Universidad de Lima
Facultad de Comunicación
Carrera de Comunicación

PROYECTO FOTOGRÁFICO: CONSTRUCCIÓN DE LA NARRATIVA VISUAL DEL FOTOLIBRO “LENGUAJE DEL SILENCIO”

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título de Licenciado en Comunicación

Janet Carolina Roca Sanchez

Código: 20143176

Asesor
José García Contto

Lima – Perú

Noviembre 2020

UNIVERSIDAD DE LIMA
MCMLXV
SCIENTIA ET PRAXIS

PROYECTO FOTOGRÁFICO: CONSTRUCCIÓN DE LA NARRATIVA VISUAL DEL FOTOLIBRO "LENGUAJE DEL SILENCIO"

ÍNDICE

RESUMEN ..... **xiv**

ABSTRACT ..... **xv**

INTRODUCCIÓN **1**

CAPÍTULO I: ANTECEDENTES DEL TRABAJO **6**

1.1 Contexto teórico 6

1.1.1 El cuerpo 6

1.1.2 El cuerpo femenino a través del tiempo 7

1.1.3 Relación entre autoestima e imagen corporal 9

1.1.4 Los trastornos de la conducta alimentaria 10

1.1.5 Recuperación de un trastorno alimenticio 11

1.2 Casos similares 15

1.2.1 A bad day — Laia Abril. 15

Página web de la fotógrafa: https://www.laiaabril.com/ 15

1.2.2 Thinspiration — Laia Abril 16

1.2.3 The Girls from Malawa — Marie Hald 17

1.2.4 Netherworld — Maria Samaniego Ribas 18

1.2.5 I want to disappear: Approaching eating disorders — Mafalda Rakoš 19

1.2.6 Dismorfobina —Natalia Pereira 20

1.2.7 Disasters and fairytales — Cindy Sherman 21

1.2.8 Book II — Edward Honaker 22

1.2.9 Melancholy, a girl called depression — Janelia Mould 23

1.2.10 Francesca Woodman 24

1.3 Objetivos del proyecto 25

CAPÍTULO II: REALIZACIÓN O INTERVENCIÓN **26**

2.1 Etapas 26

2.2 Fotografías y narrativa visual 27

2.3 Proceso creativo 29

2.4 Diagramación del fotolibro 45

2.5 Grupos focales y entrevistas 46

2.5.1 Grupo focal a grupo objetivo 47

2.5.2 Grupo focal a ex pacientes 48
2.5.3 Entrevistas a fotógrafos 49
2.5.4 Entrevistas a psicólogos 50
CAPÍTULO III: SUSTENTACIÓN 52
3.1 Conceptualización de las fotografías 52
3.2 Narrativa visual 55
3.2.1 Narrativa visual 55
3.2.2 Clasificación de las fotografías 55
a) Fotografías representativas: 55
b) Fotografías sensoriales: 55
c) Fotografías emocionales: 56
3.2.3 Secuencia de fotografías 56
3.2.4 Observaciones generales sobre las fotografías 80
3.3 Fotolibro 82
CAPÍTULO IV: LOGROS Y RESULTADOS 85
4.1 Metodología 85
4.2 Emplear la fotografía de desnudo como un medio de expresión que permite retratar las emociones presentes en un trastorno de la conducta alimenticia 85
4.3 Generar diálogos y cuestionamientos críticos con respecto a la percepción del cuerpo, la salud mental y los TCA 86
4.4 Promover la empatía hacia personas que padecen un TCA, en concreto de la anorexia y la bulimia 87
4.5 Maquetar un fotolibro de autor que tenga el potencial para ser curado y publicado con una editorial 88
CAPÍTULO V: LECCIONES APRENDIDAS 89
5.1 Artístico personal 89
5.2 Estratégico comunicacional 91
REFERENCIAS 93
ANEXOS 97

Dirección web de las piezas y producciones de comunicación parte del trabajo

Fotolibro impreso validado

https://youtu.be/u9fo7fbIqtg

Fotolibro digital con correcciones post validación

https://drive.google.com/drive/folders/1kUrFJxf5PPVU3misDeyrVvSyVHzjyuWx?usp=sharing

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 0.1 2
Cuadro comparativo de las definiciones y clasificaciones de anorexia y bulimia del.....2
CIE-10 y DSM-V. Elaboración propia 2
Tabla 0.2 3
Prevalencia actual de TCA en adolescentes.....3
Tabla 0.3 4
Atención a pacientes según tipo de diagnóstico 4
Tabla 3.1 53
*Descripciones y ejemplos de conductas vinculadas con los pensamientos irracionales*53
Tabla 3.1 83
Información detallada para el nuevo proceso de maquetación 83

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.1, Figura 1.2, Figura 1.3 15
Fotografías del proyecto A bad day, de Laia Abril 15
Figura 1.4, Figura 1.5, Figura 1.6, Figura 1.7 16
Fotografías del proyecto Thinspiration, de Laia Abril 16
Figura 1.5, Figura 1.6, Figura 1.7 17
Fotografías de The Girls from Malawa, de Marie Hald 17
Figura 1.7, Figura 1.8 18
Fotografías del fotolibro Netherworld, de Maria Samaniego Ribas 18
Figura 1.9, Figura 1.10 19
Fotografías del proyecto I want to dissapear, de Mafalda Rakoš 19
Figura 1.11, Figura 1.12 20
Fotografías del proyecto Dismorfobina, de Natalia Pereira. 20
Figura 1.13 21
Fotografía de la serie Disasters and fairytales, de Cindy Sherman 21
Figura 1.14, Figura 1.15, Figura 1.16 22
Fotografías de Book II, de Edward Honaker 22
Figura 1.17, Figura 1.18 23
Fotografías de Melancholy, a gil called depression de Janelia Mould 23
Figura 1.19, Figura 1.20 24
Fotografías de Franchesca Woodman 24
Figura 2.1, Figura 2.2 30
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 30
Figura 2.3, Figura 2.4 31
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 31
Figura 2.5, Figura 2.6 31
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 31
Figura 2.7, Figura 2.8, Figura 2.9 32
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 32
Figura 2.10 33
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 33
Figura 2.11, Figura 2.12, Figura 2.13 34
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 34
Figura 2.14 34
Fotografía del poema en el fotolibro 34
Figura 2.15 36
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 36
Figura 2.16 36
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 36
Figura 2.17 37
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 37
Figura 2.18 37
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 37
Figura 2.19 38

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 38
Figura 2.20 38
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 38
Figura 2.21 39
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 39
Figura 2.22 39
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 39
Figura 2.23 40
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 40
Figura 2.24 40
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 40
Figura 2.25, Figura 2.26 41
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 41
Figura 2.27 41
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 41
Figura 2.28 42
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 42
Figura 2.29 42
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 42
Figura 2.30 43
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 43
Figura 2.31 43
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 43
Figura 2.32, Figura 2.33, Figura 2.34 44
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio 44
Figura 2.35 44
Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio 44
Figura 2.36, Figura 2.37 45
Fotografías del Fotolibro Lenguaje del Silencio 45
Figura 2.38 46
Fotografías de una de las pruebas de impresión 46
Figura 2.39 46
Fotografías de la portada final 46
Figura 3.1 56
Fotografía emocional 56
Figura 3.2 57
Fotografía sensorial vinculada con la personalización 57
Figura 3.3 58
Fotografía sensorial vinculada con la sobreimplicación ansiosa 58
Figura 3.4 59
Fotografía sensorial 59
Figura 3.5 59
Fotografía emocional vinculada con la irresponsabilidad emocional 59
Figura 3.6 60
Fotografía sensorial 60
Figura 3.7 60
Fotografía sensorial 60
Figura 3.8 61

Fotografía emocional vinculada a la desesperanza 61
Figura 3.9 62
Fotografía representativa vinculada con el pensamiento catastrófico 62
Figura 3.10 63
Fotografía representativa vinculada con la demanda de afecto 63
Figura 3.11 64
Fotografía representativa vinculada con la demanda de afecto 64
Figura 3.12 64
Fotografía sensorial 64
Figura 3.13 65
Fotografía emocional vinculada con el perfeccionismo 65
Figura 3.14 66
Fotografía emocional vinculada con el perfeccionismo y la personalización 66
Figura 3.15 67
Fotografía sensorial vinculada con la sobreimplicación ansiosa 67
Figura 3.16 68
Fotografía emocional vinculada con la demanda de afecto y personalización 68
Figura 3.17 68
Fotografía emocional vinculada con la personalización 68
Figura 3.18 69
Fotografía sensorial 69
Figura 3.19 69
Fotografía emocional vinculada con el pensamiento catastrófico 69
Figura 3.20 70
Fotografía emocional vinculado con la baja 70
tolerancia a la frustración y la demanda de afecto. 70
Figura 3.21 71
Fotografía representativa vinculada con el perfeccionismo 71
Figura 3.22 72
Fotografía emocional vinculada con el pensamiento dicotómico 72
Figura 3.23 72
Fotografía representativa vinculada con la baja tolerancia a la 72
frustración y la sobreimplicacación ansiosa 72
Figura 3.24 73
Fotografía emocional vinculada con la irresponsabilidad 73
Emocional 73
Figura 3.25 74
Fotografía sensorial vinculada con la sobreimplicación ansiosa 74
Figura 3.26 74
Fotografía representativa vinculada con la sobreimplicación ansiosa 74
y pensamiento catastrófico 74
Figura 3.27 75
Fotografía sensorial vinculada con la desesperanza 75
Figura 3.28 75
Fotografía emocional vinculada con la desesperanza 75
Figura 3.29 76
Fotografía sensitiva vinculada con el pensamiento dicotómico 76
Figura 3.30 77

Fotografía sensitiva vinculada con la desesperanza 77
Figura 3.31 77
Fotografía emocional vinculada con el perfeccionismo 77
Figura 3.32 78
Fotografía sensorial vinculada con el pensamiento catastrófico 78
Figura 3.33 78
Fotografía emocional vinculada con la desesperanza 78
Figura 3.34 79
Fotografía sensorial sensitiva 79
Figura 3.35, Figura 3.36, Figura 3.37 79
Fotografía emocional 79
Figura 3.38 80
Fotografía sensorial emocional 80
Figura 3.39, Figura 3.40 82
Capturas de pantalla de un vídeo del pase de páginas de 82
The Solitude of the Raven 82

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1: Entrevista a profundidad a Andrés Chinchay 98
ANEXO 2: Descripción de las palabras claves de "Creencias irracionales en mujeres con anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace" de Borda, M., Del Río, C., & Torres, I 104
ANEXO 3: Versión del Fotolibro con poemas 109
ANEXO 4: Sesión 1: primer acercamiento al tema 117
ANEXO 5: Sesión 2: Segundo acercamiento al tema 119
ANEXO 6 Sesión 3: Tercer acercamiento al tema 121
ANEXO 7: Sesión 4: Cuarto acercamiento al tema 122
ANEXO 8: Sesión 5: Quinto acercamiento al tema 123
ANEXO 9: Sesión 6 125
ANEXO 10: Secuencia funcional 126
Desarrollada para facilitar la redacción 126
Del libro Izquierdo (2008) 126
ANEXO 11: PRIMERA VALIDACIÓN 127
ANEXO 12: Transcripción de la entrevista a profundidad a Ana Lía Orezzoli 133
(07 de noviembre del 2020) 133
ANEXO 13: Transcripción de la entrevista a profundidad a Carolina Cardich 137
(02 de noviembre del 2020) 137
ANEXO 14: Transcripción de la entrevista a profundidad a Franz Krajnik 141
(28 de octubre del 2020) 141
ANEXO 15: Transcripción de la entrevista a profundidad a Pedro Horna 148
(27 de octubre del 2020) 148
ANEXO 16: Grupo focal con cinco mujeres de entre 23 y 28 años que se han recuperado de anorexia o bulimia. 156
ANEXO 17: Grupo focal a grupo objetivo 162
(27 de octubre del 2020) 162
ANEXO 18: Entrevista Kassia Rondón 170
(27 de octubre del 2020) 170
ANEXO 19: Transcripción de la entrevista a profundidad a Andrés Chinchay 175
(30 de octubre del 2020) 175
ANEXO 20: Entrevista a profundidad con Pequeño Pato Salvaje 180

UNIVERSIDAD DE LIMA
MCMLXV
SCIENTIA ET PRAXIS

RESUMEN

“Lenguaje del silencio” es una serie fotográfica que crea una narrativa visual poética entre cuerpos desnudos y elementos de la naturaleza u objetos. Busca comunicar de manera simbólica las ideas irracionales y estados emocionales que están detrás de los dos trastornos de la conducta alimenticia más conocidos: anorexia y bulimia.

Para lograrlo, se ha recurrido a la memoria personal; además, el proceso creativo tiene como base una investigación a diversos libros sobre fotografía, teorización de las problemáticas en la percepción del cuerpo y trastornos de la conducta alimenticia. Además, se realizaron entrevistas a psicólogos especializados en TCA y desregulación emocional.

A través de la fotografía, se exploran temas como la dismorfia física, el debilitamiento del cuerpo y el entorno familiar; así como el pensamiento polarizado, catastrofismo, perfeccionismo, ansiedad y desesperanza.

Palabras clave:

Fotografía. Memoria. Narrativa visual. Trastornos de la conducta alimentaria. Fotolibro. Distorsiones cognitivas.

ABSTRACT

Language of silence is a photographic series which creates a visual and poetic narrative between nudes and nature or objects elements. It aims to communicate irrational ideas and state of emotions that are behind two well-known eating disorders: anorexia and bulimia.

To achieve that, I have resorted to personal memory and experience. The creative process occurs because of a previous investigation of diverse academic books and interview with a psychologist.

Through photography, we explore topics such as physical dysmorphia, the weakening of the body and the family environment, as well as polarization and catastrophism, polarized thinking, etc.

Key words:

Photography. Memory. Visual narrative. Eating disorders. Photobook. Cognitive dissonance.

INTRODUCCIÓN

"El arte aporta a la terapia la ambición de figurar una versión de las grandes cuestiones de la humanidad" (Klein, 2017, p. 18).

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son un problema de salud mental que refleja el malestar de una sociedad caracterizada por el culto al cuerpo, la juventud y la belleza (Croce, 2012, p. 207, 209). De acuerdo con la American Psychological Association (APA), los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son alteraciones persistentes en la alimentación o en el comportamiento, las cuales llevan a una variación en el consumo o en la absorción de los alimentos, causando un deterioro significativo de la salud física o del funcionamiento psicosocial (APA, 2014, p. 329).

Surgieron como entidades clínicas en la década del 60 y 70 del siglo XX; los TCA que se reconocen en la actualidad son: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, pica, trastorno de rumiación, trastorno de evitación de alimentos y trastorno de atracones (Croce, 2012, p. 206; OMS, 2008, p. 302; APA, 2014, p. 329). Los principales trastornos son anorexia y bulimia, en los cuales nos centraremos para este proyecto.

Con respecto a las definiciones, síntomas y tipos de anorexia y bulimia, los manuales oficiales de diagnóstico más importantes son la Clasificación Estadística Internacional de enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud-décima edición (CIE-10), desarrollado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, quinta edición (DSM-V), desarrollado por American Psychological Association (APA). A continuación, se comparte un cuadro comparativo entre ambos manuales.

Tabla 0.1

Cuadro comparativo de las definiciones y clasificaciones de anorexia y bulimia del CIE-10 y DSM-V. Elaboración propia

	CIE-10 **Trastornos de la ingestión de alimento**	**DSM-V** **Trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos**
Trastornos que reconoce	Anorexia nerviosa, anorexia nerviosa atípica, bulimia nerviosa, bulimia nerviosa atípica, hiperfagia asociada con otras alteraciones psicológicas, vómitos asociados con otras alteraciones psicológicas, otros: perdida de origen psicógeno del apetito, pica en adulto y trastorno de la ingestión de alimentos no especificado	La pica, el trastorno de rumiación, el trastorno de evitación/restricción de la ingesta de alimentos, la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno de atracones.
Anorexia nerviosa	Pérdida de peso intencional, inducida y mantenida por el paciente. Excesivo temor a la obesidad y a la flacidez de la silueta corporal, por la cual el paciente se autoimpone un límite de peso bajo. Síntomas: elección de una dieta restringida, ejercicio excesivo, el vómito y las purgas inducidas, y el uso de anorexígenos y de diuréticos	Restricción de la ingesta energética persistente, miedo intenso a ganar peso o a engordar y alteración de la forma de percibir el peso. El individuo mantiene un peso corporal que está por debajo del nivel mínimo normal para su edad, sexo, fase de desarrollo y salud física. Hay dos tipos: restrictivo y atracones/purgas.
Anorexia nerviosa atípica	Trastorno que reúne algunas de las características de la anorexia nerviosa, pero en el cual el cuadro clínico general no justifica ese diagnóstico.	-
Bulimia nerviosa	Accesos repetitivos de hiperingestión de alimentos seguida de vómitos y uso de purgantes. Excesivo interés en la apariencia personal y el peso.	Episodios recurrentes de atracones con comportamientos compensatorios inapropiados y recurrentes para evitar el aumento de peso. La autoevaluación se ve influida por el peso y constitución corporal. Suelen estar dentro de su rango de peso normal o tener sobrepeso.
Bulimia nerviosa atípica	Reúne algunas de las características de la bulimia nerviosa, pero en el cual el cuadro clínico general no justifica ese diagnóstico. Por ejemplo, pueden presentarse atracones sin cambios significativos del peso, o puede no existir el típico excesivo interés por la apariencia corporal y el peso.	-

Nota: los datos fueron obtenidos de la Clasificación Estadística Internacional de enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud (OMS, 2008, p. 332-333) y del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (APA, 2014, p. 329-354).

Al observar las definiciones del cuadro anterior se puede concluir que la anorexia y la bulimia son dos TCA que se caracterizan por una excesiva preocupación con respecto a su imagen corporal vinculada con el peso, como consecuencia llegan a efectuar conductas para tener un cuerpo más delgado o compensar las ingestas. Si bien a nivel conductual hay ciertas diferencias entre ambas patologías, el origen que comparten es la dificultad para manejar sus emociones, la presencia de distorsiones cognitivas, experiencias personales condicionantes y un entorno que las predispone a desarrollar un TCA. (A. Chinchay, comunicación personal, 21 de mayo del 2019).

A nivel internacional, los TCA tienen mayor incidencia en Estados Unidos, Canadá, Australia, Japón, Nueva Zelanda y Sudáfrica. En España, la prevalencia es de 4,11%, en Chile de 4%, y en Japón de 2,4% (Galindo, como se citó en De La Cruz Sánchez, 2020, p.8). En el ámbito nacional, la data ha sido recopilada a lo largo de varios años. A continuación, se detallarán las cifras compartidas por el Instituto Nacional de Salud Mental Noguchi.

Tabla 0.2

Prevalencia actual de TCA en adolescentes

Trastorno clínico	Sierra (2003)	Selva (2004)	Costa (2006)	LM (1) (2012)	Sierra (2008)	Selva (2009)	Lima (2007)
Bulimia nerviosa	0.4	0.1	0.2	0.3	0.0	0.0	0.0
Conductas bulímicas (3)	4.0	4.5	0.9	0.9	0.2	0.2	1.9
Anorexia nerviosa	0.1	0.1	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0
Tendencia a problemas alimentarios	5.9	5.1	5.4	6.0	3.0	4.3	2.7

Nota: Corresponde a un fragmento de una tabla proporcionada por el Instituto Nacional de Salud Mental (Minsa, 2017, p. 53)

Como se observa, la tendencia a problemas alimentarios en adolescentes tiene una alta prevalencia en las áreas urbanas del país. Dentro de esta población, las mujeres son las más afectadas (Minsa, 2017, p. 53).

Tabla 0.3

Atención a pacientes según tipo de diagnóstico

	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Trastornos de la ingestión de alimentos (anorexia-bulimia) TOTAL	770	714	522	308	519	661	771
Trastornos de la ingestión de alimentos (anorexia-bulimia) Mujeres	691	614	447	257	456	565	704
Trastornos de la ingestión de alimentos (anorexia-bulimia) Hombres	79	100	75	51	63	96	67

Nota: Fuente: Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado-Hideyo Noguchi". Oficina de Estadística e Informática (2016, pp. 446-448).

Al igual que en la población adolescente, el grupo más afectado a tener un TCA es el femenino. Esto está íntimamente vinculado con las diferencias de personalidad entre hombres y mujeres. De acuerdo con diversos estudios, dichas diferencias no tienen un origen genético, sino que "la historia y el contexto cultural marcan procesos identitarios diferenciales entre sexos, [los cuales a su vez] se relacionan con las alteraciones del comportamiento alimenticio" (Izquierdo, 2008, p. 173). Cabe mencionar que los hombres también son vulnerables a padecer un trastorno alimenticio; de hecho, la población masculina con TCA representa el 10% del total (A. Chinchay, comunicación personal, 21 de mayo del 2019).

Por otro lado, es importante mencionar la tasa de mortalidad: la anorexia nerviosa es un trastorno psiquiátrico que tiene la tasa más alta mientras que los TCA en general son la tercera enfermedad crónica más común en adultos jóvenes después del asma y la obesidad. Sin embargo, las concepciones erróneas o mitos desarrollados alrededor de estos no solo generan confusión en familiares y amigos sobre qué postura tomar frente a un TCA, sino que incluso pueden perpetuar el problema ya que quien lo presenta lo mantiene en secreto.

“Los trastornos alimenticios son una decisión. Solo necesito decirle a mi ser querido que necesita animarse", "solo es un trastorno de la conducta alimentaria, no puede ser un problema tan grande", "si una persona no está extremadamente delgada, no está tan enferma", "las conductas de los trastornos de la conducta alimentaria sólo están enfocadas en la comida", "tengo un hijo varón, no necesito preocuparme por los trastornos de la conducta alimentaria porque son cosas de niñas", "cuando mi hija con anorexia aumente de peso, va a estar bien", son algunos de los mitos frecuentes que la organización National Eating Disorder identifica (NEDA, s.f.).

Debido a que quienes padecen un TCA son percibidos como personas superficiales, cuyas conductas pueden modificarse con la sola decisión de cambio, no se le da la importancia debido como un trastorno psiquiátrico. Al haber una relación importante entre creencias irracionales y desequilibrio emocional, resulta importante visibilizarlas para poder así incentivar a la búsqueda de tratamiento y prevención de estos (Borda et al, 2015).

Tomando en cuenta lo mencionado se desarrolló una serie fotográfica llamada “Lenguaje del silencio”. Con este proyecto se busca comunicar de manera simbólica las ideas irracionales y estados emocionales que están detrás de la anorexia y bulimia. Explorando temas como la dismorfia física, el debilitamiento físico, la despersonalización, la pobre autopercepción y los frágiles intentos por recuperarse; así como la polarización y catastrofismo se tomó en cuenta tanto características de la persona como el entorno en el cual crece, uno que tiene estereotipos e ideales de belleza inalcanzables. Para ello se realizaron consultas a especialistas, a libros especializados, se realizaron diálogos con mujeres que lograron superar un TCA y se realizó un proceso de reconexión y resignificación a partir de la experiencia propia. En la serie fotográfica, al igual que en el trastorno alimenticio, el cuerpo, más que el protagonista, es el medio para comunicar el universo interno.

CAPÍTULO I: ANTECEDENTES DEL TRABAJO

En esta sección se realiza una breve revisión del contexto teórico con respecto al cuerpo y los trastornos de la conducta alimentaria. Además, se analizan proyectos fotográficos que han abordado estos temas. Para cerrar el capítulo se mencionan los objetivos de este trabajo.

1.1 Contexto teórico

1.1.1 El cuerpo

El cuerpo ha sido conceptualizado, descrito y estudiado desde diferentes perspectivas según la ciencia humana que lo observa. Tanto la historia como la filosofía, la poética como el marketing, han desarrollado discursos que se encuentran en actualización perenne (Fontanille 2017, p. 11-12). Si bien es importante expresar la complejidad que demanda hablar de cuerpo, definirlo de acuerdo con otras especialidades que no pertenezcan a una ciencia social excedería los fines de este proyecto. Dada la naturaleza de nuestra temática de interés, nos centraremos en el aspecto sociocultural.

De acuerdo con Cortés (2006), el cuerpo es "uno de los signos más claros de nuestra identidad personal" (p. 132). Las transformaciones intencionales que le realizamos, las cuales van desde decorarlo hasta intervenirlo, son acciones llevadas a cabo para posicionarnos en la sociedad de determinada manera.

"La visión de la corporalidad responde a los tiempos que se viven. La sociedad y la cultura ejercen una influencia decisiva sobre la imagen corporal y la valoración que de ella se tiene" (Croce, 2012, p. 205). Por ende, al vivir en una época en la cual se vanagloria la belleza física, la juventud y la salud, carecer de alguna de estas puede generar disturbios emocionales (Cortés, 2016, p. 132).

A la "visión de la corporalidad" se le suma el establecimiento de ideales en cuanto a apariencia física, rol social y carácter personal (Croce, 2012, p. 205). Estas construcciones sociales dictan lo que se espera de una persona, expectativas que varían

de acuerdo con el género: la feminidad está vinculada a la fragilidad y delgadez, mientras que la fortaleza y musculatura son indispensables para que un hombre sea considerado masculino. (Izquierdo, 2008, p. 171).

1.1.2 El cuerpo femenino a través del tiempo

> Se nos divide en dos categorías de individuos cuyas ropas, rostros, cuerpos, sonrisas, formas de andar, intereses, ocupaciones son manifiestamente diferentes. La mujer es el otro hombre, es una copia en negativo, el reverso que le devuelve la mirada al hombre para que pueda reconocerse como tal. (Beauvoir, 1949).

Las mujeres no siempre han sido consideradas como el "segundo sexo". En la Grecia antigua se tenía la visión de que solo existía un sexo, idea iniciada por Aristóteles. Galeno de Pérgamo, quien desarrolló esta teoría, postulaba que los órganos sexuales femeninos eran exactamente los mismos que poseía el hombre. La diferencia radicaba en que los genitales de la mujer no se abrían, por lo cual era una versión imperfecta de aquellos que poseía el hombre.

En 1543 entra en escena Andreas Vesalio, quien, a lo establecido por Galeno, aporta que el cuerpo humano es una máquina anatómica. De esto se desprende que la mujer era un mero receptáculo en el cual el hombre depositaba la materia necesaria para engendrar (Fernández-Martorell, 2018, 17-19).

A lo anterior se suma que en el siglo diecisiete se reafirma la división de cuerpo y alma, por lo cual la mujer era vista como la "causa material del cuerpo de un nuevo individuo" mientras que el hombre, como generador de vida, era quien otorgaba el alma (Fernández-Martorell, 2018, p. 19).

En los siglos dieciséis y diecisiete surgen diversos sucesos históricos, entre ellos la colonización, en los cuales el poder ejercido por el hombre europeo blanco sobre las minorías se incrementa. Esto acentúa la discriminación no lo solo hacia la mujer, sino hacia quienes profesaban creencias religiosas diferentes a la cristiana, pertenecían a otras

razas o ejercían determinados roles laborales considerados como inferiores (eurocentrismo y androcentrismo).

A este ejercicio de poder, el cual abarcaba aspectos sociales, culturales, intelectuales y económicos, se le suma el control del cuerpo femenino que toma forma en una de las matanzas más grandes en la historia de la humanidad: la caza de brujas Si bien es imposible saber con precisión el número de mujeres quemadas (Auffret, 2003, citado por Fernández-Martorell, 2018, p. 28), se calcula que fueron alrededor de 50 000 brujas en Europa. Se acusaba de bruja a la mujer "desvinculada del control del hombre".

De acuerdo con Fernández-Martorell (2018): "lo que se ejerció tenazmente en la casa de brujas fue el disciplinar a la máquina receptáculo de carne humana –quien vivía en mujer- para que fuera otra cosa, para que actuara de otra manera. Se trató de producirlas tal y como interesaba para la nueva economía" (Fernández-Martorell, 2018, 36). La Iglesia y el sistema económico configuran una nueva organización de poderes: el hombre católico con dominio está sobre el hombre común, trabajador asalariado, quien, a su vez, es dueño de una mujer. Es importante considerar que el matrimonio cristiano es obligatorio desde el siglo dieciséis: la mujer es llevada al altar por su padre para que el novio la despose. De esto se desprende que tanto hombres dominados como hombres dominantes se hermanan al "poseer un ejemplar de mujer". La mujer fue (¿sigue siendo?) un bien económico.

Lo importante de este repaso histórico es que se pueden desprender algunas reflexiones que competen a nuestro campo: la mujer no es ni ha sido dueña de su cuerpo, y este dominio externo de su propio ser era ejercido de manera conveniente para y por otros. En adición, al haber sido configurada como un ser inferior, su autovaloración ha sido históricamente anulada. Ha tenido que transformarse a sí misma para sobrevivir, siendo callada y juzgada por entidades externas, negándosele el reconocimiento como ser humano. Situación que se extiende en algunos casos hasta la fecha. Tal y como solía manifestar Simone Beauvoir en sus conferencias: "no se nace mujer, llega una a serlo". Cabe cuestionarse a qué precio.

1.1.3 Relación entre autoestima e imagen corporal

Como se ha mencionado en el apartado anterior, el cuerpo femenino ha sido propiedad de otros, evento que ha repercutido en el autoconcepto de miles de mujeres. Es reciente el ejercicio de ideologías feministas, las cuales invitan a que se respeten los derechos de las poblaciones históricamente oprimidas y la autonomía de la mujer. Con respecto a este punto se busca, entre otras luchas, que el cuerpo de la mujer sea de ella. Este hecho afecta de manera directa en la imagen que se tiene de sí y la consecuente autovaloración. Ahora bien, ¿cómo se construye la imagen corporal? ¿cómo está vinculada con la autoestima?

La imagen corporal es el resultado de la interacción de la representación mental del cuerpo, el aspecto cognitivo afectivo y el aspecto conductual. El primero hace referencia a la "fotografía mental de nuestro cuerpo", la cual por tener un grado de subjetividad puede ser distinta a cómo realmente somos. El segundo corresponde a los juicios de valor que le atribuimos a este. El tercer aspecto es la suma de conductas realizadas como reacción a lo que se mencionó anteriormente (Izquierdo, 2008, p. 177).

Por ejemplo, una mujer que tiene un cuerpo que es distinto al "ideal", puede llegar a considerarlo como poco atractivo, gordo, fofo, etc. En consecuencia, decide emplear ropa que le permita ocultar sus "defectos", evita asistir a lugares en donde se pueda sentir observada o pueda sentirse tentada a "romper la dieta". Como se observa, debido a que percibimos que nuestro cuerpo es de "X" forma, lo valoramos con determinados calificativos que nos lleva actuar de cierta manera.

De acuerdo con un estudio (Raich, 2000; citado en Izquierdo, p. 188), se da de manera frecuente que cuando una mujer valora de manera negativa su apariencia, por extensión se llega a descalificar. Por ejemplo, vincular el tener sobrepreso con ser floja, débil, incompetente, etc. Esto, sin duda, llega a mermar en el concepto y percepción que tiene de sí, es decir, la autoestima.

> La autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo. Esta autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz,

productivo, importante y digno. (Coopersmith, 1996; citado en Steiner, 2005).

De lo anterior se desprende que el rechazo hacia alguna parte de nuestro cuerpo o imagen corporal afecta en cómo nos percibimos a nosotros como persona, lo cual tiene repercusiones directas en nuestra autoestima y confianza en sí mismo (Izquierdo, 2008, p. 171).

1.1.4 Los trastornos de la conducta alimentaria

El análisis cognitivo conductual es el método de diagnóstico de un trastorno de la conducta alimentaria (TCA) más importante en la psicología clínica, específicamente en la corriente cognitiva conductual. Dicho método busca "establecer la función de la conducta, teniendo en cuenta la relación existente entre el estímulo que la antecede y el consecuente, determinantes de la probabilidad de aparición de dicha conducta en un futuro. A ello se le denomina secuencia funcional (Izquierdo, 2008, p. 178). En este apartado, el término "trastorno de la conducta alimentaria" (TCA) contemplará la anorexia, bulimia, ingesta compulsiva de comida y trastorno dismórfico.

La secuencia funcional relaciona los eventos o circunstancias detonantes de una conducta patológica con aquello que sucede luego de realizarla. Se dividen en estímulos precedentes (internos y externos) y consecuentes (refuerzo, castigo o extinción de la conducta). (Izquierdo, 2008, p. 180).

Sin embargo, no basta con que las conductas se vean recompensadas para que germine un TCA. Existe una serie de características, propias de la persona y de su entorno, que la predispone. Estas se denominan variables disposicionales. En esta categoría entran las creencias distorsionadas de la realidad, las alteraciones biológicas, la educación familiar, las experiencias personales, los ideales culturales, los valores sociales y el género.

En resumen, para que una persona desarrolle un TCA debe tener cierta predisposición para ello (variables disposicionales), ser estimulada para llevar a cabo

alguna conducta patológica (estímulo antecedente) la cual, finalmente, debe ser recompensada para que se perpetúe (estímulo consecuente). (Izquierdo, 2008, p. 180)

Es importante desarrollar dos aspectos que juegan un rol importante en esta red: el vínculo con la comida y la búsqueda de control (presente en todo TCA). Para ello nos apoyaremos en el condicionamiento operante y clásico.

En un TCA, la comida no solo satisface una necesidad fisiológica; además, existe la creencia de que se puede controlar el hambre. Por un lado, comer de por sí es un evento placentero ya que elimina el hambre (reforzamiento negativo), recompensa que promueve su repetición. Esta satisfacción se incrementa cuando hay periodos de inanición (como en la AN y BN). Por otro lado, debido a que la ansiedad por tener el control genera malestar emocional, al descontrolarse al comer la persona experimenta un momento de relajación.

De lo mencionado se desprende que "la conducta de comer se asocia a una enorme satisfacción psicofisiológica por la retirada del malestar sostenido" (Izquierdo, 2008, p. 184).

De acuerdo con Izquierdo (2008):

> Los TCA son trastornos psicológicos, muy complejos, con secuencias funcionales sostenidas por "condicionamiento operante y clásico", pero que en la base se cimientan en un conjunto de factores como el tipo de personalidad, el pasado efectivo y familiar, el ambiente social, las motivaciones, la forma de interpretar el mundo, las pasarelas de moda, el lugar de nacimiento, la edad, las compañías, etc. (p. 187).

1.1.5 Recuperación de un trastorno alimenticio

Finalmente, se considera necesario realizar algunas recomendaciones con respecto al tratamiento. Lo que se espera en una terapia es que entrene a la paciente en percepción corporal, la desensibilice, reestructure a nivel cognitivo, la exponga sus miedos y le brinde herramientas que prevengan una recaída. (Izquierdo, 2008).

