

# Los mapas corporales como técnica de investigación social digital

Laura Castro Roldán<sup>1</sup>

Recibido: 03 de octubre de 2022 / Aceptado: 24 de abril de 2023 / [OPR](#)

**Resumen.** Dentro de los estudios gordos se deben abordar técnicas de investigación que permitan acceder a capas del discurso que van más allá de lo verbal. La técnica cualitativa de mapas corporales digitales supone una herramienta apropiada que nos acerca a les ‘cuerpes’ y permite hacer ejercicios autorreflexivos a todes les participantes del proceso de investigación. Adaptar técnicas comúnmente desarrolladas en espacios físicos a espacios online supone un reto metodológico que amplía las dimensiones de análisis al entrecruzarse y difuminarse las fronteras de lo físico y lo digital. En este artículo se explora la técnica de investigación de los mapas corporales digitales aportando una definición de la técnica. Se expone una genealogía de las técnicas similares y se reflejan los resultados que permite esta técnica obtener.

**Palabras clave:** digitalización; estudios gordos; investigación encuerpada; investigación social; metodología.

## [en] Body maps as a digital social research technique

**Abstract.** Fat studies must implement research techniques that enable the researcher to access discourse levels that go beyond the verbal. The qualitative technique of digital body mapping is an appropriate tool to bring us closer to the body, allowing all participants in the research process to engage in self-reflective exercises. Adapting techniques commonly carried out in physical spaces to online contexts is a methodological challenge that expands the dimensions of analysis by crossing and blurring the boundaries between the physical and the digital. In this article, the digital body mapping research technique is explored by providing a definition of the technique, presenting a genealogy of similar techniques, and finally, a reflection on the type of results this technique can obtain.

**Keywords:** digitalization; fat studies; embodiment research; social research; methodology.

**Sumario.** 1. Introducción. 2. Mapeando la gordofobia en la literatura académica. 3. Del cuerpo gorde al cuerpo gorde digital. 4. El camino metodológico de los mapas corporales digitales. 5. Mapas corporales digitales. 6. Resultados. 7. Conclusiones: Técnicas que permiten estudiar las vivencias gordas. 8. Referencias.

**Cómo citar:** Castro-Roldán, Laura (2023). Los mapas corporales como técnica de investigación social digital. *Teknokultura. Revista de Cultura Digital y Movimientos Sociales*, 20(2), 205-215. <https://doi.org/10.5209/tekn.84025>

## 1. Introducción

Las técnicas de mapas corporales se han usado en la investigación social para tratar diferentes trabajos referentes al ‘cuerpe’. Esta técnica permite conocer el propio cuerpo, las emociones, las subjetividades y las discriminaciones que atraviesan las biografías de las personas (Silva et. al, 2013). Este tipo de técnica suele realizarse en espacios físicos para poder reunir a les participantes y poder realizar las dinámicas de mapeo corporal (Skop, 2016). No obstante, un espacio físico seguro para les participantes, en muchas ocasiones, es complejo de conseguir.

En el presente artículo se explica la técnica del ‘mapa corporal digital’ aportando una definición y haciendo un

recorrido por las técnicas previas y los resultados que esta práctica social investigadora permite obtener. Recurrimos a la técnica del mapa corporal digital en una investigación que tenía como objetivo conocer las políticas de la representación del cuerpo digital gorde en el contexto de la lucha contra la gordofobia desde el ciberfeminismo. En este contexto de investigación utilizamos los mapas corporales digitales con participantes gordes ciberactivistas. Las ciberactivistas ‘antigordofobia’ se desenvuelven de manera más cómoda y se sienten más seguras en los entornos digitales. Sus vivencias para con sus cuerpos conllevan tener una relación con los espacios físicos compleja y en muchas ocasiones, doliente. Esta técnica de mapas corporales digitales se debe entender no sólo como una digitalización sino como una

<sup>1</sup> Universidad Complutense de Madrid (España)  
E-mail: [laucas04@ucm.es](mailto:laucas04@ucm.es)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5331-7584>

apertura a reflexionar sobre los espacios físicos y digitales que se habitan en el proceso de realización de la práctica investigadora.

El interés de conocer las políticas de representación de les activistas gordes reside en los propios procesos de autopercepción del cuerpo y exposición pública, el uso del cuerpo como lenguaje y arma política, desde un espacio que pueden ocupar al ser online (Castro, 2021). El activismo gordo actualmente tiene más presencia en redes sociales que en entornos físicos. A pesar de que muchos activistas gordes traspasan los escenarios digitales, sigue siendo un movimiento mayoritariamente ciberactivista. El ciberacoso recibido hacia las personas gordas activistas o la invisibilización algorítmica en redes sociales por no ser perfiles deseados, no ha detenido a este movimiento activista, que ha desarrollado estrategias de redes de cuidados y denuncia pública ante situaciones gordofóbicas (del Río, 2021).

Desde la intimidad del cuarto, como sugiere Remedios Zafra (2010), o del espacio físico seguro, se desenvuelve mejor el grupo online de participantes, por el hecho de no estar en espacios asépticos desconocidos para les participantes o inaccesibles por situación geográfica u horarios. De este modo, con la presente investigación mostramos la importancia de rediseñar las técnicas convencionales para adaptarlas a los entornos que son físicos y digitales al mismo tiempo.

En estos entornos que nacen de la intimidad física y concluyen a la creación de grupos seguros de autocuidados online, se pueden generar dinámicas que permitan perseguir nuestros objetivos de investigación. Además, realizar un trabajo de campo cuidadoso, artesanal, mimado y cómodo para todes les implicades en el camino de investigación, que a su vez desembocan en procesos de devolución del trabajo.

En la investigación mencionada se emplearon técnicas grupales. Dando lugar a la co-creación de tres cuerpos colectivos digitales que representan las heridas, las cicatrices, los gritos y la necesidad de visibilizar tanto su físico como sentires. De esta manera, el cuerpo digital gordo colectivo sería pensado también para ser visto, es decir, con contenido político. Este cuerpo digital colectivo se desarrolló dentro de la ‘gordesfera’ entendida como el espacio online donde se realiza ciberfeminismo antigordofóbico y se tejen sus redes de apoyo y acompañamiento.

Los mapas corporales digitales permiten el diálogo sobre les cuerpos de manera no invasiva y accesible aportando información que va más allá del discurso verbal de las entrevistas y los grupos de discusión online. Esto los convierte en una técnica apropiada para investigaciones con participantes de grupos vulnerabilizados y sobre fenómenos sociales que tienen vínculos con el cuerpo, la corporalidad y las memorias corporales, tales como los trastornos de la conducta alimentaria (TAC), las autolesiones, la modificación corporal o la violencia sexual.

