- Consumo
  - Rechazo a la gordura como producción y explotación de inseguridades
    - Promoción de productos y técnicas corporales para reducir el peso, surgidas como explotación económica de una preocupación social
      - Basados en sentimientos anti-gordura y nueva evidencia científica
      - Explotación comercial de las inseguridades y preocupaciones sobre el cuerpo provocadas por el resto de los factores (1372)
        - Industria de la dieta
        - Industria de la belleza
      - Interés de dichos comerciantes en el fracaso y reincidencia de sus productos (7981)
    - Se crean productos para explotar los complejos existentes acerca del cuerpo (2029)
      - Similitud de los mensajes acerca de la necesidad de adelgazar con la religión (2036)
        - Religión
  - Compensación al consumo
    - El consumo de productos de disciplinamiento corporal mantienen las credenciales morales de un consumidor que se excede en otros consumos
      - Consumismo dietético
        - Irónicamente, la consecución de un cuerpo que exprese privación al consumo y disciplina dio lugar a un mayor y más variado consumismo
        - "That dieting became part of coisumerism was ironic, to be sure, as a hostility to fat that was intended to compensate for consumer passions increasingly pushed people to buy new things." (1372)
        - Consumo de productos dietéticos como forma de "comprar la indulgencia"
          - "Ardent opponents had their diet groups to join, while more casual participants could hope to *buy their indulgence by purchasing* the more expensive foods that had sugar ssbstitutes or some other weight-fighting attribute. (2026)
    - Restricción
      - Contradicción entre abundancia de consumo (traducida en grandes porciones) y la idea de consuelo moral a través de la restricción (4837)
    - "A hostility to fat intended to compensate *for consumer passion* itself took on increasingly consumerist overtones." (2026)
      - Crisis mimética
        - La hostilidad contra la gordura opera como crisis mimética, donde los sujetos se reconocen como consumistas pero culpan a aquellos en cuyos cuerpos se imprime ese consumismo: los gordos.
- Disciplinamiento del cuerpo
  - Contexto social
    - Tensiones de la sociedad de abundancia se simbolizan en el cuerpo gordo, pero van más allá del mismo (5487)
    - Situación de una sociedad de consumo y placer, con recientes avances en libertades sexuales, de consumo, laborales, políticas
      - Necesidad de disciplinamiento del cuerpo y ataque a las indulgencias (2067)
      - Dieta como balance ante tendencias modernas (4856)
      - Incertidumbre moral
        - "But dieting is fascinating beyond its role as a daily constraint because of what it may say about other *moral uncertainties in modern life*, because of its redefinition and standardization of physical beauty, and because of its symbolic testimony to good character and personal discipline." (4857)
    - El rechazo a al gordura se suma a antiguas normas éticas y de carácter (2497)
      - Resistir la tentación
      - Confiabilidad moral
        - Autocontrol
  - Privación y compensación
    - *Los excesos de consumo* pueden ser "expiados" o permitidos al adquirir *compromisos éticos personales* (1239), compensando las *nuevas libertades sociales* a través de la privación (1160)
      - Dieta como declaración moral práctica (4860)
        - Ponerse a dieta dice algo sobre el compromiso moral de la persona
        - El disciplinamiento debe ser mediado por factores superiores a la voluntad
          - Trabajo corporal: dietas, ejercicio, operaciones quirúrgicas, cosméticos, etc.
          - Consumo de productos de belleza, bienestar, y productos de valor simbólico
          - Consumo de productos de adelgazamiento
          - "Dominance over the body through deliberate self-sacrifice was the most important expression of this new moral approach." (1246)
      - Compensaciones morales para permitir excesos del consumismo (1288)
        - Sufrimiento y culpa como formas de compensar el disfrute de otros excesos
          - Connotación ética de la dieta (1283)
          - Gordura como testimonio de pereza e indisciplina (1283)
          - Restricción en la mesa permite la indulgencia en otras áreas (1283)
            - "A person who sacrificed at the table or systematically worried about weight might more freely indulge in other new tastes, convinced that *some suffering and guilt suffered to compensate for open enjoyments in the glittering arenas of acquisition*. Here, identical in time, vocabulary, and concepts with those used in the discussions of weight, was the crucial connection between vital changes in American society and installation of a new perception of the body and its control. This explains why dieting emerged when it did in the United States, but above all why it was immediately *loaded with ethical connotations* — and why it served as a latter-day testimony to personal discipline and an abhorrence of laziness." (1284)
        - Rechazo a la gordura (propia y de los demás) como disciplinamiento compensatorio de otros aspectos excesivos de sus vidas (1259)
          - "People could indulge their taste for fashion and other products with a realization that, *if they disciplined their bodies through an attack on fat, they could preserve or even enhance their health and also establish their moral credentials.*" (1259)
        - Dieta como forma de abordar la indulgencia consumista norteamericana, una conducta excesiva para compensar por otros excesos (4798)
      - Estableciemiento corporal de credenciales morales
        - Alimentación disciplinada como herramienta moral
          - "The widespread association of fat with laziness, so vivid in fashion and medical commentary alike, directly translated the *desire to use disciplined eating* as a *moral tool* in a society where growing consumer tastes and more abundant leisure time seemed to contradict the work ethic of the Victorian middle class." (1259)
        - Expresión de características morales en la delgadez
          - Carácter firme y autocontrol: características de un "buen ciudadano" en una sociedad de indulgencia
          - Demostrar la capacidad de restringirse a sí mismo prueba la capacidad moral del consumidor, y por ende le permite incurrir en el consumo libre de culpa
      - Represión de la mujer moderna
        - "...If women were to *range more freely* (and as the birthrate declined even further) they must be subject to *compensatory discipline* by maintaining a body image that would also make them look frail." (5497)
        - Dieta e ideales de belleza como disciplinamiento compensatorio ante mayores libertades femeninas (5497)
          - Restricción del placer
          - Imposición de ideas de insuficiencia
          - Exigencia de apariencia frágil y reprimida
    - Inhibición de la ingesta, ingesta metódica, etc.
