



INICIO

ÚLTIMA HORA

PÁGINA 2

NACIONALES

LO MÁS LEÍDO

ESTILO EJECUTIVO

ACCIÓN

OPINIÓN

SOSTENIBILIDAD

MÁS

IMPULSO PYME

PRO SAN JOSÉ

BBC NEWS MUNDO

NOTA DE TANO

MUJER EMPRENDEDORA

FORO DE LOS LECTORES

IMPUESTOS Y SU DINERO

RANKING

ESPECIALES Y SUPLEMENTOS

FORBES CENTROAMÉRICA

NEWSLETTERS

CONTENIDOS EXCLUSIVOS

BICENTENARIO CR

BLOGS

VIDEOS

NACIONALES

En redes sociales se viralizaron las declaraciones de “El Steve Diet” recomendando no contratar a personas “gordas”

Gordofobia en Costa Rica fuera de control: Expertas alzan su voz contra la discriminación

La gordofobia se define como el miedo extremo e irracional hacia las personas consideradas como “fuera

ÚLTIMA HORA



10:10 (Video) Eli Feinzaig: Acciones del Banco Central ya se hicieron en Venezuela y la URSS



09:56 Hay espacio para bajar las tasas de interés de los préstamos: Adriana

de peso”

Walter Herrera wherrera@larepublica.net | Viernes 22 septiembre, 2023



Gordofobia analizada desde la óptica de la nutrición, psicología y representantes de gimnasios. Canva/La República



En la era de las redes sociales, donde las opiniones se difunden a la velocidad de la luz, Costa Rica se enfrenta a un problema creciente: la gordofobia en línea.

Recientemente, un creador de contenido provocó una polémica en las redes sociales con sus comentarios despectivos hacia las personas con sobrepeso. Pero este episodio es solo la punta del iceberg de un problema más profundo.

Lea más: [World Gym marca un precedente al prohibir la entrada de "El Steve Diet" por fomentar la gordofobia](#)

Aquí exploramos cómo la gordofobia se está arraigando en la sociedad costarricense y cómo afecta a las personas en su vida diaria.

A través de las voces de expertas, examinaremos las consecuencias emocionales y sociales de la gordofobia, así como las microgordofobias que a menudo pasan desapercibidas.

Además, destacaremos iniciativas positivas que buscan combatir esta discriminación basada en el peso.

Rodríguez de ACOBO



09:30 6 consejos para obtener empleo en el sector tecnológico dentro y fuera de Costa Rica



09:20 "Inconsistencias en finiquito de contrato para ampliar vía entre San José y San Ramón serán investigadas



08:45 Policía no tendrá que someterse a límite de la regla fiscal y tendrá más recursos para luchar en guerra contra el narcotráfico

MÁS LEÍDAS

DÍA

7 DÍAS

30 DÍAS



Oposición desafía a Rodrigo Chaves y anuncia que frenará veto en torno a lista gris de la UE

Lea más: “Rechazar a personas con obesidad puede llevarlos a sufrir depresión”: Marie Paz Segura, Centro de Nutrición Clínica

Escucharemos a representantes de la industria de la salud y el fitness que promueven la inclusión y la aceptación de todos los cuerpos.

También hablaremos con profesionales de la salud mental que abordarán las implicaciones psicológicas de la gordofobia en la sociedad actual.

GORDOFOBIA AFECTA A SOCIEDAD TICA

GABRIELA QUIRÓS, UNA, 2019

Tristeza cuerpo ideal

- 51% de mujeres y 26% de hombres: Experimentaron tristeza por no tener lo que socialmente se define como “el cuerpo ideal”

Mujer más afectada

- 75% de los hombres y el 85% de las mujeres: Concuerdan que las mujeres sufren mayor presión por mantener el cuerpo delgado

INDUSTRIA DE LA SALUD Y FITNESS PONEN ALTO A LA GORDOFOBIA

MARIELA SÁENZ

Mercadeo

Multispa

En Multispa, creemos que todos los cuerpos son hermosos y dignos de amor. Nos comprometemos a



Ministra Paula Bogantes tendrá que dar explicaciones sobre el concurso de redes 5G



Intereses de préstamos no bajarán tras decisión del Banco Central de mantener TPM en 6,5%



Estudiantes podrían ser obligados a utilizar la mascarilla, valora el Ministerio de Salud



¿Keylor Navas, Celso Borges y Bryan Ruiz volverán a los tribunales?

crear un espacio seguro y acogedor para todas las personas, independientemente de su tamaño corporal.

Creemos que el amor propio es esencial para alcanzar las metas de recomposición corporal.

Cuando nos aceptamos y valoramos a nosotros mismos, estamos más motivados para cuidar de nuestra salud y bienestar.