Dentro de la investigación social, el estudio del cuerpo suele abordar el interés por cómo se construye el concepto de cuerpo en nuestros entornos sociales. Sin embargo, las prácticas que solemos realizar para tratar

temáticas sobre el cuerpo suelen carecer de procesos de investigación que conlleven la autorreflexión consciente de la persona que investiga, es decir, de lo que Mari Luz Esteban (2004, 2016) llama ‘encarnar la investigación’.

## 2. Mapeando la gordofobia en la literatura académica

A pesar de que los ‘estudios gordos’ (*fat studies*) no están muy extendidos en los entornos académicos del Estado Español, sí que tienen un amplio reconocimiento en países angloparlantes como Estados Unidos, Reino Unido y Australia, donde los estudios gordos han sido desarrollados por investigadoras reconocidas como Deborah Lupton (2012, 2013, 2016) y Charlotte Cooper (2007, 2010, 2016).

Si bien es cierto que no disponemos de muchas referencias académicas sobre la gordesfera en castellano, hay antecedentes relevantes procedentes de la academia angloparlante, como el trabajo de Marissa Dickins, Colette Browning, Susan Feldman y Samantha Thomas (2016), que desde la teoría fundamentada estudiaron la *fatosphere* para analizar sobre las consecuencias positivas de la inclusión. Otro referente interesante es la investigación de Allison Taylor (2020) sobre la discriminación por gordofobia en las mujeres queer femeninas gordas (*queer fat femme women*) en los espacios de apps de citas.

En los entornos de Abya Yala encontramos una presencia mayor de investigaciones sociales sobre el activismo gordo, quizá porque hay una opresión interseccional y una lucha también anticolonialista y antirracista, puesto que el cuerpo debe de ser no sólo delgado, sino también blanco (Contrera y Cuello, 2016).

En España el estudio del sistema gordofobo no está muy extendido en los entornos académicos y ha sido más bien desde los entornos activistas donde se ha promovido el estudio sobre el fenómeno. De hecho, una de las labores manifiestas del activismo gordo es hacer contenidos divulgativos que expliquen el sistema gordofobo o sistema gordo-odiante. En España, ha sido la destacada activista Magdalena Piñeyro (2016, p. 48) quien ha definido la gordofobia como: «humillación, invisibilización, maltrato, inferiorización, ridiculización, patologización, marginación, exclusión y hasta el ejercicio de violencia física ejercidas contra un grupo de personas por tener una determinada característica física: la gorda». También las activistas españolas han trabajado con el concepto de ‘gordo-odio’, que sirve para apelar al odio activo hacia les cuerpos gordes.

Las investigaciones que se han hecho hasta la fecha versan sobre la gordofobia en sus diferentes manifestaciones y contextos, puesto que es un tipo de discriminación que aparece desde las infancias en forma de acoso escolar, se reproduce a lo largo de la vida en el entorno familiar y continúa en las consultas médicas (Castro, 2021; Nina Navajas-Pertegás, 2021; Piñeyro, 2016, 2019). No sólo en estas esferas se recibe discriminación, también en los medios de comunicación y en las políticas públicas donde se representa al cuerpo gordo como enfermo, incluyendo connotaciones negativas como el

asco y el miedo generando rechazo (Lupton, 2012). Por otro lado, cuando las personas gordas visibilizan estas discriminaciones mediante el activismo y la denuncia, se encuentran con un rechazo social que ridiculiza sus vivencias, banaliza el sufrimiento y alimenta el estigma, como se ha documentado en trabajos sobre ciberactivismo antigordofobia (Castro, 2021) y en la investigación de Fernández Ramírez et. al. (2012) sobre discursos de odio hacia las personas gordas. En esta obra seminal colectiva se llevó a cabo un análisis cualitativo desde la teoría fundamentada de los comentarios *online* de la noticia de El País de 2009 ‘La hora del “orgullo gordo”’ y en ellos se reflejan los diferentes tipos de estigma y de gordo-odio. Lo más llamativo, es la evidencia de la aceptación de los insultos por parte de las personas gordas que intervienen en el foro.

### 3. Del cuerpo gordo al cuerpo gordo digital

Cuando se habla del ‘cuerpo gordo’ en investigación se suele emplear el término obeso / obesidad siendo este un término que patologiza a las personas gordas. Por ello, en las prácticas políticas de identidad, las personas gordas se definen con gorda/o/e para resignificar y apropiarse del insulto, utilizando así de forma estratégica el insulto y la vergüenza. Cuando las personas activistas se reconocen como gordas están comprometidas en un acto político que resignifica y quita poder al insulto (Butler, 2004). Sin embargo, en el momento que esta palabra no tenga un significado político porque se ha desdibujado el insulto en el ‘racistema’ o el capitalismo absorba el activismo gordo como otra manera de crear dinámicas de consumo, dejará de representar y autorepresentar al activismo gordo: «no se es una cuerpa política sólo por ser gorda, sino por cómo nos enfrentamos al mundo con nuestra gordura» (Álvarez Castillo, 2014, p. 23).

Desde la idea de ‘cuerpo construido’ nos aproximamos a entender el concepto de cuerpo como aquello separado del sujeto, es decir, la frontera entre los otros y el sujeto (Le Breton, 1990). La separación del cuerpo es una concepción que define cómo lo entendemos socialmente, cómo lo conceptualizamos. Descartes (1977) explicaba la dualidad entre el mundo interior y exterior, siendo el cuerpo aquello animal que nos aleja de la razón, siendo lo animal considerado como una máquina. De esta manera, navegamos con una concepción del cuerpo no dicotómica que se construye desde lo colectivo.

Bajtín (1994) hizo también un análisis de los cuerpos en la Edad Media de los carnavales medievales y concluyó que existe una división entre el ‘cuerpo clásico’ y el ‘cuerpo grotesco’. El primero sería aquel cuerpo puro y bello y el segundo un cuerpo cómico e impuro. Además, el cuerpo grotesco es aquel que está en constante transformación colectiva, es el cuerpo enfermo que se debe controlar, debe ser sano, no animal, como se observa también en las obras de Foucault (Yuing y Avila, 2017). El cuerpo grotesco es un cuerpo público que al no estar controlado y ser abierto es un cuerpo conectado con el mundo.

Por ello, grotesco sería el cuerpo gordo. En las representaciones de lo grotesco, a partir del siglo XIII, se relaciona la gordura con el descontrol, las fiestas, el placer y la gula. Georges Vigarello en *La metamorfosis de la grasa* (2011) realiza la historia de la gordura y las connotaciones sociales que se le atribuía al cuerpo gordo a lo largo de la historia. La gordura del cuerpo se construye socialmente, como cualquier cuerpo, tal como indica Sandy Stone (2020, p. 129):

El cuerpo legible es el cuerpo social antes que el cuerpo físico; el cuerpo legible exhibe el significado social de ‘cuerpo’ en su superficie, presenta una serie de códigos culturales que organizan la manera en que el cuerpo es aprehendido y determinan el espectro de respuestas apropiadas socialmente.