1.1.5.1 Estudios y ensayos

En la actualidad, la anorexia es el trastorno alimentario que más reta a los especialistas. Se suele hospitalizar a la paciente hasta que su peso esté estable, para luego continuar con psicoterapia; sin embargo, este método no garantiza la estabilidad física y psicológica de la persona en el largo plazo (DeAngelis, 2002). Debido a que muchas pacientes oscilan entre periodos de recuperación y recaídas, la cronificación de la enfermedad es una problemática frecuente. Esto está vinculado con la alta tasa de mortalidad: una mujer con anorexia tiene 12 veces más riesgo de morir que una saludable (McMenemy & Shepka, 2020; Redacción Europa Press, 2016).

El "Maudsley approach" es una terapia desarrollada por los investigadores ingleses, Christopher Dare e Ivan Eisler, que ha tenido resultados favorables. La estrategia principal de esta terapia familiar es el trabajo con los padres. Consiste en preparar a los padres para que actúen como "enfermeros" de su hija, cayendo en ellos la responsabilidad de alimentarla de manera saludable y de observar qué tipo de abordaje funciona. De hecho, son los padres quienes asisten a las consultas con el equipo de especialistas y a quiénes también se les capacita para para ayudar a que su hija a lidie con los problemas que surgen en la adolescencia. Cabe mencionar que los ensayos han sido realizados en pacientes adolescentes, población que ha obtenido resultados positivos a corto plazo; como se ha mencionado, la clave es abordar esta problemática antes de que se cronifique (DeAngelis, 2002).

Con respecto a la población que presenta resistencia a los abordajes clásicos, una alternativa no tradicional recomendada para pacientes de anorexia crónica y severa es la Estimulación Magnética Transcraneal (EMT). Esta terapia consiste en la generación de impulsos magnéticos a ciertas áreas del cerebro. De acuerdo con el Dr. Michael Kabar, psiquiatra y director del Instituto de Neuroestimulación de Lima (INEL), "en el Perú ya se viene usando esta tecnología desde el 2010. La ventaja es que obvia los inconvenientes producidos por los efectos colaterales de los psicofármacos y otros tratamientos. Es una tecnología no invasiva, no usa anestesia ni produce convulsiones" (Chumpitaz, 2020, sección de Noticias, párr. 12).

Por otro lado, las terapias que han tenido resultados positivos en los casos de bulimia son la cognitiva-conductual y la psicoterapia interpersonal. La primera ayuda a que la paciente cambie los pensamientos irrealistas y modifique sus conductas alimentarias; mientras que la segunda ayuda a que mejore la calidad de sus relaciones y aprenda a lidiar con los conflictos.

1.1.5.2 Alternativas en Perú

Recibir atención psicológica y psiquiátrica en nuestro país es cuestión de privilegios, principalmente sociales y económicos. Al encontrarnos en medio de una pandemia, parte importante de las alternativas que brindaba el estado han cesado debido al riesgo de contagio de Covid-19 y sus medidas de adaptación no logran cubrir las necesidades de la población. (Baquerizo, et al. 2020).

De acuerdo con Guillermo Alva, especialista en gestión de salud: "Solo se destina el 0.01% del presupuesto del sector Salud a tratamientos de esta rama (salud mental), lo que es preocupante porque hablamos de enfermedades como muchas otras que requieren de un tratamiento y de muchos especialistas que lo aborden" (como se citó en Baquerizo, et al. 2020, párr. 46).

En adición, cabe mencionar que en nuestro país ni en toda Latinoamérica existen guías clínicas específicas para el manejo de pacientes con TCA. Por ende, resulta urgente sensibilizar al personal de salud para que la tasa de mortalidad disminuya (Aliaga-Tinoco & Cruzado, 2020, p. 63). A esto se le suma que la demanda de atención supera la capacidad de atención de los centros, que en el sector estatal las citas son espaciadas entre sí y que son escasos los profesionales de la salud mental especializados en TCA.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, el panorama no se ve esperanzador. Sin embargo, se observan los intentos por parte de los organismos estatales en pro de la salud mental. Los centros más conocidos en Lima son el Hospital Larco Herrera, el Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado – Hideyo Noguchi" (INSM), el Hospital Hermilio Valdizán (HHV). En adición, una persona que cuenta con seguro integral de salud (SIS) puede atenderse en el centro asignado por su dirección

domiciliaria. Una alternativa prometedora son los Centros de Salud Mental Comunitarios (CSMC), centros conformados por equipos multidisciplinarios de profesionales. Para agilizar la atención de estos más de 154 centros, hospitales y hogares protegidos, se lanzará el proyecto "Anímate Perú". Este consiste en la implementación de mecanismos virtuales que faciliten la comunicación entre usuarios, proveedores y la comunidad (El Peruano, 2020, párr. 1-3).

De acuerdo con Chinchay (2019), psicólogo especializado en trastornos de la conducta alimentaria, para lograr una completa recuperación es importante la activa participación de la familia nuclear de la paciente y de su entorno cercano, sean amigos, pareja, familiares y compañeros de clase o trabajo. Además, las terapias grupales tienen un efecto positivo ya que ayudan a que la persona socialice, apoye a quienes están pasando por situaciones similares y suelte la fijación en sí misma (A. Chinchay, comunicación personal, 21 de mayo del 2019).

Con respecto a atención privada, los centros privados más conocidos son la clínica Abint, GABA, Renascentis, Vida mujer. Si bien el tiempo de recuperación depende de la evolución de cada paciente, este suele ser de 3 a 6 años. Los precios mensuales oscilan entre S/ 2000 y S/ 3000 soles, tarifa que permite que la paciente sea tratada por un equipo especializado multidisciplinario. Cabe mencionar que no incluye gastos en medicación psiquiátrica (Heredia, et al. 2017, párr. 29).

Por otro lado, existen iniciativas de ayuda gratuita brindada por especialistas en salud mental vía telefónica. La voz amiga, La línea 113, opción 5, del Ministerio de Salud, el Apoyo psicológico gratuito de Sociedad Peruana de Psicoanálisis (0800-4-1212) y el Teléfono de Esperanza son las principales.

Para concluir, la familia juega un rol tan importante como la elección de la terapia. Depende de la pronta acción y de su compromiso con la salud de la paciente para que pueda recuperarse. Dicho compromiso implica informarse sobre el trastorno, ser consciente de que es una patología mortal, empatizar con el malestar de la persona, entender que las conductas no son ataques hacia el cuidador o cuidadora, seguir las recomendaciones del terapeuta y animar al paciente a finalizar la terapia.

1.2 Casos similares

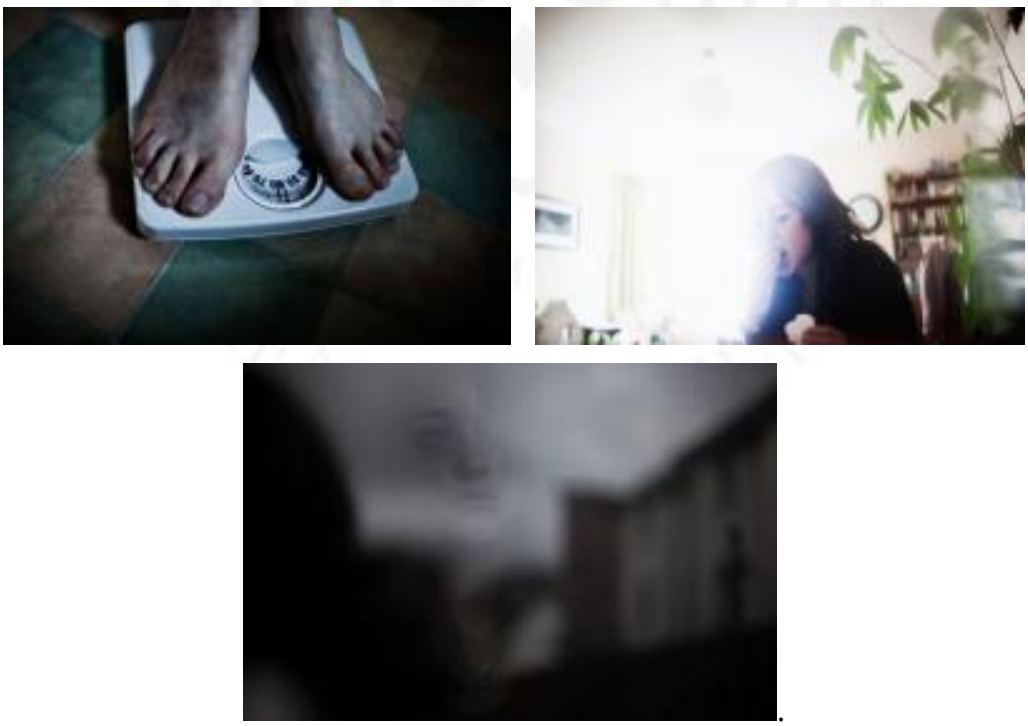
1.2.1 A bad day — Laia Abril.

Página web de la fotógrafa: https://www.laiaabril.com/

La fotógrafa acompaña por un día a Jo, una joven de 26 quien ha ocultado a su familia y amigos que tiene bulimia. La artista muestra las diferentes facetas de una persona que pretende llevar una vida "normal" de cara a su entorno mientras sufre de un trastorno que la desgasta día a día a nivel físico y emocional. De este proyecto se rescata la forma en la cual retrata a Jo: melancólica, dominada por sus atracones y purgas, manipulada por el peso. Está presente la confusión, el caos, la intimidad. Si bien el proyecto es de corte documental, las fotografías no se limitan a contar las conductas de Jo sino de trasmitir las emociones detrás; además, que haya fotografiado a la protagonista con interferencias, sobreexposiciones o a través de reflejos comunica la inestabilidad de la construcción del yo, de alguna forma incluso la despersonalización y desconexión con sí misma.

Figura 1.1, Figura 1.2, Figura 1.3

Fotografías del proyecto A bad day, de Laia Abril



Nota: obtenidas de Burn Magazine (s.f)

1.2.2 Thinspiration — Laia Abril

Página web de la fotógrafa: https://www.laiaabril.com/

Este proyecto representa un viaje a través de la naturaleza del deseo obsesivo y los límites de la auto destrucción. Si bien el objetivo de la fotógrafa es exponer cómo las plataformas digitales y la fotografía sirven de soporte al reforzamiento de este tipo de conductas, considero que al hacerlo se arriesga a caer en aquello que critica. Las imágenes de "Thinspiration" pueden también ser usadas como motivación entre quienes tienen un TCA enfocado en el control del cuerpo.

Se rescata que sea el cuerpo el cual comunique su propio dolor y que se mantenga en anonimato a la persona que tiene anorexia.

Figura 1.4, Figura 1.5, Figura 1.6, Figura 1.7

Fotografías del proyecto Thinspiration, de Laia Abril

Nota: De: Laia Abril (s.f)

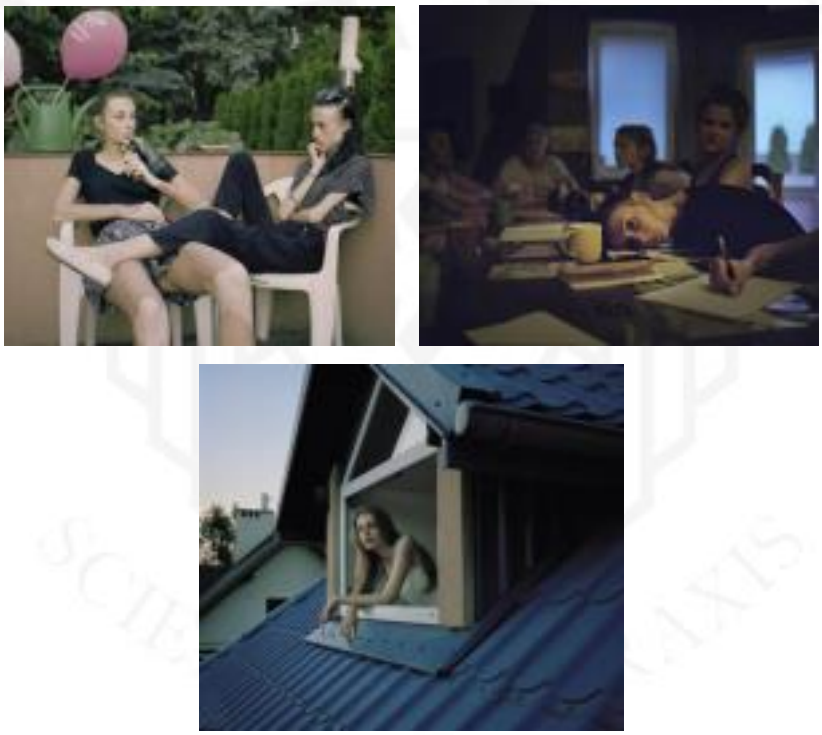
1.2.3 The Girls from Malawa — Marie Hald

Página web de la fotógrafa: https://www.mariehald.dk/

Marie Hald documenta a un grupo de jóvenes con desórdenes alimenticios, descubriendo en el proceso que las aspiraciones vinculadas al cuerpo están ancladas a las nociones del mismo ser. Tal y como manifiesta la artista, "anorexia y bulimia tienen poco que ver con el cuerpo. Es control y perfección" (Marie Hald, s.f). La composición refuerza esa idea. Se considera que la fotógrafa logra retratar el aletargamiento y el ensimismamiento de las chicas internadas.

Figura 1.5, Figura 1.6, Figura 1.7

Fotografías de The Girls from Malawa, de Marie Hald



Nota: De: Marie Hald (s.f)

1.2.4 Netherworld — Maria Samaniego Ribas

Portafolio de la fotógrafa: https://issuu.com/moonchildwold

La fotógrafa hace un proyecto fotográfico en el cual expone de manera autobiográfica el atravesar un trastorno alimenticio, ansiedad y trastorno borderline. Recurre a la fotografía como un medio de expresión de lo vivido. De este fotolibro me gusta la diagramación ya que alterna el espacio blanco con el negro. Además, la fotografía en blanco y negro acentúa las poses. Sin embargo, considero que algunas fotografías son similares entre sí, una secuencia en especial necesita apoyarse del texto para terminar de comunicar su idea.

Figura 1.7, Figura 1.8

Fotografías del fotolibro Netherworld, de Maria Samaniego Ribas

Nota: De: Moonchildwolf (2015)

1.2.5 I want to disappear: Approaching eating disorders — Mafalda Rakoš

Página web de la fotógrafa: http://www.mafaldarakos.com/

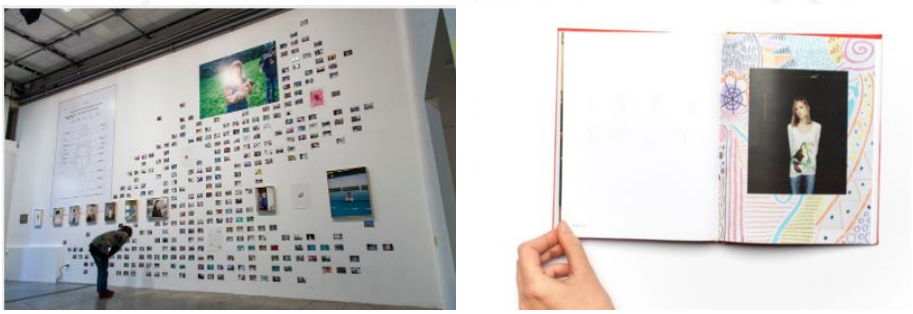
Mafalda Rakoš se sumerge en el universo de un grupo de mujeres que está viviendo la lucha por superar desórdenes alimenticios. Ella expone que las experiencias personales y las dinámicas familiares son un factor importante en el desarrollo de estas patologías, hecho que es constantemente omitido por los medios de comunicación, los cuales suelen representar los TCA como si fuesen resultado de un proceso social. La fotógrafa hace hincapié en la importancia de cambiar dicha perspectiva ya que esta impide que los desórdenes alimenticios sean vistos como una enfermedad seria.

La artista refuerza el mensaje de las fotografías al incluir testimonios de las pacientes y piezas realizadas por las mismas para graficar el hecho de atravesar por un problema psicológico. En adición, interviene las fotos para incluir elementos claves vinculados a la obsesión con el control del peso y la comida, como lo son llevar la cuenta del peso de manera diaria.

Su proyecto ha sido expuesto en festivales de fotografía y congresos sobre trastornos de la conducta alimentaria, también ha elaborado un fotolibro.

Figura 1.9, Figura 1.10

Fotografías del proyecto I want to dissapear, de Mafalda Rakoš



Nota: De: Lens Culture (s.f.)

1.2.6 Dismorfobina —Natalia Pereira

No cuenta con una página web ni portafolio virtual

El proyecto busca ser una crítica al ideal de belleza que nos vende el consumismo, contenido que al ser restregado a las personas por diferentes medios de comunicación masivos y publicidad genera estragos en la autopercepción del cuerpo. La artista ata rostros y partes del cuerpo de diversas personas para deformarlos y abordar un tema de salud mental: el trastorno dismórfico corporal. Este consiste en la deformación de la percepción del cuerpo propio.

El tema abordado por la fotógrafa es necesario de abordar ya que la crítica presentada es totalmente válida y está alineada a los análisis desarrollar en la serie que se ha desarrollado para este proyecto (Lenguaje del silencio).

Sin embargo, una observación hacia esta serie es que el hecho de que se necesite explicar el tema y que las fotografías no puedan por sí solas comunicar la idea hace que pierda la fuerza necesaria para un proyecto visual. Si nos desprendemos del texto y nos limitamos a observar las fotografías, estas pueden en algunos casos ser irrisorias.

Figura 1.11, Figura 1.12

Fotografías del proyecto Dismorfobina, de Natalia Pereira.

Nota: De: Noorata (2012)

1.2.7 Disasters and fairytales — Cindy Sherman

Página web de la fotógrafa: http://www.cindysherman.com/

Si bien el trabajo de Cindy Sherman como artista se caracteriza por tener un enfoque feminista con el cual busca desexualizar el cuerpo de la mujer (Mulvey, 1991) es considerado como un referente para este proyecto debido a la manera en la cual representa temas que la sociedad rechaza y trata de ocultar detrás del discurso de la opulencia y el bienestar. Con "Disasters and fairy tales" la fotógrafa se mofa de las representaciones femeninas de los cuentos de hadas para dar paso al miedo, terror y monstruosidad.

Sherman toma el cuerpo femenino para comunicar el universo íntimo de la persona. Lo toma como objeto; lo ironiza, enmascara y exagera para hablar sobre el sufrimiento de una sociedad que representa a la mujer como un ser etéreo y presto a satisfacer al hombre. Despoja a las estrellas de cine del glamour que las caracteriza para dar paso a un ser humano complejo. Niega que la mujer sea un objeto.

Figura 1.13

Fotografía de la serie Disasters and fairytales, de Cindy Sherman

Nota: De: Leblanc, Sara (s. f.)

1.2.8 Book II — Edward Honaker

Página web del fotógrafo: http://www.edwardhonaker.com/

El fotógrafo realiza una serie en la cual ilustra sus experiencias personales de lo que se siente tener depresión y ansiedad. Para Honaker, la mente es quien uno es, por lo cual se vuelve atemorizante cuando esta no funciona “de manera adecuada”.

Para representar la soledad y pérdida de identidad, Honaker distorsiona el cuerpo, lo asfixia o ubica en situaciones de pánico. Se rescata su estilo surrealista conceptual.

Figura 1.14, Figura 1.15, Figura 1.16

Fotografías de Book II, de Edward Honaker

Nota: De: Edward Honaker (s.f)

1.2.9 Melancholy, a girl called depression — Janelia Mould

No cuenta con una página web ni portafolio virtual

Janelia Mould utiliza el arte surrealista para, a través de su lente, representar la sensación de ausencia y soledad que se vive al tener depresión. Me interesa de manera particular cómo ella utiliza diversos recursos artísticos (escenarios desolados y oníricos, omisión de las partes esenciales que construyen la identidad de una persona, simbolismos) para exponer un universo emocional en conflicto.

Figura 1.17, Figura 1.18

Fotografías de Melancholy, a gil called depression de Janelia Mould

Nota: De: Davidson, Jordan (2017)

1.2.10 Francesca Woodman

La fotógrafa no cuenta con página web

Francesca Woodman es una fotógrafa que ganó reconocimiento mundial luego de suicidarse. Previo a su muerte ya había tenido un par de exposiciones; sin embargo, su obra es publicada post mortem. Las fotografías tienen una carga poética que comunica un universo melancólico y solitario, influenciado por el surrealismo y la literatura gótica.

Su trabajo logra trasmitir el dolor y búsqueda de identidad usando pocos recursos: su cuerpo, generalmente desnudo, y espacios desolados.

Se rescata de su obra la composición de sus fotografías, el uso del cuerpo como protagonista y la búsqueda de identidad.

Junto con Cindy Sherman, son las influencias principales para este proyecto (Lenguaje del silencio).

Figura 1.19, Figura 1.20

Fotografías de Franchesca Woodman

Nota: De: El Pais (2016)

1.3 Objetivos del proyecto

Objetivo general:

- Emplear la fotografía de desnudo como un medio de expresión que permite retratar las emociones presentes en un trastorno de la conducta alimenticia.
- Reforzar las emociones presentes en la narrativa empleando fotografías de paisajes.

Objetivos específicos:

- Generar diálogos y cuestionamientos críticos con respecto a la percepción del cuerpo, la salud mental y los TCA.
- Promover la empatía hacia personas que padecen un TCA, en concreto de la anorexia y la bulimia.
- Maquetar un fotolibro de autor que tenga el potencial para ser curado y publicado con una editorial.

CAPÍTULO II: REALIZACIÓN O INTERVENCIÓN

2.1 Etapas

La primera parte del proyecto consiste en una investigación a diversas fuentes bibliográficas y entrevistas a especialistas. Luego de identificarse las ideas irracionales y características de la personalidad en la población que padece de anorexia nerviosa y bulimia purgativa; y de analizar la forma en la cual los medios de comunicación suelen abordar los trastornos de la conducta alimentaria, se optó porque el tema principal de las fotografías sea el conflicto interno. Los medios de comunicación suelen abordar los trastornos de la conducta alimentaria mostrando cuerpos deteriorados por la anorexia, o detallan las conductas de quienes padecen de anorexia y bulimia. Si bien es importante informar y brindar herramientas a la población en general para que sepan identificar cuándo una relación con el cuerpo-peso-comida es dañina para la salud, al centrarse en lo visible pasan a un segundo plano una de las variables disposicionales más importantes: la dificultad para lidiar con sus emociones. Esta omisión también aísla a las personas con un TCA, y dificulta la generación de empatía y comprensión hacia ellos.

La segunda etapa del desarrollo del proyecto consiste en recurrir a la memoria. En esta etapa quien redacta vinculó la información previamente mencionada con las conductas, sentimientos y emociones presentes en la etapa de activación del trastorno.

En la tercera etapa del proyecto se realizó la preproducción, ejecución y postproducción de las fotografías. Estas fueron tomadas con dos cámaras, una Canon t6i y una Nikon d5300, los lentes elegidos fueron uno fijo de 28 mm y uno 18-135 mm. Las tomas fueron realizadas con lentes angulares.

En la cuarta etapa fue necesario recibir una capacitación con dos cursos virtuales en Doméstika sobre diagramación y maquetación de fotolibro. El primer curso fue “Edición de fotolibros y narrativa visual”, dirigido por Musuk Nolte, editor de fotolibros en KYW (editorial independiente de fotolibros). El segundo curso fue “Fotolibros: conceptualización y materialidad” de Mariela Sancari, fotógrafa, curadora y autora de fotolibros.

En la quinta etapa se desarrollaron cinco prototipos digitales de fotolibro, de los cuales se eligió un modelo cuyo coste de impresión se adaptaba a los recursos económicos. Además, con ese prototipo se podía filmar de manera sencilla el pase de páginas, lo cual facilitaba la validación con especialistas y público objetivo. Cabe mencionar que para esta versión se desarrolló una narrativa visual que demandaba unas fotografías extras, por ello se realizó sesión fotográfica adicional.

En la sexta etapa se realizaron pruebas de impresión en hoja bond. El objetivo era ejecutar la propuesta a un bajo coste.

En la séptima etapa se filmó el pase de páginas del fotolibro. Fue sonorizado con la música instrumental de la canción "Listen before I go" de Billie Eilish, ya que esta reforzaba las emociones presentadas (Billie Eilish, 2019).

En la octava etapa se realizaron las reuniones virtuales con especialistas, el grupo objetivo y con un grupo de mujeres de 23-30 años que superaron un TCA. Se empleó la plataforma Zoom.

En la novena etapa, tomando en cuenta las observaciones mencionada, se realizó una propuesta de maquetación que se presentará a editorial para entrar a la fase de curadoría editorial y posterior publicación.

2.2 Fotografías y narrativa visual

Con respecto a elección del medio artístico empleado, la fotografía, se tuvo en cuenta que este es un medio versátil que funciona como soporte no solo de lo visible sino también de lo abstracto. Esta registra y satisface de la "necesidad de ver para creer" (Dubois, 1986, p.20, como se citó en Campo Castrore, 2017, p.9). Expresa emociones e ideas, las cuales pueden ser comunicadas a través de analogías visuales, representaciones simbólicas de ideas, asociación entre decisiones formales y conceptos, entre otros recursos.

Para este proyecto se decidió realizar una narración visual en primera persona de la lucha de una persona que tiene una pobre percepción de sí misma y presenta

dificultades para lidiar con sus emociones. Recurrir a las conductas poco efectivas propias de un TCA no son más que intentos por lidiar con el dolor, el cual se incrementa con el rechazo de las emociones presentadas y la autoexigencia rígida. Al estar en un estado vulnerable, la protagonista está atrapada en un vórtex de conductas cada vez más destructivas y pensamientos irracionales sobre sí misma y la realidad. Los intentos por recuperarse están presentes, aunque no son lo suficientemente fuertes. En medio del caos logra tener la fuerza suficiente para romper con la opresión y termina agotada, pero descansa para recuperar el aliento y enfrentarse a una nueva etapa: la de recuperación.

La construcción del personaje y trama fueron desarrolladas a partir de la experiencia personal: quien redacta tuvo anorexia purgativa desde los 15 hasta los 18 años. Se buscó que el lector pueda sentirse cercano al personaje, aunque la información brindada sobre él es general; es decir, pese a que no se tiene información personal de la protagonista (como su edad, sus gustos, etc.) esta permite que ingresen a su mente. Es una revelación anónima, la cual permite que su historia sea la de muchas. Por ello también son varias las modelos.

En las fotografías, los personajes son solitarios y transparentes, quienes se desnudan frente a la cámara en un espacio íntimo, tanto física como emocionalmente. La elección del cuerpo desnudo y abstraído de color se debe a que la naturaleza de ambos trastornos repercute en el cuerpo de manera directa, sea esto visible o no. Se toma el elemento más afectado para construir un discurso diferente, el cual es el lienzo que permite comunicar las emociones negativas y el padecimiento oculto.

Los modelos que han participado en esta serie fueron elegidos debido a que son personas con un vínculo cercano. Previo a la sesión se dialogó con la/el modelo para explicarle la naturaleza del proyecto. Durante la sesión, las conversaciones giraban en torno a la emoción que requería esa fotografía y la música ambiental reforzaba los sentimientos que se buscaban expresar (se creó un playlist de canciones para las sesiones). Conforme se acercaba el final de la sesión, el tema de conversación y la música eran direccionados hacia emociones más agradables. Al finalizar la sesión se agradecía al/a la modelo y se comprobaba que ya se había dado un cierre a emociones como miedo o tristeza. Los modelos elegidos sabían de antemano que quien redacta tuvo un TCA:

estuvieron presentes en aquella etapa o por el grado de amistad era una experiencia que ya conocían.

2.3 Proceso creativo

"Cuando los acontecimientos vividos por el individuo o por el grupo son de naturaleza excepcional o trágica, tal derecho se convierte en un deber: el de acordarse, el de testimoniar". (Todorov, 2000, p.14).

La memoria ha jugado un papel importante en el proceso creativo. Es clave la experiencia autobiográfica cardinal, es decir, "una situación o una etapa crucial en el desarrollo de la vida de la persona que es materia de aflicción" (Orchard, 2018, p.1). A partir de esta es que se toman las decisiones conceptuales (con respecto al enfoque) y formales (referido a la forma).

El método de investigación empleado en esta etapa es autoetnográfico, ya que a partir de una experiencia propia (actual o pasada) se realiza un proceso reflexivo que conecta lo individual con lo colectivo. De acuerdo con Carolyn Ellis y Arthur P. Bochner, la autoetnografía es importante porque, en primer lugar, tiene un acercamiento más fuerte que una investigación tradicional a un tema determinado; en segundo lugar, porque el nivel de cercanía que tiene el autor al tema es mayor, lo cual desata una serie de sentimientos que aportan en la comunicación del tema; en tercer lugar, porque facilita que los lectores empaticen con el tema así no lo hayan experimentado (Gaitán, 2000, párr. 5-7).

Debido a que el abordaje usual en autoetnografía se da en primera persona (Blanco, 2012, p.55), las secciones en las cuales se haya recurrido a la memoria o sea indispensable comunicar una idea a nivel reflexivo serán redactadas en primera persona.

Al inició decidí conectar con quien fui por aquel tiempo, así que decidí "reconstruir" elementos que fueron importantes. El objetivo era "entrar en ese personaje".

a) Diario.

En mi diario escribía poemas, los temas eran principalmente la incomprensión, la soledad, el miedo, el sentirme atrapada y los conflictos familiares. Tuve aproximadamente cuatro diarios, los cuales fueron desechados al ingresar a terapia.

Un fragmento que recuerdo de un diario es: “muerta la bulímica, se acaba el vómito”. De esa idea desprendí una arista nueva para las fotografías: comunicar lo tangible que es la muerte cuando te sientes y sabes débil físicamente. Independientemente de si hay ideación suicida o no, es un factor que está presente y con el cual toda persona que padece de un TCA se llega a enfrentar.

Figura 2.1, Figura 2.2

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: El diálogo de estas dos imágenes hace referencia a la muerte

b) Cuaderno de control de comidas y actividad física.

En el cuaderno registraba los alimentos que comía y ejercicios realizados en el día; y las calorías ingeridas versus las quemadas. Mi objetivo era tener un IMC de 17, así que en etapas de mayor autoexigencia llegué a ayunar por completo o a vomitar todos los alimentos, incluso los de bajo aporte calórico. De esto rescaté el control, la rigidez, obsesión y miedo. Vinculando la experiencia personal con lo investigado, se desprende que las metas poco realistas incrementaban la ansiedad e iniciaban una espiral de culpa, descontrol y castigo. Al no saber lidiar con un estado de activación recurría al atracón. El alivio momentáneo del atracón pasaba a segundo plano cuando el miedo a engordar se

incrementaba. Entonces, recurría al vómito. La parte del castigo la explicaré en el siguiente punto.

Figura 2.3, Figura 2.4

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Control asfixiante vs atracón impulsivo

Figura 2.5, Figura 2.6

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Vómito

c) Kit del sufrimiento

En una cartuchera vieja escondí hojas de afeitar, tijeras, cucharas y tenedores. La llamaba el kit del sufrimiento. Cada vez que tenía una conducta que pudiera obstaculizar mi

objetivo, ser delgada, me autolesionaba e insultaba. De esa forma, esperaba “aprender la lección” y ser más dedicada.

He sido una persona perfeccionista desde la pubertad, por lo cual me frustraba con facilidad cuando no obtenía buenas calificaciones o tenía algún problema. Entonces recurría a algún tipo de autolesión. Lo menciono debido a que quiero recalcar el hecho de que el nivel de autoexigencia no tenía como última finalidad conseguir “el cuerpo perfecto”, sino que es un rasgo preexistente en la persona que tiene TCA. Como solía decir cuando tenía anorexia, esto es “una raya más al tigre”.

Figura 2.7, Figura 2.8, Figura 2.9

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: El castigo puede ser físico o verbal

d) Fajas

Usaba fajas todo el tiempo, incluso al dormir. Sobre mi polo colocaba dos capas de plástico y encima la faja. Los días que no usaba faja ataba una cinta a mi cintura con la intención de reducir mi estómago y comer menos.

Decidí no retratar una faja ni a una persona usándola porque me interesaba más resaltar el deseo de comprimir el cuerpo hasta que tenga la forma “soñada”.

Figura 2.10

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

e) Revistas de moda e inspiración musical.

Tuve sobrepeso desde la infancia. Cuando era niña solían hacerme comentarios sobre mi gordura, algunos apodos iban ligados a mi peso e incluso llegaron a hacerme bullying. Al llegar a la adolescencia, los comentarios que recibía eran: "eres linda pero gorda". Para mí, ser delgada estaba vinculado a ser atractiva, y ser atractiva con la posibilidad de tener pareja y ser popular. En el peor de los casos, ser delgada iba a frenar el bullying. Por eso admiraba a las supermodelos y actrices que eran delgadas, quería ser como ellas. Comparaba mi cuerpo con el suyo e identificaba qué debía modificar en él.

Para mi proyecto incluí una fotografía considerada como "thinspo", inspiración en lo delgado. Debido a que para tener ese cuerpo iba a pasar por mucho dolor, en los brazos y abdomen se ven unas líneas más oscuras: simbolizan los cortes y días de tener la cintura amarrada.

Con respecto a la música, fue un recurso que empleé para conectarme con las canciones que me daban fuerzas para seguir en la anorexia. Escuchaba canciones que validaban lo doloroso que era luchar por conseguir el cuerpo ideal; sin embargo, estaba convencida de que podría obtener belleza del dolor (en referencia a la canción "Beauty from pain", de Superchick). (Superchick, 2006).

Figura 2.11, Figura 2.12, Figura 2.13

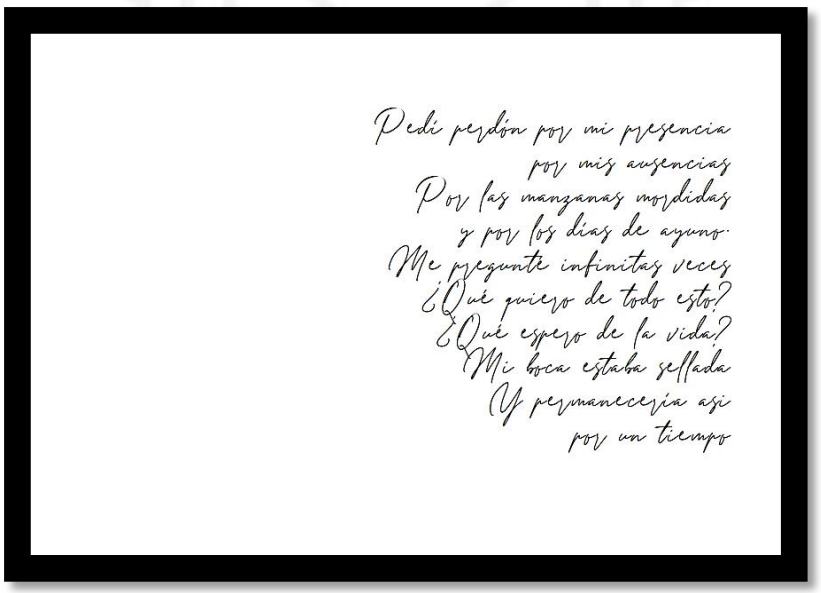
Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Bullying y cuerpo "ideal"

Luego de revisar estos elementos procedí a empezar la etapa dos. En esta escuchaba la música mencionada en el párrafo anterior y escribía poemas o breves relatos. Mi objetivo era conectarme con las emociones a las que tanto les temía cuando era adolescente. Producto de esta fase decidí incluir un poema en la apertura del libro:

Figura 2.14

Fotografía del poema en el fotolibro



Pedí perdón por mi presencia

por mis ausencias
por las manzanas mordidas
y por los días de ayuno
Me pregunté infinitas veces,
¿Qué quiero de todo esto?
¿Qué espero de la vida?
Mi boca estaba sellada
Y permanecería así por un tiempo.