      - La dieta como disciplina clave empieza a reemplazar la penitencia religiosa
        - Religión
    - Responsabilización
      - Insistencia en la responsabilidad personal por el peso corporal (3833)
        - Ignora otras fuentes para el aumento de peso, volviéndolo en un problema de voluntad personal
        - "But while the obese person was usually 'most responsible,' another colleague had stipulated in the 1930s that *'no one remains obese who has the willpower to slim down'*." (3833)
          - Si adelgazar es una responsabilidad personal, y depende sólo de la voluntad, entonces habría algo mal acerca de quienes no lo logren
            - Problemas psicológicos/ emocionales de las personas gordas
      - Ocultación de la dificultad de mantener el peso ideal, o insistencia en ocultar el trabajo necesario (3833)
        - Se produce el discurso de que adelgazar es sencillo y accesible (las técnicas están al alcance de todas)
        - A su vez, las mujeres que logran el ideal mediante el esfuerzo y sacrificio ocultan el trabajo corporal detrás del logro
          - Pretende(n) hacer parecer "natural" y sencillo su adelgazamiento (Bourdieu y Elias)
      - Lógica del logro
        - Lógica puritana secularizada mediante una perspectiva de clase media: corporalidad/ comportamiento en términos de fracaso y logro (4824)
          - Responsabilidad personal respecto de los fracasos sociales, expresado en la dieta (4824)
          - Demostración individual del compromiso con la disciplina y la restricción (4824)
            - Fracaso tematizado como culpa
          - Idea de que no existen barreras al logro personal
            - Ergo, problemas para lograr el ideal responderían a problemas individuales (carácter, moral)
              - Hostilidad a la gordura basada en la reproducción de la responsabilidad moral (4824)
              - Se traduce en mayor intensidad en el intento de logro del ideal
        - Lógica norteamericana de transformar problemas sociales (consumismo, indulgencia) en problemas individuales (5064)
    - Origen de las normas de peso
      - "We hold these norms, in turn, not only because we encounter them so frequently and give them *exaggerated scientific status*, which is certainly true, but because we have bought into their *symbolic content: we need demonstrations of discipline and restraint in a society where greater license largely prevails*. We can recognize the extraneous baggage we bring to this culture, but this does make the need any less real." (5001)
        - Respaldo científico de creencias sociales
        - Contenido simbólico de la norma
        - Necesidad de reconocer disciplina y restricción entre sujetos consumistas y liberados
- Ataque al sedentarismo
  - Sedentarismo laboral
    - Rechazo al estilo de vida sedentario propiciado por las nuevas formas de trabajo
      - El sedentarismo produce gordura, ergo, la gordura representa flojera
      - Estigma de la gordura como estrategia para mantener peso y apariencias normales (1134)
        - El estigma incentiva a los ciudadanos a trabajar sobre sus cuerpos para volver a simbolizar corporalmente su valía moral
        - Surgimiento de estándares de peso para legitimar moralmente a los ciudadanos (1356)
      - Dieta como compensación al trabajo sedentario (1356)
  - Aumento generalizado del peso
    - El rechazo a la gordura surge a la vez que el peso promedio estadounidense asciende (2502)
      - Mayor facilidad para subir de peso como uno de los factores en el aumento del rechazo (2519)
    - Sedentarismo con orígenes laborales produce aumento en la gordura
      - Estigmatización de la gordura como imposición de un nuevo estándar ante condiciones de aumento generalizado de peso
        - "...the need to *reach for new standards simply to maintain existing weight* may well have entered public and personal awareness, motivating the new denouncers of fat and conditioning a wider public to accept their message." (1127)
      - Este aumento no habría cedido ni no apareciera un rechazo y estigmatización de la corporalidad gorda (1127)
    - Razones del aumento de peso (3160)
      - Abundancia de comida
      - Publicidad sobre comida
      - Estilo de vida sedentario
      - Patrones culturales que estimulan al alimentación en la infancia en clases medias y subculturas de minorías
  - Asociación entre peso y trabajo
    - La relación entre salud, apariencia, delgadez y disciplina, relacionan una figura delgada con ética laboral (2308)
    - Relación entre restricción del apetito y disposición al trabajo en hombres de la época de posguerra (2327)
    - El rigor médico sobre el adelgazamiento se traslada a la empleabilidad
      - El peso corporal se transforma en un proxy de belleza, salud, moral y disciplina. Ergo, resulta una característica definitoria a la hora de obtener empleo (2332)
- Degeneración moral
  - "The common wisdom was clear, as the *moral degeneracy of fat* translated into post-World War II psychobabble: "Circumstances leading to a high-weight mark usually stem from *a fatal character flaw and other psychological manifestations*." (2379)
    - La gordura sería causada por problemas de carácter y otros problemas psicológicos
      - Gordura como expresión de un sujeto anormal
      - Comer en exceso sería problemático
      - Si la gordura es un problema de carácter, puede ser resuelta
        - "Again the twin implication was that eating exposed a major *character flaw* and that, unlike a real illness, fat people could right themselves if they would only get a grip." (2389)
        - Contradicción con la idea de que es una enfermedad y que puede ser curada
