

SOCIEDAD

LA GORDOFOBIA

EJERCICIO #1: COMPRENSIÓN GENERAL

Listen to the audio carefully and answer the questions below.

LA GORDOFOBIA

La gordofobia es un tipo de discriminación basada en el peso y la apariencia física. Se manifiesta en prejuicios, estigmatización y actitudes negativas hacia las personas con cuerpos grandes o fuera del estándar de delgadez.



1. ¿Cómo ha cambiado el ideal de belleza física desde el Renacimiento hasta el siglo XX?
2. ¿Qué papel jugaron los medios de comunicación y la industria de la dieta en la difusión del ideal de delgadez?
3. ¿Qué es la gordofobia y cómo se manifiesta en la sociedad?
4. ¿Cuál es el objetivo principal del movimiento Body Positive?
5. ¿Qué cambios ha impulsado el Body Positive en la industria de la moda?
6. ¿Qué críticas ha recibido el movimiento Body Positive y por qué?

SOCIEDAD

EJERCICIO #2A: COMPRENSIÓN ESPECÍFICA

*Find the differences between the audio and the text. If you prefer something more challenging, work on exercise **2B** instead.*

LA GORDOFOBIA

Históricamente, los estándares de belleza han cambiado. En el Renacimiento, un cuerpo grande era símbolo de prosperidad y salud. Sin embargo, en el siglo XX, la delgadez comenzó a ser vista como el ideal estético, influenciada por la moda y los medios de comunicación. Esta transformación coincidió con el crecimiento de la industria de la dieta y el fitness, que explotaron el miedo como una estrategia comercial.

La gordofobia es un tipo de discriminación basada en el peso y la apariencia física. Se manifiesta en desprecio, estigmatización y actitudes negativas hacia las personas con cuerpos grandes o fuera del estándar de delgadez. Aunque el término ha ganado visibilidad en los últimos años, sus raíces están profundamente latentes en los ideales culturales que privilegian la delgadez como un símbolo de salud, éxito y belleza.

Para combatir esta discriminación, surgió el movimiento Body Positive, una filosofía que aspira a la aceptación de todos los cuerpos, sin importar su tamaño o forma. Su mensaje principal es que todas las personas merecen respeto y amor propio, independientemente de su apariencia física. Este movimiento ha ganado fuerza en redes sociales y medios de comunicación, donde se cuestionan los estándares de belleza alabados por la sociedad.

El Body Positive también ha impulsado campañas de concientización y aceptación en la industria de la moda, logrando que marcas internacionales incluyan modelos de diferentes tallas y promuevan una imagen más diversa y realista. Sin embargo, a pesar de sus logros, el movimiento no está dispuesto a la controversia. Algunas voces críticas cuestionan si realmente el Body Positive es tan positivo como parece o si, en su esfuerzo por promover la aceptación, está normalizando estilos de vida poco saludables. Después de todo, si se acepta todo sin cuestionar, ¿qué incentivo hay para cambiar hábitos que podrían mejorar la calidad de vida?

SOCIEDAD

EJERCICIO #2B: COMPRENSIÓN ESPECÍFICA

Listen and fill out the gaps with the words you hear.

LA GORDOFOBIA

Históricamente, los estándares de belleza han cambiado. En el Renacimiento, un cuerpo (1) _____ era símbolo de prosperidad y salud. Sin embargo, en el siglo XX, la delgadez comenzó a ser vista como el ideal estético, influenciada por la moda y los medios de comunicación. Esta transformación coincidió con el crecimiento de la industria de la dieta y el fitness, que explotaron el miedo (2) _____ como una estrategia comercial.

La gordofobia es un tipo de discriminación basada en el peso y la apariencia física. Se manifiesta en (3) _____, estigmatización y actitudes negativas hacia las personas con cuerpos grandes o fuera del estándar de delgadez. Aunque el término ha ganado visibilidad en los últimos años, sus raíces están profundamente (4) _____ en los ideales culturales que privilegian la delgadez como un símbolo de salud, éxito y belleza.

Para combatir esta discriminación, surgió el movimiento Body Positive, una filosofía que (5) _____ la aceptación de todos los cuerpos, sin importar su tamaño o forma. Su mensaje principal es que todas las personas merecen respeto y amor propio, independientemente de su apariencia física. Este movimiento ha ganado fuerza en redes sociales y medios de comunicación, donde se cuestionan los estándares de belleza (6) _____ por la sociedad.

EJERCICIO #2C: COMPRENSIÓN ESPECÍFICA

If you are struggling to understand what they say, select the best option.