Grotesco es también el ‘cuerpo queer’, que escapa de la cisheteronormatividad, es un cuerpo enfermo, raro, que debe ser controlado y reeducado, como el cuerpo gordo. La lucha antigordofóbica desde sus inicios en los años 70 en Estados Unidos está ligada con la lucha LGTBQ+, siendo frecuente encontrar actualmente en el activismo gordo la intersección con ‘lo queer’. El cuerpo gordo muchas veces no se considera ni femenino, ni masculino, de esta manera es excluido y discriminado en muchos entornos, como lo son los cuerpos queer, que al aparecer en los espacios públicos dan voz y abren espacios a otros cuerpos y sujetos diferentes (de Lauretis, 2003, citado en Trujillo, 2022, p. 23).

El activismo gordo desde sus orígenes analógicos ha hecho uso de la autorepresentación mediante autofotos como lenguaje político para visibilizar la no normatividad y explorar el autoconcepto de cuerpo desde diferentes esferas. En la gordesfera, como hemos denominado al conjunto de esfuerzos activistas digitales colectivos y antigordofobia, se utilizan las mismas herramientas, pero transpuestas a la digitalidad. Ahora se exponen los cuerpos en redes sociales como Instagram, donde el cuerpo digital nace del contexto íntimo físico y desde el propio rechazo para reconciliarse y abrazarse, para convertirse en cuerpo público (Bajtín, 1994), y colectivo. De esta manera, el cuerpo grotesco se visibiliza públicamente, gracias al ciberfeminismo (Zafra y López-Pellisa, 2019). Amparo Lasén (2012) explica las tres partes que conlleva la comunicación online de las autofotos. Estas serían, la presentación del cuerpo y del yo; la representación de una misma para el resto; y la corporeización. La exposición del cuerpo gordo es un ejercicio tanto de autoconcepto como de representación para el resto, que pueden ser conocidos y/o público general: «esas fotos son formas de presentación online delante de una audiencia de desconocidos, conocidos y seres queridos. Representan al yo, para uno mismo y para los demás, al tiempo que inscriben el cuerpo doblemente, online y offline» (Lasén, 2012, p. 9).

Para resistir a las violencias gordofóbicas el activismo ha ido formando un cuerpo que se emancipa de la opresión y que no quiere seguir controlándose para adaptarse a la norma; el activismo ha alumbrado un cuerpo que se crea desde la intimidad física del ‘cuarto propio conectado’ (Zafra, 2010) donde se hace el trabajo de au-

tofotografía y gestión de la exposición en redes sociales. Todo este conjunto de procesos, que llegan a ser compartidos con otros gordes, actúan como ‘tecnologías del yo’, como denominó Foucault (1990, p. 48) al conjunto de operaciones realizadas sobre nosotros mismos para obtener una transformación de nosotros mismos. En este caso, estas operaciones corporales y digitales permiten a las personas gordas negociar la auto-aceptación y la continua reflexión sobre sus cuerpos y su presencia en el espacio público.

Además, los cuerpos gordos no son ni masculinos ni femeninos porque, como dice Sadie Plant (1997), la identidad femenina sería una realidad virtual como en la construida en los entornos digitales. Desde la perspectiva ciberfeminista tenemos en cuenta las identidades digitales desde el cuerpo, por ello, en la gordesfera navegan identidades digitales múltiples. Lo físico y lo virtual no se diferencia en frontera, se va cruzando de un lugar al otro, diluyéndose casi al completo, constantemente entre lo biológico y tecnológico (Haraway, 1995). El cuerpo digital colectivo se construye en la gordesfera, desde los vínculos y del ir y volver del armario gordo, permitir reconocerse como el insulto, volver a la intimidad física y autoreflexionarse (Zafra, 2010, p. 41).

#### 4. El camino metodológico de los mapas corporales digitales

El camino metodológico de los mapas corporales digitales comienza por una autorreflexión de la posición como investigadora y por una exploración de procesos investigadores acordes con perspectivas transfeministas y decoloniales, siguiendo influencias de autoras como Sandra Harding (2002), Donna Haraway (1995), Patricia Hill Collins (1990) y Esteban (2004, 2016). Por ello, desde el método cualitativo, se llevaron a cabo las técnicas de autoetnografía, etnografía digital, entrevistas semiestructuradas online a personas expertas, tareas individuales llamadas cuadernos de ejercicios y, por último, técnicas grupales narrativas creativas online donde se encuentra la técnica de mapeo corporal digital.

El posicionamiento de la investigación se enmarca en el post-cualitativismo, en el sentido de navegar por alternativas no clásicas en cuanto al entendimiento epistemológico, metodológico y ético del proceso de investigación (Hernández-Hernández y Revelles, 2019). La decisión del uso del método cualitativo con su mayoría de técnicas digitalizadas se debe a la manera de relacionarnos y acceder a los datos de una forma cuidada. Abordar este tipo de temáticas que visibilizan las ‘vuner(h)abilidades’ (Gandarias, 2019), requiere de compromisos en cuanto a los cuidados.

Sin embargo, el camino de investigación no es un proceso sencillo, sino que el enfrentamiento constante para con la propia conciencia del entorno y del propio cuerpo, genera tensiones personales que cambian el modo de observar y también de producir conocimiento. Además, puesto que la tradición científica suele desvelar reticencias a este tipo de acercamiento a diferentes entornos, genera diálogos internos sobre la no otorga-

ción de credibilidad por parte del ámbito académico. Sin embargo, pese a las dudas, el propio cuerpo gordo habla y pasar de ‘estar gorda’ y ‘ser gorda’ genera un entendimiento del sistema gordofóbico que permite posteriormente diseñar técnicas más respetuosas hacia los participantes.

Por ello, la autoetnografía permite localizar también los sesgos intelectuales, respecto al compromiso del uso con responsabilidad de las técnicas de investigación, lo que sería, en términos de Constanza Álvarez Castillo (2018) citando a Pierre Bourdieu «la objetivación del sujeto de la objetivación». También sobre esto, Miguel Valles (2009a, 2009b) se refiere a la ‘sensibilidad del archivo’ para reconocer la importancia de pensar y archivar las vivencias en el marco de la investigación social. Nina Navajas-Pertegás (2021) realizó también un artículo sobre reflexiones autoetnográficas sobre su vivencia como persona gorda, donde también reflexiona sobre la credibilidad de la técnica dentro del escenario académico, exponiéndose de esta manera no solamente por sus violencias vividas por ser gorda sino también académicamente.

El camino de investigación encarnada, como indica Esteban (2004), está ligado al cuerpo de la investigadora y al interés sobre el objeto de estudio, siendo también una respuesta política consciente que esquivo las pautas de investigación de la academia occidental (Ahmed, 2015).