Además, tomé fotografías conectada con una emoción o concepto en específico. Esta técnica fue sugerida por Carolina Cardich, quien fue un gran soporte y consejera en este proceso. El objetivo era tomar fotografías que funcionen como conectores entre las imágenes principales o más impactantes, de esa forma podría crear ritmo en la narrativa visual. Una fotografía principal es aquella que contiene un mensaje potente y concentrado, el cual está vinculado a mi tema de manera directa. Este tipo de fotografías demandan ser analizadas e interpretadas. Por otro lado, un conector permite que el lector/espectador pueda "relajarse" a contemplar una imagen. Esta alternancia permite que el espectador se siga impactando. En adición, hice una selección de fotografías de mi archivo personal, las cuales me remitan alguna de las emociones a las que refiero. Las fotografías que se verán a continuación no siguen la narrativa final, ésta será mostrada en el capítulo de sustentación.

EXTERIORES

Figura 2.15

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Casa abandona, referencia al hogar disfuncional.

Figura 2.16

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Pluma, cuerpo frágil

Figura 2.17

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Círculo de sal marina en superficie rocosa, referencia a lo cíclico

Figura 2.18

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Cielo contrastado, la tormenta se avecina

Figura 2.19

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Sentirse solo en medio de las personas

INTERIORES

Figura 2.20

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Alacrán, en referencia a lo dañino

Figura 2.21

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Cuerpo como espacio de tormento y encierro

Figura 2.22

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Polarización

Figura 2.23

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Intento impulsivo por salir de la enfermedad

Figura 2.24

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Frágil intento por salir de la enfermedad

Figura 2.25, Figura 2.26

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Fragilidad y despersonalización

Figura 2.27

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Evento detonante

Figura 2.28

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Agotamiento y culpa

Figura 2.29

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Desahogo, alivio

Figura 2.30

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: La enfermedad te “arrastra”

Figura 2.31

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Te hunde

Figura 2.32, Figura 2.33, Figura 2.34

Fotografías del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Secuencia de liberación

Figura 2.35

Fotografía del proyecto Lenguaje del Silencio

Nota: Liberación

Debido a que retraté una etapa dolorosa, tener terapia y apoyarme en amigos y familiares fue vital, sobre todo en el proceso creativo. Recurrí a recomendaciones teatrales para "entrar" y "salir" de mi versión adolescente, tal y como un actor ingresa en el personaje.

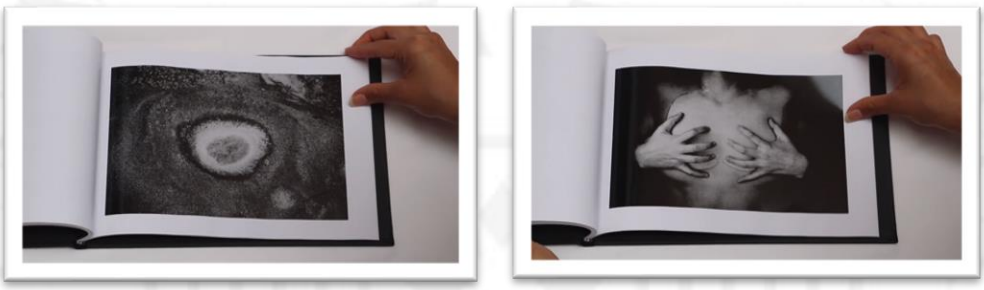
Además, fue importante tener presente que uno de los objetivos del proyecto era el compartir, aportar en la concientización sobre los TCA. Por ende, busqué que tuviese una estructura segura y verificable, anexada a la exploración libre y resignificación.

2.4 Diagramación del fotolibro

El fotolibro ha sido diagramado con una selección de 38 fotografías. Se imprimió una fotografía por página sobre un fondo blanco. Las hojas son de color blanco, mientras que las guardas son de color negro, al igual que la portada y contraportada.

Figura 2.36, Figura 2.37

Fotografías del Fotolibro Lenguaje del Silencio



Nota: Fotografías del fotolibro impreso

Quien redacta tuvo acceso a una imprenta, por lo cual se hicieron las pruebas y corrigieron los errores en simultáneo. Algunas fotografías tuvieron que ser reeditadas ya que al imprimirse se perdían algunos detalles en el área de sombras y negros. Una vez definido el tamaño y los márgenes del fotolibro, se procedió a imprimir en una impresora láser Canon C1. El papel empleado fue couché mate de 150 gramos tamaño A4. El empastado fue en cuero negro, y la encuadernación se realizó con cartulina fedrigoni color negro sirio, de 180 gramos.

Figura 2.38

Fotografías de una de las pruebas de impresión

Sobre la portada se grabó en bajo relieve el título del proyecto: “Lenguaje del silencio”.

Figura 2.39

Fotografías de la portada final

El vídeo del pase de página del fotolibro impreso se encuentra en este enlace: https://youtu.be/u9fo7fbIqtg

2.5 Grupos focales y entrevistas

Los grupos focales fueron realizados a dos grupos: un grupo de comunicadores de la Universidad de Lima y un grupo de mujeres que han superado un trastorno de la conducta alimentaria.

2.5.1 Grupo focal a grupo objetivo

Este grupo estuvo conformado por seis bachilleres o estudiantes de comunicaciones, de entre 23 y 28 años.

Se eligió a este grupo debido a que las personas que suelen consumir fotolibros son quienes tienen algún vínculo con el arte, producen o consumen frecuentemente artes visuales y son jóvenes. (Pequeño Pato Salvaje, comunicación personal, 25 de octubre del 2020).

Los participantes fueron Daniela Castillo, David Saurré, Fiorella Mendoza, Renzo Leyva, Maria Emelina Cecilia Herrera, Dileta Alania. Ellos cumplen con el perfil del público objetivo: persona con inclinaciones artísticas, entre 20 y 30 años. Tres de ellos han realizado fotolibros (Dileta Alania, Daniela Castillo y David Saurré), todos ellos han realizado cortometrajes audiovisuales y una de ellas es una persona con un alto sentido crítico con respecto a la percepción del cuerpo y el rol de la mujer (Fiorella Mendoza).

El objetivo de este encuentro fue saber qué tanto sabían sobre los trastornos de la conducta alimentaria, su opinión con respecto a la salud mental en el país y si consideran que haber visto el fotolibro influenció en cuánta empatía y entendimiento tienen hacia quienes padecen de un trastorno de la conducta alimentaria.

Las preguntas realizadas fueron las siguientes:

1. Me gustaría saber si ustedes conocen a alguien que tenga o haya tenido algún trastorno alimenticio, ¿era alguien cercano? ¿qué tanto supiste sobre lo que vivía, más sobre las conductas o las emociones?
2. (Dirigido de manera directa a un participante) ¿Tus conocimientos sobre el tema está vinculados al lado conductual?
3. Hace unos años se ha empezado a hablar sobre la aceptación del cuerpo, de body positivity. Previo a eso se dio una etapa en la cual estaban de moda las super modelos, incluso las modelos que salían en medios o en general en

publicidad eran mucho más delgadas. Eso está conectado con lo que dice D, que ha tenido conductas que no encajaban a un diagnóstico como tal, pero están vinculados con el rechazo al cuerpo.

4. ¿Qué tan importante creen que es la postura que tienen los medios de comunicación en la percepción de nuestro cuerpo?
5. Creo que otro factor importante es qué tan estable tienes tu autoestima y tus relaciones con tu entorno.
6. O sea, al final sí encontraste un grupo en el que se apoyaban a comer saludable
7. Yo también encontré mucha información sobre ese tema, sobre todo blogs de Ana y Mía.
8. (Se les mostró el fotolibro) ¿Alguien quisiera hacer un comentario sobre lo que hemos visto?
9. ¿Sienten que han aprendido algo nuevo?
10. ¿Sintieron libertad para entender la narrativa?
11. ¿Creen que les ayudó a empatizar con la persona?
12. (Dirigido de manera directa a un participante) ¿Te ayudó a ser un poco más autocompasiva contigo misma?
13. ¿Qué público objetivo crees que podría disfrutar de este fotolibro?
14. ¿Qué contenido creen que podría ir mejor para el texto de apoyo del fotolibro?
15. ¿Consideran que puedo aprovechar los medios digitales?

2.5.2 Grupo focal a ex pacientes

Se entrevistó a un grupo de ex pacientes de la clínica privada ABINT. Las cinco se recuperaron de un trastorno de la conducta alimentaria. Son Camila Orchard, María Ángela Junco, Johanna Salcedo, Ruth Ayudante y Gabriela Olivares.

El objetivo de entrevistar a este grupo de personas era evaluar sus reacciones al observar el fotolibro y conocer su opinión con respecto a la forma en la cual se representó a la enfermedad. Se eligió realizar esta validación con personas que ya habían superado el trastorno debido a que es una población que está actualmente estable emocionalmente; pueden abordar este tema con la sensibilidad que el tema lo demanda sin verse afectadas.

Las preguntas realizadas fueron:

1. Primero se les mostró el fotolibro. Quisiera saber con qué ideas se quedan, principalmente emociones
2. De hecho, espero que quienes lo vean puedan concluir eso también para que sea un poco preventivo.
3. Gracias G, ¿alguien más quiere comentar algo?
4. Me parece valioso que hayan conectado con lo mostrado porque así compruebo que no es sólo lo que sentí, sino de alguna forma estoy representando una experiencia colectiva.
5. Me gustaría saber qué opinan sobre incluir información adicional al fotolibro. ¿Sugerirían que sea desde lo informativo o desde una experiencia personal?
6. ¿Ustedes recomendarían ABINT?
7. ¿Conocen de centros estatales?

2.5.3 Entrevistas a fotógrafos

Se entrevistaron a cuatro fotógrafos profesionales: Ana Lía Orezzoli, Carolina Cardich, Franz Krajnik y Pedro Horna.

Ana Lía Orezzoli es autora de los fotolibros “Within”, “A kind of longing” y “El espacio entre las cosas”, aborda temas personales e íntimos; Carolina Cardich es una fotógrafa y curadora con un estilo poético y alto sentido crítico; Franz Krajnik es fotógrafo con especialidad en documental y antropología visual, autor de los fotolibros “Uchurakay” y “Proyecto la memoria de(l) Alma”; Pedro Horna es autor del fotolibro “A la Chorrillana” y del ensayo antropológico visual “Puerto Firmeza”.

El objetivo de entrevistar a estos especialistas era comprobar si la técnica, narrativa visual y concepto estaban conectado entre sí. Además, se buscó recibir feedback para que el producto pudiese estar preparado para contactar a una editorial e iniciar el proceso de curadoría editorial y posterior publicación.

Si bien las preguntas y la forma de expresarla variaron según el vínculo entre quien redacta y el especialista, y también de acuerdo con la experiencia y postura del mismo, se tuvieron diez objetivos claros con respecto a la información que debía

obtenerse en cada entrevista. El esquema de preguntas desarrollado para este grupo fue el siguiente:

1. Conocer sus primeras impresiones y el mensaje con el cual se quedan
2. Comprobar si habían descifrado la narrativa desarrollada
3. Saber si sintieron libertad de interpretación
4. Solicitar que señalen qué fotografías permitieron que se conecten con la problemática vinculada al cuerpo
5. Conocer su opinión con respecto a los tres tipos de fotografías presentados
6. Consultar sobre qué tipo de contenido sugieren que debería tener el lado informativo del fotolibro
7. Corroborar si el género elegido (conceptual) para la serie permitía que el tema sea explorado a su máxima capacidad
8. Solicitar opiniones sobre la estética y la técnica
9. Solicitar que sugieran si esta serie pudiera explotarse mejor en fotolibro o en exposición
10. Con respecto al fotolibro, saber cuáles son sus opiniones y sugerencias para construir un diálogo entre la materialidad y el concepto

2.5.4 Entrevistas a psicólogos

Se entrevistaron a dos psicólogos clínicos: Andrés Chinchay y Kassia Rondón. Andrés Chinchay es psicólogo de en ABINT Perú, clínica privada especializada en anorexia y bulimia. Pertenece a la corriente cognitiva conductual. Kassia Rondón es psicóloga en el centro privado Contexto, especializado en desregulación emocional y trastorno límite de la personalidad (TLP). Pertenece a la corriente dialéctica conductual.

Con este grupo se buscó, principalmente, validar si las fotografías abordaban de una manera efectiva la problemática en cuestión y si consideraban que este tenía potencial para aportar en la generación de empatía hacia quienes tienen TCA. Además, ya que el proyecto es sobre anorexia y bulimia, se buscaba comprobar si se observaba la presencia de ambos trastornos desde una perspectiva clínica.

Las preguntas fueron personalizadas por razones similares a las mencionadas con

respecto a las entrevistas a fotógrafos. El esquema de preguntas fue el siguiente:

1. Saber cuáles fueron sus primeras impresiones
2. Saber qué podría sentir una persona que tiene un TCA si ve el fotolibro
3. Conocer cómo podría percibir a las personas que tienen un TCA la población que no ha tenido uno si ve el fotolibro
4. Saber qué información considera importante de añadir al fotolibro
5. Definir si nota la presencia de anorexia y bulimia
6. Saber qué imágenes le permitieron conectar más con el tema del trastorno de la conducta alimentaria
7. Considera que el fotolibro podría aportar a que haya más empatía hacia las personas que tienen TCA

CAPÍTULO III: SUSTENTACIÓN

3.1 Conceptualización de las fotografías

Como comunicadora y persona que ha podido superar un trastorno de la conducta alimentaria, considero tener la responsabilidad de aportar en la generación de consciencia sobre esta problemática de la salud mental. Para ello, se eligió la fotografía como el recurso comunicativo-artístico que le da voz a las subjetividades mientras abre la posibilidad de nuevas representaciones de la identidad de una mujer con trastorno de la conducta alimentaria (Gómez, 2017, p. 141). Así, se busca tomar distancia del estereotipo de mujer obsesionada con su cuerpo para ingresar al universo emocional de la persona que lo padece, independientemente de su historia de vida.

A nivel personal, realizar este proyecto ha sido terapéutico. Permitió que se tenga un acercamiento más allá de la experiencia, que se entienda el origen de este. Realizarlo aumentó la capacidad de comprensión hacia sí y hacia otros.

De acuerdo con Gómez (2017):

> El arte le otorga a la terapia el potencial comunicativo, el cual permite hacer de una experiencia personal un asunto socialmente compartido … El acto de comunicar al mundo exterior la subjetividad del individuo enfatiza los beneficios de la arteterapia tanto para el individuo que comunica sus experiencias como la posibilidad de generar diálogo con otros. (p. 143)

De lo mencionado se desprende el potencial transformador que tiene construir a partir de un evento traumático, crear para sanar y trascender el efecto curador a quienes lo necesiten. Las fotografías que forman parte de la selección final son el resultado de la fusión entre la memoria (para más detalle ver la sección “Realización”) y la información teórica (ver “Antecedentes”).

A continuación, se comparte un cuadro desarrollado para este proyecto con la finalidad de explicar la relación entre el pensamiento y la conducta patológica.

Tabla 3.1

Descripciones y ejemplos de conductas vinculadas con los pensamientos irracionales

Pensamiento irracional	Descripción	Ejemplo
Demanda de afecto y aprobación	Hay una relación entre el peso y cuán queridas y aceptadas son por su entorno.	Creer que va a ser más querida y aceptada cuando sea delgada. No cree posible que una mujer gorda pueda tener la pareja que desea o los amigos que le interesan. Esto desemboca en que se asocie la delgadez con la felicidad.
Perfeccionismo	Deseo vehemente, necesidad por alcanzar la perfección	Vomitar, laxarse, ejercitarse físicamente de manera excesiva, ayunar o restringir el alimento a fin de lograr el "cuerpo perfecto".
Baja tolerancia a la frustración	Debido a las altas exigencias impuestas a los demás y a sí mismas, cuando el desenlace es distinto al esperado la persona puede sentir una gran cantidad de sufrimiento.	El condenarse y condenar a otros cuando sus planes se ven frustrados puede llevarla a actuar de manera aún más controladora. Esta rigidez aumenta su nivel de malestar físico y emocional.
Sobreimplicación ansiosa	Estado de ansiedad persistente provocada por su rechazo a la realidad y la polarización de todo cuanto la rodea	A diferencia de una persona sana emocionalmente, una con AN o BN se rehúsa a aceptar que la vida es incierta, que las normas son flexibles y que los sentimientos no agradables son transitorios. En adición,
Desesperanza	Concepción de que las situaciones presentes se van a prolongar en el tiempo.	Creer que "esto es para siempre" o que un problema no tiene solución refuerza las conductas patológicas mientras afecta a otras áreas de su vida.
Irresponsabilidad emocional	Constante evitación de responsabilidades y problemas	La paciente con AN y BN constantemente justifica sus acciones por más que al realizarlas no contemplaba sus consecuencias o tenía como intención huir de una situación.

(continúa)

(continuación)

Pensamiento irracional	Descripción	Ejemplo
Pensamiento dicotómico	Es la oscilación de pensamientos opuestos, no admite intermedios ni matices grises	Esta forma de entender el mundo afecta todas las áreas de su vida ya que, de un momento a otro, puede pasar de querer a alguien a odiarlo; por evento puede pasar de estar bien o estar mal, ser buena o ser terrible.
Pensamiento catastrófico	Consiste en una valoración sobredimensionada de la una situación o características personales.	Un pequeño problema puede verse como si fuese un conflicto terrible, lo magnifica y no permite que le dé una solución. Al magnificarlo, no se siente en la capacidad de enfrentarlo e incluso puede ser el disparador de una conducta autodestructiva como comer excesivamente, vomitar o autolesionarse.
Personalización	Asumir que los eventos suscitados están directamente vinculados a ella.	La persona asume eventos desde una perspectiva distorsionada. Da por sentado lo que la otra persona piensa, y considera que las acciones que no le agradan son adrede. Por ejemplo, si al llegar a la universidad una compañera no la saluda, considera que seguro no lo hizo porque no le cae.

Nota: el contenido proviene de Borda et al. (2003) y una entrevista realizada a Andrés Chinchay (A. Chinchay, comunicación personal, 01 de junio del 2019).

Estas ideas irracionales están vinculadas a las fotografías. Por ejemplo, el pensamiento catastrófico se buscó representar en lo caótico, en las líneas eclécticas; mientras que la dicotomía se presenta en el uso del blanco y negro.

3.2 Narrativa visual

3.2.1 Narrativa visual

Para esta sección se están tomando en cuenta los comentarios de especialistas, conceptos argumentales y aspectos del análisis formal de una obra de arte. Las fotografías han sido organizadas siguiendo la secuencia final propuesta en el fotolibro. Previo a ello se hará una breve explicación de las categorías creadas para este proyecto.

3.2.2 Clasificación de las fotografías

La narrativa está conformada por tres tipos de fotografías, clasificadas según la función que tienen dentro de la historia del personaje:

a) Fotografías representativas:

En este grupo se encuentran aquellas que muestran de manera explícita a la protagonista realizando una conducta propia del trastorno de conducta alimentaria. También se incluyen las fotografías que comunican dismorfia corporal, inestabilidad emocional y problemática con la comida; estas expresadas como analogías. Pese a que la narrativa visual es principalmente poética y conceptual, se considera necesario que estén presentes las fotografías representativas ya que permite aterrizar la idea de trastorno de la conducta alimentario.

b) Fotografías sensoriales:

En esta categoría se encuentran las fotografías de paisajes y texturas. Se eligió naturaleza calma y violenta debido a que esa polarización se puede conectar con el concepto "pensamiento dicotómico" presente en un TCA. Además, hace referencia a la esencia, las conductas obedecen a la "naturaleza" de sus emociones, a la visión de un mundo lúgubre; es decir, ¿cómo ve el mundo una persona que tiene dificultades para lidiar con sus emociones? Funcionan como conectores entre las imágenes emocionales y las representativas; además, brindan descansos visuales y mentales para el lector, manteniendo la atmósfera emocional previamente planteada (sensación de soledad, melancolía, impotencia, etc.).

c) Fotografías emocionales:

En esta categoría se encuentran los fragmentos del cuerpo, tienen un matiz entre sensorial y conceptual. Lo que se buscó con este tipo de fotos fue permitirle al cuerpo "hablar". Todas estas fotografías han sido tomadas en interiores, en espacios desconocidos donde prima la oscuridad.

Como se ha mencionado anteriormente (ver "Introducción"), el fotolibro se llama "Lenguaje del silencio" debido a que las personas afectadas por este trastorno lo mantienen en secreto; el desgaste físico es el que permite que su entorno sepa que está viviendo un trastorno alimentario. Entonces, el cuerpo comunica el dolor al cual está siendo sometido. Ahora bien, no toda persona que padece un TCA tiene un cuerpo "esquelético". Por ello, las modelos de estas fotografías no son particularmente delgadas.

3.2.3 Secuencia de fotografías

Figura 3.1

Fotografía emocional

La serie inicia con esta fotografía. Se observa a la protagonista arrodillada, el pie derecho está unos centímetros más adelante del izquierdo. los pliegues de sus pies son toscos y tienen una capa de polvo en ellos.

La intención era dar la impresión de que está avanzando de rodillas, lentamente. Está agotada, atravesando el umbral de una puerta. Surge la pregunta ¿hacia dónde va?

En la imagen priman las líneas horizontales (los pies apoyados en el suelo) y verticales (suelo, piernas, marco de la pierna), las cuales dirigen la atención hacia la planta del pie derecho. Los pies forman dos líneas diagonales. Por otro lado, la iluminación es en clave baja y alto contraste.

El pie derecho tiene el foco de atención, tanto porque las líneas lo dirigen como porque los blancos llegan a su punto más alto en el borde de las arrugas.

En las validaciones realizadas por los fotógrafos se encontraron respuestas variadas. Por un lado, Franz Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) manifestó que no estaba de acuerdo con que la serie empiece con esa foto debido a que los pies eran la última parte del cuerpo. Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020) consideraba que una mejor fotografía para iniciar podría ser la tercera. Por otro lado, a Pedro Horna (comunicación personal, 27 de octubre del 2020) le pareció una fotografía potente y fascinante, consideró que le ayudaba a ingresar a ese aspecto. Para él, la presentación de la protagonista como una persona que está acabada funciona y le ayuda a conectar con la idea de problema emocional. Además, resaltó la iluminación y el manejo de sombras.

Finalmente, se decidió conservar la imagen debido a que funciona con la narrativa planteada (explicada en el apartado “Realización”).

Figura 3.2

Fotografía sensorial vinculada con la personalización

En esta fotografía se observan piedras grises, amorfas, todas similares entre sí. La que resalta por ser diferente es la piedra del centro: es blanca con manchas grises, redonda.

Con esta fotografía se busca reflexionar sobre el sentirse a causa de las diferencias. Sin embargo, la piedra marmoleada no solo es diferente, resalta por su belleza. Entonces, el saberse diferente impide que se vea así misma tal y como es. Los expertos no realizaron comentarios sobre esta fotografía.

La fuerza de la fotografía está al centro por la composición de los elementos; además, en edición se buscó oscurecer todas las piedras a excepción de la blanca, con la finalidad de guiar la lectura.

Figura 3.3

Fotografía sensorial vinculada con la sobreimplicación ansiosa

Se observa la parte inferior de un rostro rodeado por una especie de plumas o fibras alargadas. La boca finalmente se abre (recordar que el poema del inicio dice: “mi boca estaba sellada”), pero se ve que no está vocalizando palabra alguna, sino que sale de esta un grito desganado, débil. Las fibras alargadas la cubren casi por completo, como poseyéndola y llegando hacia el suelo. Es una escena de despersonalización, pérdida de identidad. Esta es la primera foto en la cual se ve el rostro de la protagonista; sin embargo, es solo un fragmento de este y no se puede obtener más información de ella salvo que está sufriendo. Esta fotografía tiene influencias del expresionismo alemán: es un personaje extraño, la perspectiva es confusa.

La composición es triangular, siendo la punta de este triángulo la quijada de la protagonista.

Figura 3.4

Fotografía sensorial

La pluma, es el cuerpo frágil, es un fragmento de aquello de cubría a la protagonista en la fotografía anterior. Esta pluma está semi sumergida en agua calma.

Priman las líneas horizontales, la pluma atraviesa esta calma de manera vertical, agresiva. Es una calma aparente, en el fondo hay violencia contenida.

Figura 3.5

Fotografía emocional vinculada con la irresponsabilidad emocional

En esta fotografía se ve a la protagonista por primera vez sin cubiertas. Sin embargo, ella no está cómoda: su cuerpo parece ser jalado por algo que no logramos identificar. Esta fuerza la "saca" de su cómoda horizontalidad. La desnuda y sin armadura es llevada.

Sugiere la idea de que, en esta fotografía, el trastorno aparece por primera vez. La enfermedad la "arrastra"

Los bordes de su cuerpo son irregulares, se observan intervenidos por el agua sobre la cual estaba recostada.

La fotografía fue tomada en larga exposición con la finalidad de no tener bordes claros y reforzar la impresión de estar en movimiento.

Con respecto a esta fotografía, Franz Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) resalta la forma del cuerpo. Esta es una fotografía que le permitió conectar más con el tema a Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020).

Figura 3.6

Fotografía sensorial

En esta fotografía el cielo contrastado aparece como una señal de la naturaleza que espera advertir que se avecina el caos. Las líneas son verticales y te dirigen hacia un área ensombrecida, negra, que no tiene matices de gris. La luz es débil, irregular, débil.

Franz Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) considera que los cielos son muy "fotografiables" y que no los ve necesarios dentro de la narrativa.

Debido a que considero que su ausencia no varía en la lectura y tomando en cuenta las observaciones realizadas por Krajnik, se decidió eliminar de la narrativa.

Figura 3.7

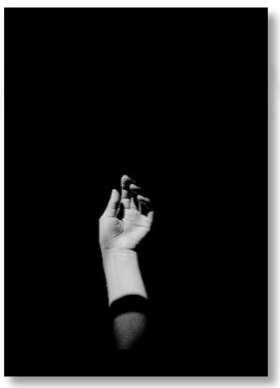
Fotografía sensorial

La protagonista se mira a sí misma en un charco oscuro. No es su reflejo, es su sombra, tiene el sol dándole a la espalda. Las líneas forman una cruz, la cual se soporta en la sombra de la protagonista. Ella es una sombra fragmentada, incompleta, su espejo es agua contaminada sobre una pista agrietada. Entonces, si es ese su espejo, no debería sorprender que su percepción sea errada.

En estas fotografías priman las líneas verticales, toman protagonismo las texturas de la pista, y la pista humedecida, las grietas son anchas y cortan las líneas de manera irregular.

Figura 3.8

Fotografía emocional vinculada a la desesperanza



Se observa el fragmento del brazo, una mano ligeramente cerrada. La mano está en disposición vertical, mientras las líneas de corte (en el brazo y una sombra sutil en la

mano) son diagonales. Es una representación del frágil intento por pedir ayuda. No recibe respuesta alguna. Franz (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) mencionó que esta fotografía le pareció interesante mientras que para Kassia Rondón (comunicación personal, 27 de octubre del 2020), esta es una de las fotografías que le dio señales de esperanza dentro de la narrativa.

Figura 3.9

Fotografía representativa vinculada con el pensamiento catastrófico

El alacrán es un animal venenoso cuya picadura puede llegar a ser mortal. Se busca hacer referencia a lo dañino. La intención es que esta dialogue con las dos siguientes (casa destruida y protagonista con muñeca) para, en conjunto, dar la idea de hogar disfuncional, tóxico; sin embargo, no fue esa la interpretación que le dieron los especialistas. Por otro lado, esta es la fotografía que más recordaron los especialistas.

Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020) mencionó que le gustó el diálogo entre esta fotografía y la siguiente, la casa destruida. Ella encontró en ese vínculo una referencia a que la protagonista se está intoxicando, está destruyendo su cuerpo.

Franz Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020), manifestó que la fotografía le gustó pese a que no la entendió. Cuando se le comentó que el alacrán, la casa destruida y la muñeca estaban vinculadas, recomendó que en la diagramación del fotolibro se las coloque juntas para que se entienda mejor esa idea.

Pedro Horna (comunicación personal, 27 de octubre del 2020) vinculó esta fotografía con la manzana mordida del poema inicial, le remite a toxicidad.

Para Kassia Rondón (comunicación personal, 27 de octubre del 2020), el alacrán le remite que los intentos por resolver sus problemas emocionales: es “una especie de dialéctica en donde yo estoy intentando hacer lo mejor que puedo para poder lograr algo que es importante para mí y al mismo tiempo es una situación que me genera mucho dolor y es algo como veneno, y como es veneno se me viene a la cabeza la imagen del escorpión, por ejemplo”.

Figura 3.10

Fotografía representativa vinculada con la demanda de afecto

La casa abandonada y en proceso de destrucción hace referencia al hogar disfuncional, usualmente presente en personas que presentan algún tipo de inestabilidad emocional (A. Chinchay, comunicación personal, 30 de octubre del 2020). Esta destrucción no es del todo visible ya que un “elemento de fortaleza” la oculta, en este caso, el árbol. Esta es una de las pocas fotografías que se toman en exterior, lo que se buscaba era mostrar el hogar desde afuera. Sin embargo, dicha inseguridad desencadena que la persona pueda justificar su accionar porque considera que una posible recompensa por todo el sacrificio es recibir afecto.

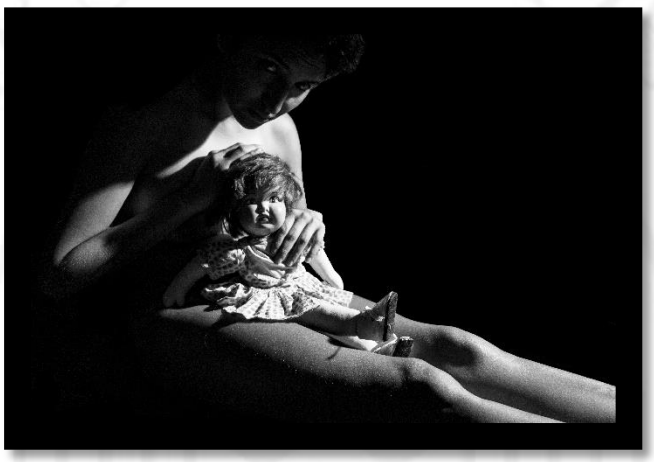
Las opiniones de los especialistas son diversas. Por un lado, Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020) vincula la casa destruido con el cuerpo como un espacio que se habita. Pedro Horna (comunicación personal, 27 de octubre del 2020) ve en esta fotografía la fortaleza pese a estar en destrucción: “es el árbol lo que me da la idea de resistencia”, por más que la casa esté caída; en estructura, aún se mantiene fuerte”.

Andrés Chinchay entiende la casa como hogar, y concluye que la casa es, literalmente, el hogar disfuncional de la paciente (A. Chinchay, comunicación personal, 30 de octubre del 2020).

Por otro lado, Franz Krajnik recomienda que el fotolibro en general se divida por temáticas para que se puedan entender mejor los diferentes temas abordados (F. Krajnik, comunicación personal, 28 de octubre del 2020).

Figura 3.11

Fotografía representativa vinculada con la demanda de afecto



Como se ha mencionado en las dos últimas fotografías, esta imagen representa una infancia contenida y regida por la mirada de los tutores. Desde pequeña ha recibido comentarios sobre cómo debe ser.

Domina la oscuridad, solo una luz lateral ilumina la muñeca y el rostro de quien la sostiene de manera parcial. El cuerpo está dispuesto en diagonal, las piernas totalmente estiradas y el torso inclinado dirigen la vista hacia la muñeca.

Figura 3.12

Fotografía sensorial

Las finas telas de arañas generan conexiones inestables, bastó una lluvia para que estas se desarmen. Representa los vínculos rotos, la debilidad, el abandono (¿qué espacios aprovechan las arañas para tejer sus redes? Los menos transitados)

Figura 3.13

Fotografía emocional vinculada con el perfeccionismo

La rigidez y la necesidad de control asfixian, literalmente. Sin embargo, tiene la posibilidad de soltarse, de autoliberarse (por ello el plástico no cubre todo el espacio de la fotografía).

Para Pedro Horna, esta fotografía representa la lucha por salir ya que la expresión del rostro no comunica “no puedo más”, sino “quiero salir”. Efectivamente, se buscó que la iluminación comunique eso: solo queda un borde sumido en oscuridad.

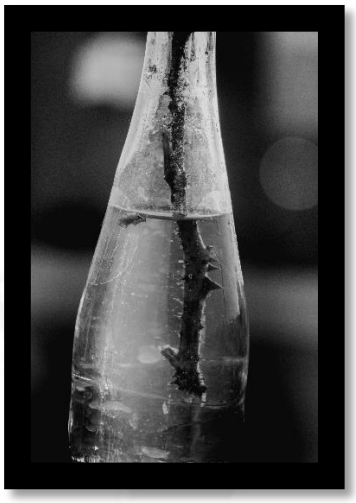
Figura 3.14

Fotografía emocional vinculada con el perfeccionismo y la personalización

La protagonista se ha inclinado de dolor, no puede ver la ventana (salida) que está cerca de ella. Los huesos de su espalda se marcan, al igual que los de sus costillas. Esta fotografía está vinculada con la siguiente.

Figura 3.15

Fotografía sensorial vinculada con la sobreimplicación ansiosa



En la anterior se mostró la espina dorsal de la protagonista, en esta se observa un tallo de rosa espinoso dentro de una botella con agua. Esta fotografía contiene diversos símbolos sobre el cuerpo y el trastorno: el cuerpo que contiene el dolor, el alma herida que daña, por más que esconda su dolor este es visible. Ambas fotografías (esta y la anterior) son lo mismo: fragilidad y despersonalización.

Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020) resalta el diálogo entre estas dos fotografías, considera que es uno de los momentos más interesantes de la serie: son las imágenes que más la remiten al problema con el cuerpo.