- | | | |
|------------------|-----------------|-----------------|
| 1) a. obeso | b. voluminoso | c. rechoncho |
| 2) a. a la grasa | b. al sobrepeso | c. a la gordura |
| 3) a. ataques | b. insultos | c. prejuicios |
| 4) a. basadas | b. arraigadas | c. enquistadas |
| 5) a. promueve | b. fomenta | c. incentiva |
| 6) a. puestos | b. impuestos | c. decretados |

SOCIEDAD

El Body Positive también ha impulsado campañas de (7) _____ y aceptación en la industria de la moda, logrando que marcas internacionales incluyan modelos de diferentes tallas y promuevan una imagen más diversa y realista. Sin embargo, a pesar de sus logros, el movimiento no está (8) _____ de controversia. Algunas voces críticas cuestionan si realmente el Body Positive es tan positivo como parece o si, en su esfuerzo por promover la aceptación, está normalizando estilos de vida poco saludables. Después de todo, si se acepta todo sin cuestionar, ¿qué incentivo hay para cambiar hábitos que podrían mejorar la calidad de vida?

- | | | |
|---------------------|-------------------|--------------|
| 7) a. victimización | b. visibilización | c. promoción |
| 8) a. libre | b. cubierto | c. exento |

EJERCICIO #3: COMPARTE LA HISTORIA

Use the prompts to summarize and share the story.

1. Los ideales de belleza _____

2. En el siglo XX, _____

3. Esta transformación fue impulsada por _____

4. La gordofobia es _____

5. Body Positive es _____

6. Gracias a este movimiento, _____

7. Sin embargo, _____

SOCIEDAD

ANSWERS

EJERCICIO #1

1. Desde el Renacimiento hasta el siglo XX, el ideal de belleza cambió de valorar los cuerpos voluminosos como símbolo de salud y prosperidad a considerar la delgadez como el ideal estético, influenciado por la moda y los medios de comunicación.
2. Los medios de comunicación y la industria de la dieta promovieron la delgadez como modelo de belleza y explotaron el miedo al sobrepeso para obtener beneficios económicos, fomentando estereotipos negativos.
3. La gordofobia es una forma de discriminación basada en el peso y la apariencia física, que se expresa en prejuicios, estigmatización y actitudes negativas hacia personas con cuerpos grandes o fuera del estándar delgado.
4. El objetivo del movimiento Body Positive es promover la aceptación de todos los cuerpos, sin importar su tamaño o forma, y defender que todas las personas merecen respeto y amor propio.
5. El Body Positive ha logrado que marcas de moda incluyan modelos de distintas tallas y promuevan una imagen más diversa y realista en los medios y campañas publicitarias.
6. El movimiento ha sido criticado por algunos que creen que podría estar normalizando estilos de vida poco saludables, ya que se teme que la aceptación incondicional desincentive mejorar hábitos que podrían beneficiar la salud.

EJERCICIO #2A, 2B y 2C

LA GORDOFOBIA

Históricamente, los estándares de belleza han cambiado. En el Renacimiento, un cuerpo **(1) voluminoso** era símbolo de prosperidad y salud. Sin embargo, en el siglo XX, la delgadez comenzó a ser vista como el ideal estético, influenciada por la moda y los medios de comunicación. Esta transformación coincidió con el crecimiento de la industria de la dieta y el fitness, que explotaron el miedo **(2) al sobrepeso** como una estrategia comercial.

La gordofobia es un tipo de discriminación basada en el peso y la apariencia física. Se manifiesta en **(3) prejuicios**, estigmatización y actitudes negativas hacia las personas con cuerpos grandes o fuera del estándar de delgadez. Aunque el término ha ganado visibilidad en los últimos años, sus raíces están profundamente **(4) arraigadas** en los ideales culturales que privilegian la delgadez como un símbolo de salud, éxito y belleza.

SOCIEDAD

Para combatir esta discriminación, surgió el movimiento Body Positive, una filosofía que **(5) promueve** la aceptación de todos los cuerpos, sin importar su tamaño o forma. Su mensaje principal es que todas las personas merecen respeto y amor propio, independientemente de su apariencia física. Este movimiento ha ganado fuerza en redes sociales y medios de comunicación, donde se cuestionan los estándares de belleza **(6) impuestos** por la sociedad.