          - Métodos para corregir el carácter de personas gordas

- Origenes del rechazo a la gordura
  - Género
    - Feminidad
      - Dieta como práctica preponderantemente femenina (1493)
        - Distinción
          - Ataque de la gordura como preservación de distinciones de género de cara a la incursión femenina
            - La dieta y el ataque a la gordura reemplaza a la reducción de la prescripción de maternidad como una restricción de las mujeres (1546)
          - Dieta como medio para la (re)producción de cuerpos femeninos inferiorizados
            - Debilidad
            - Sumisión
            - Disciplina
            - Agotamiento
            - Cuerpos dóciles
        - Culpa
          - La culpa sexual se transfiere a culpa por la alimentación, ergo, dieta (1666)
          - "It allowed new indulgence in consumer and sexual pleasures by using anxiety about weight as a counterbalance; restraint was not jettisoned, just relocated in the intense effort to infuse female fat with guilt." (1791)
        - Disciplina
          - La dieta es una forma de disciplinamiento invisible para los hombres, que demuestra su valor fácilmente (1791)
        - Derechos femeninos
          - Dieta como compensación del declive de la primacía moral femenina (1675)
            - Necesidad de sancionar las nuevas libertades obtenidas por los movimientos de mujeres (5497) (Bordo)
              - El control del peso como expectativa de la feminidad surge a la par de la erosión de ciertas desigualdades de género (1654)
                - "The disproportionate imposition of weight-control standards on women occurred at precisely the point that many older gender distinctions were eroding." (1654)
              - Mecanismo de distinción entre hombres y mujeres en una época en que se buscaban eliminar estas distinciones (1640)
              - Diferenciación de género desde la infancia al plantear el problema de la imagen corporal desde niñas
                - "...If women were to *range more freely* (and as the birthrate declined even further) they must be subject to *compensatory* discipline by maintaining a body image that would also make them look frail." (5497)
            - Esto se suma a la idea de la dieta como medio para contrarrestar el consumismo: intersección entre capitalismo y patriarcado
            - "Dieting and guilt provided moral counterweights for a gender undergoing rapid change" (1679)
      - Identidad femenina mediada por el consumo
      - Cultura de la delgadez como obsesión que sin embargo no llegó a todos los estadounidenses (2515)
    - Feminismo
    - Desigualdad de género
      - Distinción de género en los peligros de la gordura, reminiscente de la patologización histórica de las mujeres (1456)
        - Sesgos sexistas de la institución médica
        - Gordura vista en positivo en hombres, mientras que rechazada en mujeres (1485)
          - Feminización de la gordura
            - Doctores obligados por la presión social de sus pacientes (5431) a dar respuesta médica a intereses sociales basados en moralidad y estética
              - En tanto la preocupación fue mayormente femenina, se feminiza el problema de la gordura en mujeres
                - Sesgos de género en el ejercicio médico (los doctores también son afectados por prejuicios sociales, institucionalizándolos mediante la autoridad de su discurso)
                  - "Doctors, in other words, echoed the growing public belief that not only was fat ugly, but fat women were particularly flawed. Their willingness to associate obesity with women was partly due to the patients who brought their weight problems for medical treatment." (1556)
                  - Estos sesgos avanzaron aún en contra de los datos de mortalidad y seguros de vida (1540)
              - "Women worried more openly about fat; doctors saw that more women worried about fat; so doctors' comments, associating women, fat, and weakness, tended to encourage women to worry more." (4547)
            - Historicamente, el interés médico en el peso corporal surge de preocupaciones de apariencia y moda llevadas al tratamiento médico (1025). Los argumentos de salud contra la gordura surgieron después de la delgadez como cuerpo moral y estéticamente apreciable (690)
              - "Americans assimilated a new understanding that overweight could be a health risk that *on the whole simply substantiated and justified a belief that had already taken root*." (690)
                - El conocimiento médico respaldó creencias sociales previas
              - Conocimiento médico inicial sobre peligros de la gordura surge de la preocupación social que da lugar a investigación particular e independiente, comunicada por médicos a sus pacientes (5431)
            - Dieta como práctica de feminidad
          - Exigencia de un cuerpo no-maternal en un contexto de menor tasa de natalidad, es decir, no hay excusa para que existan cuerpos maternales (3226)
            - Infantilización
      - Desigualdad de género
        - Segregación de cuerpos
          - Origen patriarcal del ideal de belleza victoriano (1082)
            - Exclusión de la mujer del ámbito productivo y relegación a lo doméstico
              - La delgadez procura el tratamiento de las mujeres como objetos estéticos, ornamentales y frágiles
              - Delgadez como indicador de esta exclusión del trabajo productivo: inactividad y sumisión
                - Dieta como práctica de feminidad
          - Patriarcado
            - La moda femenina (radicalmente distinta de la masculina) reforzó las desigualdades de género ya existentes
