleza y el éxito, la motivación inspiracional y los fármacos, la moda y el fitness. En este “capitalismo magro”, tal vez los cuerpos anoréxicos podamos contribuir con el combate contra esas opresiones.

¿Qué hacer con esta sensación de no encajar en algunos estereotipos de la masculinidad y, sobre todo, con la experiencia de sobreadaptarme a las normativas corporales y psíquicas del capitalismo, a sus moldes gordofóbicos, capacitistas y cisheteronormados? ¿Las crisis anoréxicas puede ser un punto de vista contra los mandatos de la delgadez obligatoria? ¿Una premisa para sabotear normalidades? Desearía que las respuestas sean colectivas.

3.

Mi última crisis fue el verano pasado. A los 32 años, esta vez no base mi alimentación solo en tomates, manzanas y líquido, pero transite deseos y excesos similares, los mismos vacíos, miedos y malestares. Tuve alegrías parecidas. Como en otras oportunidades me sacó la militancia y la filosofía. A veces, dice un amigo, la filosofía te salva. Un concepto, un libro, han tenido efectos terapéuticos incalculables. Si bien los imperativos corporales hegemónicos arruinaron parte de mis huesos y músculos (hay días que me duelen hasta los dientes), estoy mucho mejor. A veces disfruto comer con amigxs. A pesar de seguir sin desayunar, almorzar ni merendar, no me duele el cuerpo, me siento menos frágil y cansando, y no se me cae el pelo. Con el estrés mental que caracteriza a gran parte de lxs trabajadorxs cognitivxs precarixs, me va más o menos bien en el terreno laboral y afectivo.

De todos modos, pienso que debemos devolverle su dignidad a la experiencia anoréxica. Sin impotentizarla al prometerle cura, superación o salvación. Habitarla de otra forma, no pretender cerrar nuestras heridas, sino explorar otro vínculo entre vida y política a partir del cual crear *posibilidades de autonomía y decisión*. Dejar de etiquetarla en diagnósticos extractivos como “enfermedad”, “neurosis” o “trastorno alimentario”. Para esta tarea, el archivo de las luchas disidentes y feministas muestra que nuestros sentimientos están marcados por relaciones de poder clasistas, sexistas, transodiantes, cuerdistas, racistas, capacitistas, etc.

Politicizar nuestros malestares es una manera de conectar nuestras dolencias con las causas estructurales de la desigualdad anímica. Una forma de desobedecer los discursos patologizantes, medicalizantes y normalizadores que recaen sobre nuestras mentes y cuerpos. Una táctica para desprivatizar las vidas, para cuestionar esa mirada punitiva que juzga, interpreta, responsabiliza, victimiza, banaliza y culpabiliza. Esas voces paternalistas que infantilizan y avergüenzan (conviví con el estigma del “borracho”, el “falopero”, el “agresivo”, el “flaco enfermo”). Necesitamos destruir estas prácticas de violencia y silencio.

La politización de nuestra salud mental implica una disputa contra la precarización y la colonización de nuestros cuerpos. Las crisis subjetivas son experiencias ambiguas, pueden ser una vivencia devastadora o una oportunidad política, una premisa para politizar nuestra existencia. ¿Nuestros síntomas pueden ser los signos de no encajar en los imperativos de la vida capitalista? ¿Cómo rechazar los mandatos de productividad, autoestima o rendimiento? Mi propia experiencia con la anorexia, con esas crisis con las cuales convivo y no siempre sé cómo habitar, implica algunas ambivalencias: el exceso y el agujero, la ansiedad y la angustia, la inadecuación y la sobreadaptación, la extrañeza de sí. ¿Qué potencias nos permiten las alianzas entre experiencias extremas y cuerpos al límite?

4.