Se realizaron un total de cuatro fases en la investigación, con devoluciones entre ellas y periodos de análisis para reflexionar sobre el modo de proceder en las futuras fases (Castro, 2021). En la primera fase de investigación se llevó a cabo etnografía digital exploratoria de la gordesfera de Instagram. Al ser la gordesfera un espacio digital, la etnografía digital era esencial, ya que permitía reflexionar metodológicamente sobre las técnicas en entornos offline y online, que se deberían considerar técnicas diferentes. Sin embargo, el escenario digital conlleva numerosos dilemas éticos con las personas que están siendo observadas (Sádaba, 2015).

Después de conducir la etnografía digital exploratoria, comenzó el proceso de investigación digital implicando a los participantes. La contactación de los participantes se hizo mediante una cuenta de Instagram @lagordesfera donde se utilizaba como espacio para la etnografía y para la devolución en forma de contenido pedagógico. Mediante la publicación de posts temporales en Instagram que contenía información sobre el proceso de investigación, las personas accedían a un cuestionario filtro donde se explicaba cómo iba a ser el camino de la investigación, así como la oportunidad de expresar inquietudes, dudas e ideas.

Antes de la realización del mapeo corporal digital, se elaboraron de manera individual cuadernos de ejercicios para autorreflexionar sobre el autoconcepto a partir de imágenes. La manera de hacerlo fue cuidada, fluida y con constante comunicación, encontrándose en participantes la dificultad para llevar a cabo los ejercicios propuestos debido a la ‘dismorfia corporal’. Pese a las dificultades, el interés de esta técnica residía en entender el proceso de autofoto, desde la intimidad a la exposición pública en redes sociales.

Tabla 1. Detalle del proceso de investigación. Fuente: elaboración propia

Fase 1 (nov2020-feb2021)	Fase 2 (marzo-diciembre 2021)	Fase 3 (enero-mayo 2022)	Fase 4 (mayo-julio 2022)
Autoetnografía	Devolución en forma de talleres de mapeo corporal offline	Dos entrevistas a expertas semiestructuradas online	Análisis y redacción
Realización de cuatro entrevistas semiestructuradas online Etnografía digital	Diseño guion entrevistas	Cuadernos de ejercicios	Devoluciones
Devolución: Creación Fanzine		Diseño de técnicas grupales (mapas corporales digitales)	
Análisis		Realización de tres grupos con técnicas de mapas corporales digitales	

En los casos en los que no se pudieron realizar los ejercicios, se reflexionó sobre la dismorfia corporal como bloqueador. Los cuadernos de ejercicios se inspiraban en los ejercicios que la activista antigordofobia y antirracista Sony Renee Taylor (2021, 2019) realiza en sus publicaciones. En los cuadernos diseñados, se exploraba el proceso de autorepresentación del cuerpo con ejercicios donde se pedían dibujos o fotografías, así como preguntas sobre cómo sentían cada proceso. Después se hicieron las dinámicas grupales de mapas corporales digitales.

## 5. Mapas corporales digitales

### 5.1. Reflexiones previas

La técnica de los mapas corporales digitales fue conducida de manera digital con una fase analógica previa. En una fase exploratoria de la investigación se hicieron dos talleres de mapeo corporal clásico para repensar la técnica para ser ejecutada posteriormente en entornos digitales. La técnica de mapeo corporal se realiza con cuerpos dibujados en una pancarta, a poder ser de tamaño real y es, en términos de Michelle Skop (2016, p. 29) «una forma relativamente nueva de *Arts Based Research (ABR)* es el mapa corporal como proceso de crear dibujos de tamaño real que representen las identidades y contextos sociales de las personas». Tanto Skop como otros autores como (Cornwall, 1992 y Gastaldo et al, 2012) utilizan esta técnica de investigación por su validez para con la autoconcepción del cuerpo y expresión de vivencias. Además, los mapas corporales permiten indagar en la historia de vida del cuerpo, compartir sensaciones e historias que se vuelven comunes y colectivas.

Así, en el proceso del relato biográfico de la historia de vida del cuerpo gordo, mediante los cuadernos autorreflexivos de ejercicios y las conversaciones grupales, se pueden identificar los diferentes tipos de violencias y procesos de autoconciencia de ser cuerpo. Como señalan Jimena Silva, Jaime Barrientos y Ricardo Espinoza-Tapia (2013) con la obtención de la información de los testimonios de la historia del cuerpo, el mapa aporta más ‘densidad simbólica’.

Los mapas corporales pueden realizarse mediante grupos focalizados o en entrevistas individuales, de-

pendiendo de los objetivos de la investigación en curso. En este caso, era pertinente la dinámica grupal porque se pretendía comprender las políticas de autorepresentación del cuerpo gordo. Con esta técnica artística que guarda similitud con el *storytelling group technique* (Denzin, 1989; Valles, 1997), se generan procesos autorreflexivos que permiten acceder a las complejidades de los ‘sentipensares’ (Fals Borda, 2015) de los colectivos vulnerabilizados y también conocer los peligros del estigma (Goffman, 2006; Skop, 2016). De este modo, se entiende que esta técnica «nos ofrece un método no verbal para expresar estados vivenciales como el dolor, el malestar, la frustración, que pueden ser difíciles de articular verbalmente» (Mitchell, 2006, p. 341).

Durante la realización de los grupos, se hizo la técnica de mapa corporal digital. La dinámica tiene dos momentos: en el primer momento del encuentro se teje la conexión entre los participantes y la moderadora, de este modo se generan conocimientos co-producidos por los participantes. La temática semi-dirigida por el guion viene a relatar la historia de ser cuerpo gordo y la autorepresentación en redes sociales para hacer activismo, de este modo en el plano discursivo se va dibujando un cuerpo común.

Después llega al momento de creación en una plataforma online que contiene pizarras interactivas colaborativas. Cada participante y la moderadora desde sus ordenadores pueden dibujar el cuerpo, de este modo se producen respuestas afectivas pujantes permitiendo traspasar más capas discursivas (Van der Vaart, Van Hoven y Huigen, 2018).

### 5.2. Mapas corporales digitales en la práctica

En la investigación sobre activismo gordo digital se realizaron un total de tres técnicas grupales. El primer grupo lo formaron tres mujeres de veinte a veintinueve años procedentes de España, México y Uruguay. El segundo grupo lo formaron cuatro mujeres y una persona no binaria de España, México y Uruguay de veinte a treinta y tres años cumplidos. El tercer grupo incluía mujeres de veintisiete a treinta y nueve años procedentes de México, Panamá y Chile. La contactación se hizo a través de Instagram desde el perfil de @lagordesfera y la red de personas activistas gordas. Se hizo un cuestionario filtro para conocer a les participantes interesades y sus demandas.