El Body Positive también ha impulsado campañas de **(7) visibilización** y aceptación en la industria de la moda, logrando que marcas internacionales incluyan modelos de diferentes tallas y promuevan una imagen más diversa y realista. Sin embargo, a pesar de sus logros, el movimiento no está **(8) exento** de controversia. Algunas voces críticas cuestionan si realmente el Body Positive es tan positivo como parece o si, en su esfuerzo por promover la aceptación, está normalizando estilos de vida poco saludables. Después de todo, si se acepta todo sin cuestionar, ¿qué incentivo hay para cambiar hábitos que podrían mejorar la calidad de vida?

EJERCICIO #3

- 1. Los ideales de belleza** han cambiado a lo largo de la historia.
- 2. En el siglo XX** la delgadez se convirtió en el estándar dominante.
- 3. Esta transformación fue impulsada por** la moda, los medios y la industria de la dieta, que promovieron el miedo al sobrepeso.
- 4. La gordofobia es** una forma de discriminación que afecta a personas con cuerpos grandes o que no encajan en los estándares establecidos.
- 5. Body Positive es** un movimiento que surgió para fomentar la aceptación de todos los cuerpos y rechazar los ideales estéticos impuestos.
- 6. Gracias a este movimiento,** muchas marcas han comenzado a mostrar mayor diversidad de tallas en sus campañas publicitarias.
- 7. Sin embargo,** existen críticas que cuestionan si el Body Positive podría estar promoviendo hábitos poco saludables al aceptar todo sin límites.

SOCIEDAD

TRANSCRIPT AND TRANSLATION

LA GORDOFOBIA

Históricamente, los estándares de belleza han cambiado. En el Renacimiento, un cuerpo voluminoso era símbolo de prosperidad y salud. Sin embargo, en el siglo XX, la delgadez comenzó a ser vista como el ideal estético, influenciada por la moda y los medios de comunicación. Esta transformación coincidió con el crecimiento de la industria de la dieta y el fitness, que explotaron el miedo al sobrepeso como una estrategia comercial.

La gordofobia es un tipo de discriminación basada en el peso y la apariencia física. Se manifiesta en prejuicios, estigmatización y actitudes negativas hacia las personas con cuerpos grandes o fuera del estándar de delgadez. Aunque el término ha ganado visibilidad en los últimos años, sus raíces están profundamente arraigadas en los ideales culturales que privilegian la delgadez como un símbolo de salud, éxito y belleza.

FATPHOBIA

Historically, beauty standards have changed. In the Renaissance, a voluptuous body was a symbol of prosperity and health. However, in the 20th century, thinness began to be seen as the aesthetic ideal, influenced by fashion and the media. This transformation coincided with the growth of the diet and fitness industry, which exploited the fear of being overweight as a commercial strategy.

Fatphobia is a type of discrimination based on weight and physical appearance. It manifests through prejudice, stigmatization, and negative attitudes toward people with large bodies or those that don't conform to thinness standards. Although the term has gained visibility in recent years, its roots are deeply embedded in cultural ideals that privilege thinness as a symbol of health, success, and beauty.

SOCIEDAD

Para combatir esta discriminación, surgió el movimiento Body Positive, una filosofía que promueve la aceptación de todos los cuerpos, sin importar su tamaño o forma. Su mensaje principal es que todas las personas merecen respeto y amor propio, independientemente de su apariencia física. Este movimiento ha ganado fuerza en redes sociales y medios de comunicación, donde se cuestionan los estándares de belleza impuestos por la sociedad.

El Body Positive también ha impulsado campañas de visibilización y aceptación en la industria de la moda, logrando que marcas internacionales incluyan modelos de diferentes tallas y promuevan una imagen más diversa y realista. Sin embargo, a pesar de sus logros, el movimiento no está exento de controversia. Algunas voces críticas cuestionan si realmente el Body Positive es tan positivo como parece o si, en su esfuerzo por promover la aceptación, está normalizando estilos de vida poco saludables. Después de todo, si se acepta todo sin cuestionar, ¿qué incentivo hay para cambiar hábitos que podrían mejorar la calidad de vida?

To fight this discrimination, the Body Positive movement emerged—a philosophy that promotes the acceptance of all bodies, regardless of their size or shape. Its main message is that all people deserve respect and self-love, regardless of their physical appearance. This movement has gained strength on social media and in the press, where imposed beauty standards are being questioned.

Body Positive has also led visibility and acceptance campaigns within the fashion industry, causing international brands to include models of different sizes and promote a more diverse and realistic image. However, despite its achievements, the movement is not free from controversy. Some critics question whether Body Positive is really as positive as it seems, or whether, in its effort to promote acceptance, it is normalizing unhealthy lifestyles. After all, if everything is accepted without question, what incentive is there to change habits that could improve one's quality of life?