Leyendo el excelente texto “¿Qué hay de político en la depresión (y en nuestra salud mental)?” de Fran Castignani^[iii], creo empezar a entender la importancia de escribir y politizar nuestra salud mental en primera persona: “la importancia de ensayar y compartir mi primera persona; no porque crea que hay algo especial, novedoso o particularmente interesante en el convivir con la depresión, sino porque tengo la impresión de que no estoy sola con estas emergencias del vivir”. Cuando leo esto,

me pregunto: ¿cómo politizar mi anorexia?, ¿supone un arduo trabajo para el cual nunca tuve las ganas, los espacios o lo que sea para realizarlo? Pienso que no hay fórmulas universales, guiones preestablecidos o superioridad moral. El trabajo singular y colectivo implica responsabilidad y prudencia, riesgos y cuidados. Tareas para las cuales mi educación sentimental no otorga muchas herramientas. No quisiera que esto sea entendido como un testimonio, un oportunismo o una romantización. Parafraseando a Castignani, realmente no le deseo una anorexia a nadie. Al socializarla, anhelo que sea un primer paso para forjar una conciencia política colectiva.

Cuando leo textos como los de Fran y Florencia, siento que mis amigxs andan por ahí, que están más o menos organizadxs. Que están hartxs y conspirando. Y me pregunto: ¿cómo politizar colectivamente mi diferencia psíquica y corporal en el marco de estas luchas, en alianza con los movimientos de la disidencia mental, sexual y corporal?, ¿nuestros cuerpos se dirimen entre la patologización de la diversidad y la politización colectiva?, ¿entre el deseo y el rechazo de la normalidad?, ¿nuestras ambigüedades y trayectorias son una premisa para ensayar otras formas colectivas de vivir y de morir?, ¿cómo socializar nuestras experiencias, alegrías y heridas, con sus ambivalencias, como una estrategia útil para tejer redes colectivas?, ¿reconociéndonos en una precariedad emocional desigual y compartida, en virtud de crear relaciones de apoyo, acción y solidaridad?, ¿reapropiándonos de nuestras condiciones de vida, al inventar nuevas alternativas políticas?

5.

¿Las personas con anorexia podemos organizarnos, salir del aislamiento y romper el estigma patologizante? Al reconocer nuestros privilegios y opresiones, ¿podemos politizar nuestra vida en el marco de los movimientos por la diversidad mental, corporal, funcional, entre otras luchas? Como dice Florencia Lico, no se trata de reclamar “nuestro derecho a ser anoréxicas”, sino de componer alianzas, dignificar nuestras historias, construyendo acciones y saberes críticos contra la sujeción de nuestros cuerpos y mentes. Contribuir para “que no haya más personas atravesando procesos de vidas corporales invivibles” (Lico).

Para las personas con anorexia, ¿es el campo de la salud mental un terreno donde hacer una experiencia de politización, reconociendo nuestra vivencia psíquica y corporal? Desde mi lugar en la Cátedra Abierta Félix Guattari en la Universidad de

lxs Trabajadorxs ensayaré unas líneas sobre activismos y salud mental. No soy un especialista en la materia, no deseo hablar por otrxs. Entiendo que el *activismo en salud mental es un movimiento social*, cuya construcción evidencia la articulación entre el protagonismo de las experiencias en primera persona y la participación de trabajadorxs y profesionales aliadxs. El libro *Pájaros en la cabeza* de Javier Erro mapea experiencias actuales de Chile y España. Arma una genealogía y la actualiza. En diversos territorios y colectivos, se están ensayando otros modos de practicar la relación entre investigación, militancia y salud mental, al restituir una historia compleja de luchas antipsiquiátricas, neurodiversas y locas, entre otras. La producción de conocimiento crítico se conjuga con la elaboración de subjetividad disidente y de acción política directa.

El “nuevo activismo en salud mental” apunta a la transformación radical de la sociedad. En la actualidad, la precarización de nuestra vida se halla en el centro de la *crisis de la salud mental*. La explotación, el endeudamiento, la exclusión, la desigualdad y la violencia, constituyen determinantes sociales que deterioran nuestra salud. La producción masiva de malestar es una condición inherente a la reproducción del capital. Si la opresión y la precariedad son factores estructurales que agravan los padecimientos, la lucha popular por la salud reclama una política anticapitalista, transfeminista, disidente e interseccional.

