

MORDER LA CARNADA

El Hastío: Sobre las dietas

Por Alicia Lapidus

SUBIR O BAJAR, ESA ES LA CUESTIÓN

El anhelo fatiga nuestros días. Buscamos en cada rincón aquello que nos complete: la felicidad envasada en un objeto, la caricia que nos devuelva el sentido. ¿Hasta dónde esta vida cotidiana, esta vida de ciudad nos puede ofrecer lo que necesitamos? ¿O es que deambulamos sin rumbo, trastabillando contra nuestros deseos? ¿Quién decide nuestros sueños? ¿Cómo se construyen los anhelos?



La imagen que vemos en el espejo no se parece, ni un poco, a las modelos que siempre sonríen desde las revistas o la televisión. Esa delgadez hasta la anorexia, que puede garantizarnos la pareja, el trabajo, e, incluso, la felicidad. Esos kilos abandonados a su suerte son los culpables de todas nuestras desgracias. Ahí comienza la búsqueda tras el soñado cuerpo joven, delgado y “saludable”.

Por suerte siempre, hay soluciones mágicas:

“Cuando se trata de ser Sexy para siempre, la suplementación es clave. Después de todo, su cuerpo es una máquina. Manteniéndolo limpio, abastecimiento con petróleo de alta calidad y combustible y asegurándose de que todo está bajo control funcionando sin problemas, puede asegurarse de que será agradable, altamente funcional y hermoso durante muchos años por venir”

<https://mikaela10.wordpress.com/2015/08/14/glutation-el-antioxidante-milagro/>

Promesa de juventud perpetua, de control del tiempo, de convertir nuestro cuerpo en lo que siempre hemos anhelado. Nos prendemos a estas ofertas como seres desahuciados. Aceptamos que toda la vida hemos vivido en envases de plástico y deseamos la modernidad.

Pero..., ¿qué hay detrás de las dietas?

SOMOS LO QUE COMEMOS

El dinero mueve el mundo, eso lo sabemos perfectamente. Y el negocio del sobrepeso involucra dietas, consultas, fármacos y milagros. En una sociedad que privilegia la imagen, la búsqueda de ella se carga de deseo y presión.

Con sólo mirar alrededor, nos damos cuenta: existe una asociación entre gordura y pobreza, gordura y suciedad. Algunos humanos cargan esos kilos que nosotros evitamos y, además, llevan a cuestas sus nutriciones carenciadas y sus miserias. Los guisos al hambre, el lomo a la riqueza. Nunca el príncipe es gordo, ni la heredera obesa. Cada quien en su estrato con su peso.

En una publicación en internet sobre “Negocios rentables”, un artículo se llama: “El mundo de las dietas, un negocio “redondo” “. Vale la pena detenerse a mirar lo que proponen:

<http://negocios-rentables.com/el-mundo-de-las-dietas-un-negocio-redondo/>

1. Viandas light: una de las razones por las que muchas personas no adelgazan, es porque tienen que ponerse a cocinar recetas complicadas, con ingredientes que no conocen o poco atractivos. Diseña una carta de platos bajas calorías y tentadores para llevar a domicilio o para que los clientes los pasen a buscar en la pausa de



la oficina.

2. Centro deportivo para bajar de peso: no se trata de un gimnasio, sino de un lugar especialmente pensado para quienes desean reducir kilos y hacer amigos. Es fundamental el apoyo de los compañeros en el proceso. Ofrece cintas de caminar, clases de yoga, bailes livianos y asesoramiento en nutrición.
3. Compraventa de maquinaria deportiva: los consumidores con sobrepeso que no quieren ir al gimnasio, eligen ejercitarse en casa con bicicletas fijas, cintas de caminar, elípticos. Dedícate a comprar al por mayor y revender a buen precio estos artículos.
4. Blog de dietas: una modalidad muy exitosa es crear una plataforma virtual con consejos para adelgazar, dietas, ejercicios. Si consigues buen tráfico, ganarás dinero con la publicidad.
5. Franquicia de productos dietarios: averigua qué opciones hay en tu ciudad para instalar una franquicia de suplementos, vitaminas, té herbales y toda clase de artículos para la vida sana y el descenso de peso.
6. Coaching de estilo de vida: si sabes hablar en público y tienes conocimientos sobre el tema (o estás dispuesto a formarte) puedes brindar seminarios y minicursos estimulantes para mejorar la calidad de vida, bajar de peso e incrementar la autoestima.
7. Personal trainer: a quienes les dé vergüenza ir hasta el gimnasio o no tengan voluntad para entrenar, les vendrá bien un profesor particular que conozca sus necesidades