Figura 3.16

Fotografía emocional vinculada con la demanda de afecto y personalización

En una habitación amplia, la protagonista se siente arrinconada, pero está de pie, dando batalla. La luz quiere tocarla, pero ella es incapaz, una vez más, de verla: está encerrada en su propio dolor y soledad. Se victimiza, personaliza aquello que le sucede; y al mismo tiempo, se abraza, como una forma de entenderse. Se observa al cuerpo como espacio de tormento y encierro, pero surge un deseo por cuidarlo.

Figura 3.17

Fotografía emocional vinculada con la personalización

En la oscuridad hay eventos detonantes de alegría o de dolor. Todo es mental. Su rostro, ella, es más pequeña que las ideas impulsivas.

De acuerdo con Kassia Rondón (comunicación personal, 27 de octubre del 2020), en las fotografías se observa una dialéctica: la convivencia de opuestos. A las escenas de oscuridad le siguen aquellas de chispazos de luz, como si fuesen pequeñas esperanzas en medio de los intentos poco efectivos por lidiar con el malestar emocional.

Figura 3.18

Fotografía sensorial

Es el deseo de permitir que salga todo de una vez. Eliminar el malestar de alguna forma. ¿Ese es el chispazo del que se hablaba en la fotografía anterior? Las plantas salen por la ventana, es una ilusión de liberación, así como lo es el vómito o la verborrea momentánea.

Figura 3.19

Fotografía emocional vinculada con el pensamiento catastrófico

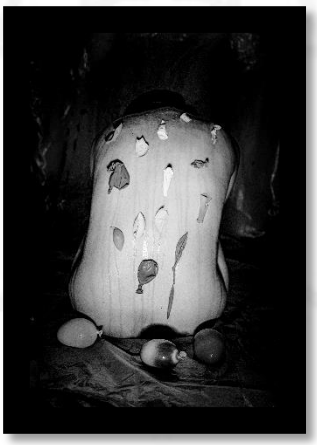
Esta fotografía y la anterior están vinculadas el concepto, aunque la forma de representación es diferente porque son momentos distintos: en la anterior se ve sutileza; en esta, por el contrario, hay explosión e impulsividad. Responde a una necesidad por no poder tolerar el dolor emocional.

Frank Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) y Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020) consideran que este tipo de fotografía rompe mucho con la narrativa y el estilo propuesto anteriormente.

A pesar de ser una de las fotografías favoritas de quien redacta, se reconoce que el punto de vista de ambos especialistas es válido y que lo mejor es retirarla de la serie.

Figura 3.20

Fotografía emocional vinculado con la baja tolerancia a la frustración y la demanda de afecto.



Ha sido atacada, violentada, humillada. ¿Cómo no sentir dolor? Con esta fotografía se busca conectar con los conceptos de maltrato externo, sea este verbal o físico. Puede ser un entorno altamente castigador y perfeccionista que la desvalida constantemente, puede ser el rechazo social, puede ser el acoso escolar.

Figura 3.21

Fotografía representativa vinculada con el perfeccionismo

Con las cintas se busca delinear el cuerpo “perfecto”. Todo aquello que sobrepasa esos bordes es lo excedente, debe deshacerse de eso. Esta fotografía hace referencia a la dismorfia corporal: un trastorno que acompaña a los TCA anorexia y bulimia. La dismorfia corporal es la percepción errada del cuerpo. ¿Alguna vez le ha sucedido, estimado lector, que mira fijamente un rostro y, al cabo de unos minutos, observa que los defectos toman protagonismo, e incluso le parece ver elementos extraños en él? ¿No? Pues así es como se siente una persona que tiene dismorfia física: es un problema de percepción visual, el cual con el paso del tiempo se acompaña de sensaciones incómodas en el cuerpo. La persona puede incluso manifestar que puede ver cómo “crece” una parte de su cuerpo cuando come.

Figura 3.22

Fotografía emocional vinculada con el pensamiento dicotómico

El mundo es observado como si no tuviese matices: todo es blanco o negro. Amor u odio, bueno o malo. La valoración de su entorno y de sí misma puede variar constantemente, de un momento a otro según los sucesos.

Franz Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) manifiesta que esta fotografía le remite al estilo de Francheska Woodman.

Figura 3.23

Fotografía representativa vinculada con la baja tolerancia a la frustración y la sobreimplicacación ansiosa

Control asfixiante vs atracón impulsivo. Escondida, ingiere los alimentos que se había negado a sí misma. Los devora con avidez, velozmente para no ser descubierta.

Esta fotografía generó diferentes opiniones. Por un lado, Frank Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) y Ana Lía Orezzoli (comunicación personal, 07 de noviembre del 2020) consideraron que estas fotografías exponían de manera muy directa la problemática, por lo cual se rompía la narrativa poética.

Por otro lado, Kassia Rondón (comunicación personal, 27 de octubre del 2020) y Andrés Chinchay (A. Chinchay, comunicación personal, 30 de octubre del 2020) manifestaron que esta fotografía le parecía importante ya que ayudaba a aterrizar el tema. Opinión similar fue compartida por Carolina Cardich(02 de noviembre del 2020) y Pedro Horna (comunicación personal, 27 de octubre del 2020), quienes opinan que es importante hablar de manera directa de lo que sucede cuando una persona tiene un TCA, de lo contrario todo sería muy abstracto y, al tratarse de un tema vinculado a la salud mental, era necesario ser explícito.

Figura 3.24

Fotografía emocional vinculada con la irresponsabilidad Emocional

Luego del atracón viene la culpa, el miedo y la vergüenza. El castigo puede ser físico o verbal, en este caso es físico: se ven líneas de sangre sobre el muslo de la protagonista.

Figura 3.25

Fotografía sensorial vinculada con la sobreimplicación ansiosa

Esta fotografía anuncia lo que se viene: el miedo a engordar lleva al vómito. Priman las texturas de la pared rugosa, y las líneas de la grasa escurriéndose por la pared.

Figura 3.26

Fotografía representativa vinculada con la sobreimplicación ansiosa y pensamiento catastrófico

Se observa de manera clara a la protagonista limpiando el desastre realizado: no debe quedar huellas de lo que ha sucedido. Todo en silencio y con cuidado.

Figura 3.27

Fotografía sensorial vinculada con la desesperanza

El vómito es, al final, desahogo, un momento de alivio. Es una forma de exprimir las emociones contenidas. Pero es fugaz (por eso se empleó larga exposición, para generar la sensación de movimiento y paso de tiempo).

Figura 3.28

Fotografía emocional vinculada con la desesperanza

El diálogo de esta imagen y la siguiente hace referencia a la muerte. Al querer dejarse llevar. Luego de todo este dolor, estos intentos fallidos por lidiar con las emociones, ¿qué sigue? ¿Habrá esperanza de salir de esto? El cansancio es real y es parte importante en todo este proceso, ya que no solo es físico, sino también emocional. Se encuentra en un estado de vulnerabilidad tal que el agua puede llevársela.

Figura 3.29

Fotografía sensitiva vinculada con el pensamiento dicotómico

El cielo y las nubes cargadas son un presagio de lluvia. La lluvia puede ser tormentosa, pero finalmente limpia.

Con respecto a los comentarios, Franz Krajnik (comunicación personal, 28 de octubre del 2020) manifestó que los cielos son muy fotografiables y que no necesariamente aportan a la narrativa. Por otro lado, para Carolina Cardich (02 de noviembre del 2020) esta fotografía es importante en la narrativa ya que le habla de muerte y dolor.

Kassia Rondón (comunicación personal, 27 de octubre del 2020) manifiesta que esta fotografía le remite a calma y esperanza: ella viene de estar agotada (por la fotografía anterior) para descansar y mirar el cielo.

Figura 3.30

Fotografía sensitiva vinculada con la desesperanza

Es un círculo de sal marina sobre una superficie rocosa, con la cual se hace referencia al vórtex en el cual la protagonista se encuentra enredada: vulnerabilidad-dificultad para lidiar con las emociones-rechazo hacia estas-invalidación del entorno-atracón-vómito-corte-culpa-vulnerabilidad. Kassia Rondón (comunicación personal, 27 de octubre del 2020) conectó con el concepto de ciclismo.

Figura 3.31

Fotografía emocional vinculada con el perfeccionismo

La protagonista tiene el cuerpo “ideal”: delgada, de costillas marcadas. Sin embargo, el dolor está impreso en la piel: tiene unas líneas en los brazos y el abdomen que le recuerdan todo lo vivido.

Figura 3.32

Fotografía sensorial vinculada con el pensamiento catastrófico

Finalmente, el trastorno se presenta como aquel ente que tiene la capacidad de tomarte vulnerable y hundirte. Sumergirte en lo profundo de ti misma. Lo paradójico es que ella misma se hunde.

Figura 3.33

Fotografía emocional vinculada con la desesperanza

Ya no queda nada más de la protagonista más que su sombra. Debido a que su presencia no genera un cambio en la narrativa, se decidió elimianr para la subsiguiente selección.

Figura 3.34

Fotografía sensorial sensitiva

Ha llegado el momento decisivo, se tienen tres caminos: pedir ayuda, seguir en el vórtex o morir.

Figura 3.35, Figura 3.36, Figura 3.37

Fotografía emocional

La protagonista decide salir de la enfermedad. Estas tres fotografías forman parte de la secuencia de liberación. Se decidió tener tres fotografías para remarcar el hecho de que es un proceso largo, impulsivo, errático. Es una decisión tomada en un pequeño momento de lucidez.

Carolina Cardich (02 de noviembre del 2020) considera que de estas fotografías podría conservarse solo una; sin embargo, considero que extender el momento de liberación es necesario ya que se viene de una historia de hundimiento: no importa solo el decidir buscar ayuda, importa el perseverar hasta lograr ser escuchado.

Figura 3.38

Fotografía sensorial emocional

Liberación. Finalmente, la protagonista se encuentra consigo misma. El agua ya no la ahoga aunque aún cubre parte de ella. Esa agua es su propio universo emocional, el cual tiene el poder de hundirla o permitirle nadar. En este caso, le da la calma que ella necesita para empezar a recuperarse.

3.2.4 Observaciones generales sobre las fotografías

Para este punto estoy considerando los comentarios de Carolina Cardich, la fotógrafa que revisó las fotografías desde el principio y quien ha visto la evolución de esta serie.

Ella resalta el hecho de que los personajes empleados no tengan un rostro. El juego con el anonimato permite que el concepto de identidad se pierda, permitiendo que el espectador se centre en el conflicto con el cuerpo. En adición, las modelos elegidas no tienen curvas marcadas e inclusive una de ellas es andrógina, lo cual permite que el lector amplíe la lectura de a quiénes afecta un trastorno y no lo ate, necesariamente, a la población femenina. Por otro lado, valora el uso del blanco y negro ya que refuerza la dicotomía de los pensamientos de una persona con TCA.

La iluminación en clave baja, con una fuente de luz que golpea los cuerpos y resalta sus imperfecciones también aporta a la idea del conflicto con el cuerpo. Lo humilla y vulnera.

La edición de las fotografías es contrastada, con predominancia de espacios negros. Esto permite que las fotografías mantengan cierta homogeneidad pese a que son conceptualmente diversas. Por ejemplo, en la serie se incluyen fotografías explícitas mientras otras son objetos, sombras o elementos de la naturaleza. Aun así, esta forma de retoque digital las uniformiza.

La disposición de las fotografías en el fotolibro tiene una narrativa visual sutil y poética, permitiendo que el lector realice asociaciones de significado y descubra el mundo de una persona con el trastorno. Los versos aportan ya que limitan la lectura y lo aterrizan hacia el trastorno alimenticio.

Con respecto al estilo y sus influencias, se observa la presencia del estilo surrealista, las protagonistas abren las puertas a al universo onírico doloroso en el cual viven.

Para terminar la revisión de las fotografías se decidió colocar un fragmento de la entrevista realizada a Pedro Horna (P. Horna, comunicación personal, 27 de octubre del 2020), fotógrafo con especialidad en antropología visual. El contexto de lo que sigue a continuación es una breve discusión sobre la multiplicidad de lecturas según la subjetividad del sujeto:

> La foto es funcional, te llega a trasmitir lo que el *operator* quiso transmitir … Depende de cada uno la interpretación, te lleva a interpretar lo que el *operator*, o sea tú, querías trasmitir. Ahora y eso es otra cosa de la fotografía. De repente querías trasmitir liberación, un sentimiento medio punk o algo por el estilo. Pero cada persona llega a sentir o interpretar la imagen según lo que se llama el *punctum* o el *studium,* según la antropología nuevamente. El *punctum* es aquel "punto" de la foto que sientes que te hinca … Y a parte también tiene el *studium*, que es el "te interesa o no la foto" desde un primer arranque de lo que ves. Y eso

depende mucho del bagaje cultural. Y eso es lo que permite que yo lo esté interpretando de una manera distinta. (P. Horna, comunicación personal, 27 de octubre del 2020).

3.3 Fotolibro

El diseño del fotolibro ha sido inspirado en The Solitude of Ravens, de Masahisa Fukase. Quien redacta descubrió este fotolibro en el curso de Musulk Nolte "Edición de fotolibros y narrativa visual", y consideró que esta presentación neutra permitiría que los lectores se centren en las fotografías y puedan interpretarlas sin distraerse con elementos o artilugios del fotolibro.

Figura 3.39, Figura 3.40

Capturas de pantalla de un vídeo del pase de páginas de The Solitude of the Raven

Nota: Fuente: PhotoBook Café (17 de enero del 2018)

Como se observa, las fotografías están dispuestas sobre un fondo blanco, impresas solo en el lado derecho. El golpe visual generado por éstas ayuda a que no uno se salga del tema, sino que quede en vilo atento a la siguiente imagen.

Sin embargo, los comentarios recibidos en la validación invitaban a que se desarrollen más maquetas, esto con la finalidad de emplear la materialidad como un factor que refuerce el mensaje.

Con la finalidad de tener un mayor conocimiento sobre los significados de los materiales se llevó el curso "Fotolibros: conceptualización y materialidad" de Mariela Sancari. En este se desarrolló, a nivel conceptual, un prototipo para proponerse con la editorial que imprimirá y distribuirá el fotolibro. En adición, en este nuevo prototipo se incluye un texto informativo que contiene estadísticas, contacto de ayuda y testimonios. Por limitaciones económicas no se pudo imprimir esta versión.

A continuación, se comparte un ejercicio desarrollado en el curso de Mariela Sancari, el cual consiste en señalar las ideas importantes y sintetizar el tema abordado en la serie fotográfica para luego poder vincular el concepto con la materialidad, y así generar una experiencia determinada. Las ideas más importantes presentes en la serie "Lenguaje del silencio" son: vulnerabilidad, dicotomía, desregulación emocional, desconexión, silencio, revelación, proceso. Esta serie fotográfica narra la lucha interna de una joven con trastorno de la conducta alimentaria y dismorfia corporal. Ella se encuentra en el momento más crítico de la enfermedad.

Tabla 3.1

Información detallada para el nuevo proceso de maquetación

CONCEPTO	MATERIALIDAD	EXPERIENCIA
Vulnerabilidad De acuerdo con la RAE: que puede ser herido o recibir lesión, física o moralmente.	Papel delgado, débil, trasparente. Debe ser resistente para que las fotografías no se borren. Opciones: - Papel de arroz - Papel de algodón - Papel Canson	Al tocarlo se siente que puede romperse; invita a que el pase de las páginas sea lento y cuidadoso.

(continúa)

(continuación)

Concepto	Materialidad	Experiencia
Dicotomía RAE: División en dos partes	Opciones: - Una imagen puede sobreponerse a otra y crear una nueva idea. Una fotografía tendrá dos lecturas: individual o en conjunto. (Posible con Papel Canson y un cartón blanco adicional). El fotolibro está compuesto por dos lomos, entonces las fotos se pueden leer como en dos columnas	El lector puede construir nuevas interpretaciones a partir del juego con las imágenes.
Desregulación emocional Dificultad para lidiar con emociones intensas, lo genera que la persona le tema a sus emociones y reprima, canalizándola de maneras poco efectivo	Opciones: - Las fotografías no siguen un patrón en cuanto a tamaño y ubicación en la página. Algunas son pequeñas, como un susurro, mientras otras ocupan toda la página. - La tapa del fotolibro es áspera y negra. Añadir páginas rojas antes o después de ciertas fotografías sensoriales.	El lector siente que ingresa a un universo caótico y desorganizado, impulsivo. Se siente violenta.
Desconexión	- Las fotografías están sueltas dentro de una cajita. Algunas fotografías están fragmentadas: una parte está en una hoja, mientras que otra se encuentra en otro lado (posible con la idea de dos lomos).	El lector se esfuerza por unir las ideas, por recomponer las imágenes. Remite a la idea de desconceptualización del cuerpo.
Silencio	Colocar hojas blancas y negras luego de una fotografía potente.	Que haya un intervalo de tiempo entre algunas fotografías y otras.
Revelación	- Hojas transparentes (Canson). - Mostrar las costuras del fotolibro. O, por el contrario, la portada y contraportada están unidas y cerradas con una especie de seguro o candado.	Se sabe que está accediendo a un mundo secreto.
Proceso	Acabado áspero, costuras rústicas, puntadas diferentes.	El lector entiende que está viendo un producto que no está terminado.

Esta información ha sido tomada en cuenta para presentarse al diseñador y curador editorial asignado una vez se contacte con una editorial. La versión que se imprimirá ha sido maquetada digitalmente (en Adobe Illustrator). El PDF se encuentra en este enlace: https://drive.google.com/drive/folders/1kUrFJxf5PPVU3misDeyrVvSyVHzjyuWx?usp=sharing

CAPÍTULO IV: LOGROS Y RESULTADOS

4.1 Metodología

En esta sección se analizarán los comentarios obtenidos en los grupos focales y entrevistas a profundiad, comparándolos con los objetivos mencionados en la sección "Antecedentes". Las entrevistas y grupos focales completos se han transcrito en "Anexos". El tipo de validación es cualitativa.

4.2 Emplear la fotografía de desnudo como un medio de expresión que permite retratar las emociones presentes en un trastorno de la conducta alimenticia

De acuerdo con los comentarios realizados por los especialistas, el cuerpo desnudo no tuvo una finalidad erótica ni sensual; por el contrario, pudo reforzar la idea de desfragmentación y rechazo del cuerpo. Emplear el cuerpo fue un recurso que permitió que se entienda el sufrimiento corporal autoimpuesto, además de que ayudó a que se comunique la carga emocional. Todos, sin excepción alguna, entendieron que estaban ingresando al universo emocional de una persona.

De acuerdo con Ana Lía Orezzoli, la temática principal del proyecto es violencia y cuerpo, siendo la subcategoría trastornos de la conducta alimentaria. El hecho de que se muestren las estructuras óseas le remite a la fragilidad del cuerpo. Para ella la violencia es ejercida por el mismo personaje hacia sí, y la narrativa visual le da la libertad necesaria para poder darle múltiples lecturas. Ella, en adición, rescata que se emplee una historia personal para abordar una problemática personal, y menciona que el que lo haya contado desde esa perspectiva hace que el proyecto sea único (A. Orezzoli, comunicación personal, 07 de noviembre del 2020).

Carolina Cardich, por su parte, menciona que la narración visual es poética y resalta el hecho de que no haya secciones porque eso le permite leer la historia desde diferentes perspectivas; obteniendo diferentes conclusiones cada vez que vuelve a ver una imagen. Ella considera que la serie consigue conmover (C. Cardich, comunicación personal, 02 de noviembre del 2020). En sintonía con lo mencionado, Pedro Horna

considera que el proyecto, además de ser estético y bien logrado a nivel técnico, es funcional pues trasmite sentimientos de nostalgia y desesperación (P. Horna, comunicación personal, 27 de octubre del 2020). Frank Krajnik reconoce la presencia de un conflicto alimentario, dentro del cual hay una lucha (F. Krajnik, comunicación personal, 28 de octubre del 2020).

Para Andrés Chinchay toman protagonismo los sentimientos y emociones, la dificultad en el manejo emocional (A. Chinchay, comunicación personal, 30 de octubre del 2020).

Finalmente, las mujeres que superaron el TCA mencionaron haberse conectado con sus recuerdos de cuando tenían anorexia o bulimia al ver el fotolibro. Ellas estuvieron de acuerdo en el hecho de que las fotografías representaban las emociones que muchas veces les costó poner en palabras incluso cuando ya estaban en terapia.

4.3 Generar diálogos y cuestionamientos críticos con respecto a la percepción del cuerpo, la salud mental y los TCA

En ambos grupos focales se desarrollaron conversatorios que cuestionaban la situación actual de la salud mental en el país, surgiendo temas como el estigma de ser hombre y hablar de sus sentimientos, vivir preocupado por el cuerpo, peso y comida sin llegar a desarrollar un trastorno alimentario, las propias autoexigencias y el elevado costo de llevar terapia en Perú.

En el grupo focal con las mujeres que han superado el trastorno de la conducta alimentaria se discutió sobre otras alternativas de tratamiento, sobre la efectividad de lo aprendido en Abint para lidiar no solo con el problema alimentario sino también con otras áreas de su vida y la importancia de que en las primeras etapas de tratamiento la paciente reciba supervisión completa y un ejercicio limitado de sus libertades. Se concluyó que, para ellas, la mejor alternativa para tratar anorexia y bulimia en el Perú es Abint aunque reconocieron que la metodología de la clínica no es personalizada, es decir, no se adapta a las necesidades del paciente y eso genera que hayan personas con más de seis años de terapia y sigan teniendo recaídas.

En el grupo focal con los estudiantes y bachilleres de la Universidad de Lima se encontró que tres de las participantes ha tenido dificultades para aceptar su cuerpo. Se destacó la influencia que tienen los medios de comunicación en la valoración que le dan a su cuerpo, sobre todo gracias a que movimientos como body positive han incentivado a que haya representación de cuerpos diversos en medios publicitarios. Este aspecto es importante porque ha permitido que las personas puedan hablar con más libertad sobre sus cuerpos, aunque son conscientes de que aún es tabú, al igual que hablar de salud mental. Recibir terapia es sinónimo de debilidad en familias conservadoras según experiencia de algunos participantes.

4.4 Promover la empatía hacia personas que padecen un TCA, en concreto de la anorexia y la bulimia

Todos los especialistas entrevistados y todos los participantes de los grupos focales, sin excepción alguna, coincidieron en que lograron sentir empatía hacia la persona que ha experimentado el trastorno.

Pedro Horna manifestó que las decisiones técnicas ayudaban a que empatice con la protagonista, a quien se le representa como una persona vulnerable pero no débil. Resaltó que la verdadera importancia del fotolibro no es aprender sobre los trastornos alimentarios, sino que es "una herramienta que permite que espectador conecte con sus demonios" (P. Horna, comunicación personal, 27 de octubre del 2020).

Kassia Rondón resaltó haber sentido mucha tristeza y melancolía, pero que dentro de todo había esperanza e intentos por mejorar. Esta dialéctica en las fotografías le transmitió compasión, no se sintió que la protagonista se haya fragilizado ni que se haya romantizado la enfermedad (K. Rondón, comunicación personal, 27 de octubre del 2020).

> Atrás de vomitar, laxarse, etc, hay cosas que todos pasamos, son miedos comunes, propios del ser humano, propios de la comprensión … La diferencia está en que algunos, por diferentes factores, pudimos enfrentar estos miedos de una manera más funcional mientras que otros terminan cayendo en esta enfermedad ... Para mí, que estoy metido en este tema, es importantísimo dar ese mensaje … ayudar a que las personas puedan

> comprender, que atrapes de esos problemas, está la naturaleza del ser humano. Creo que el fotolibro muestra algunas de esas cosas. (A. Chinchay, comunicación personal, 30 de octubre del 2020).

4.5 Maquetar un fotolibro de autor que tenga el potencial para ser curado y publicado con una editorial

Esta fue la parte del proyecto que más comentarios recibió. Se le consideró como un proceso aun no finalizado. Si bien las opiniones recibidas eran opuestas en algunos casos, los fotógrafos estuvieron de acuerdo en que se debería jugar más con la materialidad para que complemente a nivel conceptual con el tema tratado.

Con respecto a la portada, Ana Lía Orezzoli mencionó que el libro es muy duro para el tema y recomienda que se jueguen con otras texturas que inviten a la reflexión sobre la fragilidad (A. Orezzoli, comunicación personal, 07 de noviembre del 2020). Por otro lado, para Carolina Cardich las letras en bajo relieve funciona con el título del fotolibro "Lenguaje del silencio", ya que desde ahí se habla de ausencias (C. Cardich, comunicación personal, 02 de noviembre del 2020).

Con respecto a la compaginación, Franz Krajnik mencionó que no todas las fotografías tienen el mismo peso, por lo cual se podía jugar con los tamaños de estas según la ubicación. El lado derecho es más fuerte que el izquierdo, por lo cual sugiere que algunas fotografías fuertes podrían ir en esa zona si van en un tamaño más pequeño (F. Krajnik, comunicación personal, 28 de octubre del 2020). Sin embargo, Carolina Cardich menciona que el hecho de que todas las fotografías estén en el lado derecho ayuda a que el espectador no despegue la vista del fotolibro ya que impacto visual es más fuerte. También tuvieron opiniones diversas sobre el uso de la hoja en blanco como recurso vinculado al silencio visual: para Ana Lía el blanco estuvo muy presente mientras que para Frank Krajnik faltó que se emplee más. (A. Orezzoli, comunicación personal, 07 de noviembre del 2020; F. Krajnik, comunicación personal, 28 de octubre del 2020).

Como ya se ha mencionado, se optó por seguir las sugerencias y diagramar una nueva versión. Por limitaciones económicas, esta versión será presentada a una editorial con la finalidad de realizar las pruebas correspondientes.

CAPÍTULO V: LECCIONES APRENDIDAS

Los aprendizajes adquiridos en el proceso de investigación, conceptualización, ejecución y validación del proyecto se pueden clasificar según las áreas de impacto: artístico-personal y estratégico-comunicacional. Por un lado, el aspecto artístico está íntimamente vinculado con la experiencia personal ya que se estuvo trabajando con la memoria en el proceso creativo. Como se mencionó en el capítulo "Realización", la metodología aplicada es autoetnográfica; por ende, el apartado artístico personal será narrado en primera persona.

Por otro lado, los aprendizajes obtenidos en el aspecto estratégico comunicacional están vinculados a las habilidades adquiridas para validar el proyecto fotográfico y ejecutar lo planteado empleando los recursos disponibles.

5.1 Artístico personal

Empecé este proyecto a inicios del 2019, en el curso Trabajo profesional I. Lo desarrollé en el curso Trabajo profesional II y terminé de pulir al finalizar la universidad. En todo este proceso tuve periodos de desconexión, los cuales me permitieron regresar a abordarlo de maneras diferentes. Mis ideas y expectativas con respecto mi objetivo y ejecución del proyecto han variado notablemente: lo que empezó siendo una campaña sobre body positive, la cual iba a estar conformada por tres series fotográficas que narren el vínculo con el cuerpo, terminó siendo un fotolibro de matiz autobiográfico sobre los trastornos de la conducta alimentaria.

Los cambios surgieron debido a que no estaba segura de querer exponerme a revivir un evento traumático. Sin embargo, sentí la necesidad de abordar este tema por mí y por las personas que están viviendo un trastorno en la actualidad. Investigar sobre la población afectada me ayudó a normalizar el hablar del tema y a ver a mi yo adolescente con más amabilidad y compasión. He tenido miedo a lo largo del proceso, en otros me he sentido abrumada por las emociones que iba activando. Sin embargo, el miedo que en

otro momento me habría empujado a desconectarme del proyecto me empujó a esforzarme por abordar el tema con mi propio estilo.

En el proceso de búsqueda de identidad como artista empecé a consumir más arte, desde poesía hasta teatro. Además, practicar mindfulness me ayudó a desarrollar mi sensibilidad incluso en la cotidianidad. Considero que el ser consciente de los estímulos del presente me permitió crear un lenguaje que involucre lo que se percibe con los sentidos con aquello que se experimenta a nivel emocional.

Por otro lado, a nivel estético me incliné por la corriente surrealista y expresionista alemán. Lo fantasioso e incluso ridículo del surrealismo me conectaba con la disonancia cognitiva experimentada en un trastorno de la conducta alimentaria; mientras que la oscuridad y extravagancia del expresionismo alemán me conectaba con la visión catastrófica. Por ello, a nivel visual busqué transformar los cuerpos y someterlos; por ello el alto contraste exageraba el caos y dolor.

Uno de los temores más grandes fue romantizar un trastorno alimentario o incluso arriesgarme a que alguna de las fotografías pudiera ser utilizada como inspiración para quienes padecen de uno. Como persona que ha estado en el otro lado, soy consciente de lo vulnerable que puede llegar a ser una persona que tiene un trastorno y lo cegada que es al leer las señales de alerta: con unas amigas del colegio leímos “Abzurdah”, de Cielo Latini, y una serie de libros autobiográficos sobre chicas con anorexia o bulimia. Pese a que las moralejas de esos libros era que debíamos tener cuidado con esos “recursos extremos” por bajar de peso, cuatro de mis amigas desarrollaron anorexia o bulimia.

La forma que encontré para cuidar de caer en la romantización de un TCA fue mostrar lo tormentoso que es vivir uno y evitar embellecer o erotizar el cuerpo, sino todo lo contrario. Por otro lado, un factor clave fue haber elegido modelos con abdomen abultado o “rollitos”, cuerpos alejados del “ideal”.

Otro aspecto para mencionar es que al trabajar con la memoria propia y la de otros es importante tener espacios en los cuales se permiten ser vulnerables, así como también es vital saber darles un cierre a esas emociones.

Las sesiones de fotos fueron momentos para ello: para tener conversaciones abiertas sobre el cuerpo, la salud mental e incluso resolver preguntas sobre lo que sentí cuando tuve anorexia. El mostrarme a la modelo le dio la confianza para que también pudiera mostrarse y fue quien aportó en gran medida a las fotografías. Yo llegaba a las sesiones con una idea en mente, disponía del escenario y en plena sesión la conversación y la música nos hacía improvisar, varias de las fotografías finales han sido producto de esta libertad.

5.2 Estratégico comunicacional

Como profesional, es importante ser flexible con respecto a las propuestas realizadas y saber adaptarse en pro de mejorar un proyecto. Sin embargo, saber mantenerse firme en una postura también demanda de una gran dosis de convicción y seguridad. La clave, desde lo experimentado en este proceso, ha sido el ser perspicaz sobre cuándo ceder y cuando aceptar el cambio. El producto realizado podrá ser disfrutado por algunas personas mientras que para otras será todo menos de su agrado, la subjetividad invita a ello.

En los grupos focales y entrevistas entendí que las miradas posibles son múltiples, diversas y nunca van a ser de consenso. Eso es importante porque demanda que, como autora, pueda desprenderme de los conceptos establecidos para ver a través de los ojos de los demás. En muchos casos las nuevas lecturas enriquecieron mi visión del tema, por esa razón considero que lo más sabio es que en el lado A del fotolibro estén las fotografías solas, sin guías que puedan cortar la lectura.

Con respecto al aspecto técnico, parte importante fue practicar, leer, y educar la vista. En adición, consultar frecuentemente a expertos como Carolina Cardich, José García Contto, José Guzmán y Ana Lía Orezzoli fue un aprendizaje sobre una misma herramienta desde diferentes enfoques. En adición, demandó del dominio de software de edición y maquetación digital, como Adobe Photoshop, Adobe Lightroom, Adobe Illustrator y Adobe InDesign, para poder crear la imagen deseada y consecuente diagramación.

Por otro lado, realizar este proyecto implicó usar la creatividad no solo para tomar las fotografías sino para gestionar los recursos. Trabajar la iluminación fue bastante complejo debido a que no se contaba con el equipo adecuado: unos fresneles de 800w antiguos, los cuales se quemaban al finalizar la sesión y se debían cambiar los focos de manera frecuente. Algunas fotografías fueron tomadas con un reflecto de jardinería, empleando una plancha de Tecnopor como rebotador, sábanas para matizar, lámparas de escritorio con un papel celofán de tonos cálidos, etc. La idea de compartir esta información en esta sección es manifestar que se puede crear incluso teniendo recursos limitados. Las modelos que participaron fueron familiares y amigos cercanos, quienes fueron soporte en el proceso y también se abrieron a compartir sus propias experiencias. Siguiendo el tema de limitaciones económicas, también es importante que las decisiones creativas se ajusten a las posibilidades de producción. Es decir, cuando se realice la publicación del fotolibro, se deberá tener en cuenta no solo que la materialidad aporte a la narrativa sino también que será una publicación que competirá con otros fotolibros de editoriales con mayor trayectoria, las cuales al producir amplios tirajes pueden disminuir costos unitarios. Además, será importante desarrollar una estrategia de promoción que se adapte a las nuevas necesidades del mercado, la cual tome en cuenta que actualmente el mercado del fotolibro está cambiando al no saberse cómo y cuándo se darán las ferias de fotolibros. Estas eran los espacios ideales para que el público conociera al autor y su obra (Pequeño Pato Salvaje, comunicación personal, 08 de octubre del 2020).

Finalmente, además de animar a que más personas creen con el objetivo de sanar y ayudar a que otros sanen, deben considerar tener soporte terapéutico. Es muy humano movilizarse al recordar eventos dolorosos así ello ya esté cerrado. Se siente más intenso el rasguño en la piel quemada que en una sana.