            - Intensificación moderna de los estándares de belleza femeninos (1416)
          - Sexualización
            - El cambio cultural hacia ideales crónicamente permisivos conlleva la necesidad de nuevas represiones para las mujeres (1672)
          - Cuerpo para un otro (1796)
            - Alta cantidad de trabajo y energía que tiene que poner una mujer para caltar con el ideal de belleza
              - El cuerpo femenino pareciera estar constantemente en vitrina
                - Mirada masculina
              - La mujer se somete a sufrimientos dictados por la feminidad
          - Inferiorización
            - El ideal de belleza como inferiorización del cuerpo femenino surge como una forma de contrapeso a la creciente presencia de la mujer en el espacio público (1683)
              - Las mujeres son aceptadas en espacios de poder dominados por hombres, pero las imposiciones de género y belleza reducen su presencia y las reprimen (1683)
            - "For the contrast between women's growing power at work and in public life (if still in an inferior position for the most part) with an emphasis on a slenderness that could connote greater physical frailty was both striking and deliberate. Newly enfranchised women must be told to curb their appetites and reduce, quite literally, their physical presence." (1683)
            - Inmadurez y juventud como belleza
              - Cuerpo maternal
                - La gordura representa madurez, y el cuerpo femenino ideal no debería demostrar haber pasado por maternidad (1662)
                - La mujer bella es visiblemente una no-madre (1666)
              - Infantilización
                - La mujer bella es jovial, pequeña, dócil
                - Uso de diminutivos y términos desmerecedores para referirse a las mujeres (1698)
                - Ataque al tamaño y peso corporal como desobediencia al ideal diminutivo (1683)
                - Inferiorizarlas discursivamente para desmerecer sus avances en otras áreas
            - Relación entre delgadez y atractivo
              - Idea sexista punitiva respecto de la indulgencia en placeres sensoriales (3285)
    - Masculinidad
      - Mandato femenino sobre la delgadez (4127)
      - Responsabilidad individual sobre la belleza (4127)
    - Moda femenina
      - Altos estándares estéticos (4127)
        - Importancia cultural de la moda en Francia
          - "...fashion determined more of French behavior in the weight-control area, therefore fashion must have been more culturally important..." (4408)
        - Divulgación de ideales de moda de clase alta (4408)
          - Prominencia estética de la aristocracia (4408)
          - Producción artesanal (4408)
          - Exportación de estos estilos hacia otras culturas a partir de 1850 (4408)
            - Concepto de "chic"
      - Ausencia de culpa y moral en el rechazo francés a la gordura
        - Se ignoran explicaciones psicológicas y morales sobre la gordura (4159)
          - "As long as people knew the difference between beauty and ugliness, realized the health factors involved, and were introduced to the remedies available, the cultural framework was complete." (4159)
        - Para los franceses, la gordura no se relaciona al carácter (4176)
        - Solución al alcance: voluntad de cambiar la apariencia (4127)
          - Ausencia de subtextos moralistas o problemas de carácter. El tema es netamente estético
          - "...the point was to elicit willpower without implying compensation for faults..." (4127)
        - Al no existir culpa por expiar, el *mérito* derivado del ejercicio resulta menos relevante (4161)
      - Relación de delgadez con tiempos modernos
        - Comercialización de productos dietéticos y de ejercicio
        - Estilos corporales masculinos
        - Vertientes filosóficas
    - Causas (3427)
      - Las clases bajas y grupos rurales tardaron un par de décadas en interesarse en las dietas, a diferencia de EE.UU. (3928)
      - Prosperidad económica
        - "By the 1990s, to a greater extent than in the increasingly stratified United States, it became difficult to predict social class in France by girth. Without question, French social-class divisions proved much more amenable to considerable homogeneity in aesthetic standards, at least by the second quarter of the twentieth century..." (3941)
      - Cambio en los roles femeninos
        - Contradicción entre la moda de cuerpos tubulares y el deseo social por aumentar tasas decrecientes de maternidad (3874)
          - Disminución de la maternidad (3240)
        - "French culture was in some ways traditionally *less demanding of women*: while women were held to be natural keepers of the home, they were not, in nineteenth- and early-twentieth century formulations, endowed with a superior natural morality. To this extent, as they participated in new leisure activities and new sexual openness, *they had less to compensate for*; they were disappointing fewer traditional expectations." (4886)
          - La expectativa de compensación por el progreso femenino es menor a EE.UU. (4886)
      - Contexto (3427)
        - "...while fat was unquestionably presented to the French as a major new issue between the 1890s and 1914, *it was not for the most part a moral one*. A doctor might hint at laziness, another might refer to the pressures of modern civilization, but *there was no full link between fighting overweight and combatting the evils of a consumer society*." (3470)
          - A diferencia de Estados Unidos, el rechazo a la gordura no se originó como una cuestión moral, sino uno de moda o salud (3470). Por lo tanto, careció de la masividad estadounidense.