LAILA AGUILAR

Entrenadora

World Gym

Nosotros nos esmeramos en World Gym por no solamente ofrecerle al cliente calidad en la infraestructura, maquinaria, servicio al cliente, orden, sino que algo que va más allá, que creo que nos hace sentir con gran satisfacción y compromiso ante nuestros socios como gimnasio y que es un ambiente con sana convivencia, inclusión, libertad, libres de bullying.

Invitamos a todas aquellas personas con obesidad o sobrepeso, puesto que ya la palabra gordo sabemos que no se utiliza ahora, sino personas con obesidad o sobrepeso, a seguir adelante en mejorar su salud al máximo, por supuesto en concordancia con la capacidad física que tenga cada una de ellas.

La gordofobia viene siendo para nosotros una conducta que es igual al racismo, la transfobia o el machismo, por lo cual nosotros no estamos dispuestos a tolerarla bajo ninguna circunstancia.

El ejercicio es una de las mejores medicinas por excelencia para todos y sin discriminación.

FERNANDA MELÉNDEZ

Gerente de operaciones

Golds Gym

Para nosotros, el ejercicio es un vehículo para el bienestar y la salud corporal y mental, y no debe verse condicionado por el aspecto físico de nadie.

La educación y la sensibilización son cruciales para crear un ambiente inclusivo.

Y, por último, tener acciones claras. Cualquier tipo de política interna que no tenga un marco de acción detallado, que se cumpla al pie de la letra, resulta en discrepancias entre el dicho y el hecho. Creemos fielmente que si se ponen reglas en un negocio estos deben tener procesos a seguir.

MARIE PAZ SEGURA

Nutricionista

Centro de Nutrición Clínica

Dentro de las causas de la gordofobia interfiere principalmente la sociedad, la discriminación que hay hacia las personas con algún grado de sobrepeso u obesidad, debido a los estándares que tiene la misma según el peso ideal o aceptado que debe tener una persona.

Dentro de sus consecuencias esta la emocional, personal y social. Varios ejemplos pueden ser desde bullying o rechazo en escuelas, colegios, trabajos o en la calle, dificultad para relacionarse con las personas, culpa, vergüenza, trastornos de ansiedad O depresión hasta trastornos alimentarios (anorexia, bulimia).

CRISTINA MIRANDA

Psicóloga

Centro de Salud Mental Herrera Amighetti

Hoy en día en alguna medida estamos viviendo en función de cómo nos vemos, hay publicidad, videos y textos con muchos consejos para bajar de peso, rutinas de ejercicios, "ideas innovadoras" de dietas y muchas propuestas de cirugías. Todo esto permite que haya una obsesión con estar cada día buscando la perfección corporal. Lamentablemente esto genera que entre las propias personas compitan para alcanzar lo inalcanzable.

La gordofobia afecta también a personas delgadas que expresan respetar a una persona con mayor peso, pero no quieren ser gorda, tanto puede llegar esta tendencia que pasa en una dieta eterna y puede sentir cierta aversión por las personas obesas.

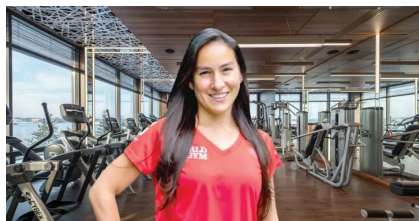
MICROGORDOFOBIAS

Las personas con sobrepeso se enfrentan también a sutiles signos de gordofobia, lo que podríamos llamar microgordofobias. Universidad de Cataluña.

- Están así porque quieren.
- Todos los que tienen sobrepeso se alimentan mal o tienen malos hábitos de salud.
- Las personas obesas no resultan atractivas.
- No tienen éxito en lo personal o en lo laboral.
- No tienen una vida sexual activa.
- Son vagos y no se esfuerzan.
- La propia palabra *gordo* o *gorda* tiene un tinte peyorativo: no es una característica, sino un insulto.

- En los hombres, ser gordo se asocia a ser gracioso; en las mujeres, está asociado a ser mala.

NOTAS RELACIONADAS



"La gordofobia para nosotros es igual al racismo, la transfobia o el machismo": Laila Aguilar, World Gym

Domingo 17 septiembre, 2023

World Gym toma una firme postura contra la gordofobia tras expulsar a usuario ofensivo en redes sociales con personas con obesidad.



¿Conoce la gordofobia? El terror a ser gordo y desarrollar obesidad

Viernes 05 agosto, 2022

En Costa Rica miles de personas sufren de rechazo y discriminación por el sobrepeso u obesidad. Conozca más sobre la gordofobia que se sufre en nuestro país.



CONTÁCTENOS MEDIA KIT SUSCRÍBASE ¿QUIÉNES SOMOS? MAPA DE SITIO

© 2023 Republica Media Group todos los derechos reservados.