Los mapas corporales incluyen actividades grupales de co-creación de cuerpos colectivos digitales que representan las heridas, las cicatrices, los gritos y la necesidad de visibilizar tanto su físico como sentires. De esta manera, el cuerpo digital gordo colectivo se piensa para ser visto, es decir, se piensa desde una perspectiva política.

La primera actividad consistía en elaborar el cuerpo común ciberactivista gordo. Para ello, se mostraba en la pizarra virtual la silueta de un cuerpo base, un esqueleto curvo, blando y redondo, similar a la figura de la Venus de Willendorf. Les participantes podían elegir otra silueta, pero en los tres grupos estuvieron de acuerdo en mantener la forma propuesta por la investigadora. Además, se proponía una categorización de sentires y les participantes tenían que situar cada categoría explicada en las diferentes partes del cuerpo. Se propusieron cinco categorías vinculadas a colores: el color azul sería para aquellas partes del

cuerpe que gustaban a los participantes; el color naranja eran las partes del cuerpo que producen malestar; el color verde las partes del cuerpo que enseñan los participantes en las redes sociales; el color morado las partes del cuerpo que consideran importantes visibilizar desde una perspectiva crítica; y, el color rojo eran las partes del cuerpo que esconden en las redes sociales.

De este modo, mientras se iba construyendo el cuerpo y se marcaban las zonas, se iban narrando vivencias y debatiendo sobre cómo es el cuerpo común. Así, el mapa corporal no es solo el resultado final, la foto, además del proceso. Es decir, se construye un mapa de vivencias, dolores y placeres en forma de cuerpo colectivo. Este proceso tiene un gran potencial discursivo y reflexivo para la investigación y para los participantes. Se convierte en un momento íntimo grupal necesario para hablar del cuerpo y cómo se vive siendo cuerpo gordo.

Figura 1. Mapas corporales como resultado de los tres grupos de técnicas narrativas grupales creativas. Parte delantera del cuerpo. Fuente: elaboración propia

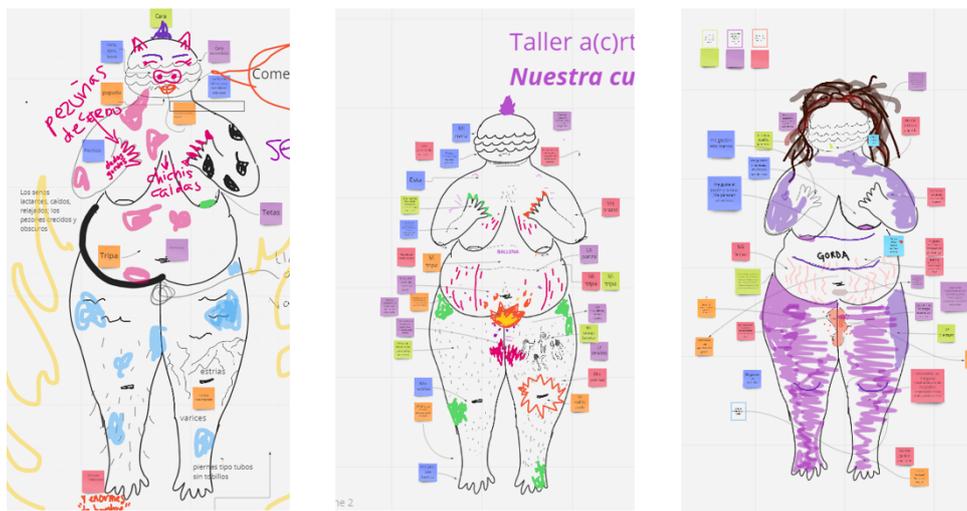


Figura 2. Mapas corporales como resultado de los tres grupos de técnicas narrativas grupales creativas. Parte trasera del cuerpo. Fuente: elaboración propia



## 6. Resultados

A partir de los materiales obtenidos se realizó un análisis temático que incluyó preguntas de investigación sobre historias de vida de las personas gordas, violencias vividas y procesos de autoconocimiento. En definitiva, el recorrido de ‘estar gorda’ a ‘ser gorda’. Se es consciente del cuerpo gordo a partir de la interpelación negativa. Los temas que surgen del análisis son: el cuerpo construido que abarca desde el ‘pre cuerpo’ al primer insulto; el cuerpo gordo que sería la aceptación de ser gorda y la construcción del deseo; los tipos de violencia experimentada (violencia familiar, médica, en el entorno escolar y laboral, en espacios públicos, en relaciones sexuales y violencia propia); y, el cuerpo digital gordo que sería el ciberfeminismo, las autorrepresentaciones, la ‘salida del clóset’ y el cuerpo grupal.

Todos los hallazgos sobre las biografías de la vida gorda están vinculados al cuerpo y mediante la técnica de mapas corporales digitales se pueden observar cómo las zonas socialmente consideradas como no aceptables son aquellas que dotan de más significado la lucha antigordofóbica. A continuación, explico algunos análisis resultante de los análisis de los cuerpos gordos digitales co-creados por las participantes:

La representación del rostro fue un proceso reflexivo en cuanto a la violencia estética y el especismo. Se reflexionaba sobre la eliminación de la identidad facial por parte del sistema gordofóbico, denominado ‘gordura sin cabeza’ (*headless fatties*) término acuñado por Cooper (2007). La Venus de Willendorf, que es desde donde parte el cuerpo común, tampoco tiene rostro. Por tanto, fue una reflexión marcada por la cuestión de si el cuerpo gordo debería tener un rostro reconocible. La tarea de representar un rostro fue compleja por estos motivos. En un grupo se decidió representar con rostro animal para reapropiarse del insulto y reconocerse como animal. De esta manera, como se relata en *Epistemología Rumiante* de Lucrecia Masson (2017, p. 17) la relación gorda y animal sería una alianza, una manera de entender el cuerpo gordo como transformación colectiva: «Pienso este cuerpo gordo y rumiante como un cuerpo que excede lo humano y que va hacia la máquina y va hacia la animalidad, aunque es más animal que máquina». Como decían las participantes: Es bueno que tenga un rostro por qué. Porque es importante lo nuestro. Pero no sé si un rostro tal cual humano. No sé (Mujer, veintiocho años). Esas figuras animales nos acaban representando y es doloroso para nosotres. Cuando en realidad pues tenemos todo de animal (Mujer, veintiocho años).

Figura 3: Parte del cuerpo colectivo gordo donde se aprecia el rostro en forma de cerda. Perteneciente al grupo 1. Fuente: elaboración propia



Algunas partes como el pelo, fueron consideradas desde una perspectiva antirracista criticando que siempre se recibe presión por tener el pelo liso y largo, domesticado y lo más parecido a cómo lo tienen los cuerpos no racializados.