        - Cultura francesa
          - Conformidad
            - El juicio a las personas gordas se carga menos emocionalmente, debido al origen de salud/estética del rechazo a la gordura, sin tanto componente moral como en EE.UU. (4089)
              - "The French have been insisting on thinness for decades, but they have not used it so directly as a measurement of character and moral worth as Americans have come to do." (4089)
            - La moralidad era sólo accesoria (4089)
              - No vieron la obesidad en términos éticos (4132)
          - Medicina francesa
            - Énfasis en la buena relación de los profesionales de la salud con personas gordas (4104)
            - No culpabilizaron a las personas por su gordura (4088)
              - La idea era promover confianza
              - Merecían empatía, eran víctimas
          - Arte
            - Cambios en el campo artístico (3340)
              - Reflerzo mutuo entre comentario estético y diseño de moda (4421)
          - Cocina francesa
            - Calidad sobre cantidad
              - Hábitos alimenticios marcados por la regulación y racionamiento debido a la escasez campesina, y el reconocimiento de la moderación y calidad por parte de las clases altas (4820)
    - Historia de la gordura (EE.UU.)
      - Siglo XIX
        - 1850: Importación de moda e ideales de belleza desde Francia (4408)
        - En 1890, corpulencia significaba éxito (578)
          - Significaba abundancia de recursos, gusto, tiempo y poder para disfrutar
          - En el siglo 19 las mujeres usaban rellenos para aparentar mayor volumen (451)
        - Entre 1890 y 1900 surgen productos para bajar de peso, surgidos por la moda (5715)
          - Este giro contra la gordura pudo originarse por manipulación comercial (1094)
            - Creación de nuevas necesidades de consumo
            - El auge de productos para la reducción de peso explotó los principios morales que preocupaban a la población
              - Explotación económica de una preocupación moral
        - En 1891 surgen pesas públicas en EE.UU. (643)
      - Siglo XX
        - Primera mitad del siglo XX
          - 1900: Inicio de la preocupación médica por la gordura
          - 1913: Surgen pesas domésticas
            - "While some groups and individuals showed less enthusiasm than others, there was no alternative culture maintained after 1914 in which fatter bodies were held to be positively desirable." (3920)
          - 1914: Desaparece cultura alternativa que valorice los cuerpos gordos
          - 1920-60: Aumento del componente de género en el rechazo de la gordura
            - Agudización de los factores morales de la gordura sobre los cuerpos femeninos al intersectar con la dimensión de género (1438)
          - 1920: Incursión de las mujeres de clase media y baja en el mercado de la belleza (1679)
            - Imperativo de la belleza femenina transversal a las clases sociales
          - 1923: Aparición de representaciones de delgadez extrema en el arte (3541)
            - "Art merely exaggerated the styles being urged on women in every fashion outlet, even in the presumably more conservative 1930s." (3541)
          - 1945: Integración de factores médicos y de salud
            - Introducción de la relación entre dieta y compensación moral (1848)
          - 1945: Postguerra
            - Dieta como vocabulario moral para demostrar virtud en un contexto post-guerra de indulgencia y affluencia
              - Restricción del apetito como imperativo ético en contexto de affluencia económica (1848)
            - La intensificación de los ideales corporales los transmite hacia los hombres (1871)
            - Cambio de estilos a vestimentas más reveladoras (trajes de baño, ropa formal con ciertos cortes) (1871)
          - Primera mitad del siglo XX: transposición de la crítica victoriana contra las mujeres respecto de sus prescripciones de género con la feminización de la gordura y obesidad (1870)
        - Segunda mitad del siglo XX
          - 1950: Primeros libros de dietas dirigidos a hombres (1906)
          - 1960: Exportación de primeros productos y organizaciones estadounidenses sobre adelgazamiento y dieta (Weight Watchers, Coca-Cola Light, NutraSweet, entre otros) (3695)
            - "By the 1960s, items like blue jeans and T-shirts became common in France, making concealment of extra pounds more difficult than before." (3737)
          - 1969: Se funda NAAFA (National Association to Aid Fat Americans) (4448)
          - 1970: Hombres empiezan a emular la búsqueda de delgadez de las mujeres (1922)
            - El ideal de delgadez se expande a hombres, sumado por los distintos peceblemas de salud (colesterol)
            - El aumento de la edad promedio de matrimonio también puede implicar una mayor presión para adecuar cuerpos masculinos al cortejo de mujeres más independientes (1926)
              - "...connections between dieting and moral demonstration, as an economy of abundance increased the need for compensation or guilt regardless of gender." (1957)
            - La necesidad de demostrar disciplina, etc. se extiende a los hombres (1957)
            - Debido a aumento en el sector de servicios, donde las apariencias son más relevantes (3859)
          - 1970: Intensificación
