

Travar o Estigma Social da Obesidade



Aceitei o convite e viajei...

Porque SOMOS TODOS DIFERENTES, TODOS IGUAIS e porque o SABER NÃO OCUPA LUGAR, este Guia é um convite a uma **vigem interna** que tem como pretensão “(...) desconstruir (pre)conceitos e estereótipos que recaem sobre as pessoas com excesso de peso e/ou obesidade, contribuindo para uma maior e melhor inclusão social e integração profissional destas pessoas.”

Nos dias de hoje é importante viajar com segurança. Saber para onde vamos e o que vamos visitar torna-se tónica essencial. Assim começa este Guia, apresenta-nos conceitos - excesso de peso e obesidade - e divulga os dados referentes à Região Autónoma da Madeira, de acordo com Direção Regional de Estatísticas da Madeira (DREM). No contato com as primeiras informações vamos conhecendo a realidade - o que distingue excesso de peso e obesidade e, para além de um problema de saúde pública, mostra-nos que a obesidade é uma doença crónica.

De imediato temos acesso à cómoda da realidade interna e abrimos a gaveta da memória. Identificamo-nos ou identificamos alguém, reconhecemos situações e experiências, recordamos ou, de forma mais intensa, revivemos. Compramos bilhete para viagem da mudança de comportamentos e de atitudes e rumamos à integração e aceitação.

Percorrer estas páginas leva-nos a perceber onde mora o preconceito – “(...) o Estigma Social da Obesidade é vulgarmente aceite (...)”. “Segundo a UNESCO, a aparência física e a raça e/ou religião são os principais motivos de bullying no mundo (...)”.

Nesta viagem interna torna-se perceptível quando queremos mandar no “país do peso a mais”. Já abrimos a gaveta que nos dá acesso a opiniões debitadas, a alterações gastronómicas, a exercícios físicos, a prateleiras de remédios milagrosos e a cirurgias disponíveis. Aqui mora “(...)a crença de que as pessoas têm excesso de peso porque querem ou por falta de vontade de mudar, são preguiçosas, sedentárias, condenando-as, assim, à inatividade. (...)”

Como depois de qualquer viagem, ao regressarmos, é importante arrumar correctamente tudo o que para ela levámos. Reconhecer, aceitar, integrar e partilhar são as quatro gavetas principais da cómoda da realidade interna que tornam prioridade Travar o Estigma Social da Obesidade.

Joana Lopes,

Psicóloga Clínica – Céd.P. 6649