REFERENCIAS

Aliaga-Tinoco, Stephanie & Cruzado, Lizardo (2020) *Anorexia nervosa con desenlace fatal: a propósito de un caso.* Revista de Neuropsiquiatría. 2020; 83(1):57-65 http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v83n1/1609-7394-rnp-83-01-57.pdf

American Psychological Association. (2010). *Trastornos en la alimentación*. http://www.apa.org/centrodeapoyo/alimentacion

Baquerizo, Rodrigo; Leonardo, Jimmy & Delgado, Valeria (2020) *El encierro me enferma: salud mental y adicciones en el confinamiento.* Somos periodismo, comunidad de estudiantes y docentes de periodismo de la PUCP https://somosperiodismo.com/el-encierro-me-enferma-salud-mental-y-adicciones-en-el-confinamiento/

Billie Eilish (2019). *Listen before I go* [Canción]. En When We All Fall Asleep, Where Do We Go? Interscope Records & Darkroom Records

Blanco, Mercedes (2012) *Autoetnografía: una forma narrativa de generación de conocimientos*. Andamios, vol. 9, no 19. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632012000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Borda, Mercedes; del Río, Cesar & Torres, I. (2003) *Creencias irracionales en mujeres con anorexia nerviosa y bulimia nerviosa.* Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace, 65, 16-28. https://www.researchgate.net/publication/28063418_Creencias_irracionales_en_mujeres_con_anorexia_nerviosa_y_bulimia_nerviosa

Burn Magazine (sin fecha) *Laia Abril, A Bad Day* [Fotografía] https://www.burnmagazine.org/essays/2012/05/laia-abril-a-bad-day/

Campo Castro, Natalia. (2018). *Fotografía y enfoques de género: Aproximaciones teóricas para construir miradas de mujeres*. La Manzana De La Discordia, 12(2), 7-21. doi:10.25100/lamanzanadeladiscordia.v12i2.6233

Cortés, José Miguel G. *Paseos entre el amor y la muerte: la ficción del YO o una lectura nómada del cuerpo*. Medio siglo de arte: últimas tendencias, 1995-2005. Madrid: Abada Editores, 2006, p. 131-157

Davidson, Jordan (2017) *Janelia Mould's Photo Series Captures What Depression Feels Like* [Fotografía] The Mighty. https://themighty.com/2017/03/janelia-mould-depression-photo-series-girl-called-melancholy/

DeAngelis, T. (2002). *Promising treatments for anorexia and bulimia.* [Tratamientos prometedores para anorexia y bulimia]. American psychological association (APA). http://www.apa.org/monitor/mar02/promising

De La Cruz Sánchez, I. J., & Ramos Verastain, I. E. (2020). *Autoestima y Riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa de mujeres en Breña, Lima.* http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/773/De%20La%20Cruz%20S%C3%A1nchez%2C%20Ivette%20-%20Ramos%20Verastain%2C%20Isabel%20_%20Autoestima%20-%20Trastornos.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Edward Honaker (sin fecha) *Book II* [Fotografía] http://www.edwardhonaker.com/booktwo

El Pais (2016) *Francesca Woodman, el riesgo de ser una artista* [Fotografía] https://elpais.com/cultura/2016/01/22/babelia/1453475483_302876.html

Fernández-Martorell, M. (2018). *Capitalismo y cuerpo: Crítica de la razón masculina* Madrid: Cátedra.

Gaitán, A. (2000), *Exploring alternative forms of writing ethnography. Review Essay: Carolyn Ellis and Arthur Bochner (eds.) (1996). Composing Ethnography: Alternative Forms of Qualitative Writing* [Explorando alternativas de escribir etnografía. Revisión del ensayo: Carolyn Ellis y Arthur Bochner (edición 1996). Componiendo etnografía: Formas alternativas de redacción cualitativa] Forum: Qualitative Social Research, 1(3), Art. 42, [9 párrafos]. http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0003420

Guzmán do Nascimento, B., & Rodríguez Díaz, R. (2017). *Comunicación y salud: La anorexia a través de la prensa*. Estudios Sobre El Mensaje Periodístico, 22(2) doi:10.5209/ESMP.54233

Heredia, Rossdela; Rosas, Leslie & Laura, Victoria (2017) *Terapias y tratamientos privados: ¿Quién paga la cuenta de los trastornos mentales?* Somos periodismo, comunidad de estudiantes y docentes de periodismo de la PUCP. https://somosperiodismo.com/terapias-y-tratamientos-privados-quien-paga-la-cuenta-de-los-trastornos-mentales/

Izquierdo, Alicia. (2008) *Análisis funcional en los trastornos de la imagen corporal, el género como variable disposicional.* Cuerpos que hablan: Géneros, identidades y representaciones sociales (pp. 171-195). Gil, Marta & Cáceres, Juanjo.

Klein, J.P. (2006). La creación como proceso de transformación. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, 1, 11- 18. http://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ ARTE0606110011A/9020

Laia Abril (sin fecha) *Thinspiration* [Fotografía]. https://www.laiaabril.com/project/thinspiration/

Leblanc, Sara (sin fecha) *Conoce las obras de arte y fotos de Cindy Sherman* [Fotografía]. Mott. https://mott.pe/noticias/conoce-las-obras-de-arte-y-fotos-de-cindy-sherman/

Lens Culture (sin fecha) *I Want to Disappear: Approaching Eating Disorders* [Fotografía]. https://www.lensculture.com/articles/mafalda-rakos-i-want-to-disappear-approaching-eating-disorders

Marie Hald (sin fecha) *The Girls from Malawa* [Fotografía]. http://mariehald.dk/albums/the-girls-from-malawa/

Moonchildwolf (2015) *Netherworld* [Fotografía]. Issuu. https://issuu.com/moonchildwold/docs/fotolibro_personal

McMenemy, Rachael & Shepka, Phil (2020) *Anorexia: How the eating disorder took the lives of five women* [Anorexia: cómo un desorden alimentario tomó la vida de cinco mujeres] BBC news. https://www.bbc.com/news/uk-england-cambridgeshire-53920996

Mulvey, L. (1991). *A phantasmagoria of the female body: The work of Cindy Sherman* [Una fantasmagoria del cuerpo femenino: El trabajo de Cindy Sherman]. http://timothyquigley.net/vcs/mulvey-cs.pdf

National Eating Disorders Association, NEDA (sin fecha). *Mitos de los Trastornos de la conducta alimentaria.* https://www.nationaleatingdisorders.org/mitos-de-los-trastornos-de-la-conducta-alimentaria

Noorata, Pinar (2012) *Models Disfigured by Wrapping Elastic Bands on Their Heads* [Fotografía]. My modern met. https://mymodernmet.com/natalia-pereira-dismorfobina/

Orchard, Camila (2019) *Performance para la resignificación de una experiencia autobiográfica cardinal: una expedición hacia el interior de uno mismo*. [Tesis de licenciatura publicada]. Pontificia Universidad Católica del Perú. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13726/ORCHARD_ARTOLA_CAMILA1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

PhotoBook Cafe. (17 de enero del 2018). *The Solitude of the Raven: Masahisa Fukase* [vídeo]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=mrc2voBFJTA&t=90s

Real Academia Española (sin fecha). Vulnerable. En *Diccionario de la lengua española* https://dle.rae.es/vulnerable

Real Academia Española (sin fecha). Dicotomía. En *Diccionario de la lengua española* https://dle.rae.es/dicotom%C3%ADa

Redacción Europa press (2016) *Entre el 10 y el 20% de los casos de anorexia se cronifican, según Luis Rojo.* Europapress. https://www.europapress.es/comunitat-valenciana/noticia-10-20-casos-anorexia-cronifican-luis-rojo-20160510123905.html

Redacción El Peruano (2020) *Lanzarán proyecto Anímate Perú para fortalecer atención comunitaria de la salud mental.* https://elperuano.pe/noticia/108014-lanzaran-proyecto-animate-peru-para-fortalecer-atencion-comunitaria-de-la-salud-mental

Romero Croce, J. (2012). *El malestar actual de la cultura y la martirizacion del cuerpo*. Psicologia y Salud, 22(2), 205.

Steiner, D. (2005). *La teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el desarrollo del ser humano.* [Tesis de bachillerato no publicada]. Tecana American University, Maracaibo, Venezuela. http://www.tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis_daniela_steiner.pdfau

Redacción El Peruano (2020*) Lanzarán proyecto Anímate Perú para fortalecer atención comunitaria de la salud mental*. https://elperuano.pe/noticia/108014-lanzaran-proyecto-animate-peru-para-fortalecer-atencion-comunitaria-de-la-salud-mental

Superchick (2006) *Beauty from pain* [Canción]. En Beauty from pain. Columbia records

Todorov, Tzvetan (2000) *Los abusos de la memoria.* Barcelona: Edición Paidós Ibérica, S.A. http://marymountbogota.edu.co/documentos/Todorov-Los-abusos-de-la-memoria.pdf

ANEXOS

ANEXO 1: Entrevista a profundidad a Andrés Chinchay

Fecha: 21 de mayo del 2019

1. ¿Qué mitos consideras importantes derribar?

Se cree que es un problema que solo afecta a mujeres. Sin embargo, cada vez es más común que se de en hombres. El 10% de las personas que padecen un TCA son hombres. También consideran que solo está presente en personas de un nivel socioeconómico alto, lo cual es falso ya que no es un trastorno que discrimine condición social.

Es común que las personas piensen que es una enfermedad de la adolescencia, cuando se ha ampliado el rango de incidencia. Antes empezaba a los 18, 19 años. Ahora el rango de edad es 14, 15 años. Sin embargo, se han presentado varios casos con síntomas visibles desde los 11 años. Nosotros hemos tenido como paciente a una niña de ocho años, por ejemplo. Que las personas se refugien en este trastorno desde edades tempranas afecta la manera en la cual se abordan los TCA ya que rompen con el esquema típico de un trastorno alimenticio. Por ende, las estrategias que empleamos los especialistas también cambian.

Otro mito es que las personas que tienen algún trastorno alimenticio son extremadamente delgadas. Al afirmar esto, se está dejando de lado el hecho de que existen diversos tipos de trastornos alimenticios, los cuales no necesariamente conllevan a una pérdida de peso extrema o si quiera notoria. De hecho, se observa que parte de las personas que tienen bulimia o trastorno por atracón presentan sobrepeso.

2. ¿Cuáles son las diferencias entre la anorexia y la bulimia?

La anorexia y la bulimia no son enfermedades diferentes, sino extremos de una misma enfermedad. En ambos se sobrevalora la imagen corporal, distorsión del cuerpo, temor mórbido a subir de peso. En general, son enfermedades que tienen mucho en común. De hecho, la forma en la cual empiezan estas enfermedades es similar.

Sin embargo, las características de personalidad son las que determinan en qué trastorno se refugiarán. El perfil de la persona con anorexia es obsesiva, rigurosa, metódica mientras que una persona con bulimia es impulsiva, ansiosa y desorganizada. Por otro lado, una persona con anorexia tiene un perfil más obsesivo y riguroso. Estas chicas o chicos saben cuántos abdominales deben realizar para bajar de peso, saben cuántas calorías tiene cada alimento y se retan a llevar dietas cada vez más estrictas.

Ahora bien, cabe mencionar que no todas caben en el mismo perfil. Hay personas que tienden a inclinarse más hacia la bulimia, otras hacia la anorexia. Hay una diversidad de trastornos de la conducta alimenticia que no están catalogados por los manuales.

3. Si las características de la personalidad determinan si la persona tendrá anorexia o bulimia, ¿cómo hay personas que alternan entre ambos trastornos?

Una persona puede ser diagnosticada con anorexia por el índice de masa corporal y por las conductas restrictivas rígidas. Sin embargo, que haya logrado una etapa actuar de esa manera, finalmente las características de su personalidad determinarán si puede sostener en el tiempo dichas conductas o si, por el contrario, se refugiará en la bulimia. Las personas con bulimia no tienen la rigurosidad característica de la anorexia o tienen momentos en los cuales se dejan llevar por sus impulsos, por lo cual oscilan entre la restricción y las actividades compensatorias al atracón, típico en un perfil de bulimia.

Por ello, es común que personas con bulimia en una primera etapa sean diagnosticadas con anorexia. Por lo mencionado, es poco probable que una persona que empieza con bulimia migre a anorexia, más si es frecuente que una con anorexia pase a bulimia.

4. Con respecto a la comorbilidad, ¿qué otros diagnósticos acompañan a los pacientes que tienen anorexia, bulimia o trastorno por atracón?

De acuerdo con los perfiles depresión, bipolaridad y trastornos de la personalidad como bordelinde u obsesivo compulsivos.

5. ¿Qué diferencia la bulimia de un trastorno por atracón?

Las personas con trastorno por atracón no manifiestan preocupación por el peso ni la apariencia física, por lo cual no recurren a actividades compensatorias luego de haber ingerido grandes cantidades de comida.

6. ¿Qué diferencia a una persona con trastorno por atracón de una persona con "buen diente"?

Va mucho más allá que solo comer bastante. Hay personas que tienden a comer bastante, vivimos en una sociedad que suele comer bastante arroz y carbohidratos. Estos malos hábitos, sumado al sedentarismo, pueden llevar a una persona a tener sobrepeso.

Comer por atracón implica el no control, ingerir alimentos de manera impulsiva y sin límite. Además, evitan actos sociales, comen a escondidas o es más irritable, etc. Estas conductas son secundarias y se dan una vez instaurado el problema.

7. ¿Qué pensamientos irracionales suele presentar una persona con trastorno alimenticio?

En las chicas y chicos observamos que está presente el pensamiento dicotómico: me quieres, me odias, está bien, está mal, soy buena o terrible. Oscila entre pensamientos opuestos.

Otro es el pensamiento catastrófico. Un pequeño problema puede verse como si fuese un conflicto terrible, lo magnifica y no permite que le dé una solución. Al sobredimensionarlo no se siente en la capacidad de enfrentarlo e incluso puede ser el disparador de una conducta autodestructiva como comer excesivamente, vomitar, autolesionarse. Esta situación "problemática" puede generarse por una persona externa o por sí misma.

La personalización está muy presente. Esta distorsión de la realidad lleva a que la persona asuma cosas que no necesariamente son así. Dan por sentado lo que la otra persona piensa y considera que las acciones que no le agradan son adrede. Por ejemplo, si al llegar a la universidad una compañera no la saluda, considera que seguro no lo hizo porque no le cae.

8. ¿Cómo definirías un trastorno alimenticio?

El TCA es una máscara, una pantalla en la cual se refugian y esconden. Es el estornudo de un resfrío. Claro, es lo más alarmante. Que mi hijo o hija vomite y no quiera comer es alarmante, pero no es lo principal.

Detrás de eso hay baja autoestima, perfeccionismo, no estar a la altura de las expectativas, preocuparse por la opinión del resto, miedo a fallar, miedo al rechazo, miedo a estar solo, miedo a crecer, miedo a no cumplir las expectativas de los padres o las propias, impulsividad, ansiedad, poca tolerancia a la frustración, inestabilidad emocional, perfeccionismo, incapacidad para manejar los impulsos, poca tolerancia a la frustración, etc.

Si una persona desea curarse de un trastorno alimenticio debe trabajar su ansiedad, impulsos, tolerancia a la frustración, miedos y autoestima.

Además, conforma esta enfermedad va avanzando, lleva a que la persona se centre solo en sus problemas. Se aísla y ensimisma. Parte de la recuperación consiste en dejar de pensar en sí misma y pasar a ver al otro.

9. ¿Por qué caen en un TCA y no en otra adicción?

No hay una razón única. Existe una diversidad de circunstancias, contexto y experiencias. Puede ser que hayas tenido una infancia en la cual te hicieron bullying por tu cuerpo, o creciste en una cultura en donde el éxito estaba ligado a determinada apariencia, o tuviste unos padres que te presionaban a que hagas dieta. Puedes tener un entorno agresivo y disfuncional, que no te permite desarrollar o crecer. Etcétera.
Todos esos factores pueden predisponer más no condenar.

Por ejemplo, dos hermanos pueden tener experiencias de vida similares, ser parte de la misma cultura y compartir la misma carga genética. Y solo uno tener el trastorno.

Para que el problema se desarrolle y se forme hay tres tipos de factores. Los factores detonantes, factores de predisposición y factores de mantenimiento. Factores de predisposición pueden ser una infancia dura, bullying, violencia, abuso psicológico o

sexual. Factores detonantes son, por ejemplo, el divorcio de sus padres, el rechazo de una pareja, la muerte de un ser querido o algún evento que lleva a la persona a refugiarse en el trastorno. Los factores de mantenimiento son aquellos que refuerzan la conducta y hacen que esta permanezca. La familia juega un rol importante en todo el proceso ya que converge con cada uno de estos.

Un trastorno alimenticio es la búsqueda de seguridad en tu cuerpo, la búsqueda de control cuando no se tiene poder en ningún otro aspecto de tu entorno. Es un escape.

10. ¿Por qué el 90% de las personas con TCA son mujeres?

Por la cultura. Los estereotipos son: la mujer debe ser siempre joven, dócil, atenta, esbelta, Los mensajes en los comerciales, telenovelas y películas son: si quieres ser exitosa debes tener este cuerpo. El hombre en cambio puede ser gordito, no tan agraciado, etc. mientras sea el proveedor.

11. ¿Qué opinas de las campañas de autoaceptación que incluyen cuerpos diversos?

Me parecen increíbles esas iniciativas y espero que se incremente porque refuerzan el hecho de que la mujer de ahora puede encontrar su valor de manera diferente. Ahora bien, tenemos que ser realistas con el impacto que tienen ya que recién están empezando. Aún siguen siendo fuertes y agresivos los estereotipos y parámetros antiguos. Se necesitan de más iniciativas como estas por más tiempo para que el mensaje cale.

12. ¿Cómo pueden los medios de comunicación tener estrategias para no alentar a las chicas o chicos a que cometan este tipo de casos?

Con mucha responsabilidad. Por ejemplo, la película “To the bone” o la serie “Thirteen reasons why”, pueden llegar a alentar a los jóvenes a cometer actos contraproducentes.

Cuando he ido a colegios a conversar con estudiantes trato de no hablar de las conductas problemas, ni los rituales. Tampoco muestro imágenes. Me dedico a enfatizar en lo que está detrás. Doy el mensaje de que cualquiera puede enfermarse.

Hago énfasis que se tiene que trabajar el temor a fracasar, el manejo del estrés, desarrollar la autoestima.

Trabajo con los chicos qué es aquello que valoran, por qué creen que una persona es querida. ¿Porque es joven o guapa? No. Uno se acerca a las personas por sus características. Aquello que hace a una persona valiosa es diferente. Al final de cuentas, creo que hablar de la enfermedad como una consecuencia de todo lo otro es una mejor manera de prevenir, en general, con cualquier adicción.

13. ¿Cómo se puede informar a una persona con TCA para que tome acción?

La información no es suficiente para que tome acción o busque ayude. Una persona con un trastorno alimenticio sabe lo que hace y probablemente está muy informada sobre las consecuencias.

14. Con respecto al entorno, ¿cómo informarles?

Con los papás hablamos de lo que está detrás, de las características de los chicos o chicas, de las conductas y de las consecuencias. De esa forma ellos podrán estar alertas a ciertos indicadores, como por ejemplo encerrarse en el baño luego de comer.

15. ¿Una persona puede curarse de un TCA?

Sí puede curarse. Debe aprender a superar sus miedos, bajar la impulsividad, disminuir las obsesiones, aumentar su autoestima y vivir de una manera en la cual se pueda cuidar. Sabe que tiene características que la hacen vulnerable y refuerza sus cualidades para así poder mantenerse estable.

16. ¿Qué terapia recomendarías?

La terapia grupal es más efectiva que la individual. Reconocer las cosas en otro ayuda a que puedan identificar sus propias conductas.

También es necesario que cuenten con un equipo de profesionales multidisciplinario, conformado por psicólogos y psiquiatras. El trabajo con la familia, con las personas cercanas y amigos es importante ya que buscamos crear una red de apoyo para que pueda recuperarse plenamente.

Además, la toma de conciencia es indispensable, facultad de la cual carecen en la primera etapa. Por ello, es necesario que tengan supervisión constante en la primera etapa. Así, mientras desarrolla conciencia de enfermedad, se podrán cortar las conductas problema.

ANEXO 2: Descripción de las palabras claves de “Creencias irracionales en mujeres con anorexia y bulimia nerviosa. Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace” de Borda, M., Del Río, C., & Torres, I

1. Pensamiento catastrófico

Un pequeño problema puede verse como si fuese un conflicto terrible. Al magnificarlos, no permite que le dé una solución ya que no se siente en la capacidad de enfrentarlo. Esta situación “problemática” puede generarse por una persona externa o por sí misma.

Por ende, una situación desagradable puede ser disparador de una conducta autodestructiva, como comer excesivamente, vomitar o autolesionarse. *Palabras clave: detonante, sobredimensión de un conflicto.*

Poema:

Sus ojos eran de decepción

Escudriñaba cada poro, cada surco.

Se esforzaba en que supiera que lo odiaba.

Me preguntó infinitas veces qué quería de todo esto.

Qué esperaba de la vida.

Mi boca estaba sellada.

Y quizá permanecería así por un tiempo

Pedí perdón por mi presencia

y por mis ausencias

Por las manzanas mordidas

y por los días de ayuno.

Pedí perdón por el pecado en curso,

aquel que nos trajo a esta situación.

El vaso roto, mi torpeza momentánea

Inútiles los intentos, patética mi postura.

Antes de salir del baño limpié el espejo

Nada cambió, nada.

2. Pensamiento dicotómico

Los valores asignados a las personas, a una situación o a sí mismo oscilan entre negativo y positivo. Me quieres, me odias, está bien, está mal, soy buena o terrible.

3. Personalización

Es una distorsión cognitiva o error en el procesamiento de la información, que hace sentir una culpa paralizante, aun cuando no tengamos nada que ver. Esta distorsión de la realidad consiste en asumir que todo aquello que ocurre alrededor de la persona está directamente vinculado con ella, especialmente cuando se trata de críticas o eventos no muy placenteros. Por ejemplo, si al llegar a la universidad una compañera no la saluda, considera que seguro no lo hizo porque no le cae.

4. Poca tolerancia a la frustración

Necesidad de que los acontecimientos se desarrollen como uno desea que sucedan, de lo contrario genera una gran frustración que puede llevar a la persona a reaccionar de manera impulsiva.

5. Autocrítica

Todas las personas nos encontramos en diálogo constante con nosotros mismos. El contenido de estas conversaciones internas también incluye calificaciones a nosotros mismo, por lo cual construimos nuestra autopercepción. Sin embargo, una persona con

TCA suele verse así mismo de manera negativa, destruyendo así un concepto positivo con respecto a quiénes son, sus capacidades y su valía.

Palabras clave: negativismo, autopercepción.

Sigues en donde te dejé años atrás

Misma banca, mismo espacio.

Solo te has perforado algunas partes del cuerpo y entintado la piel, Pero sigues siendo tú. La misma, la que falla.

¿Qué has mejorado?

Has aprendido a reprimirte, a cerrar las piernas

Has aprendido a sonreír, a parecer uno más

Has aprendido a repetir palabras de otros, en tu boca son pan seco Has aprendido a mentirte, a creerte mejor de lo que eres

Lo único que compartes con aquellos artistas que admiras son los miedos y paranoias. Tu lienzo sigue en blanco.

6. Perfeccionismo y miedo a fallar

Necesidad de ser competente y perfecto, las personas con este estilo de personalidad tienden a sentir una gran presión disfuncional.

7. Baja autoestima

De acuerdo con En busca de la autoestima perdida:

“Uno de los pilares que conforman la personalidad humana radica en la autoestima. Cuando hablamos de autoestima nos estamos refiriendo al "AMOR PROPIO".

Abraham Maslow, en Shultz y Shultz (2009), señala que requerimos de la estima y el respeto que nacen de nosotros mismos, en forma de autoestima, y los que provienen de otros, en forma de estatus, reconocimiento o éxito social. Cuando carecemos de autoestima nos sentimos inferiores, indefensos y desalentados, y no confiamos mucho en

nuestra capacidad para manejar las cosas".

Polaino-Lorente, A., & Manglano, J. P. (2003). *En busca de la autoestima perdida*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

8. Auto desvalorización + autocrítica

Cuando se considera como un ser inferior y poco digno de amor.

9. Demanda de aprobación

Necesidad de recibir cariño y aprobación de los demás.

10. Culpabilización

Necesidad de ser castigadas las personas por sus conductas desaprobadas. 11. Control emocional

Necesidad de controlar los acontecimientos externos para el equilibrio interno

12. Sobreimplicación ansiosa

Necesidad de anticiparse y preocuparse por lo desconocido, por la incertidumbre.

13. Irresponsabilidad emocional

Necesidad de evitar la responsabilidad ante los problemas.

14. Dependencia emocional

Necesidad de contar con alguien "más fuerte" que uno mismo.

15. Desesperanza

Necesidad de creer que el futuro viene determinado por el pasado.

16. Búsqueda de placer

Necesidad de buscar el placer o la satisfacción a través de la pasividad o el ocio infinito.

17. Miedo al rechazo

Sentimientos de abandono o percepción de rechazo

ANEXO 3: Versión del Fotolibro con poemas

1. Decidí iniciar con este poema debido a que quería contextualizar al lector y permitirle que sepa, desde el inicio, que la temática a tratarse era pasta y verana.

POEMA 2

Sus ojos eran de decepción
Escudriñaba cada poro, cada surco.
Se esforzaba en que supiera que lo odiaba.

Me preguntó infinitas veces qué quería de todo esto.
¡Qué esperaba de la vida?
Mi boca estaba sellada.
Y quizá permanecería así por un tiempo

Pedí perdón por mi presencia
y por mis ausencias
Por las manzanas mordidas
y por los días de ayuno.

Pedí perdón por el pecado en curso,
aquel que nos trajo a esta situación.
El vaso roto, mi torpeza momentánea

Inútiles los intentos, patética mi postura.

Antes de salir del baño limpié el espejo
Nada cambió, nada.

Con este poema le transmito al lector que la protagonista actúa sin estar segura de los motivos. Se arrepiente tanto de comer como de vomitar lo ingerido. Pese a que tiene un terrible caos mental, ella es incapaz de comunicar aquello que la atormenta y se limita a disculparse por su inestabilidad.

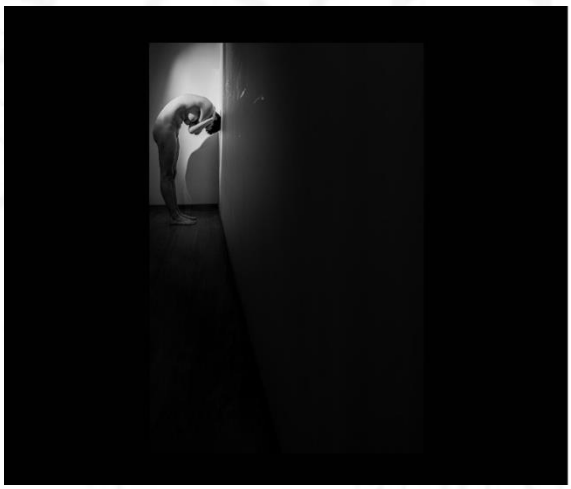
De esa forma, logro informar al lector que es una persona que tiene tendencia a producirse el vómito y que es inestable emocionalmente.

2. La mujer cansada, con un rostro trastornado e ininteligible abre las puerta del fotolibro a nivel visual.

3. "Ser prescindible" acompaña dos imágenes altamente rechazas: la fealdad y la gordura. Por ello, el verso enfatiza en el hecho de que las protagonistas se saben dejadas de lado, hasta olvidadas por su condición.

Ser prescindible

4. “De vulnerabilidad disimulada”. La persona se sabe sensible, pero se niega a mostrarlo y muchas veces termina siendo simplemente un elemento que pasa desapercbido.



de vulnerabilidad disimulada

5. “Debajo de la piel”. Sólo podemos observar lo visible; es decir, a los hombres y animales y seres que nos rodean. Sin embargo, qué pasa cuando miramos por debajo de la tela que cubre todos ciclos. La ventana, símbolo universal de su escape, contradice el verso ya que es una ventana atorada y atiborrada de cosas.

6. “Galopan en tu rutina”, es decir, esos pensamientos son habituales y se desplazan a su antojo en cerebro.

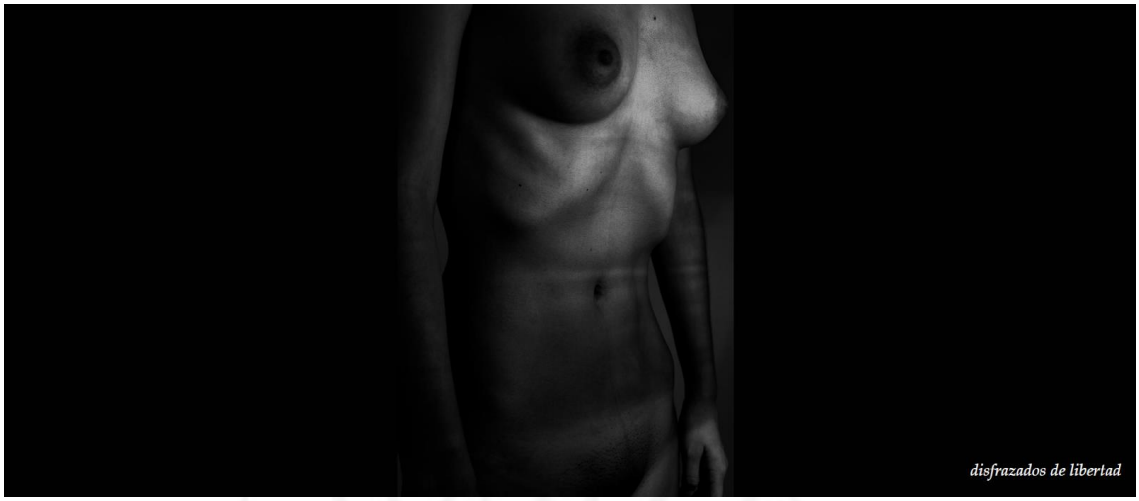
7. “Actividades incomprendidas”. El hambre no siempre es un impedimento para lograr los objetivos, por lo cual recurre a actividades compensatorias. En adición, incluyo la fotografía de un huevo reventado contra el suelo porque representa la maternidad. La relación madre/hija, madre/hijo es un tema que debe trabajar ya que el rechazo a la comida está vinculado con el rechazo hacia la madre, la primera fuente de alimentos.

actividades incomprendidas

8. “Consuelos esporádicos”. Con estas dos imágenes invito al lector a que juegue con los dos posibles significados: el joven desea morir, o el joven siente culpa por vomitar.

consuelos esporádicos

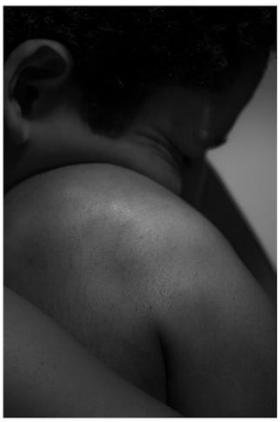
9. “Disfrazados de libertad”. Las prácticas no efectivas como vomitar, cortarse o dañarse de forma alguna pueden, durante el acto, satisfacer alguna necesidad, A la larga, llegan a sentir culpa. En la fotografía se observa un cuerpo delgado, producto de aquellos escapes que, disfrazados de libertad, terminaron significando una prisión para quienes padecían o padecen de un TCA.

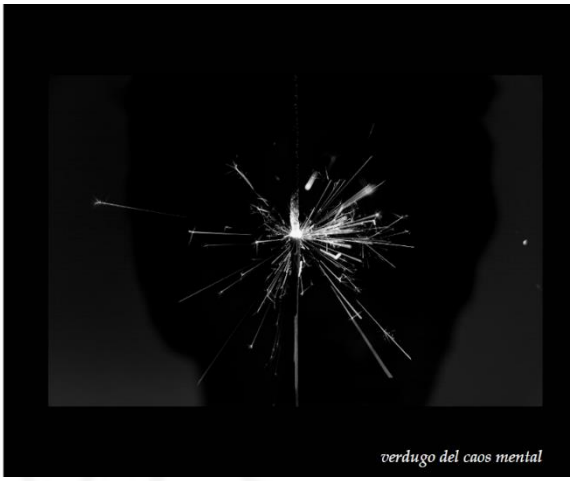


10. “Representación de la identidad”. En ambas fotografías se observa la presencia de la persona. En la primera es solo una sombra sobre un charco de agua sucia, con el piso agrietado y hundiduras. En la segunda se ve un rostro mimetizado por cabezas de tecnopor alienadas. Se representan así mismos como seres incompletos o que no merecen el afecto. Sus pensamientos negativos los dominan y terminan expresándose a partir del efecto.

representación de la identidad

11. “Verdugo del caos mental”. Nuestro protagonista nos manifiesta ser víctima y victimaria ya que él mismo se perpetúa el caos mental.



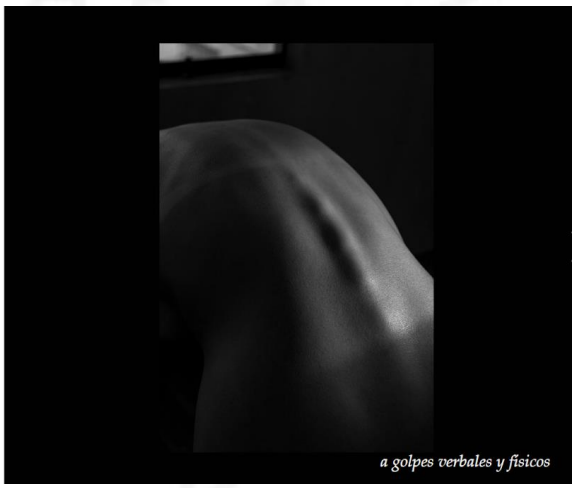


12. “y de la catástrofe”. Es la continuación del verso anterior. Al cerrar la idea se entiende que esta persona se siente culpable por su propia desgracia.

13. Los cimientos de la persona es su infancia, la etapa en la cual da sus primeros pasos. Son sus pies, la base. Las piedras que las constituyen. En su caso, saben que tuvieron una base diferente a la del resto. Probablemente bullying, abuso físico, psicológico o sexual, etc. Situaciones que la/lo hicieron saberse distinto y vulnerable.

en ruinas construyeron tus cimientos

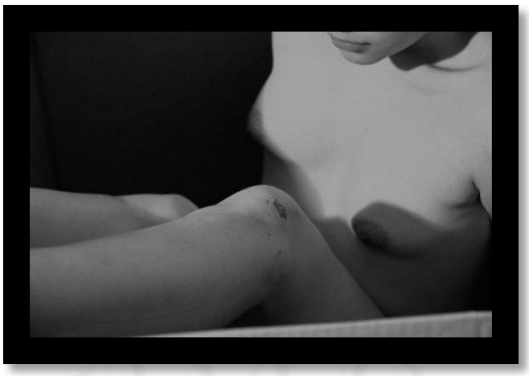
14. “A golpes verbales y físicos”. Continuando con el punto anterior, estas dos imágenes insinúan la muerte.



15. Sembrando dos conceptos: culpa y castigo. Ambos conceptos son reguladores de la conducta y pueden ser muy útiles para cortar hábitos, empezar de nuevo, etc. Sin embargo, aún no logro hallarle.

ANEXO 4: Sesión 1: primer acercamiento al tema

ANEXO 5: Sesión 2: Segundo acercamiento al tema



ANEXO 5: Sesión 2: Segundo acercamiento al tema

ANEXO 6 Sesión 3: Tercer acercamiento al tema

ANEXO 7: Sesión 4: Cuarto acercamiento al tema

ANEXO 8: Sesión 5: Quinto acercamiento al tema

ANEXO 9: Sesión 6

ANEXO 10: Secuencia funcional
Desarrollada para facilitar la redacción
Del libro Izquierdo (2008)

Secuencia Funcional	
Estímulos antecedentes	**Estímulos consecuentes**
Internos - Fisiológicos: hambre, sensación de saciedad - Procedentes del lenguaje cognitivo: Juicios sobre un alimento	**Reforzamiento positivo** El comportamiento se repite cuando los resultados son beneficiosos para la persona. **Procesos de castigo o aversivos** Se tiende a evitar una conducta cuando ésta trae consecuencias indeseadas.
Externos - Objetos: activantes de una conducta - Personas: influyentes - Cambios producidos súbitamente - Situaciones detonantes - Hechos y acontecimientos	**Extinción del comportamiento** La conducta no genera ningún efecto.