La tripa es la zona del cuerpo que más problemas de autorepresentación generaba y que apenas se muestra en redes sociales. Suele ser marcada como la zona que menos gusta, pero también la que más capacidad de representar el discurso político. El cuerpo fe-

minizado no tiene tripa, es plano. Las partes que menos les gustan son las nombradas como monstruosas (Batjín, 1994) pero hay necesidad de visibilizarlas, de reconocerlas. El cuerpo gordo digital es un cuerpo que molesta y que incordia al ojo del ‘racistema heteropatriarcal’. Es un cuerpo que no hace dieta y es un cuerpo anticapitalista. Por ello, es de las zonas

que consideraban más urgente visibilizar. Esta zona suele evidenciar más el ser una persona gorda y genera problemas a la hora de autoaceptarse. Por ello, se hacían ejercicios de reflexión en el propio grupo: En las redes enseñé la barriga. Me parece lo más significativo de lo gordo y ya la acepté. Tengo un tatuaje en la panza que dice gorda (Mujer, treinta y siete años).

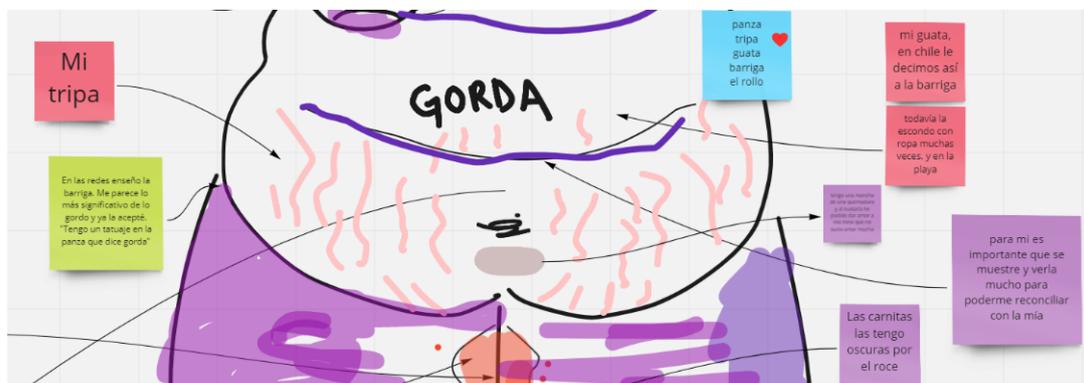
Figura 4. Parte del cuerpo colectivo gordo donde se aprecia el rostro. Perteneciente al grupo tres. Fuente: elaboración propia



Aunque no hubo entorno físico grupal y se hizo desde lo digital, sí hubo tacto compartido. Los grupos seguros de activistas gordes son grupos de cuidados y de ternura radical que acaban siendo también de autoaceptación. Con la tripa ocu-

rrió que acabaron tocándose la tripa cada participante, reconciliándose con ella: Voy a tocar más mi panza (Mujer, veintiocho años). A mí me gusta tocar mi panza (Mujer, treinta y siete años). Es muy suavcita (Mujer, veintiocho años).

Figura 5. Parte del cuerpo colectivo gordo donde se aprecia la tripa. Perteneciente al grupo tres. Fuente: elaboración propia

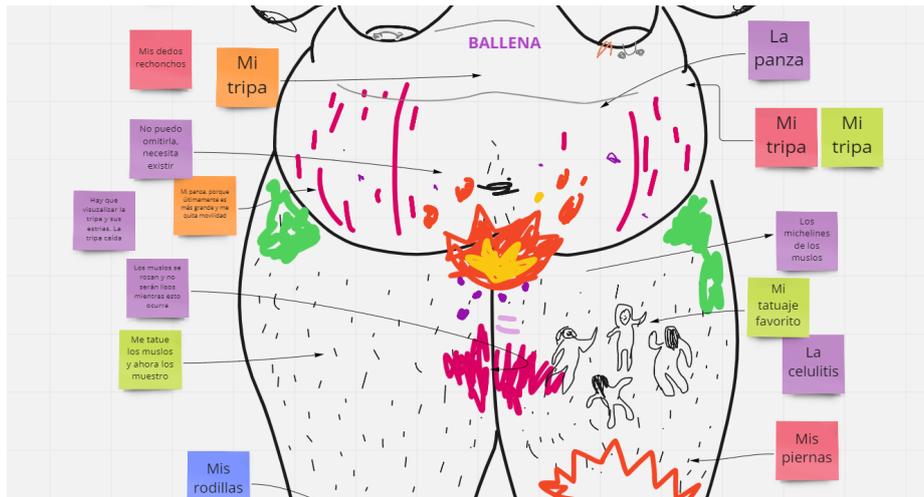


En cuanto al deseo, la problemática y el debate surgía en la representación de los genitales: Yo pondría algo en los genitales que fuera como. No sé cómo decirlo. Como nada, y todo a la vez (...) no pondría propiamente ni una vulva ni un pene (Mujer, veintiocho años).

La representación de los genitales fue debatida por dos cuestiones. La primera era la reflexión de dónde si-

tuar el deseo y la sexualidad, no querían que se centrara sólo en los genitales. La segunda sobre la identidad, querían un cuerpo no binario. En un grupo se preguntó por los genitales de les participantes, pero se consideró que también era problemático preguntar, debido al riesgo en caer en la vigilancia del cuerpo y en transfobia. En conclusión, el deseo era narrado desde una posición crítica en cuanto a la normatividad.

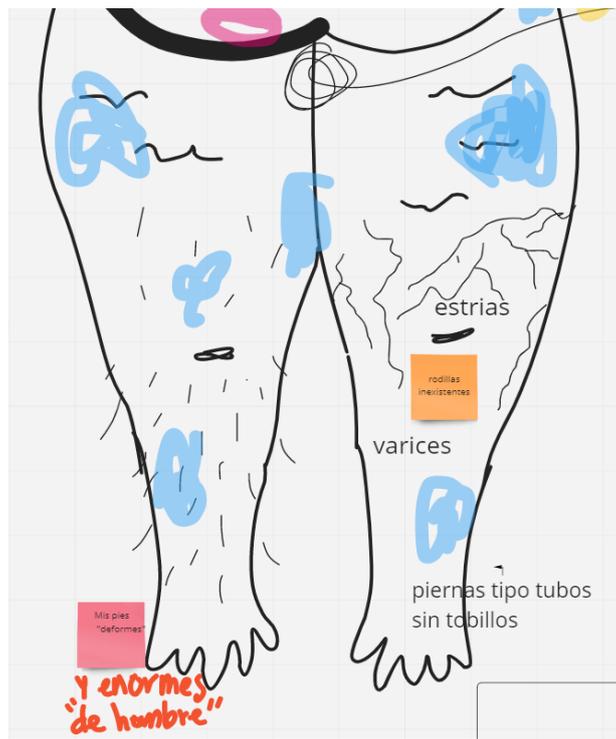
Figura: 6. Parte del cuerpo colectivo gordo donde se aprecia la tripa y la representación de los genitales como una llama. Perteneciente al grupo dos. Fuente: elaboración propia



El dolor fue reflejado en zonas del cuerpo donde se forman heridas por los roces y también por los cambios físicos que generan malestar emocional. Esto se debe a la presión estética y al saber que son consideradas como cuerpo grotesco (Batjin, 1994). Sin embargo, hablando entre ellos sobre los dolores, lo estético, la incomodidad

y la fealdad llegaron a construir la aceptación, considerando el resultado final positivo y representativo de sus vivencias, así como de lo que quieren lograr. Es interesante la relación entre las partes del cuerpo que generan dolor o incomodidad y las que consideran más significativas para mostrar en las redes sociales y visibilizar.