            - Adelgazamiento como control cultural, en tanto su uso religioso buscaba reproducir la posición inferiorizada y responsable de cuidados de la mujer dentro de la familia
            - 1970-80: Fundamentalistas cristianos incorporan el adelgazamiento como compromiso femenino con la familia (1837)
              - Luego evoluciona a la expiación del pecado mediante la delgadez y la culpa
                - "As the diet culture intensified at least through the 1970s, it became harder to hold out; the latitude available, not just in public reactions but in one's own head, progressively diminished." (5479)
          - 1980: Reacción feminista a ideales de belleza punitivos (3874)
          - 1989: Se funda Allegro Fortissimo en Francia (organización contra la discriminación por peso) (4350)
      - Siglo XXI
        - En el presente, delgadez representa éxito
          - La valoración del peso corporal se invierte históricamente
          - Significa responsabilidad, moralidad intachable, fuerza de voluntad para evitar excesos, indicador de redención moral

- Belleza y moda
  - Ideal de belleza
    - Origen de la gordura como patología
      - Desde la apariencia a la salud
        - Mezcla entre salud y belleza (5900)
          - Paradigma de la salud superficial o visible
        - Relación problemática de la cultura de la dieta entre la ciencia y creencias sociales construidas (4973)
      - Definición de obesidad como comorbilidad patológica
        - Extrapolación de peligros de la obesidad extrema
          - Se identifica la gordura como riesgo médico de manera indistinta a su grado
            - Extrapolación de problemas graves de la obesidad hacia toda la población.
              - El término obesidad contiene a cualquier corporalidad no-delgada (2398)
              - El uso de conceptos tuvo efecto en la comunidad médica: los problemas de la obesidad extrema se trasladaron a la obesidad convencional, y en cierta medida al mero sobrepeso
            - Construcción social del riesgo o temor a la obesidad
              - Toda la población estaría en riesgo de contraer los problemas propios de una corporalidad extrema, independiente del grado de obesidad.
                - Miedo a la gordura
                  - Uso de la salud como amenaza para un *pecado social*: "The list of disease impacts began to remind of the putative consequences of premature sex in the Victorian period, and it had a similar basis in an attempt to use health *as an ultimate warning for a newly proscribed social sin*." (3504)
                  - Los factores de riesgo de la gordura como enfermedad y la gordura como falencia moral coinciden
              - El público general empezó a temer que el engordar pudiese llevar a esos extremos de obesidad, o bien, llevó a que las personas con menor grado de obesidad temieran riesgos propios de la obesidad extrema (3414)
                - Los textos médicos referían en gran medida a obesidad mórbida y extrema, pero el temor se expandió hacia el mero sobrepeso (3414)
        - Se identifica la gordura como riesgo médico de manera indistinta a su grado
          - Los textos médicos sobre los riesgos de la obesidad referían a niveles extremos, pero sus consideraciones fueron extrapoladas por el público en general y otros médicos (3414)
      - Avances médicos en la identificación de peligros de la gordura (1356)
        - "Research on obesity went forward as well, but the new advice literature was really more important." (3545)
        - La búsqueda de causantes genéticos de la obesidad sería una especie de expiación de la culpa que socialmente se responsabiliza en el individuo (4996)
          - "American enthusiasm for genetics reflect the moral pressure dieting and other restraints involve because *it promises exculpation from blame*. Genes, not character flaws, can be invoked, however ahistorical this explanation may be; hence, considerable public enthusiasm for this oversimple explanatory device." (4996)
    - Patologización de la gordura
      - Conceptualización de la gordura como patología
        - Redefinición de tablas de peso corporal
          - Obesidad conceptualizada desde tablas de peso corporal (1002)
            - Origen de dichas tablas en empresas de seguros
          - En el temprano siglo XIX, la obesidad representa las condiciones más extremas
          - Redefiniciones originadas desde presión social
            - La presión desde la dimensión médica (avances en las implicancias negativas del peso) y la dimensión social (preocupación por estándares de belleza) afectaron la definición estandarizada del peso ideal (2067)
              - "Growing focus on the *health implications* of excessive weight, along with the generally intensifying aesthetic standards, produced a recurrent *redefinition of the widely publicized weight tables and calorie charts*. Acceptable levels of one decade were denounced as lax in the next. *Science here conjoined with subjective culture*: actuarial figures were progressively refined, suggesting that lower weights were healthier, while the desire to discipline the body and to attack indulgence pushed in the same direction." (2067)
          - La redefinición de la categoría de obesidad aumenta sintéticamente a la población obesa