La salud mental es un campo de batallas, con sus disputas, opresiones y resistencias. Aquí el protagonismo social de las disidencias mentales, sexuales y corporales es muy relevante para conquistar ciudadanías desde una lucha interseccional por los derechos humanos. La salud mental adquiere importancia política estratégica en un contexto de crisis sanitaria, de los cuidados y de la reproducción social. En este marco, los movimientos y activismos del campo son cruciales. Muchxs estamos implicadxs en un proceso donde lxs docentes y trabajadorxs de la salud, lxs usuarios y expertxs en primera persona, lxs comunicadores y artistas, las militancias y activismos, entre otros, libramos una lucha en diversos ámbitos. El combate por nuestros derechos y futuros es aquí y ahora. No hay salud mental desligada de una nueva economía, un nuevo modo de vivir y de morir, una nueva alternativa política.

6.

Hay un texto de Deleuze que amo. Un texto en homenaje a su compañera Fanny. Suelo volver a ese escrito buscando claves que no logro descifrar. Trata la anorexia

como una historia de políticas menores, como un devenir singular. Dice: “la anorexia es una política, una micropolítica: escapar a las normas del consumo para no ser uno mismo objeto de consumo”. Si bien me resulta un tanto esquivo o pretencioso, puedo llegar a pensar lo siguiente: politizar nuestras vidas quizás implica afirmarnos en todos esos conflictos, crisis o síntomas que sentimos como una inadecuación (¡o una sobreadaptación!) a los mandatos dominantes. Necesitamos hacer de nuestros malestares una potencia de resistencia.

Los estudios locos, las teorías críticas del capacitismo y el cuerdisimo, los activismos por la diversidad corporal, mental y sexo-genérica, configuran un archivo para politizar nuestra existencia. En Argentina, la aplicación de la Ley Nacional de Salud Mental es una reivindicación central de los trabajadorxs, usuarixs y militancias del campo. Entre los activismos en primera persona, Orgullo Loco Buenos Aires es una de las experiencias más importantes de los últimos años. En articulación con otros colectivos, actualizan una larga historia. Todo esto nos dice que no hay salud mental sin vivienda, tierra y trabajo; sin participación popular; sin política antimanicomial en todos los frentes de una *lucha de clases ampliada*, una disputa anticuerdista, feminista, disidente, plebeya, anticapitalista y antiracista.

La *salud mental desde abajo* se construye en los movimientos, en los grupos activistas, en los márgenes y territorios, en los encuentros más inesperados. En tiempos de crisis, fascismos y revueltas, la salud en general y la salud mental en particular requieren ser reivindicaciones transversales de nuestras luchas. Son ejes para cuestionar la mercantilización y la precariedad, la desigualdad y el empobrecimiento. Si nuestra salud ha sido expropiada, necesitamos alianzas entre diversos frentes de acción. Las personas con anorexia quizás podamos aportar desde un lugar situado, en el marco de una *lucha interseccional por la salud mental* donde se elaboren acciones de radicalidad y cuidado, emancipación y cambio social.

[i] Sobre estos temas, recomiendo las reflexiones críticas de Lux Moreno en su libro *Gorda vanidosa*.

[ii] Disponible en: http://revistaanfibia.com/ensayo/se-puede-politizar-la-experiencia-anorexica/?fbclid=IwAR2jKG7ID-_mUG11oZNVkk3KZxvcHYMhXt3Ei6DUaXB5nrki89qfo52uVqY

[iii] Disponible en: <https://nuclear.com.ar/2021/06/26/que-hay-de-politico-en-la-depresion-y-en-nuestra-salud->

mental/?fbclid=IwAR2ZahI2rKmVUkfyDBx6tM_NtqMubjSU3INWJo1Bv-
X6s5F0uFAmULC3x-4

[LEER EL ARTICULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: Lobo suelto

Fecha de creación
2021/07/02