Figura: 7. Parte del cuerpo colectivo gordo donde se aprecian las piernas y muslos. Perteneciente al grupo uno. Fuente: elaboración propia



En definitiva, el cuerpo común digital gordo tiene todo lo considerado no bello por la sociedad según el discurso antigordofóbico. También refleja la caída de estereotipos sobre los cuerpos gordos, siendo diversos, teniendo nalgas o no, pechos pequeños o caídos, granos, estrías, marcas y pliegues. Desde las conversaciones y la co-creación se llega a expresar cómo quieren que sea el cuerpo digital gordo, desde sus experiencias de violencias gordofóbicas y desde cómo hacen su activismo en las redes sociales. El intercambio de pareceres permitió

a todos los participantes compartir el dolor y las estrategias de resistencia.

### 7. Conclusiones: técnicas que permiten estudiar las vivencias gordas

La gordofobia o el gordo-odio es un sistema de opresión que moldea el cuerpo gordo y su historia de vida, siendo la 'vivencia gorda' un recorrido de diferentes violencias.

La salida del clóset, como lo llamaban los participantes, como gordes se realiza desde la intimidad al acercamiento de los entornos digitales y perfiles activistas en redes sociales. El ciberfeminismo antigordofóbico permite a las personas gordas poder explorar contenido de denuncia y divulgación pedagógica pero además permite ver cuerpos gordes representados, lo que hace posible la autoexploración del cuerpo y posteriormente autorepresentación. La gordesfera como lugar de apoyo y red gorda, supone la construcción del cuerpo colectivo gorda.

Gracias a las técnicas cualitativas digitales y el mapeo corporal digital se puede llegar a la construcción del cuerpo gorda colectivo. Asimismo, constatamos la importancia de reflexionar metodológicamente sobre el uso de técnicas digitales y digitalizadas de acercamiento que naveguen por las metodologías artísticas y participativas. El replanteamiento y la reflexión sobre el lugar que ocupamos como investigadoras, permite diseñar técnicas digitales que nacen de los entornos físicos. Des-

de estas técnicas podemos abordar el análisis del ‘tacto digital’ además de poder identificar el cuerpo digital para poder hacer investigación desde discursos no limitados a la modalidad textual o verbal. La posición de la investigadora que decide encuerpar la investigación conlleva numerosos procesos reflexivos y autorreflexivos, pero permiten la impregnación para poder analizar el sistema gordofóbico y poder ser respetuosa y practicar los cuidados con los participantes.

Por último, las consideraciones éticas dentro de la investigación son esenciales teniendo siempre claro que la información no es nuestra, sino es co-creada por los participantes. Por ello, la devolución constante en diversas formas como talleres divulgativos, artísticos, pedagogía en redes sociales o alimentar la gordesfera es una manera de comprometerse y cuidar estos espacios. Así, la manera de investigar también cambia ya que la investigación no concluye con los análisis de los testimonios generados, sino que se sigue en el post con la devolución, acompañamiento y respeto hacia los participantes.

## 8. Referencias

- Ahmed, Sara (2015). *La política cultural de las emociones* (2). Programa Universitario de Estudios de Género de la UNAM.
- Álvarez Castillo, Constanza (2014). *La cerda punk. Ensayos desde un feminismo gordo, lesbiko, antikapitalista y antiespecista*. Trío Editorial.
- Bajtín, Mijail (1994). *La cultura popular en la Edad Media y en el Renacimiento. El contexto*. Alianza Editorial.
- Butler, Judith (2004). *Lenguaje, poder e identidad*. Síntesis.
- Castillo Alonso, Juan José (2018). Para una autoetnografía intelectual: Sociología, historia, trabajo de campo... *Revista Sociología del Trabajo*, 92, 7-31. <https://doi.org/10.5209/STRA.59577>
- Castro Roldán, Laura (2021). Activismo gorda digital: La gordesfera como espacio digital donde se encuentra el activismo gorda. En Marian Blanco-Ruiz y Clara Sainz de Baranda Andújar (Coords.) *Investigación joven con perspectiva de género VI* (pp.33-42). Universidad Carlos III de Madrid. Instituto Universitario de Estudios de Género.
- Collins, Patricia Hill (1990). *Black Feminist thought. Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment*. Routledge.
- Contrera, Laura y Cuello, Nicolás (2016). *Cuerpos sin patrones. Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Madreselva.
- Cooper, Charlotte (2007). *Headless fatties*. <http://charlottecooper.net/fat/fatwriting/headless-fatties-01-07/>
- Cooper, Charlotte (2010). Fat studies: Mapping the field. *Sociology Compass*, 4(12), 1020-1034. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9020.2010.00336.x>
- Cooper, Charlotte (2016, 26 de octubre). The rhetoric around obesity is toxic: So I created a new language for fat people. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/commentisfree/2016/oct/26/rhetoric-obesitytoxic-new-language-fat-people>
- Cornwall, Andrea (1992). *Body mapping in health RRA/PRA*. *RRA Notes*, núm. 16, IIED.
- Del Río, Judith (2021, 3 de febrero). “Gente gorda haciendo cosas”, la ‘línea de ayuda’ a la que muchos deberían acudir antes de opinar. *La Vanguardia*.
- Denzin, Norman (1989). *Interpretive biography*. SAGE Publications Inc., <https://doi.org/10.4135/9781412984584>
- Descartes, René (1977). *Meditaciones Metafísicas, con objeciones y respuestas*. Alfaguara.
- Dickins, Marissa, Browning, Colette, Feldman, Susan y Thomas, Samantha (2016). Social inclusion and the Fatosphere: the role of fan online weblogging community in fostering social inclusion. *Sociology of Health & Illness*, 38(5), 797-811. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12397>
- Esteban, Mari Luz (2004). Antropología encarnada. Antropología desde una misma. *Papeles del CEIC*, 12, 1-19. <https://doi.org/10.1387/pceic.12093>
- Esteban, Mari Luz (2016). *Antropología del cuerpo. Itinerarios corporales y relaciones de género*. Perifèria.
- Fals Borda, Orlando (2015). *Una sociología sentipensante para América Latina*. Siglo Veintiuno.
- Fernández-Ramírez, Baltasar, Esquirol Arias, Elia, Baleriola, Enrique y Rubio, Cristina (2012). El discurso popular sobre la obesidad. Análisis de contenido de una discusión virtual. *Aposta, Revista de Ciencias Sociales*, 52, 1-40. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=495950248004>
- Foucault, Michael (1990). *Tecnologías del yo y otros textos afines*. Paidós.
- Gandarias, Itziar (2019). Resistir desde la vulnerabilidad: Narrativas de mujeres subsaharianas sobre su tránsito hacia Europa. *Papeles del CEIC*, 205, 1-18. <https://doi.org/10.1387/pceic.19532>
- Gastaldo, Denise, Magalhães, Lilian, Carrasco, Christine y Davy, Charity (2012). *Body-map storytelling as research: Methodological considerations for telling the stories of undocumented workers through body mapping*. [https://www.academia.edu/38609898/Body\\_map\\_storytelling\\_as\\_research\\_HQ](https://www.academia.edu/38609898/Body_map_storytelling_as_research_HQ)
- Goffman, Erving (2006). *Estigma: la identidad deteriorada*. Amorrortu.
- Haraway, Donna (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres. La reinención de la naturaleza*. Ediciones Cátedra.