y tenga paciencia para acompañarlo en su propio ritmo.

8. Servicio de búsqueda de parejas: los gorditos/as suelen sufrir discriminación y encuentran dificultades para formar una pareja. Crea una red de socialización y servicios especiales con citas en igualdad de condiciones.

Todo esto ya existe (a excepción- cree esta redactora- del servicio de búsqueda de pareja). Pero nunca lo hemos visto tan crudamente explicitado como negocio. Entonces, ¿no se trata de nuestra elección de vida natural? ¿Somos tan “libres” cuando hacemos nuestras elecciones? ¿Quién gana y quién pierde en este juego de “cuerpos perfectos”?



En “La República” de España, en 2012 apareció un artículo que muestra con crudeza los extremos de un negocio que nos asombra.

<http://gastronomiaycia.republica.com/2012/02/23/el-negocio-de-adelgazar-es-conseguir-que-vuelvas-a-engordar/>

“La salud es un negocio, y como explican aquí, el negocio de adelgazar es conseguir que vuelvas a engordar. Mirad en vuestro entorno, ¿cuántas personas están constantemente a dieta?, se ha creado una dependencia que es de la que se quieren aprovechar todos los que prometen adelgazar fácil y rápidamente. Una de las últimas alarmas saltó con el método de la Clínica Planas, que personalmente, y disculpadnos si ofendemos a alguien, nos parece descerebrado, aplicar

*nutrición enteral, la forma de alimentación a la que se someten pacientes que por alguna patología no pueden ingerir alimentos. La alimentación por vía enteral se realiza a través de una sonda nasogástrica, conectada al exterior (puede ser de forma discontinua o continua, en el caso de la **dieta enteral Planas** es continua) con una bolsa de alimentación que debe contener los nutrientes básicos necesarios, este preparado va a parar directamente a uno de los tramos del sistema digestivo, así no hay energía extra que se acumule en forma de grasa, es más, el organismo deberá recurrir a las reservas para nutrirse, y así se produce la pérdida de peso.”*

Horrorosos titulares inundaban los periódicos: “*La Clínica Planas presenta un **método pionero para adelgazar**”*. La imagen de una persona que porta una sonda introducida por la nariz y conectada a una bolsa de alimentación, lo que evoca es ver a una persona enferma, algo muy lejano a lo que puede evocar ver a una persona con diez kilos de más. Volvamos a hablar de dinero, el precio de este tratamiento cuesta entre 3.000 y 5.000 euros.

En un blog, “Vivir al máximo”, <https://viviralmaximo.net/dietas/>, nos muestran, con cierto humor, la realidad de vivir inmerso en una dieta:

“Hace aproximadamente un par de años, fui a Barcelona a visitar a mi buen amigo Marcos. Cuando llegué a su piso en la Barceloneta, dejé la mochila, nos dimos el abrazo de rigor, y le sugerí que nos fuésemos a tomar una cerveza por el barrio para ponernos al día. “Lo siento mucho, Ángel, pero no puedo beber cerveza”, me respondió. “Es que estoy en la fase crucero.” No tenía noticias de que Marcos se hubiese metido a marinero, así que le pregunté sorprendido que qué narices era eso de la fase crucero. “Es la segunda fase de la dieta Dukan”, me explicó. “Sólo puedo comer proteínas y verduras en días alternos, y una ración diaria de productos lácteos. Nada de carbohidratos ni alcohol”. Durante la semana que estuve en su casa, vi como Marcos iba a tiendas especiales a comprar