            - Debido a esto (entre 1900 y 1920) el auge médico del tratamiento del sobrepeso lo legitimó como un problema público y personal (1047)
              - La introducción del sobrepeso prehijo hipicrbole médica
                - Amplificación de la preocupación
            - Cambios en la definición integran a poblaciones a la categoría de riesgo desde una lógica técnica
        - Establecimiento de supuesta relación causal entre peso corporal y salud (1259)
        - Discusión sobre distintos tipos de obesidad, por ejemplo, cuya causa sea glandular, hereditaria, o debido a excesos (3410)
          - "...endemic (overeating) versus exogenous (glands, heredity) obesity." (3256)
          - Esto significaría una jerarquía entre cuerpos gordos: los que no pueden nada (salvo intervenirse estéticamente), y los que pueden hacer algo pero no lo han hecho
            - "Thus Michel Perin in 1954 still worried about separating the overeaters from those "less responsible" for their condition." (3833)
            - Jerarquización de cuerpos
      - Divulgación de ideas contra la gordura
        - Publicación de libros de dieta escritos por médicos (3545)
    - Psicología
      - Los componentes de salud, belleza, y moral están tan normalizados, que la desadaptación del ideal pareciera ser indicativa de problemas emocionales (2367)
        - Institucionalización del moralismo contra la gordura mediante su tratamiento psiquiátrico
        - Relación entre psique y obesidad
          - Aceptar la gordura como patología psicológica
          - Gordura como causada por problemas emocionales
          - Adicción a la comida
    - Infancia
      - Infancia como periodo de regulación
        - Nueva atención a la obesidad infantil (surge primero en Francia) (3954)
      - El cuidado de niñas y niños se refuerza con la idea de gordura como peligro a la salud (3153)
        - "The culture toward childhood, sprung from a desire to show love and a desperate need to keep children alive and visibly healthy, warred with the culture of slenderness. Even when the norms applied to children were clarified with more uniform cautions against overfeeding, other factors continued to impede full translation of the norms into the actual experience of many children. This was more than a major reason for the weight-culture gap in adulthood." (3153)
  - Raza
    - El ideal no es forzado en comunidades negras de la misma manera pues ya se encontraban en una situación de discriminación y distinción que los marca moral, genética, y socialmente (2716)
    - Resistencia negra al ideal de delgadez (1728)
      - La mujer negra siempre estuvo en posición socioeconómica distinta a la blanca (de trabajo, liderazgo, trabajo físico) (1755)
      - "Racial or ethnic subcultures that *defied the mainstream standards* expressed surprising strength of identity in their belief that weight embodied merriment, solidity, and sensuality" (3206)
    - Gusto de hombres negros por mujeres de talla más grande que el promedio (1734)
      - Subcultura de estándares corporales (1734)
    - Sexualización del sujeto racial
      - En tanto hombres y mujeres negros son vistos como objetos sexuales, las mujeres son capaces de imponer sus propios estándares de belleza (1763)
  - Clase
    - División corporal de clase entre los cuerpos valiosos y no valiosos (3211)
      - Basada en disciplina y forma corporal
        - Forma corporal gorda relacionada a las clases bajas
        - Beneficiarios de seguridad social *(welfare)* son objeto de rechazo (3209)
          - Serían gordos por ser pobres y flojos

- Representación
  - Gordura como marcador de clase
  - Personajes de clase trabajadora por actores de mayor talla (161)
  - Maternidad
    - Peso ganado luego del embarazo
      - Salud
      - Disponibilidad de recursos
      - Representaciones válidas de gordura en tanto se apegan a estereotipos
    - Francia: Representación de delgadez como reflejo de la fuerte baja en natalidad, como castigo, nuevas restricciones, como deprivación de la maternidad (3349)
  - Arte
    - La moda se refleja en las tendencias artísticas
      - "Art merely exaggerated the styles being urged on women in every fashion outlet, even in the presumably more conservative 1930s." (3541)
    - Cambios en el campo del arte, desde el realismo a la abstracción o el cubismo
  - Francia: cambio en el gusto, desde cuerpos más grandes hacia los delgados (3340)
- Culpa
  - La cultura de la dieta depende de la culpa
    - "Diet culture worked on guilt; this was one of its main cultural functions, just beneath the surface of health and beauty tips." (3170)
    - La incapacidad de controlar el peso produce culpa, interpretada como el precio de la indulgencia (1337)
      - Religión
        - Similitud a la religión
          - Las figuras sacras y divinas contienen un componente de ayuno y delgadez
            - Penitencia religiosa
            - Faerza de voluntad
          - Restricción de la ingesta como forma de evitar el pecado (360)
            - Guía
            - Evitar la comida es figurativo de autocontrol en una sociedad indulgente (de pecados)
              - Delgadez representa capacidad de autocontrol ante el pecado
              - La apariencia personal manifiesta los excesos de comida (y probablemente los excesos de consumo, pero éstos no tienen relacionados consigo cualidades negativas o inmorales)