ANEXO 11: PRIMERA VALIDACIÓN

Para esta etapa solicité la opinión crítica de dos especialistas en fotografía. José García Contto, fotógrafo y especialista en semiótica; y Carolina Cardich, fotógrafa. A continuación, detallo los comentarios de ambos:

1. Limitar la lectura del espectador.

"La reiteración del cuerpo es importante, algunas fotografías son extremadamente abstractas con respecto a las demás. Si bien en algunas fotografías prima la sensación de caos, el desorden y la sensación de ruptura, los cuerpos están presentes de alguna forma. Es importante recordar que el lenguaje visual es polisémico; al tener múltiples sentidos, se necesita anclar el sentido con textos pequeños.

Ahora bien, sí es importante tener imágenes que no contengan cuerpos porque permiten que el espectador descanse." (José García Contto)

Por lo mencionado, se optó por reubicar las fotografías, de tal forma que las fotografías abstractas fueran acompañadas por otras que contengan cuerpos. De esa forma le otorgué mayor sentido a lo abstracto y "encaminé" al lector hacia el tema que me interesaba.

2. Versos de los poemas.

"Por la disposición de los versos, y debido a que están en mayúsculas, parece que cada fotografía tiene un título. No recomendaría colocar los textos lejos de la fotografía porque podría generarse una dispersión semántica, las fotografías deben tener anclaje verbal". (José García Contto)

Opté por cambiar la fuente y posicionar en el borde derecho. Además, al empezar el fotolibro el espectador se topará con un poema que sugiere un trastorno alimenticio. El poema dos está al final, para de esa forma reforzar el hecho de que es un poema sin que guíe al espectador sino para que al ver que es un poema lo que acompaña cada fotografía lo invite a releer el libro.

3. El uso de la violencia cruda en las imágenes VS. la sutileza poética. "El tratamiento visual agresivo para tu proyecto no tendría un buen impacto, ya que este no es únicamente

expresivo. Además, ten en cuenta que vivimos en un país conservador y que tu público podría sentirse ofendido por la serie si esta fuera más agresiva. Buscar conmocionar no es un objetivo para un comunicador, por eso considero que tu proyecto se mantiene en el límite: conceptualmente es potente y es explícito sin llegar a ser ofensivo". (José García Contto)

El fotolibro tiene una narrativa visual sutil y poética sin perder la agresividad y urgencia propia del tema.

4. Trabajo conceptual y su vínculo con el manejo técnico

Para este punto estoy considerando los comentarios de Carolina Cardich. Ella resalta el hecho de que los personajes empleados no tengan un rostro. El juego con el anonimato permite que el concepto de identidad se pierda, permitiendo que el espectador se centre en el conflicto con el cuerpo. En adición, las modelos elegidas no tienen curvas marcadas e inclusive una de ellas es andrógina, lo cual permite que el lector amplíe la lectura de a quiénes afecta un trastorno y no lo ate, necesariamente, a la población femenina. Por otro lado, valora el uso del blanco y negro ya que refuerza la dicotomía de los pensamientos de una persona con TCA. Este recurso también se considera en el diseño de este fotolibro ya que las fotografías están dispuestas sobre un fondo blanco o uno negro.

La iluminación en clave baja, con una fuente de luz que golpea los cuerpos y resalta sus imperfecciones también aporta a la idea del conflicto con el cuerpo. Lo humilla y vulnera.

La edición de las fotografías es contrastada, con predominancia de espacios negros. Esto permite que las fotografías mantengan cierta homogeneidad pese a que son conceptualmente diversas. Por ejemplo, en la serie se incluyen fotografías explícitas mientras otras son objetos, sombras o elementos de la naturaleza. Aun así, esta forma de retoque digital las uniformiza.

La disposición de las fotografías en el fotolibro tiene una narrativa visual sutil y poética, permitiendo que el lector realice asociaciones de significado y descubra el mundo de una persona con el trastorno. Los versos aportan ya que limitan la lectura y lo aterrizan hacia el trastorno alimenticio.

Con respecto al estilo y sus influencias, se observa la presencia del estilo surrealista, las protagonistas abren las puertas a al universo onírico doloroso en el cual viven.

5. Comentarios adicionales

Si bien la serie fotográfica ya está terminada, al estar en la etapa de elaboración del fotolibro aún se pueden realizar otras versiones que también deberán pasar por un análisis cualitativo.

Línea de tiempo de asesorías:

a. Carolina Cardich

Luego de revisar la selección de fotografía ya editadas, Cardich sugiere que busque imágenes que conecten las fotografías principales. Una fotografía principal es aquella que contiene un mensaje potente y concentrado, el cual está vinculado a mi tema de manera directa. Este tipo de fotografías demandan ser analizadas e interpretadas. Por otro lado, un conector permite que el lector/espectador pueda "relajarse" a contemplar una imagen. Esta alternancia permite que el espectador se siga impactando.

Teniendo en cuenta lo mencionado, busqué entre las sesiones anteriores fotografías que funcionan como conectores y las incluí en mi selección. Sumado a ello, realizó dos sesiones fotográficas más.

En adición, recomendó que aumente el contraste en las fotografías, por lo cual edité las seleccionadas nuevamente.

Debido a la prontitud para validar el proyecto, Cardich me sugiere que el formato de presentación sea fotolibro.

b. José García Contto

García Contto recomendó que el público objetivo sean fotógrafos, aficionados a la fotografía o personas que gustan de esta. Dentro de este grupo, me dirigiría a quienes no tienen conocimiento de una patología alimentaria.

Revisó mi selección de fotografías y ayudó a reducir la selección.

c. Ana Lía Orezolli

Orezolli revisa el material y sugiere que busque pensar en el mismo tema sin recurrir al cuerpo, o buscando otros elementos como soporte narrativo. Por ello, por dos semanas

dejé de lado el material ya trabajado para “empezar” de cero nuevas propuestas.

Recurro a la poesía, películas y series como fuentes de inspiración. En adición, tomo del libro “Cuerpos que hablan. Géneros, identidades y representaciones sociales” conceptos clave para avanzar el informe final.

Además, realicé un viaje a la ciudad en la cual crecí para buscar fotografías de mi infancia y conectarlas con mi proyecto anterior.

Realizó dos safaris fotográficos en la ciudad con el objetivo de encontrar elementos cotidianos que puedan movilizar o estar vinculados con mi tema.

Planteo una nueva propuesta. Esta consistente en elaborar un diario visual de un personaje ficticio que tiene bulimia. En esta especie de álbum fotográfico personal narro los eventos más importantes que llevaron a que la persona desarrolle y se refugie en este trastorno, los cuales están vinculados con las distorsiones cognitivas que presenta un paciente con anorexia y bulimia.

d. Carolina Cardich

En la última asesoría le presento mi nueva idea y selección de imágenes de mi proyecto “antiguo”. Ella me recomienda que continúe el proyecto que ya tengo, me sugiere qué tipo de imágenes podrían ayudar a darle el cierre a la serie fotográfica y me recomienda que visite la exposición fotográfica “Verbos de piedra”, de Gihan Tubbeh.

Luego de ir a la galería, realizó dos sesiones fotográficas más. Reedito toda la serie y el vínculo con poemas en los cuales trabajé durante mi fase exploratoria.

En adición, decido cambiar el nombre del proyecto: reemplazo “Memorias del cuerpo” por “Lenguaje del silencio”. La razón del cambio es porque la transformación a la cual someten a su cuerpo quienes tienen un TCA expresa el sufrimiento interno e imposibilidad por comunicarlo.

Diagramación del fotolibro

En esta etapa me dediqué a diseñar el fotolibro que iba a contener las 25 fotografías

seleccionadas. Este tiene una alternancia de fondos blancos y negros ya que busqué reforzar el hecho de que la persona iba a quedar con un TCA no puede distinguir los tonos grises. El fotolibro empieza con la presentación del título, y luego de una página de respeto continúa un poema, el cual da pie y sitúa en la atmósfera adecuada para leerlo.

POEMA 1

Ser prescindible

de vulnerabilidad disimulada debajo de la piel

Galopan en tu rutina

actividades incomprendidas

consuelos esporádicos disfrazados de libertad

representación de la identidad

verdugo del caos mental

y de la catástrofe

en ruinas construyeron tus cimientos

a golpes verbales y físicos

sembrando dos conceptos: culpa y castigo

¿Es acaso la negación a nutrirse el rechazo a la vida?

Muerta la bulímica

Se acaba el vómito

POEMA 2

Sus ojos eran de decepción

Escudriñaba cada poro, cada surco.

Se esforzaba en que supiera que lo odiaba.

Me preguntó infinitas veces qué quería de todo esto.

Qué esperaba de la vida.

Mi boca estaba sellada.

Y quizá permanecería así por un tiempo

Pedí perdón por mi presencia

y por mis ausencias

Por las manzanas mordidas

y por los días de ayuno.

Pedí perdón por el pecado en curso, aquel que nos trajo a esta situación. El vaso roto, mi torpeza momentánea

Inútiles los intentos, patética mi postura.

Antes de salir del baño limpié el espejo Nada cambió, nada.

ANEXO 12: Transcripción de la entrevista a profundidad a Ana Lía Orezzoli (07 de noviembre del 2020)

Antes de empezar me gustaría saber si quieres hacer algunos comentarios sobre el fotolibro

Con respecto a la construcción del fotolibro: el tamaño. Hay diversas opciones: el diseño, la estructura, aportan a la narrativa de las imágenes. Las imágenes hablan de una fragilidad del cuerpo, como la presencia de los huesos, estructura. El libro es muy duro, es un formato que me demanda a sentarme y leerlo, no se acomoda tanto a mis manos. Luego, por otra parte, siento que las imágenes están siempre al lado derecho, en cambio en el ritmo podrías poner dos imágenes frente a frente. Dos imágenes podrían estar a la derecha. El patrón del ritmo se puede quebrar, así como en la música. El blanco se vuelve muy presente y me gustaría saber por qué.

Porque, si el libro es en clave baja, me parece un libro muy blanco. Además, hay un problema en los márgenes: como está cosido y encolado, en el interior de las páginas las fotos se tiran un poco hacia adelante.

Quisiera saber con qué ideas te has quedado luego de ver el fotolibro. ¿De qué tema crees que trata? ¿Qué crees que sucedió?

Bueno, recuerdo un poco porque me habías comentado el tema. Pero más allá de eso queda evidente con que está vinculado con el cuerpo, una violencia con el cuerpo. En algunos casos de manera más sutil y en otros de manera más obvia. Como por ejemplo las cintas en el cuerpo, la persona comiendo. Si tuviera que decir un tema en específico diría que está vinculado con un trastorno alimenticio. Si tuviera que decir una temática general diría la violencia y el cuerpo.

¿Encuentras una narrativa en concreto o te sentiste libre de interpretarlo a tu manera?

Creo que hay una narrativa, no estoy segura de que hay un camino exacto. He podido interpretar y crear conexiones a partir de lo que observo. Es suficientemente abierta como para permitir darle una lectura propia.

¿El poema te da algún tipo de guía?

Confusión, autocuestionamiento, siento que se está hablando desde la primera persona. No se habla de otra persona sino de uno mismo.

¿Qué fotografías crees que logran conectarte con el tema del cuerpo?

Pienso en el cuerpo porque aparece constantemente. Si es un pie, una mano, una espalda. Hay dos imágenes que recuerdo mucho: es una espina dorsal, una columna y a esa foto le sigue una rama con espina. Luego la de una espalda con los globos reventados. Luego hay un cuerpo, al inicio, que es un cuerpo en un lago, el mar, que también me conectó con la idea principal. Lo que me gusta de estas imágenes es que puedo encontrar un diálogo entre dos fotografías. Eso es lo bonito en la narrativa, que se va construyendo con el pasar de las imágenes. Por ejemplo, aquí está esa casa destruida y veo la casa como un cuerpo, como un lugar que se habita. También me llevó a pensar que después de la casa se podría ver un cuerpo horizontal, para reforzar esa lectura.

Con la secuencia del alacrán, la casa destruida y el personaje con la muñeca quería hacer referencia al hogar disfuncional

No siento la presencia de entes externos, siento como si todo fuese un diálogo consigo mismo, como si fuese uno mismo quien se ejerce la violencia.

¿Qué crees que podría ayudar para que se refuerce o quede más clara la idea de que hay más elementos?

Creo que ahí tendrían que aparecer más elementos simbólicos. Por ejemplo, el cuerpo es un móvil simbólico que aparece constantemente, el agua es un elemento que aparece varias veces. Si te interesa eso podrías trabajar en imágenes que no hablen desde el yo, sino que funcionen como agentes externos, así como funciona el escorpión y la cinta adhesiva. Igual, lo que yo te preguntaría qué tan necesario es para tu narrativa. Algo que valoro bastante es tener la libertad para interpretar la historia desde mi lugar, que no sea como un libro escolar que me dice esto es esto. Se quiere contar algo dejando la posibilidad de que otras personas conecten. De repente algo que puede ayudar es incluir textos.

Al finalizar el fotolibro incluiré un texto que brinde más información sobre los TCA. Desde tu perspectiva como profesional, ¿consideras que un texto meramente informativo podría aportar más que uno cuyo enfoque sea testimonial?

Yo creo que es importante el lugar desde el que hablas tú. Ahora, dependiendo de los objetivos que tienes para este trabajo ni si quiera tendría que ser un texto sino podría ser un folleto adicional. Podrías añadir un inserto con información más dura, en el cual hables sobre los trastornos alimenticios, cuál es la situación de la salud mental en el Perú, cómo se abordan estos temas, quiénes son los afectados. Y a partir de ahí vincularlo a tu historia personal. Ahí podrías cubrir dos cosas: la experiencia personal que tiene el lector, quien puede ser parte de la historia; y al final incluyes información que puede contribuir al diálogo, a la reflexión quizá. Ya no solo con apreciar una imagen bella o no sino aportar con una investigación.

Creo que es totalmente válido abordarlo con un enfoque testimonial porque creo que muy pocas veces se escucha a quienes sufren. Creo que lo que sucede es que es algo bien oculto: ni la familia lo sabe, ni los amigos lo saben. Entonces quizá hablarlo de manera directa pueda aportar. No sé si puede ser a modo de carta, a modo de diario.

Eso sería como un anexo al fotolibro en sí

Hay algunos fotolibros que añaden hojas con otro tipo de papel, otros tienen un inserto que es como cocido o pegado. O puede ser una hoja. Hay varias soluciones.

¿Crees que tendría mayor impacto si hubiese abordado este proyecto desde el lado documental?

Yo creo que todos los trabajos son documentales, de alguna u otra manera. Para mí es muy difícil discernir entre lo artístico, lo documental, lo conceptual. A mí no me gustan las categorías. Creo que la mirada de quien cuenta hace único el proyecto. La mirada se debe limpiar porque a veces queda empañada. La mirada con la que estás contando es tuya y eso hace que el proyecto sea único. Creo que es muy valioso que utilices una situación personal para construir algo de valor social.

Con respecto al aspecto formal y estético

Lo que siento que está bien logrado en el libro es que se siente, no sé si esto va a funcionar pero pienso en la película Tiburón. Se siente cierta tensión en la lectura, como en las películas de terror. Hay dos lenguajes: uno más sutil y otras más directas. Me pregunto,

si ya todo lo estoy entendiendo, ¿por qué estoy viendo esto? Si al final voy a incluir un texto por qué es necesario tener esas imágenes.

Incluí esas imágenes porque para algunas personas no quedaba claro el tema del trastorno alimenticio.

Depende de a quien quieres que vaya dirigido. Como espectadora siento que no me estás tomando tan seriamente: soy alguien que está haciendo conexiones para entender el tema y de pronto aparece una fotografía que me dice todo. Ahora, soy una persona que constantemente está consumiendo fotografías, así que tengo una visión formada y teñida por otros matices. Si la idea es empatizar, hay que analizar si la imagen empatiza o señala. ¿Qué quieres mostrar ahí? ¿En esta foto estoy mostrando qué es lo que hace, o lo que siente? Por ejemplo, la foto del baño es sutil, me da información sobre lo que está pasando, pero no es tan obvia. Igual creo que hay muchas formas de secuenciarlo. Podrías probar distintos tamaños, distintas diagramaciones. Jugar con los papeles, etc. Haz unas cinco propuestas por lo menos.

¿Consideras que un fotolibro es un soporte/formato adecuado para esta seria fotográfica?

Sí creo que tus imágenes son adecuadas para un fotolibro. Lo que sí te diría es que las imágenes están más trabajadas que la propuesta material. Independientemente de si es que tienes que entregar ahora, te recomendaría que sigas trabajando con los aspectos. Por ejemplo, ¿qué pasaría si tu libro no tiene portada, o expone sus costuras, así como se muestran los huesos? ¿Y si usas una portada que simula la piel? ¿Es un libro que puedo sostener en mis manos, o uno que es tan pesado que tengo que apoyarlo en una superficie? Lo que me parece maravilloso del fotolibro es que es una experiencia física, la cual está determinada por el soporte, por el tiempo que me toma pasar una página, por el peso o ligereza del soporte. Cómo la estructura física está relacionada con la narrativa. Te recomendaría trabajarlo más.

Muchas gracias, Ana Lía, quisiera saber si te gustaría añadir más observaciones

Ya que hay un gran trabajo en las imágenes, mi aporte sería que te tomes el tiempo de revisar y analizar todas imágenes para que decidas si todas funcionan. Y que trabajes más en el soporte para que aporte a tu narrativa.

ANEXO 13: Transcripción de la entrevista a profundidad a Carolina Cardich (02 de noviembre del 2020)

¿Me podrías compartir tus primeras observaciones?

Observo que hay más fotos, está más contundente. Me gusta la portada, con el título grabado. Que las letras no sean llamativas y en fondo negro está vinculado al tema, Lenguaje del silencio. El formato horizontal está bien, hablas del cuerpo, funciona. Hay una parte en la cual hablas del pie y de las nubes, creo que esa posición de los pies hace pensar que estás echada. La cantidad de fotos también está buena, hay una secuenciación que está buena. Yo salpicaría un poco más las fotografías. Cuando publiques el libro oficial esta será tu base, y luego esa base pasará por diversas revisiones. Cuatro, cinco diez…etc. y al final te quedarás con una.

Consigues conmover, la primera vez lo escuche sin música, la segunda si con música. Yo lo veo listo, redondo.

Con respecto al concepto y narrativa visual

Quisiera saber con qué ideas te has quedado luego de ver el fotolibro. ¿De qué tema crees que trata? ¿Qué crees que sucedió?

Hay como un viaje, hay un proceso de observación. Hay un conflicto fuerte, hay una especie de salir del hoyo. La foto final de la chica abrazándose en la bañera es que se ha aceptado, es su cuerpo. Uno pasa por un proceso de conflicto consigo mismo y finalmente lo acepta.

Consideras que la secuencia de fotografías te da libertad de interpretación

Sí. No me estás guiando de mira esto es el conflicto, mira esto es el problema del cuerpo. Me gusta que no haya intersecciones del cuerpo. Es como cuando lees un poema, es abstracto. No es del todo completo. Creo que en sucesión de la bolsa me quedaría solo con una. Hay algunas fotos que son muy sutiles y otras que son muy directas. Nos llevan hacia dolores, conflictos y luego viene una foto que me trae al tema del desorden alimenticio. Eso me parece que esta bien. Esos anclajes que has realizado. El wáter, las costillas, el maskintape funciona bien. Esas que sale de la bolsa también es un ancla, pero

como son tres creo que no es necesario. Igual eso está bien, porque tu versión es una maqueta.

¿Existe una relación entre el concepto y las decisiones formales?

Sí, yo creo que sí. Incluso las pausas blancas entre foto y foto. Que unas fotos abarcan una página, y otras no. Te estás encontrando todo el tiempo con las fotos. Si yo paso la página no tengo que voltear la cabeza hacia este lado para ver lo que sucede.

Es un libro doloroso, el que las fotografías estén en el lado derecho es como un "mira, mira, mira". Si yo voltease al otro lado no sería tan incisivo ese toque.

¿Consideras que es necesario añadir una sección adicional al fotolibro, en la cual se narre en primera persona lo investigado a raíz de lo que viví?

Ya tiene un enfoque testimonial, porque al empezar dices: perdón. Ahora, creo que sería un enfoque positivo si apunta a la colectividad. No importa mucho si te pasó a ti o a tu mejor amiga, o a cualquier mujer que tu conoces. Tu estás hablando de un tema que es el desorden alimenticio. En verdad la historia que está detrás no tiene por qué importarle a los demás. Si hablas de tu vida se convierte en una especie de diario, y podría recibirse con un: ¿y a mí que me importan tus problemas? No veo la necesidad de decir "sí, yo pasé por esto". No aporta, es darse un protagonismo innecesario. Ya te vimos, no tienes que seguir diciendo "yo, yo, yo".

Ahora, si ese testimonio lo apuntas hacia un comentario crítico de por qué es que esto sucede, y lo acompañas de alternativas de solución creo que podría funcionar. Por ejemplo, esto les sucede a las chicas entre tales y tales edades, esto viene alimentado por redes sociales y mass media. Esto es una consecuencia de un bombardeo de información al cual estamos expuestos constantes. Creo que esa es la fuerza del trabajo teórico de la tesis. Que agarras esa experiencia y hagas algo con eso, ¿cómo llegas a esto? Esto no es gratis, hay una responsabilidad de parte de las revistas de moda, Pinterest y toda esa mentira de los cuerpos y los efectos que tiene en las adolescentes. Si tu postura es crítica con respecto a tu experiencia y añades datos de tal y tal institución. No es una visión superficial sino has estado ahí. Podrías hacer un buen resumen en el libro.

Sí, justo eso me gustaría. Considerar los aspectos psicológicos y sociales, sumado a los números de contacto.

Sí, creo que eso sí aportaría. Funciona.

Crees que el proyecto se presta más para fotolibro, página web o exposición fisca

Para ser fotolibro por la cantidad de fotos. Una exposición con 41 fotos es un exceso, no necesitamos quedarnos con tanto material para entender el tema. Ahora, ¿qué es lo que pasa? A ver, un fotolibro no es un libro de fotos. Entonces, el fotolibro, en su materialidad debe amistarse completamente con el tema. Lo que tú tienes en tus manos es un machote de lo que será tu fotolibro en el futuro. El proceso adecuado es que trabajes con un diseñador editorial. Ahorita está como un catálogo, y así es en el primer momento. Cuando se trabaja en el diseño aporta tanto que cuando lo tienes en tus manos ya no podrías verlo como una exposición. Y eso se trabaja desde el inicio. Pero en el momento, como está ahorita podrías presentarlo tanto en exposición como en fotolibro.

Sí, justo ahorita estoy trabajando en construir un mejor dialogo entre la conceptualización y la materialidad.

Por lo general un proyecto funciona o para fotolibro o exposición. Cuando un gran fotolibro se expone este termina siendo como un remedo de lo que fue.

Es un desacierto, es un pelearte con tu decisión. En todo caso, puedes poner ciertas partes del proyecto. Una cosa es ver una foto de 1 metro x 70 cm y otra es verla en chiquito, y otra tenerla en papel. Por ejemplo, si tu trabajas con esta materialidad del fotolibro y esta materialidad funciona bastante con el tema, esta materialidad no se va a ver en la pared.

Hay un libro de Cristina De Middel que se llama Afronautas. El libro tuvo tanto éxito que la invitaron a exponer, de hecho fue uno de los primeros libros que tuvo mucha diversidad en la maquetación: tenía mapas, hojas de diferentes texturas, recortes de revistas, etc. Entonces llama la atención. Cuando ella pasa a la exposición la friega.

No es lo mimo a cuando se pasa la mano por el sobre. Perdió esa característica. No siempre es lo más adecuado. Eso no quiere decir que uy no ya lo hice en fotolibro ya no podré hacerlo de otra forma.

Quiero jugar un poco más con las fotografías, colocar las fotografías en ambos lados, pero dando pausas con hojas blancas. Imprimir en papel de manteca, y al poner una fotografía con otra ver cómo surge una tercera nueva imagen

¿Por qué quieres hacer eso?

Porque refuerza el lado de la confusión, que las emociones se pueden ir mezclando una con otra. Por ejemplo, puedo poner una imagen directa con una que es netamente una emoción, también juega también con lo cíclico.

Pruébalo para que veas. Pero si tengo una foto transparente y otra detrás nunca podía verla

Añadiría una cartulina u hoja blanca suelta para que se coloque detrás. También juega con la fragilidad desde la materialidad.

Sí. Es que pensé que puede ser una caja, negra, con las imágenes sueltas, pero se perdería la secuenciación que ya está bien encaminada.

Muchas gracias por darte este espacio, sé que andas full estas semanas.

Si, no te preocupes siempre hay huequitos. Has avanzado un montón, desde que empezó hasta ahora. Muchas gracias has sido arte bien importante. Se nota que estas bien involucrada en tu proyecto, que te estas tomando las pausas para ver que funciona y que no funciona. Y creo que eso es bueno. Cuando tengas una nueva versión me avisas. Felicitaciones por este nuevo momento y a seguir.

ANEXO 14: Transcripción de la entrevista a profundidad a Franz Krajnik (28 de octubre del 2020)

Buenas noches, Franz. Me gustaría saber cuáles son tus comentarios sobre el fotolibro

Me parece que tienes fotos muy pajas, me han gustado mucho. Pero siento que no se entiende mucho de lo que estás hablando. El libro se llama Lenguaje del silencio, entonces digo mmm ¿hablará sobre el silencio? Luego en la entrada se habla sobre perdón, sobre presencia, sobre ausencias, ayuno, manzanas mordidas. Entonces presiento que el libro habla de la bulimia, del no comer. Entonces no estoy seguro, quería justamente preguntarte cuál es el tema, de qué estás hablando.

El tema principal sobre el cual estoy hablando es un trastorno alimenticio, más que nada el conflicto interno. De entrada, es básicamente el diario visual de una persona que padece un trastorno alimentario. Entonces quiero que tenga un toque íntimo y que se observe el conflicto con el cuerpo y la comida, que se observen las conductas, pero que principalmente se centre la atención en la angustia, en el miedo y los intentos por salir de esto.

Muy bien, justo si eso fue lo que pensé con el conflicto alimenticio. Quería preguntarte, ¿por qué silencio? ¿qué tiene que ver la palabra silencio con el proyecto?

Una persona que tiene un trastorno alimenticio, por lo general, lo mantiene como un secreto, no es algo suele comentar por dos razones. Una, porque hay estigma alrededor del tema, la familia puede ser muy invalidante sobre este tipo de asuntos o lo toma como algo superficial. Y también porque se quieren perpetuar los actos, quieren mantener la conducta porque le permiten llegar a un objetivo. Por eso se le dice también la enfermedad del silencio. Además, cuando se habla del tema es mucho dolor el que se omite, se centra más en lo conductual o en el cambio físico.

Muy bien, entonces ahora hemos hablado sobre las fotos, pero en realidad, en general sobre el fotolibro tengo dos propuestas. Una es que en el texto inicial se sienta un poco más concreto que estás hablando sobre un trastorno, no sé si necesariamente que se sienta

que estás hablando sobre un trastorno alimentario o como una lucha dentro de esto. Siento que en las fotos hay una lucha por comer, no comer, por el tema del cuerpo, pero no se siente en el texto. Podrías explayarte más en eso, podrías dejar más en claro de que se trata de una lucha en medio de un trastorno, que es una situación médica.

Y la otra opción es que, estaba revisando nuevamente el libro y me preguntaba justamente sobre el tema del silencio. Entonces una manera, como tú vas a presentar una tesis, un informe explicando todo esto, si quieres que el libro sea más libre se me ocurre que todo sea más sugerente, que tengas un silencio visual: no poner texto ni explicar absolutamente nada. Es decir, que te vayas a ambos extremos: o explicas que se trata de un trastorno o no dices nada y usas las páginas para dar presencia al silencio.

¿Los espacios en blanco?

No necesariamente los espacio en blanco. El blanco, el negro, etc. Justamente conversaba con mi esposa sobre el silencio y recordamos el concierto de un pianista, Jhon Cage, que hace un concierto que se llama 4 minutos, 33 segundos.

Es un concierto de piano donde no se toca nada ni una sola nota. El pata está sentado frente al piano 4 minutos 33 segundos haciendo nada. Entonces llevando eso a lo visual podría ser a través de las páginas. De las páginas en blanco, en negro o en rojo también para hablar también un poco de la parte más sensorial, de la lucha, del dolor. Y luego comenzar con las imágenes. Podrías tener el libro un poco más sensorial y tener ya la data en el informe. Depende de tus objetivos.

Si tu intención es que otras personas conozcan sobre este trastorno, si el mismo libro, el mismo producto, debería ser un poco más explicativo.

Lo que había estado pensando era hacer el fotolibro tal cual, como lo tenemos. Me parece también interesante la idea de quitar el poema, porque a veces me genera un poco de ruido que haya texto llamándose Lenguaje del silencio, no sé si eso sea incongruente. Pero bueno, tener una versión sin nada de texto y añadir otro libro con parte de la investigación que he estado realizando. Esta información abarca el aspecto psicológico, el aspecto cultural, etc. Entonces, detallar estos temas un poco más e incluir números de contacto de terapias.

Yo te sugeriría que no pienses en dos productos. Cada producto tiene un público distinto, un objetivo distinto. Se complejizaría mucho.

Claro, me refiero a que sea un mismo producto pero que tenga dos lados. Es decir, como dos libros: uno de las fotografías y otro con la información

Ah okey, entonces así si funcionaría. Por ejemplo, no sé si conoces el texto de Shibayama. Te comparto pantalla para que puedas verlo. Es un ex alumno de la Ulima también. Bueno el hizo un fotolibro sobre sus orígenes japoneses, se fue de viaje a Japón y todo. Lo que me interesa es como él materializa las fotos.

Construye el fotolibro como una especie de cajita que tiene dos libritos. En uno habla del encuentro entre él y su abuelo. Este es un encuentro sensorial a través de objetos y espacios. En el otro, habla de la inmigración japonesa en el Perú, donde incluye archivos y demás.

Ambos libros sin diferentes, realizados con materiales distintos, imágenes distintas. Tu podrías hacer algo así: en uno tienes el aspecto netamente sensorial y en el otro incluyes recortes periodísticos, fotografía de archivo, textos y demás información relacionada al tema de los desórdenes alimenticios. Por un lado, tendrías el aspecto informativo y por otro, el sensorial.

Entonces uno tiene un corte periodístico, como una crónica visual, mientras el otro es de corte más artístico. ¿Y qué opinas de tener uno artístico y otro que solo tenga texto?

Claro, puede ser también solo con texto. Yo he visto uno con poesía. Por un lado, tiene las fotografías y el otro es un poemario. Entonces, sobre un mismo tema tiene dos formatos. Podrías hacer eso también.

También, ¿sabes qué se me ocurre? Mira, (enseñándome una revista) digamos que este es tu libro uno, el fotográfico. Y este (enseñándome otra revista) es la información. Podrías tenerlo pegado al revés (voltea una revista y las une desde sus contraportadas).

Entonces cuando termines el fotolibro lo volteas y te encuentras con aquel que tiene toda la información. Vi esta idea en una revista de Toyota, si no me equivoco. Tenía por una cara toda la historia de Toyota en Perú y por otro lado tenía la información reciente. Era bien paja porque abrías por un lado y te encontrabas con fotografía de los 50, 60. Me gustó la idea de tener dos mundos que se encuentran y complementan. Al hacer eso ya no necesitas una introducción para el tema.

Me gusta bastante la idea

Quisiera hacerte algunos comentarios sobre las fotos, ¿puedo compartir pantalla?

(Vemos en pantalla la primera fotografía del fotolibro) Yo no comenzaría con pies, porque pies es lo último del cuerpo. (La segunda) Esto me pareció muy paja, el cabello, la boca, esto me pareció muy paja también, la forma. (La tercera) Esto no lo entendí muy bien. (La cuarta) Esto también me gustó bastante. (La quinta) ¿Esto es el cielo verdad? No sé si aporta mucho. El cielo es muy fotografiable, a no ser que compares el cuerpo humano con las formas. (La quinta) Esto me pareció muy paja, la textura. (La sexta) Esto me pareció muy paja, la mano arriba. (La séptima) El alacrán, que tampoco lo entiendo muy bien, pero me gusta bastante la foto. (La octava) ¿Esto es una casa caída, hablas de destrucción un poco no?

Quizá podría ayudar más a la idea que confronte una con otra, incluso hiladas.
Sí es que la versión que tienes es más del tipo portafolio. Eso es para que un editor las vea. Para que sea un fotolibro necesitas que la imagen, la posición, etc. Comuniquen el tema. Por ejemplo, me parecería sumamente paja que tengas una foto bien chiquita, por un lado, que es como un susurro.

Con respecto a la serie de la foto del alacrán, la casa caída y la de la muñeca. Estas para mí hablan del hogar disfuncional. El alacrán como toxicidad, veneno.
Claro, si las pones juntas podrías entenderse mejor.

Igual la idea de poner pies al inicio es una forma de saber que el personaje ya viene lidiando con este tema por un tiempo. Tú entras y el personaje ya está agotado, exhausto porque ya viene lidiando con este tema por un tiempo.
Esta me gustó mucho, una casa con las plantas. Esta de acá me parece que se siente un poco más producida, es diferente a las demás. Siento que no encaja. Yo te sugeriría incluir fotografías que se sientan más naturales. Esto, me quedé aquí en duda, esto me gustó, la forma del cuerpo, esto también. Esto me hizo acordar mucho a Franchesca Woodman. Esto también lo siento muy producido, dispuesto ahí para la fotografía. Quizá estas de aquí no las siento propias para la serie. Buscaría otros elementos que puedan llevarte a lo mismo. Esta me parece muy paja. Esta de acá muy obvia. Esta es sutil. Estas podrías buscar decirlo de otra manera. Esto me gustó mucho, la pierna, el cuerpo. Esta no me gusta mucho, es un cielo bonito no más. Esta de acá me gusta bastante, aunque no sé muy bien qué es, pero me gusta mucho. La del cielo siento que no es necesaria. Hay muchas personas que toman creo que las fotos del cielo podrían distraerse. Esto qué es, no lo

entendí. Siento que es mucho caos muy junto. Esto me parece muy paja, quizá adelante podrías tenerlas más presente para que desde el inicio se sienta la presencia del cuerpo. Para que puedas darle esa sugerencia al lector. Esto me pareció muy paja también, me imagino que es una serie también. Esto también me pareció muy paja.
Te sugeriría también que juegues con los blancos, con los negros, los rojos. De repente pasas y hay una doble página en blanco, pasas y hay una doble página en rojo, luego una doble página en negro. Así se hace presencia del silencio.