salvado de avena, palitos de surimi y unos fideos chinos rarísimos que según él “estaban permitidos”. Vi también como cocinaba todas las noches al llegar del trabajo y preparaba tupper para el día siguiente, y como en su restaurante favorito se pedía una hamburguesa sin pan. No calculé cuantas horas de su vida invirtió en tareas relacionadas con el método Dukan, pero fueron bastantes. ¡Y eso sin contar el tiempo pensando en ello!”

Y, como esa anécdota, podemos encontrar miles. La dieta ortomolecular, la macrobiótica, la “paleo”, la Atkins y muchas más. Lo que todas de algún modo comparten es que violentan el modo de vida, obligan a vivir para ellas y aumentan el gasto en alimentación exponencialmente. Algunas- además- son riesgosas: suprimen productos esenciales. Es decir, se baja de peso por desnutrición.



También, todas ellas, sólo pueden llevarse a cabo por un tiempo, lo que conduce a un anhelo mayor de recuperar aquellos alimentos prohibidos, al dar por terminada la dieta, y...vuelta a engordar.

Pero volvamos a las promesas: allí, la retórica de la publicidad. Esta crea metáforas que invaden el sentido común. Delgadez por belleza, verdes prados por salud, juventud por poder y otros.

Francisco García García (GARCÍA GARCÍA, F. (2005): «Una aproximación a la historia de la retórica», en Revista Icono 14, número 5, Retórica) considera que “en el centro de toda la discusión sobre la retórica está la convicción de que las palabras significan; tienen la capacidad de referenciar el mundo y de inventarlo; de decir en sentido recto y figurado;

de decir la verdad y de mentir; de evadirse y comprometerse; de generar confiabilidad y desconfianza. De lo que no cabe duda es de su eficacia para comunicar, convencer, persuadir, argumentar y de expresar estéticamente. Visto así, la retórica es, como tantas veces se ha dicho, un instrumento comunicativo muy poderoso en las manos de los hombres. Y quien dice del discurso verbal, dice de todo tipo de discurso, ya sea verbal, audiovisual o digital; de función, ya sea informativo, histórico, ficcional, didáctico, publicitario; de medio comunicativo; de género; o de formato."

Y la publicidad se basa, sin dudas, en el principio de que "más vale lo que parece verdad que lo que es verdad". La verdad no creíble no es aceptada. Y lo que vende se vuelve "verdad" a través de las imágenes. El discurso inventa el objeto. El deseo lo acoge y le da realidad. Y el deseo de todo ser humano transita hacia la felicidad, sea cuál sea el medio para alcanzarla. Quizás, no la conseguimos por esos 5 kilos de más o por no tener los suficientes músculos o nuestra sonrisa no es tan luminosa.

En esta búsqueda permanente y a ciegas de un mejor vivir, ahí están ellas, las dietas milagrosas que nos salvarán de una existencia infeliz.



TODOS MUERDEN LA CARNADA

Los malentendidos, las ocultaciones y las distorsiones son la carnada perfecta. El sueño que nos pone en una dieta de palabras, en una dieta de ideas. En esta monotonía de lo inalcanzable, de lo inasible, todo enflaquece. Sumergidos en

la liviandad de las metas, consumimos todo aquello que nos aleje de la angustia de las ideas. Así, hasta el lenguaje adelgaza. Es imposible llegar al hastío porque, cuando nos arrimamos a ese borde, él resulta rápidamente sustituido por otra pulsión desdentada de pensamiento. El lenguaje no trasmite contenidos, sólo se subsume a las imágenes de satisfacción.

Recién, cuando comenzamos a concebir qué existe detrás de nuestras elecciones, nos volvemos un poco más libres. Y también, no podemos negarlo, un poco más escépticos.