

«Liberar el odio hacia tu cuerpo y empezar a amarlo»: La búsqueda del colectivo Deconstruidas por la aceptación y el amor propio

El Ciudadano · 8 de marzo de 2018

"Podemos ser la mujer que nos dé la gana", postulan en conversación con El Ciudadano las integrantes de esta agrupación, quienes cuentan su experiencia a partir del potente concepto de Body Positive. Por Diego Chandía



Este jueves 8 de marzo, en medio de las diversas conmemoraciones en el marco del Día Internacional de la Mujer, Santiago podrá ver una intervención diferente. Un grupo de mujeres reunidas bajo el concepto *Body Positive* se manifestarán en pleno Paseo Ahumada en la capital en pro de una tendencia que se ha tomado las redes sociales, promoviendo el amor propio y la aceptación, criticando la influencia de los prejuicios y estereotipos impuestos por la industria publicitaria y los medios de comunicación.

A las 9 de la mañana comenzará la intervención a cargo del **colectivo Deconstruidas**. En ella 12 mujeres llevarán carteles y vestirán lencería para -según profundizan- demostrar que «**desde el día de hoy podemos ser la mujer que nos dé la gana**».

En conversación con *El Ciudadano*, **Paula San Miguel y Javiera Moreno**, integrantes de la agrupación, abordan la conmemoración de este 8 de marzo y su propia historia en torno a la aceptación del cuerpo.

Body Positive

La tendencia del *Body Positive*, que se traduce literalmente como *Cuerpo Positivo*, surge de la necesidad de enfrentar la fuerte estereotipación que padece la mujer a manos de la publicidad y los medios de comunicación. Una realidad que ha favorecido trastornos alimenticios como la bulimia y la anorexia, además de condicionar la vida de millones de mujeres que no se ajustan a los cánones representados por cuerpos que no necesariamente tienen que ver con la realidad.



Paula San Miguel explica que *Body Positive* «se trata de **liberar el odio hacia tu cuerpo y empezar a amarlo**. Dejar las culpas atrás, porque muchas de nosotras sentimos culpa por cómo luce nuestro cuerpo. **La idea es empezar a amar y darle visibilidad a todos los tipos de cuerpos, ya que siempre nos enseñaron que solo un cuerpo era el correcto.**»

Intervención en el Día de la Mujer

Paula repasa también la intervención preparada para este Día de la Mujer. En ella detendrán el tránsito de uno de los paseos más concurridos de Santiago para dar visibilidad a sus convicciones y demandas.

La convocatoria comienza a las 9 de la mañana en el Paseo Ahumada, para continuar luego en la calle Bandera y llegar finalmente al Costanera Center, centro comercial que destaca justamente por la visibilidad que a través de la publicidad tienen allí los estereotipos más tradicionales de la belleza femenina.

Además de las pancartas que anuncian sus convicciones, San Miguel aborda la propuesta del colectivo de que las 12 mujeres que participan de esta performance usen lencería. De esta manera quieren representar -explican- que **«desde el día de hoy podemos ser la mujer que nos dé la gana ser»**. «Hacemos una celebración mostrando nuestros cuerpos en lencería. **Tenemos todos los tipos de cuerpos, eso es bien entretenido, todas somos súper distintas y lo hacemos para demostrar que todas somos hermosas**», expresa Paula.

Junto con ello se hace cargo de una de las críticas más recurrentes que reciben como agrupación. **«Siempre se cree que el *Body Positive* va solo para las niñas que son gordas. Esto no es así, va para todos**. De hecho, este movimiento nace a causa de los trastornos alimenticios de niñas bulímicas y anoréxicas. Todos hemos sido criticados», sostiene la integrante de Deconstruidas.

Deconstruidas

Al hablar del desarrollo del colectivo Deconstruidas, Paula describe y destaca cómo es que fueron sorprendidas por la cantidad de mujeres interesadas en una instancia como esta.

«Fue súper fuerte que al segundo día de publicado el grupo teníamos más de 1.500 seguidores. Descubrimos que realmente era una necesidad. Gente que se sentía

muy representada. **Niñas que se daban cuenta de que podían ser felices con otro cuerpo distinto al que salía en los medios»,** recuerda.

Javiera Moreno, integrante igualmente de la agrupación, rememora el primer encuentro que tuvo con ellas. «Fue un momento de aprendizaje como mujeres. Todas buscando aceptar y demostrar que **no existe una talla perfecta, no existe un cuerpo ideal.** Ser más gordita no quiere decir que eres una persona que está enferma ni nada», sostiene.

La búsqueda de Javiera

«Yo estoy fuera de todos los cánones de modelo. Yo supuestamente soy modelo, pero no calzo con ninguna de las descripciones. No mido 1.70, que es lo mínimo que piden, tengo curvas, tengo tatuajes, no tengo los ojos azules, que son las características que siempre piden las agencias de promotores».

Así comienza Javiera Moreno a describirse a sí misma. Es una estudiante de Periodismo de 23 años que llegó a Deconstruidas luego de una búsqueda personal, marcada por el bullying y el trabajo de la propia sensualidad.

«Cuando era chica sufrí harto de bullying por mi tamaño y siempre lo encontré una tontera. A la gente la molestan por ser gorda, por tener lentes o por distintas cosas, pero nunca pensé que ser chica pudiera ser algo por lo que alguien te molestará», reflexiona Javiera.

En ese sentido, cuenta que ese período fue muy duro para ella, hasta que se cambió de colegio. «Salí del ambiente en que estaba y me reencontré. **Antes era muy callada y ahora no. La gente ve que me hago notar, levanto la voz. Una cosa es ser chiquita, pero eso no quiere decir que tenga que ser opacada»,** plantea.

Javiera ha tenido una relación estrecha con el concepto *Body Positive* a través de las redes sociales. Desde su cuenta de Instagram [@Singulartrance](#), publica desnudos artísticos. Una decisión que le ha significado encontrar oposición en una sociedad que califica como «conservadora».

«Hay una parte de nuestra generación que sigue con el pensamiento de nuestros padres, que son más conservadores. Chile es un país muy conservador, yo lo sé porque he viajado y he visto eso. Somos más resguardadas, más católicos, hay cosas que no se pueden ver», dice la integrante de Deconstruidas.

Fuente: El Ciudadano