¿Por qué me hablas de rojo, qué significa para ti el rojo?
Para incluir un poco de la parte sufriente, ese dolor, esa lucha.

De todas formas, voy a hacer una nueva diagramación a partir de los comentarios recibidos y te la envío de manera digital
Genial, ¿qué cambios realizarías en esta nueva versión?

Principalmente trabajar en la ilación de las fotografías. Lo que quería hacer es confrontar las fotos y jugar con el tamaño porque actualmente todas tienen la misma jerarquía, pero eso no es así. Hay fotos que tienen más peso que otras, también hay un punto de clímax. Para reforzar eso jugaría con las dimensiones. Y también jugar otros materiales, de manera general he trabajado con bastantes texturas en las fotografías así que me gustaría que el fotolibro refleje este tratamiento que he tenido en la narrativa. También podría jugar con el peso porque está vinculado al tema: podría jugar con el peso de las hojas y de la portada. Actualmente el fotolibro funciona con el tema, pero creo que al modificar algunos aspectos podría reforzarlo.
Por otro lado, no sé si volvería a tomar más fotos. Por ejemplo, con respecto a las que me has mencionado, en las que el personaje está comiendo o la del baño, hay personas que me han dicho que sin esas fotografías no habrían entendido de qué trataba. Aunque también hay personas que opinan igual que tú. Por eso, creo que lo mejor es que juegue con los tamaños, con los espacios, y hacer que esa fotografía no se sienta que pongo el tema ahí. Creo que si es necesario ser un poco explícito.
Sí, justo ahí lo que te sugeriría es que juegues con los tamaños, con la disposición de los elementos en la página. Por ejemplo, la página derecha es la más importante, es la que te

da el golpe visual. Tener esa vacía y colocar a la izquierda una pequeña sería como un susurro, una susurración.

De repente, podrías poner esas fotos que son más fuertes en espacios o tamaños que le bajen el peso discursivo. Y las que son más sutiles, trata de ponerlas en espacios o tamaños más potentes para ir generando ese ritmo en el fotolibro. Con respeto a lo que hablas de materiales, habría que buscar qué materiales te remiten a eso. Lo puedes conceptualizar desde la delicadeza del cuerpo, poner papeles super delgaditos. Quizá el papel manteca se pueda romper aunque puedes probar. O podrías, coger el cuero, que literalmente es la piel de vaca y ese elemento podría atarte al tema del cuerpo. Podrías ver si puedes imprimir fotografía en cuero.

¿Sabes en dónde puedo imprimir en otros materiales? Yo pasé de papel bond a couche y solo ese cambio me demandó bastantes cambios porque absorbe diferente. No todas las tintas funcionan. Por ejemplo, con láser si me fue bien, pero con otras no porque las áreas negras se veían bien raras. Luego averigüe una imprenta especializada pero el costo se elevaba bastante.

Bueno, aquí hay poquísimas imprentas que trabajen en fotografía. La mejor imprenta se llama Biblos. No experimenta mucho y son super caros, prefieren trabajar con papel couche, algodón, fibra. Hay de eso hasta KYW, de Musulk Nolte. Ellos están más abiertos a experimentar con otros materiales, pero eso no te va a salir barato.

Claro, trabajar con una editorial sería para cuando ya vaya a publicar. Hay un laboratorio editorial que asesora al fotógrafo en la etapa de maquetación y publicación, Pequeño pato salvaje.

Sí, también hay una de un amigo en el Cusco, se llama impresiones Choquechaka. Es de Víctor Zea. A ver traigo el libro. Este libro, Punchaw, es de Víctor Zea y lo imprimió en impresiones Choquechaka, con un offset. Fue editado por Musulk Nolte. Te envío su contacto, creo que te conviene más trabajar con ellos.

Por ejemplo, si vas a Biblos te van a decir ¿cuántos miles quieres imprimir? Ahorita te conviene encontrar una imprenta chiquita, joven, que esté dispuesta a experimentar. Así podrías probar diferentes materiales y texturas.

¿Sabes dónde puedo conseguir diferentes papeles? Estuve buscando papel de algodón y de arroz, pero no conseguí. Justo yo tengo acceso a una imprenta

En Flashlab imprimen en esos materiales, pero no sé si vendan. Te paso el contacto de todas maneras, es un laboratorio fotográfico digital. El dueño es Eduardo, pero quien ve todo eso es Luchito, preguntas por Lucho y le comentas que estás averiguando para tu proyecto. Están en Ramón Castilla, en el límite de Surco.

Muchas gracias, profesor. Ha sido de mucha ayuda toda la información compartida

De nada, me vas contando en qué más te puedo ayudar y cuando tengas la siguiente versión me avisas.

ANEXO 15: Transcripción de la entrevista a profundidad a Pedro Horna (27 de octubre del 2020)

Me gustaría saber cuáles son tus primeras impresiones

Yo lo que veo es un fotolibro de una alta calidad fotográfica, hablando desde el aspecto técnico, aspecto creativo. Estás usando varios recursos de la imagen que aportan mucho a lo que viene a ser una narrativa individual de la fotografía. Lo que veo y lo que siento es un fotolibro de una compilación de fotografía artística y de fotografía conceptual. Sí me choca un poco que el espectro en el que se está moviendo es bastante amplio, en el sentido de que veo fotos conceptuales de la, valga la redundancia, desconceptualización del cuerpo. La foto de la planta de los pies me parece exquisita, iluminada al máximo. Excelente trabajo del claroscuro me parece muy bien logrado eso y define un estilo definido dentro de tu estética visual. Tienes una línea grafica marcada dentro de todo el proyecto en términos de lo que viene a ser el tratamiento de la imagen y lumínico de la imagen. Pero si me choca un poco que veo tanto desconceptualización del cuerpo, paisajes, un poco de rural urbana, hay una casa preciosa con un árbol adelante, que me parece exquisito también, pero en que lo relaciono a parte del aspecto cromático y siento que por grupos funcionan muy bien, de repente, ya ese es un tema personal, si se organizan puede ser lo que refiere a cuerpo del todo al espacio, que tengan fotografías bisagras que vayan de cuerpo al todo, del todo al espacio, así para que tengas los tres aspectos que veo en el fotolibro. Para que no solo cohesione el aspecto cromático sino el aspecto de la narrativa.

Con respecto al lado emocional, qué te trasmite

Hay una frase que leí hace poco que se adapta bastante a tu concepto. Justo la guardé después de haber visto tu fotolibro. La frase es de Robert Frank, lo conocemos, es uno de los padres de la fotografía. Y cito: “los colores de la fotografía son el blanco y negro”. Para Robert Frank, y es algo que adapto también para mí, se “simboliza ambas alternativas que siempre ha tenido el ser humano: la esperanza y la desesperación”, el desasosiego, esas vicisitudes, esas dicotomías que presenta el ser humano, el Yin y el Yan, el bien y el mal. Todas estas confrontaciones decisivas se sienten de una manera

más clara en el blanco y negro, y sobre todo en el estilo de blanco y negro que tú estás usando. Tengo espacios bañados por luz, la fotografía es dibujar con la luz. Me gusta sobretodo que en el trabajo que estás presentando estás dibujando con la ausencia de luz porque has manejado tus sombras de una manera en la que no solamente se ve estético, sino también se ve funcional. Y eso es algo que muchas veces olvidamos en la fotografía: el encuadre, la composición, no solo ayudan a que el producto final sea bonito sino también que funcione. Y sí trasmite sentimientos. De nostalgia, desesperación. Personalmente siento un increchendo, está ese feeling de empiezo tranquilo, pero las mismas fotos te van a cautivando en algún punto, que te empieza a estrujar tus propios sentimientos en una manera connotativa. Acuérdate que, en la fotografía, y eso lo vemos en antropología visual, tenemos tres actores importantes: operator, que es el emisor del lenguaje, el espectator, que en este caso soy, quien descodifica la imagen, quien ve la imagen, la interpreta. Es muy importante el tema de la interpretación. Y el espectrum, que es el sujeto observado.

Entonces, desde ese punto aquí hay un cruce de miradas que es bien interesante entre estos objetos. Yo siento mi interpretación de lo que es está sintiendo el sujeto observado a partir del ojo de la fotógrafa, en este caso. Y funciona muy bien, creo, porque vas generando una construcción de un lenguaje narrativo que, si bien en términos de organización no llega a cerrar, es mi apreciación personal, lo puedo sentir un poco desorganizado. Lo puedo perdonar porque en la estructura narrativa, si lo ves desde el punto de vista aristotélico vas sintiendo este increshendo porque te mantiene pegado. Tienes fotos que son un relief que te dejan respirar un poco, y luego sigues subiendo, descansas un poco, para luego terminar con una caída bastante estética y bastante, que te suelta. Te ha venido estrujando todo este tiempo y de pronto, te suelta. ¿Que podría haber funcionado desde la manera que te planteo? de repente sí. Ya depende del fotógrafo y del curador, en este caso, que es quien va a organizarlo todo. Pero de que existe un sentimiento de nostalgia, desesperación, desasosiego, está ahí y funciona. Nuevamente caemos en que la foto es funcional, te llega a trasmitir lo que el *operator* quiso transmitir. y eso es lo paja. Que depende de cada uno la interpretación, te lleva a interpretar lo que el *operator*, o sea tú, querías trasmitir. Ahora y eso es otra cosa de la fotografía. De repente querías trasmitir liberación, un sentimiento medio punk o algo por el estilo. Pero cada persona llega a sentir o interpretar la imagen según lo que se llama el *puntun*, o el *estudium,* según la antropología nuevamente. El puntun es aquel "punto" de la foto que sientes que te hinca. Por ejemplo, en esta foto bien famosa, la ejecución de Saigón. Es

una foto que definitivamente tiene el puntun en el rostro constreñido de Saigón. Y a parte también tiene el *estudiun*, que es del te interesa o no la foto desde un primer arranque de lo que ves. Y eso depende mucho del bagaje cultural. Y eso es lo que permite que yo lo esté interpretando de una manera distinta. Pero genera ese interés, esa necesidad de querer seguir viendo porque vamos, hay un deseo por seguir viendo, por seguir revisando y por querer descifrar lo que me está haciendo sentir. La foto de los pies, que es una de mis favoritas de todo tu proyecto. Por ejemplo, lo que primero me jala son las arrugas de los pies. La textura se ve sublime. Tienes un claroscuro bien paja. Entonces empiezas a analizar porque hay un sentimiento marcado. Pero claro, todo eso depende del bagaje cultural que uno tiene.

No creo que haya un correcto o incorrecto. Mi intención era dejarlo un poco abierto. Incluso teniendo esta libertad de lectura las personas han llegado a conectarse con lo mismo.

Es que el tipo de encuadre favorece a este proyecto. A ver, tu has visto mi Pero por qué no trasmito lo mismo? De repente yo usé el blanco y negro porque me interesaba ver las arrugas de las manos y se abstrae el color para llevarte hacia la acción del pescador. El lugar esta lleno de color, las bandas son super chichas. Entonces me llevo los colores, trae

En tu trabajo no estás vendo los pies de una trabajadora, eos no te interesa. Desde el lado de la fotografía antropoligca es un vaiven, es una mujer caída, después de y eso está en la base de los pies, que es una interpretación totalmente distinta. Que es una interpretación completamente distinta. Y eso es lo paja de la fotografía artística. Pero te lo dejo aquí. Ahí están los elementos visuales para que tú los interpretes, pero eso depende de ti. Lo paja es que no sale al toque, te obliga a analizar los objetos que están ahí. Te obliga a observarla, analizarla.

¿En algún momento sentiste que el objeto y la fotógrafa son lo mismo?

Claro, hay un cruce de miradas. Pero aquí pasa algo, que yo te conozco y sé que tú has tomado las fotos, e incluso sales en ellas. Entonces yo pienso, esta es la mirada que tiene Caro de ella misma. Ahora tengo que interpretar como te estás mirando tú. Se lo que veo, no sé lo que miro. Ver es un concepto totalmente de percepción, mirar es de analizar. Ahora, aquí se suma una tercera mirada, que es la tuya haciendo de *espectator*. Tú has visto las fotografías, hay un motivo por el cual estas fotografías pertenecen al fotolibro.

Yo, como consumidor final del producto lo veo y lo analizo. Entonces trato de pensar qué me trasmite el lenguaje. Tú sales sentada con el rostro tan iluminado que se pierden las texturas en él, mientras por debajo un negro intenso te consumo. ¿La está consumiendo la ansiedad?, ¿la está consumiendo alguna desesperación? Así empiezo a darle vueltas, y ahí mi bagaje cultural hace que yo marque el punto desde el cual yo miro.

¿Y cuál es esa postura?

Por ejemplo, yo lo vería como un desfogue. Yo soy una persona adicta al trabajo. Me estreso más, trabajo más. ¿Loco hasta las huevas? Okey, lo soy. Pero así es como funciona mi estructura, mi metabolismo. Entonces, poniéndome en tu lugar, yo diría que te estás desfogando. Por la manera en la que estas comiendo. Ese soy yo con mi trabajo. Me estoy sumiendo en un estrés, en un problema, ¿en qué me meto? En un trabajo. Esa es la lectura que yo le doy, ¿será lo mismo? Probablemente no. Felizmente tú no eres tan loca como yo de estresarte y trabajar más para desestresarte. Felizmente, no lo hagas. No es sano, pero esa es la lectura que yo le doy.

Me encanta cómo puedes empatizar con eso.

Es que todas las personas al final tenemos un talón de Aquiles. Yo sufro de ansiedad, y la controlo con el trabajo. ¿Y esto por qué lo entiendo? Porque me conozco. Frente a una persona que no se conoce, de repente, va a hacer que trate de entenderse. Se va a preguntar oye por qué me jala esta foto, y te empiezas a cuestionar a ti mismo. Y dices, manya, aquí hay algo y empiezas a darle una interpretación personal desde el mensaje que has sacado.

De alguna forma te ves a ti mismo

Esa es una cosa básica de la fotografía conceptual. ¿Qué significa una persona con una bolsa en la cabeza? Se está ahogando, ya claro. Pues ahora interprétalo. El reto de la fotografía conceptual es tangibilizar algo abstracto, es trabajar con un concepto, algo que no tiene materia. El empezar con los pies en el suelo es empezar con una caída. Es como una presentación: Hola, soy Pedro Horna, y estoy cagado. Esa foto es una presentación: yo como entidad me presento como un ser que está en la mierda.

Me gusta mucho la lectura que le estás dando porque a mí me preocupaba que al mostrar al personaje así lo vieran como víctima o sintieran pena por él

Es que no pasa eso, no estás con encuadres que me muestren es una víctima. No siento miedo en tus encuadres, no siento al personaje en temor. Yo lo que siento es que el personaje quiere salir de su problema. Es un, "sabes que más abajo no puedo estar así que quiero salir". Me veo luchando por salir, por ejemplo, en esa foto con el plástico en el rostro, no es un ahogamiento de no puedo más, es un ahogamiento de quiero salir de acá. Siento que es alguien que ha sucumbido y ha disfrutado de haber estado en esa oscuridad pero que ahora quiere salir. Y eso es algo que interpreto también desde las arrugas de los pies del principio: esas subidas y bajadas. Te vas a caer mil veces, pero vas a seguir saliendo. Y eso lo entenderás conforme vayas viendo lo demás.

En la serie hay tres tipos de fotografías, unas que son principalmente sensoriales, como paisajes o texturas; otras que son fragmentos de cuerpos que tienen un matiz entre sensorial y conceptual, y otras que son directas, como las escenas de vómito o atracón. Con respecto a las que son directas, ¿crees que son necesarias para que se entienda que el tema es trastorno alimentario?

Te voy a decir algo, me pueden confundir un poco las que no van directamente al tema. Me sirven como fotos de bisagra o respiro, pero no las siento dentro de esta narrativa de una manera tan directa. En cambio, con las que son explícitas, si tu no me muestras a la persona vomitando, atragantándose o tratando de salir del agua se caería la serie. No funcionaría. Así como te digo si sacas las fotografías del medio tampoco iría, porque sería puro golpe. Sería literalmente cachetada, cachetada, cachetada. Sería más un libro de campaña de concientización sobre los trastornos alimentarios que un libro artístico. Y dentro de todo, estos tres estilos que estás manejando me sirven como respiro y no las sacaría. Siento que la cantidad de fotos de cada estilo son las que tienen que estar. Me gusta que no hayas cerrado con una foto tan fuerte, que no sea un golpe sino más bien un respiro. Es una luz en el túnel. Es como otra vez, Pedro Horna, Pedro aún está cagado, pero está renaciendo, conociéndose y conociendo las cosas que lo están cagando.

¿Sientes que has aprendido algo sobre un trastorno alimentario?

No, yo te diría que me he sentido super empático y que a través del fotolibro he podido identificar ansiedad, frustración y algún sentimiento negativo que he tenido o puedo tener. Al final esta narrativa la relaciono con mi propio proceso y creo que eso es más importante que conocer sobre un desorden alimentario. Si quiero conocer sobre un desorden alimentario iría a Google, pero si quiero conocerme a mí mismo necesito arte.

Porque, ¿qué es el arte al fin y al cabo? ¿qué es la música? ¿qué es la fotografía? ¿la pintura? ¿la imagen? Es contar algo que tú, como humano, de alguna manera, no sabes cómo expresarlo con palabras. Lo que BB King, Slash no sabían decir con palabras, agarraban su guitarra y empezaban a tocar y tú sentías eso. Tú sentías lo que te quería trasmitir. Fotografía artística es lo mismo. Sabes qué explícame este fotolibro, hazme un ensayo. No te sale, te vas a sentir conflictuada porque no vas a poder decir con palabras lo que estás haciendo con la fotografía. Y una persona que ve esto que es arte, el arte no es solo para mirarlo, es para disfrutarlo entendiendo. Por eso, no sentí la presencia del trastorno alimentario más que en algunas fotos, después me vi a mí. En general sentí que era una persona que luchaba consigo misma, enclaustrada, casi claustrofóbica, y uno de sus problemas era lidiar con el trastorno, pero todo lo anterior es lo principal.

Me parece un golazo que hayas entendido que el problema con la comida y el cuerpo era secundario. Ese era mi objetivo

Lo paja de tu fotolibro es que es una herramienta para que cada espectador conecte con sus demonios. Si yo titulara tu libro de repente le pondría "Mis demonios internos", porque básicamente estás presentando tu locura. Es un, "toma, así es como estoy loco, estos son mis demonios internos. Gracias a esto tu vas a entender y reconocer tus demonios internos. Sin tocarlos, pero te los voy a presentar". Este libro lo va a ver gente que no tiene un trastorno alimentario, que sufre de ansiedad, depresión, que de repente está pasando por un pésimo momento, una ruptura amorosa, una crisis financiera importante, una mamá, un papá, un hijo. Y va a entender la narrativa porque estará conectando con sus propios monstruos. Por la decisión de encuadre, técnica, dominio del lenguaje visual vas a llegar a una persona que no pasa o no sufre lo mismo que el libro, y que igual conecte con sus propios demonios y su propia mierda. Cada persona tiene su caca. Este libro lo que hace es que la persona se conozca.

¿Crees que el poema influyó en la lectura que le diste?

Ví el vídeo sin sonido, no llegué a escuchar el poema

Está bien, te voy a leer el poema y me dices si cambia en algo tu lectura:

"Pedí perdón por mi presencia, por mis ausencias, por las manzanas mordidas y por los días de ayuno. Me pregunté infinitas veces ¿qué quiero de esto?, ¿qué espero de la vida? Mi boca estaba sellada, y permanecería así por un tiempo".

Creo que me aporta, hablamos de manzana mordida. Lo vinculo con el veneno (por el alacrán). Mi boca estaba cerrada: ya no quiero esconder más mi ansiedad, en mi caso. Y hablar abiertamente de la ansiedad, reconocer que estás en la mierda, te va a ayudar a salir.

¿A qué público dirigirías este fotolibro?

Siento que este libro puedo calar muy bien en un público de entre 17 y 24 años por el tema que estás atravesando la adolescencia. Puede ser de 25 a 40 años, quienes se dejan consumir por el estrés y la ansiedad, te sirve para entenderte. Yo creo que tu público objetivo está entre 18 y 40 años, que es un público objetivo amplio, que esta entre mediana y temprana adultez. Ese es tu público ideal pero no excluye a los demás públicos. Por ejemplo, un chico de 15 años que está pasando por acoso escolar podría captarlo si es sensible. O una mujer que se ha casado con una persona que la maltrata. Sufre por otra cosa, no es feliz y no quiere eso más. Y reconoce a través de ese libro que no es feliz, en su matrimonio, en su trabajo, con el acoso escolar. Es una herramienta de empoderamiento, finalmente. La finalidad de la fotografía es una voz visual

¿Sugerirías que se aborde este tema desde otro medio, como un cortometraje, por ejemplo?

No, funciona bastante bien en el soporte físico. Ni si quiera lo pasaría a un medio digital. El tener la fotografía impresa, tenerla en la mano. Tocar el papel, olerlo, es real. Es tangible.

Según tu experiencia ¿ya que la temática que estoy manejando es principalmente social, qué sugerencias darías para promocionar el fotolibro?

El detalle aquí es que mi trabajo es más cultural que social. Claro, busco visibilizar sociedad que no están visibilizadas pero el choque de lo que hago es principalmente antropológico. Hago etnografía a partir del estudio de sus prácticas y rituales cotidianos. Eso es lo que suelo hacer. Ahora, dentro de los social es vital trabajar con organizaciones, sobre todo ONG, voluntariados, etc. La idea es crear alianzas estratégicas y comerciales. Justo hoy di una clase con mi productor, lo tuve de invitado y hablamos sobre las alianzas comerciales. Y es que tú necesitas al momento de presentar un proyecto tener ese tipo de alianzas. Y quizá vas a tener que empezar a fotografiar un evento de esta ONG, prestar

tus servicios como fotógrafa para ellos y luego en confianza ya, mostrar tu fotolibro y decirles que te gustaría publicar tu fotolibro. Que vaya vinculado a tus intereses.

ANEXO 16: Grupo focal con cinco mujeres de entre 23 y 28 años que se han recuperado de anorexia o bulimia.

Primero se les mostró el fotolibro.

C: (Aplaude) Qué poético

Gracias C. Quisiera saber con qué ideas se quedan, principalmente emociones

MA: Creo que es recordar, me identifiqué con mi pasado. Si bien es algo que superé si te trae el recuerdo de te conmueven algunas de las imágenes porque fue algo que hiciste y también sentiste soledad, te sentiste encerrada y quizá culpa en algo. Bueno yo, al menos yo.

R: Yo sentí que me trasladé un poco a aquellos tiempos, no sé si era nostalgia. Sentí desesperación, hay una imagen en la que se ve un pez que se está hundiendo. Yo sentí eso, esa desesperación. Después hay otra donde hay una caja, se agarra de los bordes tratando de salir, pero no puedes porque no hablas. Trata de agarrarse con todas sus fuerzas de la caja, pero no podías, había algo que no te dejaba. Esas dos imágenes son con las que más me quedo.

G: Yo de hecho sentí lo mismo que dijo Maggie en un inicio. Me trajeron muchas memorias, flashbacks de escenas muy personales que a veces son difíciles de poner en palabras. A veces me acuerdo de que hablaba con los psicólogos y que era difícil decirles lo que sentía al punto de que me decían "dibuja lo que sientes". Creo que has transmitido bien esa sensación de miedo, de sentirte atrapada, como que realmente estás sola y no ves más allá de esa caja en la que te has metido tu sola. Me trae miedo, pero después de haber pasado todo digo wau no quiero volver a pasar por eso. Creo que eso es algo positivo, me identifico y al mismo tiempo digo no quiero volver a eso.

De hecho, espero que quienes lo vean puedan concluir eso también para que sea un poco preventivo.

G: Creo que es muy fácil comunicarlo. Si lo muestras a una persona que todavía está ahí creo que empatizarías mucho con la persona y tal vez provocarías reacciones de "me identifico y no quiero estar ahí". Podría tener un mensaje positivo.

Gracias G, ¿alguien más quiere comentar algo?

C: te iba a decir que la foto con la que más me quedo es en la que la chica parece que estuviera en una especie de bolsa, como un plástico. Como esa es la sensación que me dio. Justo en mi tesis también usé la bolsa, me parece una metáfora bien fuerte. Yo me sentía así, como metida en una bolsa. Bueno, no una bolsa específicamente, pero sentía que trataba de salir de algo que no me dejaba salir. Más allá de las conductas y la patología alimentaria, incluso estando en ABINT y sin las conductas de me sentía en una bolsa. Con miedo a mostrarme tal cual soy, con mucho miedo de mostrar mi vulnerabilidad. Entonces esa imagen es la que más se quedó en mi mente. Otra fue la foto de la mano que solo estaba hasta acá. Me dio cosas porque era como mostrar partes del cuerpo Sentí soledad y melancolía. Como una constante nostalgia, pero no hacia el pasado porque no extrañaba el pasado, pero no quería estar en el presente. Sentía eso como en la foto, de que no había nadie ni nada más. Me pareció muy potente.

La forma de mirar el cuerpo también, la manera agresiva de tocarse, tocar los senos. La imagen del abdomen que es una imagen como muy fuerte ¿no? Por ejemplo, sé que la anorexia ya pasó, pero si vivo algo muy fuerte lo primero que hago es pensar en mi abdomen y al toque digo "espera, ¿por qué estoy viendo mi abdomen?, esto que me está pasando es muy fuerte". Es algo en lo que llevamos trabajando mil años, pero luego me digo okey esto significa esta cosa. Si no fuera porque estamos pensando constantemente no llegaría a esa conclusión, y eso es el ombligo del problema. (*) Ese tipo de imágenes me parecen potentes. Creo que el fotolibro es muy poético, la música super bien elegida para verlo. Ah también hay una foto donde se ve una espalda en la que hay una especie de astillas, me refirió a una sensación de dolor. Son tan potentes las fotos, porque más allá de dejarme llevar por las emociones pensaba "wau qué fotos tan increíbles, son fotos muy hermosas". Creo que, si hubiera visto la foto en grande, sin el espacio blanco, habría calado más. Como que ese borde apacigua el golpe, que en parte es buena para salud (risas), pero te da un poco de distancia de la foto. En general creo que el fotolibro te da muchas sensaciones, así no sepas exactamente qué está sucediendo logras conectar con las emociones y eso es el 50% de todo, permite que luego puedas entenderlo más.

(*) C hace referencia a que los pensamientos de fijación con el cuerpo son una especie de "cortina de humo" de una dificultad presente. Es decir, son el resultado de una experiencia fuerte, los cuales aún en la actualidad pueden activarse si se presenta un evento disparador. La diferencia es que cuenta con herramientas para lidiar con ello.

J: A mí la foto que más me impacto fue la de la bolsa, pero más que nada porque por ese tiempo me sentía basura. Que no valía nada. Que estaba dentro de una bolsa de basura. Capaz a mí no me ligó mucho el tema del cuerpo, pero sí sentir que estaba vacía, que no tenía nada que brindar.

Qué fuerte esto que me dices J. Bueno yo he visto el fotolibro muchas veces, incluso también lo he mostrado a más personas, pero esta es la primera vez que he sentido que me ha tocado más porque sé que todas nosotras hemos vivido esto y lo hemos sentido, hemos compartido muchas experiencias en el proceso de recuperación y el nivel de acercamiento a este tema es otro. A mí de verdad me importan muchísimo las opiniones de ustedes porque lo que estoy buscando en plasmar las emociones que tuve en ese momento para que a partir de mi experiencia personal otras personas empaticen. Me parece valioso que hayan conectado con lo mostrado porque así compruebo que no es sólo lo que sentí, sino de alguna forma estoy representando una experiencia colectiva.

Me gustaría saber qué opinan sobre incluir información adicional al fotolibro. Desde lo informativo o desde una experiencia personal.

MA: Creo que las imágenes hablan por sí solas. Siento que con voz se siente la emoción más que con un texto. Por ejemplo, cuando empezaste el vídeo decías unas palabras y eso me ayudó a sentir más la emoción.

J: Yo creo que si añades algo debe ser de manera previa o posterior al fotolibro para que no se pierda el foco en las fotografías. Porque si hay un texto al costado de las imágenes me perdería en el texto.

C: He visto en las galerías que te dan unos audífonos para que una voz narre testimonios o una historia. Creo que la música de todas formas debería acompañar a las fotografías, le da mucho poder y de alguna forma diriges el mood. Pero a parte de eso, creo que cuando vienes de un lugar y escuchas la música te ayuda a aislarte y concentrarte en lo que estás viendo. Podrías poner que antes de abrir el fotolibro el lector coja sus audífonos y escuche un audio. Quizá no sea algo necesariamente poético sino una frase. A ver, me estoy acordando de algo de Skins, de la chica que tenía anorexia, que decía “no como hace tres días porque sabía que iba a tener una cita contigo”. Recuerdo también que todo el mundo miraba mi cuerpo, me hacían chistes sobre que parecía un parante. Entonces,

podrías decir una frase, algo muy chico, como para que abran el fotolibro, lo vean, lo vean, luego poner algunas estadísticas y luego de eso poner información de contacto.
R: claro, como que las imágenes te hacen sentir mucho y podrías movilizarla, entonces debería haber un proceso de cierre, guiarla para que busque ayude. ¿No habría la posibilidad de que el fotolibro tenga etapas? Por ejemplo, mostrar recortes de revistas, hablar sobre la familia, los medios de comunicación y todos los elementos que pueden empujarte a tener un trastorno. Y después lo otro, mostrarles que es posible salir, todo con imágenes. Alguien que te da la mano, el profesional que te está ayudando a salir.

¿Ustedes recomendarían ABINT?
R: Yo lo presentaría a ABINT para que en las primeras asambleas puedan expresar mejor sus ideas, crep que ayudaría a que expresen más sus ideas. Son las personas que han presentado directamente con nosotros. Yo creo que les ayudaría muchísimo como proceso de tratamiento. Yo creo que ABINT es nuestra referencia, en general hay más lugares que podríamos recomendar.
MA: En lo personal no, en mi colegio les recomendaron ABINT porque XXX es amiga de mi hermana y ella estaba ahí.
J: Yo recomendaría ABINT porque depende de las personas. Muchas chicas hemos salido de la terapia y estamos haciendo nuestra vida normal, en cambio hay chicas que van años de años y no logran salir. Entonces, si los papás ven que la metodología no les funciona, sería bueno que ahí busquen otro centro. Creo que la metodología de ABINT si es válida para algunas personas. Ahora podrías buscar alternativas más económicas, porque algunos chicos entran solo unos meses porque el precio es alto. Podrías buscar apoyo en ONG.
R: Había una ONG de ABINT

Sí, Gaba. La razón por la cual dudo de recomendar ABINT no es tanto por la patología en sí. Yo no he vuelto a tener ningún problema con la comida o el cuerpo; pero con respecto al manejo emocional creo que no logran dar tantas herramientas. Actualmente estoy en terapia, DBT, la cual está basada en el trabajo de emociones y considero que parte de los pacientes que están en ABINT podrían verse beneficiadas de ese tipo de abordaje, pero el problema es que en ABINT le dicen a los padres que ese es el único lugar donde pueden curarse entonces hay chicas que llevan más de seis años en esa terapia, con recaídas y todo.

R: Bueno, antes de entrar a ABINT estuve en otra terapia y no la vi tan efectiva porque creo que es necesario el seguimiento (ABINT es una clínica de día). Yo llegaba a esta terapia y presentaba mi cuaderno con ingestas y pucha inventaba ¿no? Iba una vez por semana no más entonces no me controlaban nada. Si no fuera por ABINT no me habría curado.

Creo lo mismo, si no fuera por la privación de libertades y monitorio constante no me hubiera recuperado. Eso es algo que rescato mucho de ABINT.

C: Claro, bueno yo tampoco he tenido recaídas con el tema alimentario. Yo tuve un año de patología y toda una vida de pensamientos. Cuando salí de ABINT sí tuve bastante trecho emocional hasta que encontrar a mi terapeuta actual, y voy para que me haga un ajuste de motores de vez en cuando.

MA: Cuando estuve en la terapia me enfoqué bastante en aceptar la forma de mi cuerpo, en mis miedos, mi forma de pensar, pero dejé de lado mi tema emocional con algunas personas, o algunas culpas que tenía. O algún rompimiento de pareja, esas cosas no llegué a profundizar porque le daba más importancia a mi carrera, sentía que no eran mi prioridad. Cuando acabe nunca lo llegue a tratar tan lentamente. Ahorita no estoy en terapia, pero si he estado, trabajé el lado más personal y sexual. Eso lo trabajé aparte. Ahora, por el tema de seguimiento sí lo recomendaría.

R: Sería chévere que el MINSA tuviera un área destinada solo a terapias para trastornos alimentarios. Por ejemplo, yo ahorita estoy haciendo mi SERUM (ella es psicóloga) y desde lo que veo no recomendaría que vayan pacientes con TCA porque te dan citas una vez al mes, entonces este trastorno si necesita que se esté ahí, ahí. No hay avance, no hay seguimiento, no hay nada. Sería diferente a que un equipo del MINSA trabajara de manera específica con esta población.

Hace un par de años entrevisté a una autoridad en el MINSA, y él me comentó que la razón por la cual no tenían ese plan era por el nivel de preparación que requería. Por ejemplo, para que un psiquiatra pueda trabajar en ese campo a nivel especializado tendría que estudiar la carrera de medicina, luego especializarse en psiquiatría, y luego en trastornos de la conducta alimentaria y luego en una población en particular (adolescente, niños, adulto mayor). Lo que suelen tener es a un psicólogo o psiquiatra que ve diferentes casos.

R: Sí, además porque los casos de mayor incidencia son de ansiedad y depresión, entonces la mayoría se especializa en esos temas. Pero la realidad es que los TCA están vinculados con todo: hay ansiedad, depresión, bipolaridad, hay de todo. Yo sí recomendaría ABINT; además, cuando se trata un tema en terapia se hace con respecto a un aspecto de tu vida que quieres mejor y cuando entras a ABINT lo haces con la intención de superar un TCA, todo está enfocado en eso. Ahora que estemos buscando terapia sobre otros temas es diferente porque está enfocado en puntos específicos y bueno porque estamos en nuestras etapas, y conforme se van disparando ciertos temas se trabaja diferente.

ANEXO 17: Grupo focal a grupo objetivo
(27 de octubre del 2020)

Me gustaría saber si ustedes conocen a alguien que tenga o haya tenido algún trastorno alimenticio, ¿era alguien cercano? ¿qué tanto supiste sobre lo que vivía, más sobre las conductas o las emociones?

D: En momento de honestidad. No tal cual, pero sí conductas no necesariamente saludables de alimentación. También he conocido personas que han tenido anorexia y bulimia. Si tengo regular conocimiento del tema, tanto por experiencias personales como también he consumido en medios, investigar también.

¿Tus conocimientos sobre el tema está vinculados al lado conductual?