          - La dieta simboliza que "no hay culpas perdidas ni pecadores irredimibles" (1972)
          - Similitud con lógica calvinista (4798)
            - Los que se salvan son los disciplinados en alimentación y ejercicio, expresando una corporalidad pura o santa versus la pecaminosa gordura
            - Búsqueda de una virtud mayor mediante la penitencia
    - La culpa entra en contradicción con la perspectiva consumista (3170), lo cual afectaría las ventas (3275)
      - La culpa se sublima a través del consumo
    - La culpa relacionada a la gordura aparece aprovechándose de la gordura como un recordatorio visible de los excesos de una sociedad de consumo
      - "Fat and guilt became inextricably intertwined in a society that needed new guilt to balance its new appetites and that saw fat as a visible reminder of the dark side of a consumer society. The concern about weight was in this sense a *clear cultural construct, prepared by earlier nutritional interests and certainly supported by science*, but by no means some inevitable consequence of fashion or even a more sedentary style of life." (1342)
- Adelgazamiento
  - Origen
    - Cultura de la dieta
      - El conjunto de diversos factores que coinciden en la práctica de la dieta como forma de regulación del peso corporal da lugar a una cultura de la dieta, donde diversos discursos operan en pos de la generalización de esta práctica
      - No tienen origen en manipulaciones comerciales o médicas, sino que surgen del interés social y popular (2453)
        - Enfocadas inicialmente a lo estético
        - Despreocupadamente dirigidas a las mujeres (1275)
    - NeoDarwinismo
      - El estándar de delgadez resulta lógico emparejado en el neoliberalismo
        - "...once established, the standards of slimness seemed so logical, their role in providing an opportunity to prove self-restraint so serviceable, that they gained ground almost inexorably." (5966)
    - Distinción
      - Bourdieu y Elias
      - Necesidad de definir un ideal corporal que distinga entre sujetos inferiores y moralmente realizados
        - "One reason for the new attention to weight around 1900 may well have been a new need *to define some other corporal goal that would again distinguish truly restrained people from cruder inferiors*. Thus Elias's civilising process began to apply not simply to movements but to basic shape and appearance." (4892)
          - Proceso civilizatorio
  - Dietas
    - Beneficios de alcanzar el ideal de peso (1892)
      - Confianza basada en el peso corporal
        - Ergo, frágil y fluctuante
      - Superioridad moral
      - Demostrar logros personales mediante el cuerpo (2466)
        - Incentivo para chequear el peso regularmente
      - Expresión de modernidad (Francia)
      - Retórica de emancipación
        - Libertades físicas, pero también morales, de poder participar del hedonismo moderno *al pagar* mediante la restricción (4918)
        - Relación con religión
          - Emancipación mediante prácticas que parecieran ser más restrictivas (4932)
    - Efectos
      - Maltrato emocional
        - Insultos y maltrato como "motivadores" para adelgazar (2398)
      - Creación de un contexto sociocultural hostil a los cuerpos gordos (2395)
        - Afectan las personalidades de las personas gordas
          - Loop de retroalimentación entre personalidades afectadas y el prejuicio de personas gordas con problemas psicológicos
        - Estigmatización de los sujetos que fracasan ante el ideal (4875)
          - "As a new code, whether primarily moral or more purely aesthetic, the modern culture of slenderness, perhaps by the 1920s and certainly since World War II, has either largely produced one of the inevitable by-products of intense standards: *the creation of a new group of stigmatized, almost deviant people who for whatever reason fail to live up to the code.*" (4875)
      - Vergüenza y culpa como motivación (2442)
        - Comparación con historias de éxito
      - Depresión
        - Desaprobación moralista (3280)
        - Autodesprecio (3280)
      - Vergüenza ante el fracaso (4220)
        - Presión cultural para caltar con ideales, multiplicidad de técnicas disponibles, y un discurso de minimizar la dificultad y exagerar lo "fácil" que sería adelgazar, provocan vergüenza ante el fracaso
    - Efectos negativos de no caltar con el ideal
    - Tipo
      - Dietas fads
        - La gente buscaba formas rápidas de adelgazar, dietas "fads" (881)
          - Deseaban obtener el cuerpo moralmente valorable, y no cambiar hábitos morales para adquirir naturalmente dicho cuerpo
          - El consumo en exceso no puede ser simplemente detenido, sino potenciado con un mayor consumo de productos
            - Consumismo
      - Diferencias en la cultura de dietas estadounidense y francesa (4178)
        - Debido al componente moral, la dieta estadounidense implica algún grado de sacrificio
          - Ejercicio
          - Comida de mal gusto
        - En Francia, la buena comida se mantiene, pues no hay necesidad de sacrificio ni de doblegar el carácter
          - Se evita el ejercicio
          - No se deja de comer buena comida
- Cuerpo
  - Gordura
    - Indeseabilidad de la gordura
      - Naturalización de la gordura como fealdad da lugar a críticas no necesariamente fundam