- Harding, Sandra (2002). ¿Existe un método feminista? En Eli Bartra (comp.) *Debates en torno a una metodología feminista*. Pueg/Uam Xochimilco.
- Hernández-Hernández, Fernando y Revelles Benavente, Beatriz (2019). La perspectiva post-cualitativa en la investigación educativa: Genealogía, movimientos, posibilidades y tensiones. *Educatio Siglo XXI*, 37(2), 21-48 <https://doi.org/10.6018/educatio.387001>
- Lasén, Amparo (2012). Autofotos. Subjetividades y medios sociales. En Nestor García-Cancelini, Francisco Cruces y Maritza Urteaga Castro Pozo (Coords.) *Jóvenes, culturas urbanas y redes digitales. Prácticas emergentes en las artes, el campo editorial y la música*. (pp. 243-262). Ariel.
- Le Breton, David (Ed.) (1995). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Nueva Visión.
- Lupton, Deborah (2012, 13 de junio). Is being fat bad for your health? Obesity sceptics disagree. *This Sociological Life. A blog by sociologist Deborah Lupton*. <https://simplysociology.wordpress.com/2012/06/13/is-being-fat-bad-for-your-health-obesity-sceptics-disagree/>
- Lupton, Deborah (2013). *Fat politics: Collected writings*. University of Sidney.
- Lupton, Deborah (2016, 21 de septiembre). Explainer: What is fat studies? *The Conversation*, <https://theconversation.com/explainer-what-is-fat-studies-63108>
- Masson, Lucrecia (2017). *Epistemología rumiente*. Fea.
- Mitchell, Lisa M. (2006). Body and illness: Considering Visayan Filipino children's perspectives within local and global relationships of inequality. *Medical Anthropology*, 25(4), 331-373. <https://doi.org/10.1080/01459740601025856>
- Navajas-Pertegás, Nina (2021). Deberías adelgazar, te lo digo porque te quiero»: reflexiones autoetnográficas sobre la gordura. *Athenea Digital*, 21(1), e2434. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2434>
- Piñeyro, Magdalena (2019). *10 gritos contra la gordofobia*. Vergara.
- Piñeyro, Magdalena (2016). *Stop gordofobia y las panzas subversivas*. Málaga: Zambra-Baladre
- Plant, Sadie (1997). *Zeros and ones. Digital women and the new technologies*. Fourth State.
- Sádaba, Igor (2015). Etnografía virtual/digital (EVD). En Manuel García Fernando, Francisco Ricardo Alvira Martín, Luis Enrique Alonso Benito, Modesto Escobar Mercado (Eds). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 455-484). Madrid, España: Alianza Editorial.
- Silva, Jimena, Barrientos, Jaime y Espinoza-Tapia, Ricardo (2013). Un modelo metodológico para el estudio del cuerpo en investigaciones biográficas: los mapas corporales. *Alpha (Osorno)*, 37, 163-182. <https://dx.doi.org/10.4067/S071822012013000200012>
- Skop, Michelle (2016). The art of body mapping: A methodological guide for social work researchers. *Aotearoa. New Zealand Social Work*, 28(4), 29-43. <https://doi.org/10.11157/anzswj-vol28iss4id295>
- Stone, Sandy (2020). *La guerra de deseo y tecnología (y otras historias de sexo, muerte y máquinas)*. Holobionte Ediciones.
- Taylor, Allison (2020). But where are the dates? Dating as a central site of fat femme marginalisation in queer communities. *Psychology & Sexuality*, 13(1), 57-68 <https://doi.org/10.1080/19419899.2020.1822429>
- Taylor, Sonya Renee (2021). *Tu cuerpo no es una disculpa. Claves para vivir el autoamor radical*. Editorial Melusina.
- Taylor, Sonya Renee (2019). *El cuerpo no es una disculpa. El poder del autoamor radical*. Editorial Melusina.
- Trujillo, Gracia (2022). *El feminismo queer es para todo el mundo*. Los libros de la Catarata.
- Valles Martínez, Miguel S. (2009a). Metodología biográfica y experiencia migratoria: Actualidad del enfoque de los testimonios anónimos y de autor en el legado de Juan F. Marsal. *Papers: Revista de Sociología*, 91, 103-125. <https://doi.org/10.5565/rev/papers/v91n0.724>
- Valles Martínez, Miguel S. (2009b). Hacerse investigador social: Testimonios del oficio y artesanía intelectual del sociólogo. *Política y Sociedad*, 46(3), 13-36. <https://revistas.ucm.es/index.php/POSO/article/view/POSO0909230013A>
- Valles Martínez, Miguel S. (1997). *Técnicas cualitativas de investigación social: Reflexión metodológica y práctica profesional*. Síntesis.
- Van der Vaart, Gwenda, Van Hoven, Bettina y Huigen, Paulus P. (2018). Creative and arts-based research methods in academic research. Lessons from a participatory research project in the Netherlands. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 19(2). <https://doi.org/10.17169/fqs-19.2.2961>
- Vigarello, Georges (2011). *La metamorfosis de la grasa: Historia de la obesidad*. Editorial Península.
- Yuing, Tuillang y Ávila, Mariela. (2017). Foucault, el cuerpo y la vida: Hacia una fisiología del límite. *Estudios Avanzados*, 27, 20-36. <https://doi.org/10.1016/j.bloc.2017.02.011>
- Zafra, Remedios (2010). *Un cuarto propio conectado. (Ciber)espacio y (auto)gestión del yo*. Fórcola Ediciones.
- Zafra, Remedios y López-Pellisa, Teresa (2019). *Ciberfeminismo: De VNS Matrix a Laboria Cuboniks*. Holobionte.