D: Más conductas como realmente ponerme a investigar más fuentes psicológicas o psiquiátricas

F: Bueno yo conozco personas cercanas vivirlo, no me tocó vivirlo con ellas, pero fue un compartir después. Conozco el tema por los medios y también cuando fui adolescente hubo un boom de hablar sobre el cuerpo, la aceptación y temas vinculados al cuerpo. A mi me toco mucho no porque yo haya tenido un trastorno sino porque siempre he sido diferentes, siempre he sido más gruesa que el resto. Entonces de hecho si había un tema de aceptación corporal, pero no llego a ser un trastorno.

Creo que es super importante lo que mencionas. Hace unos años se ha empezado a hablar sobre la aceptación del cuerpo, de body positivity. Previo a eso se dio una etapa en la cual estaban de moda las super modelos, incluso las modelos que salían en medios o en general en publicidad eran mucho más delgadas. Eso está conectado con lo que dice D, que ha tenido conductas que no encajaban a un diagnóstico como tal, pero están vinculados con el rechazo al cuerpo.

D: Las dietas también. Se compartía bastante por redes esa tendencia a thinspo, en Tumblr, por ejemplo. Creo que ahora eso pasa en IG o Tiktok. Se ven ahora dos tendencias sobre el cuerpo: una que es body positive y otra que marca estos ideales, y de alguna forma se contrarrestan

¿Qué tan importante creen que es la postura que tienen los medios de comunicación en la percepción de nuestro cuerpo?

F: Como mencionábamos hace un rato, antes del body postive hubo un boom del cuerpo "bello", nosotras pasamos por esa transición. Yo he batallado bastante porque tengo un cuerpo diferente, y sí siento que ha cambiado el ideal porque ahora hay cuerpos curvilíneos. Buenos nosotras (F y yo) hemos hablado varias veces de estos temas porque fomentamos ese tipo de diálogos, pero no todos tienen esa apertura. Hay quienes por ejemplo reciben muchos comentarios sobre su cuerpo en casa y no tienen con quién conversarlo. De verdad que los mensajes de body positive me fascinan porque por fin se puede conversar del tema sin tener miedo, y por fin se acepta que haya diferentes tipos de cuerpos. Sí, siento que por fin ahora se está hablando de eso.

A mí me parece súper interesante cómo la cultura y los medios ayudan a que te gustes un poco más al mostrarte que los cuerpos voluptuosos o diversos también son hermosos. Creo que otro factor importante en el tema de la autovaloración es qué tan estable tienes tu autoestima y tus relaciones con tu entorno. Sí sólo dejáramos la responsabilidad en los medios todos tendrían algún trastorno

Da: Mi tema siempre ha sido un poco complicado porque, al igual que otras familias conservadoras, lo terminan condenando. Tengo una familiar que tiene bipolaridad diagnosticada, pero otro familiar tiene síntomas y no está diagnosticado porque como es hombre mi abuelo siempre le dijo que sus hijos no pueden ir al psicólogo porque eso es para débiles. Creo que siempre ha enido este miedo o rechazo, pr miedo a lo que su papá dirá. Estoy seguro de que este pensar de mi abuelo no es un caso aislado y está relacionado con el machismo. Buscar ayuda no tiene nada que evr con ser débil. Hay muchos casos en mi familia y amigos cercanos que no se atreven a buscar ayuda psicológica por el que dirán.

R: Añadiendo, puedo decir que los problemas de la estética han estado más presentes en mujeres. Porque, al menos desde mi experiencia, en los hombres no es muy frecuente que estas cosas se digan o se cuenten, tampoco hay mucho asunto sobre el "tienes que ser delgado". Por ejemplo, ¿cuántas veces hemos escuchado el apodo de "gordo" y no pasa nada?

Da: Tengo amigos que se han preocupado mucho por el tema físico. Tengo un amigo al que molestaban bastante, le decían "flacucho". Hoy en día él es fisicoculturista y se ha dedicado a este tema, desarrollado por un trauma. Desde el colegio empezó a ir al

gimnasio y aun así lo molestaban, le decían ay el "flacucho está levantando pesas". Inclusive se cambió de colegio porque no soportaba esa presión. Y en otro colegio empezó de cero una vida como una persona que va al gimnasio. Pero bueno toda su vida gira en torno a eso, no me parece sano. Una cosa es dedicar tu vida al fisicoculturismo y otra pasarte todo el día metido en el gimnasio. La sobre ejercitación tampoco es sana.

M: En mi caso, mi hermano siempre se ha preocupado por su apariencia. Hubo una época en la que sí tuvo problemas con la comida. Por ejemplo, cuando era más joven estaba de moda purgarse, pero era en todos los gimnasios. Todos se purgaban y lo veían normal. Hasta que fueron pasando los años y se empezó a hablar de cuerpos sanos. Al entrar a secundaria, mi primo tuvo un problema con el cuerpo. Todos en mi familia lo sabíamos, pero nadie hablaba de eso. Como yo escuché el término de anorexia y bulimia lo busqué en Google y, en lugar de encontrar información sobre lo que era, vi un montón de tips sobre cómo meterme en eso. Pasó el tiempo y en un momento en el que no me sentía tan cómoda con mi cuerpo volví a buscar sobre eso, pero solo encontré grupos de autoayuda, en los que enseñaban a comer sano.

O sea, al final sí encontraste un grupo en el que se apoyaban a comer saludable

M: Sí, creo que es también porque en redes sociales empezaron a filtrar el tipo de contenidos. Creo que la gente se dio cuenta de que internet puede enseñarte cosas muy buenas como cosas muy malas.

Yo también encontré mucha información sobre ese tema, sobre todo blogs de Ana y Mía.

D: De lo que me acuerdo es que llegó un punto en el que si buscabas ese tipo de hashtags te salían mensajes de: "si necesitas ayuda haz clic en esto". Se dieron cuenta de que las comunidades se formaban para perpetuar las conductas y tomaron medidas. Cuando vi esos grupos encontré que había dos tipos de personas: las que te alentaban a salir porque eran conscientes de que estaban dañando sus cuerpos y quienes más bien te enseñaban cómo meterte a la enfermedad. En un punto ya dependía de ti.

Di: La prima de mi amiga era quien nos enseñaba sobre estos temas, ella tenía anorexia. Me acuerdo de que me decía que se encerraba, que estaba muy irritada. Me contaba que le afectaba a ella y al entorno. Mi amiga fue quien me mostró esta página porque pensó que podía hacerlo. Las dos entramos por curiosas, los retos que decían las personas eran

estúpidas. Yo me quedé asustada y mi amiga intentó algunas cosas, aunque no llegó a más. Por ese entonces yo ya tenía una buena relación con mi mamá así que le conté a mi mamá y pues ella me dijo que no que no haga esas cosas. Es importante el contexto, creo que mi amiga y su prima no le contaban a nadie. Al final es algo mental que cambia todo, es bien fuerte.

(Se les mostró el fotolibro) ¿Alguien quisiera hacer un comentario sobre lo que hemos visto?

R: ¡Hey bravo! Se nota que le has metido bastante trabajo a esto. Yo tengo un comentario sobre el vídeo en sí.

D: Habiendo visto básicamente gran parte del proceso puedo decir que ya tiene una forma y que ha cambiado por completo. La forma que has elegido para contarlo es medio abstracto-conceptual y representa todo este viaje de sensaciones. El aspecto del silencio es algo que está muy vinculado a la soledad de tener el trastorno. El uso del blanco y negro también me parece adecuado, igual creo que es tu estilo porque sueles trabajar con ese tipo de fotografías. Que hayas puesto texturas, parte de la naturaleza, que haya bodegones y paisajes enriquece el juego. Lo que sí es que me hubiera gustado ver un poco más de juego entre el fotolibro y las fotografías porque ahorita está blanco, foto, blanco, foto. Podrías trabajar más en el diseño para que se potencie más lo que quieres comunicar. Usar páginas en blanco, que te habla del silencio. Me gusta mucho cómo está armado el fotolibro, se ve bien limpio, creo que ayuda un montón. Y felicitaciones porque sé que es algo muy difícil de tocar y abordar, y también muy personal, Gracias por compartirlo, sobre todo que lo hayas hecho un trabajo d tesis.

Da: me gustó mucho que al terminar de ver el fotolibro haya necesitado un momento para procesarlo. De hecho, me hubiese gustado poder ver el libro en físico porque el tiempo que disfrutaba de cada imagen dependía del vídeo y no de mí, pero bueno por la coyuntura se entiende. Sin embargo, va muy bien el ritmo con la música. Ahora, creo que podrías utilizar el video para promocionarlo. Mejoras un poco el tema de la iluminación, la posición de la mano y ya está. Hay una empresa española que hace eso. Como comunicador, esa es una estrategia de comunicación.

Hablando como espectador, me gusta mucho el uso del blanco y negro. Ver en la portada "El lenguaje del silencio" y que esté en bajo relieve ya habla de la ausencia de algo. Al inicio no sentí nada sobre trastornos alimenticios, primero me iba metiendo en los problemas mentales…hasta que vi una espina dorsal y unas espinas. Entonces ahí ya me

golpeo ese tema. Está muy paja la narrativa, me gusta que no hables de manera directa de anorexia y bulimia, sino que haya un poco de todo.

Lo único que si te diría es que me hubiera gustado que juegue con el silencio. Siento que no hubo ningún silencio. Siento que fue foto, foto, foto. La narrativa está muy bonita, pero ayudaría tener silencio visual. Aportaría mach porque ese es el problema, el no poder hablarlo, o ser juzgados de ciertas maneras.

M: Yo quiero decir que me gustó bastante, me vinieron muchas emociones. Creo que sí logré sentir aquello que pasan esas personas. Te felicito porque está bien logrado.

F: Creo que todos hemos coincidido en que esto es algo que ves y transmite emociones. De por sí es muy difícil que veas algo y que todo te conecte con una emoción pero eso pasó aquí. Ha sido un estímulo tan fuerte que en cada imagen hemos podido sentir algo. Me gusta que no sea tan literal, que haya algo conceptual. Enriquece que no sea solo piel sino que hayan detalles y texturas. Me gustó que para interpretar frustración no haya usado un rostro de frustración, sino que se haya buscado otra manera de comunicarlo.

Me parece muy inteligente y acertado el titulo que has usado. Creo que como comunicadores en sí tenemos que comunicar un lenguaje que el publico entiende. Tu lenguaje en este caso es visual, es bastante contradictorio que comunique silencios. También coincide en que juegues con el silencio visual, algo que podría aportar que en la página de atrás haya información d valor para el consumidor, como números de ayuda. Contacto de organizaciones e instituciones. Igual, me encanta tu chamba, está brutal

Da: me gusta la palabra brutal para describir el proyecto. Claro la dijeron como jerga, pero también describe lo que hicieron algunas fotos: te golpea de manera brutal.

D: Por eso necesitas los silencios para que golpee más fuerte. Ah y otra cosa, creo que he visto tantas fotos del tema que ciertos estilos de fotografías lo asocias a esas enfermedades. Lo que rescata tu postura como fotógrafa por haber hecho un acercamiento al tema diferente.

¿Sienten que han aprendido algo nuevo?

F: Yo creo que a veces se pasa por alto que es un trastorno que no solo afecta al cuerpo. Entonces el que tú me muestres imágenes que me transmitan frustración, desesperación, enojo, tristeza, me ayudan a entender que hay emociones y sensaciones vinculadas al trastorno.

D: Concuerdo con F. creo que me has hecho sentir algo parecido, o lo en términos de mi experiencia y cosmovisión podrían equivaler a sentir un trastorno. Disgusto. Con la

secuencia final un descubrirse, un encontrar. Me hicieron sentir que no es "quiero ser más flaca" sino que va mucho más allá de eso. No solamente las fotografías sino la secuencia ayuda a sentir eso.

D: Creo que la foto que más me ha movido es el árbol con la casa. Sí, hay silencios y justo eso afecta a tu familia. Las relaciones dentro de tu propia casa se pueden ver afectadas. No muchas personas saben cómo llegas a este desorden alimentario, es un proceso muy difícil. Entonces ver una casa destruida termina destruyendo tu familia y son ellos quienes no logran ayudarte a salir de esta situación.

R: Yo no soy muy cercano a los fotolibros y tampoco a los trastornos alimentarios. Así que cuando vi el fotolibro lo entendí como si estuviera abriendo el diario de una persona, básicamente te narra diversos traumas y temores que ha vivido. Sentí como que me estaba metiendo en su psiquis. Con la voz incluso que pusiste al inicio del vídeo me dio a entender eso.

¿Sintieron libertad para entender la narrativa?

D: Siento que empieza bien intenso, te mete bastante en las emociones y todo. Pero a pesar de todo, la forma de posicionarlo siento que hay un aire de respiro, sobre todo por la imagen del cielo y la foto final. Siento que cierra bien por las mismas expresiones y todo. Ingresas al fotolibro, pasas por todo el fotolibro y luego sales de él. Como que lo atraviesas con el personaje.

F: también sentí eso, como que quiero seguir viendo y una persona me está invitando a su mundo y para ver cómo se siente con esa experiencia. Eso creo que es genial porque no impone, sino me agarras de la mano y me muestras cosas.

Al igual que D, yo también entendí la casa como un hogar y cómo afecta el entorno. Pero claro, si me pongo a analizar más podría concluir que mi cuerpo está acabándose y se está yendo cuesta abajo. Tienes esa libertad de poder verlo como cuerpo, familia, entorno, hogar, casa abandonada como que esto ya pasó, etc. Me parece genial porque por más que permite múltiples lecturas se dirige hacia tus objetivos.

¿Creen que les ayudó a empatizar con la persona?

D: El tema es que yo he estado ahí así que más que empatizar es revivir. Es súper complicado y en verdad son varias sensaciones que ya has pasado. De alguna forma es como que se entiende qué es pasar por una situación así.

¿Te ayudó a ser un poco más autocompasiva contigo misma?

D: Sí, o sea siento que ya hice las pases con eso. Es el tema de poder ver y pasar por esto. Se agradece bastante que sean conceptuales porque te permite leer. La muñeca también se interpreta como la perdía del cuerpo y la perdida del concepto. Mas que autocompasión es mirarlo desde una perspectiva más amable, más que lastimera.

¿Qué público objetivo crees que podría disfrutar de este fotolibro?

Da: creo que un buen público objetivo sería una persona cercana a alguien que tenga el trastorno porque ayuda a empatizar.

¿Qué contenido creen que podría ir mejor para el texto de apoyo del fotolibro?

D: Creo que ayudaría que sea un texto escrito por un psicólogo. Por ejemplo, cuando yo hice mi fotolibro, el prólogo es de Dante Pineda, sobre cómo la fotografía ayuda a que se preserve la historia, en mi caso la preincaica. Cosa que, si una persona se entera de que su enamorada tiene anorexia, justo encuentra que su papá que es adicto a los fotolibros lee lo que un psicólogo dice que es la anorexia. Entonces creo que eso podría ser un acercamiento al tema. No sé si has chequeado una compañía KWY ediciones, ellos tienen bastantes fotolibros que se llama 7-17.

¿Consideran que puedo aprovechar los medios digitales?

F: Creo que tienes que definir el objetivo, porque si ya lo puedo ver de manera gratuita ¿cuál sería el punto de comprarlo? Podrías por ejemplo hacer como un proyecto transmedia para generar comunidad. Por ejemplo, si quieres tener un canal de Youtube en la que compartes información sobre el tema, o a lo mejor vincularlo con tu chamba y tú contando tu proceso.

D: Me parece que deberías tomar este tema con pinzas. Ten en cuenta de que no eres terapeuta ni psicóloga así que siempre ten cuidado de quien puede ver y como lo interpretaría. Podrían incluso acusar de romantizar la enfermedad, que no es tu objetivo, pero igual hay un pequeño porcentaje que podría tomarlo así.

Mi objetivo es tratar de llegar a la mayor cantidad de personas porque es un tema de salud mental, me gustaría vincularlo a algo más grande que permitiera conectarse con la salud mental. Finalmente, el objetivo supremo es aportar en algo en la salud mental del país.

D: Sí te entiendo. Yo también haré un tema de salud mental y pues, no tengo referentes visuales sobre esto porque nadie lo documenta. No es un hagamos una campaña, sino que queda más por el lado artístico/testimonial. En los últimos años se habla de salud mental, pero hay poco contenido con información necesaria.

F: Algo que vi en pandemia y me gustó mucho fue que muchos espacios LGTBQ+ que estaban siendo afectados por la pandemia lo que hacían era organizar una especie de evento y podías decir. Soy fotógrafa y quiero hablar de estos temas, entonces entrabas a una mesa de diálogo sobre esto. Yo te diría, de arranque, que el que estés haciendo un fotolibro. De ahí a qué hacer lo puedes pensar a largo plazo. Primero enfócate en terminar el fotolibro y luego armar una estrategia de publicidad y promoción. Si te gustaría podrías contactar a organizaciones que trabajen con salud mental, o body positivity. Por ejemplo yo nunca he buscado la delgadez pero me he cuestionado mi cuerpo grueso, entonces no sé lo que siente una persona con una extrema delgadez, pero el proyecto me ayuda a empatizar y entender. Cada uno tiene una lucha, pero al final todo se junta en salud mental. Lo que puedes hacer es hacer una ponencia dependiendo de lo que pidas, y decir tengo esta herramienta que nos ayuda a empatizar. Ya sea ONG, casas, etc. Cosa que se conoce tu chamba como fotógrafa y de Caro tratando de poner un granito de arena en este tema.

ANEXO 18: Entrevista Kassia Rondón
(27 de octubre del 2020)

¿Cuáles fueron tus primeras impresiones?

Mis primeras impresiones como Kassia (en lo personal), me generaron mucha tristeza y melancolía, y si entorno a eso lo empiezo a relacionar con el tema que propones, como esta cosa en la que uno intenta agarrarse de alguna esperanza, que suele ser como esta especia de dialéctica en donde yo estoy intentando hacer lo mejor que puedo para poder lograr algo que es importante para mí y al mismo tiempo es una situación que me genera mucho dolor y es algo como veneno, y como es veneno se me viene a la cabeza la imagen del escorpión por ejemplo. Fue el match instantáneo que pude hacer cuando empecé a ver como pasaban las hojas.

La que más te llamo la atención o la que te hizo conectar un poco más con la idea de necesitar y al mismo tiempo saber que estas conductas también tienen un efecto, por así decirte, contraproducentes, fue la imagen del escorpión

Sí, de hecho, también algo que también me llama cuando yo te digo "esperanza" es la imagen de la chispita, en donde pareciera que hay una luz. Luego la otra es del cielo, que pareciera que hay algo que yo puedo intentar lograr, pero se me hace doloroso, es complicado. Me llama mucho la atención esta intersección de imágenes o estas imágenes intercaladas donde hay mucho dolor mucha tristeza, imágenes relacionadas al cuerpo y una especie de luz, mucho dolor, mucha tristeza, imágenes relacionadas al cuerpo y una especie de esperanza. Entonces es como esta cosa que uno intenta hacer, intenta perseguir, esta idea de "yo intento siempre dar lo mejor que puedo, nunca me levanto de mi cama intentado cagarla, pero al mismo tiempo aparece esta cosa que no estoy pudiendo resolver, que se está haciendo difícil".

De alguna forma te da la sensación de que esta situación se mantiene en el tiempo porque es algo que trasciende la fuerza de voluntad o las buenas intenciones sino algo de fondo

Tal cual, le has dado en el clavo. Aquí no veo de "es tu culpa", no veo nada de fragilización ni de romanticismo, que tengo entendido que era un poco el miedo que tu

tenías al inicio, de que esto podía trasladarse a que un TCA pueda estar romantizado o de una imagen que incentive a proceder en ello, y no, a mí me transmite mucho sufrimiento, me transmite mucha compasión, de "mierda, que difícil poder estar en este lugar", parece que esta persona está intentando hacer lo mejor que puede dentro de las cosas que tiene. No se está logrando, pero intenta igual, es esa cosa de tropezones y tropezones cuando uno está muy cansado e intentar conseguir la meta y lo que faltaría en ese lugar quizá sería descansar un poquito pero la persona sigue y sigue como un círculo.

Justo también era la idea, creo que en una de las imágenes fui bastante obvia al respecto, incluí restos de sal del mar que tienen forma circular. Entonces fue una idea que tenía bastante presente y me gusta que haya marcado en ti, quería preguntarte si todo lo vinculaste hacia el cuerpo, hacia la lucha interna o de alguna forma también sentiste la presencia de algún otro agente, de algunos otros personajes

En verdad, si tú me comentas de algunos otros personajes, tal vez el contexto, no lo sentí tanto como contexto en sí, sino algo mucho más marcado a la lucha interna, al sufrimiento a las sensaciones, a las emociones. Incluso el video que acompaña el libro con las imágenes más fuertes suena como un estruendo y escala, entonces te genera esta aversión más intensa. Entonces ahora que lo notas y lo comento, el contexto es como parte de a situación de alguna forma, pero no como una presencia externa como una autoridad, una mamá, un papá, una amiga, qué se yo sino en cómo se va dando esta situación e intentando llegar al cielo. Yo estoy intentando cumplir algo que quiero, pero al mismo tiempo aparece este contexto. Como una de las imágenes que me chocó fue una chica intentando comer. Me partió un poco, miércoles que fuerte, porque a mí si me genero una suerte de sensaciones que incluyeron compasión, como "qué fuerte es esta lucha no se la deseo a nadie, a ningún ser humano a nadie en lo absoluto". Y creo que si tu intentas llevarlo por ese lugar creo que es una forma razonable de cómo debería trabajar desde donde tu intentas trabajar la problemática de salud mental, desde la compasión. No desde una persona que siento que me está intentando manipular, no desde una persona que está intentando a toda costa generarse veneno de manera intensional y no quiere cambiar, no.

A ti te quedaron claros los intentos de salir de

Sí, como la mano, como la chispita, como esas cosas que se intercalan, pero sabes, justo acabo de anotarlo, hay imágenes donde por ejemplo le puse confusión. No recuerdo a qué

pero fue imágenes que me transmitieron confusión. Entonces, uno desde su lógica o desde lo que podía percibir, o al menos desde lo que yo pude, percibí una persona confundida intentando resolver algo, como no teniéndola clara, pero al mismo tiempo sí

Lo sentiste bien dialéctico entonces porque era como el hacer estas acciones de manera poco efectiva sabiendo que lo necesitas, pero no atinándole a la solución
Exactamente. Por ejemplo, cuando una persona que sientes mucha vergüenza intenta por todos los medios posibles resolverlo, antes de ir a una fiesta o reunión podría tomar un shot de tequila. Está genuinamente tratando de ser efectiva a nivel interpersonal pero probablemente en ese ínterin lo que está generando es una forma de consumo. En ese shot de tequila hay una variable de regulación que probablemente va a generar un nivel de tolerancia en mi sistema y poco a poco ese problema se va a seguir agrandando. Pero es desde este lugar a corto plazo que decido tomar estos shots. Yo genuinamente estoy conectada con la gente, yo genuinamente estoy queriendo intentar sentirme cómoda en el lugar donde estoy.

¿Qué crees que pueda observar un paciente que analice este fotolibro?
Yo creo que va a tener que ver muchísimo con el estado actual de la persona que percibe la información. Dependerá de la historia personal, si su tema está un poco más manejado generara compasión o tristeza como consecuencia natural, porque es un fotolibro que choca bastante. Pero ahí yo diría que va a depender mucho del nivel en el que esté la persona, de su estado mental, por así decirse. Qué tanta capacidad y que otros recursos podría tener para decir "estas son solo imágenes". Estas imágenes podrían ser incluso disparadores de trauma. Las conductas de trauma no vienen con una cognición previa, es solo acción. En general te diría que depende.

¿Como crees que pueda ser percibido por un grupo de personas que no tienen conciencia de la enfermedad?
Va a depender de la historia personal porque es totalmente diferente enseñarle eso a una persona católica tradicional, super regida bajo ciertos paradigmas bastante estructurados que a un hippie. Va a depender, pero mira todos tenemos emociones y de alguna forma las imágenes que tu hayas podido presentar generan un impacto, a menos que la persona esté desconectada. Lo lindo es que cala mucho con el mundo interno, con lo que podemos sentir. Todos tenemos sensaciones. Creo que incluso podría estar dirigido a especialistas

que están vinculados al tema. Podría ayudar a que tengan una perspectiva diferente. Hay psicólogos y psiquiatras que piensan que estas personas no quieren mejorar, pero esta forma de pensarlo interfiere incluso en la ayuda que supuestamente deberían dar estas personas.

¿Qué te habría ayudado para que se entienda la presencia de la cultura, familia, etc.?

Si me lo dices directamente a mí, como Kassia, yo soy una persona más concreta. Entonces a mí me hubiera gustado una mamá, un papá y la persona como desvalida. Dos personas simulando ser papá, familia, sociedad y alguien tirado como muy vulnerable y mostrando un intento por dar la mano, pero como si fuese algo muy lejano.

¿Con respecto al texto complementario, ayudaría que tuviera un corte testimonial o uno que incluya data concreta?

Depende del público, si está dirigido a médicos, enfermeros, etc. Sería bueno añadir data, pero si es a papás sería mejor testimonio. Igual yo soy una persona muy concreta, hay personas a las que quizá les gusta más ver las cosas desde el lado analítico y sacan bastantes interpretaciones.

¿Consideras que el fotolibro aborda la anorexia y la bulimia?

Creo que sí aborda las dos, sobre todo desde la imagen del atracón, porque de alguna forma fue constante la persona en el wáter. Eso me dio información, entendí atracón y entendí restricción, también desde las imágenes de solo cuerpo y las costillas mostrándose. Igual depende del grupo de personas, a veces no tenemos tanta información así que no sabemos qué es exactamente anorexia y qué es exactamente bulimia. Por otro lado, incluso podría haber una gama en ambos lados, los trastornos no son puramente descriptivos en base a un diagnóstico que un libro te da, una persona que tiene TCA también puede tener características de TLP (trastorno límite de la personalidad), entonces es muy mezclado.

Por la comorbilidad

Exactamente, entonces sí me da a entender que es un trastorno de conducta alimentaria. Si tuviera que decir a qué otro diagnóstico me acerca más es a TLP, desde mi experiencia es el diagnóstico más frecuente. Si le damos un poco la vueltita al TLP y cómo abarca la

terapia DBT (terapia dialéctica conductual), es en base a un grupo de conductas, de desregulación de emociones. Es un transdiagnóstico, en donde se trabaja en un grupo de sintomatología, la cual va a asociada a una desregulación intensa. Desde DBT, una persona que tiene TLP o desregulación emocional es alguien que está intentando resolver un problema de la manera menos efectiva posible. Y eso vemos en el fotolibro: a una persona intentado resolver el problema de la manera menos efectiva posible.

¿Qué fotografías te ayudaron a entender que se trataba de un TCA?

Las imágenes del atracón y del vómito me dieron información de que es un fotolibro sobre una persona con problemas alimenticios, y las imágenes del wáter y las piernas.

¿Las consideraste necesarias para entender la idea?

Sí, me da a entender que es una persona con un tema de atracón y luego vomitando, es información. Como te digo, yo soy una persona muy concreta. Quizá hay personas que son más analíticas y les basta ver un plato y luego un wáter para entenderlo. Eso, por ejemplo, haría que me cueste entenderlo.

ANEXO 19: Transcripción de la entrevista a profundidad a Andrés Chinchay (30 de octubre del 2020)

¿Cómo describirías tu experiencia viendo el fotolibro?

Lo que más destaco o resalto es que si bien es cierto que el tema del fotolibro estaba relacionado a los trastornos alimentarios, fue grata la sorpresa al ver que las fotos no estaban centradas en gente super delgada, o vomitando, o cosas relacionadas. No se centró en lo que, por ejemplo, busco en Google imágenes eso y de repente es lo que sale. Me gustó ver que es mucho más que un cuerpo delgado, más que un atracón. Eso es lo que me ha gustado más, creo que es un mensaje importante que se podría tratar de comunicar a las personas. Esa es la experiencia y con lo que me quedo en líneas generales del fotolibro.

Además de que muestra las conductas, hablas de que hay fotos que también te hablan de un trastorno alimentario. ¿Qué serían estas otras cosas que observas?

A ver, hubo fotos que no terminé de entender. Pero bueno, por ejemplo, hay una foto que está en una casa en ruinas, que es esta representación de cómo las jóvenes perciben el hogar y la casa. Se supone que es un lugar de soporte y seguridad, y donde uno construye su identidad, se fortalece. Muchas veces las jóvenes y los jóvenes perciben este lugar medio quebrado.

Hay imágenes que muestran confusión, hay una foto que está medio borroso, de repente lo interpreté como esta confusión. Veo en las fotos esa idea de aislamiento, esa imposibilidad de comunicar. Pero entre comillas porque es imposible no comunicar, quizá sea no poder comunicar de la forma en la cual uno quisiera. Tener esa confusión, esa perturbación, ese conflicto interno que muchas veces está entre estos jóvenes. Me gustó mucho esto, y creo que esto es parte de lo que esos jóvenes experimentan. Yo tengo más de nueve años trabajando con gente que están experimentando este problema, y por lo que he visto podría decirse que sienten temor, se sienten inferiores, insuficientes para las personas. Me parece importante que estén todas estas cosas que van más allá de laxarse, hacer ejercicio o vomitar, o etc.

Con respecto a lo que me dices sobre el temor, el sentirse insignificante. A parte de ser rasgos de la enfermedad, describen también características de otra patología que acompaña al TCA. ¿Podría generar confusión por ese lado? Porque en TCA se habla de comorbilidad.

No creo que se podría confundir. Que alguien vea eso y lo relacione más a otro diagnóstico, mmm, no creo que sea así. Uno que primero debería tener el conocimiento, o haber experimentado de cerca este otro problema para que lo pueda relacionar, que generalmente no está en la conciencia de las personas. Pero tú hablas de estas características, del temor, sentirse inferior, etc. Esos pensamientos son propios de todas las personas. O sea, ¿quién no tiene miedo?, ¿quién no teme fallar? Quien no se ha sentido muy pequeño o insuficiente para alguien, una pareja, un trabajo, una situación, un cambio. Entonces yo creo que sería genial si de alguna manera el fotolibro, pueda mostrar eso también, que todos estos temores son cosas que todos tenemos. Atrás de eso, de vomitar, laxarse, etc, hay cosas que todos pasamos, son miedos comunes, propios del ser humano, propios de la comprensión. Creo que si logras generar eso podría ayudar a las personas que no tienen el trastorno lo entiendan y vean menos lejano. O sea, no hay que estar trastornado o fuera de la realidad para caer en esta enfermedad. La diferencia está en que algunos, por diferentes factores, pudimos enfrentar estos miedos de una manera más funcional mientras que otros terminan cayendo en esta enfermedad. Hay quienes quizá buscaron esa seguridad en controlar su cuerpo, controlar sus comidas, así como otros lo hacen en las drogas. Para mí, que estoy metido en este tema, me parece importantísimo dar ese mensaje. O sea, ayudar a que las personas puedan comprender, que atrapes de esos problemas, está la naturaleza del ser humano. Creo que el fotolibro muestra algunas de esas cosas.

¿Crees que para que se entienda mejor este tema ayudaría que al fotolibro se le añada como un lado B brindando información contundente?

Cuando tú me contaste sobre este proyecto hace varios meses me encantó la idea. Todo esto del arte me gusta mucho. Y combinar estas diferentes formas de comunicar y explicar me parece genial. Entonces yo lo imaginaba así, acompañado de información. Podría ir acompañado con comentarios, experiencias, con pequeñas citas. Por ejemplo, hay una imagen en la que parece que una persona sale de una bolsa, podrías acompañarla de frases dichas por pacientes sobre la imposibilidad de salir de esto.

Realicé una versión con esa idea en una de las versiones que diagramé, pero un comentario fue que el texto cerraba mucho la visión y, por ende, limita la interpretación. Eso de los comentarios que mencionas podría ponerlo como un lado B

Tienes razón. Sería mostro ponerle los testimonios como un lado B

¿Qué crees que podrías pensar una persona que tiene un trastorno alimentario al ver el fotolibro? Entiendo que es super subjetivo, pero…

Para no entrar en subjetividades, a ver, yo pienso que en las personas que tienen el trastorno activo, una de las características principales es la no consciencia. Es la negación. Es una característica fundamental, especialmente en las chicas que tienen anorexia. Generalmente los chicos y chicas vienen a terapia por iniciativa de los papás, porque se desgastan tanto que es inevitable. Pero no hay consciencia o intención de cambio. Pero más allá de la distorsión en la percepción, que es otra característica en estos jóvenes, más allá de eso creo que su dificultad para reconocer o admitir, o el saberse así es no poder verse delgados. Por lo que he visto, en jóvenes que están empezando, que no quieren empezar un cambio, ver el fotolibro no creo que ayude a que digan okey voy a buscar ayuda. Creo que podría tener impacto en chicos que ya tienen un tiempo de haber empezado el cambio, quienes están en proceso de descubrir que el proceso es mucho más que no comer. Entonces ahí, de repente, en ese proceso ver el fotolibro podría sumar. Antes de eso, lo veo realmente difícil, es necesario dar unos pasitos previos. Hay que entender que para que una persona cambie una conducta problema hay estadios, no es solo una falta de información. Cuando alguien ya tiene conciencia de enfermedad ya podrá verse reflejado.

Sí claro, es diferente. De hecho, mi público objetivo es personas que conocen a alguien que lo tiene, porque el poder de acción lo tiene el entorno. Pero ahorita conversando contigo se me ha prendido el foquito de que podría estar también dirigido para personas que tienen dificultades para expresar sus emociones

Me parece bien que te dirijas al entorno. La comprensión de ellos sumaría mucho. En este tiempo he escuchado de todo, de todo por parte de los papás o amigos. La forma en la que entendían el trastorno era tan, he escuchado cosas tan locas y raras que sí ayudaría a llegar a estas personas.

¿Para llegar a estas personas crees que podría trabajarse con instituciones o colegios?

Un buen momento puede ser dirigirse a secundaria, pero se trata de hacerlo con una campaña más amplia. La estrategia de abordaje tendría que implicar muchas más cosas, para que los adolescentes puedan llevarse el mensaje que se quiere dar. Si bien es cierto el material podría ayudar, sería como parte de una estrategia más grande. Igual en las universidades, creo que ahí es otro foco, es otro momento. Porque este problema suele surgir entre los 12 y los 20, eso se da en los primeros años de estudios superiores. También creo que es un buen lugar para empezar a hablar de esos temas, pero como parte de una campaña.

Todo este tiempo hemos hablado de trastornos alimentarios de manera general, pero en el fotolibro he abordado anorexia y bulimia. ¿Crees que las fotografías reflejan ambos?

A ver, yo entiendo a la anorexia y la bulimia como los extremos de una misma enfermedad. No me gustaría que se distorsione lo que te estoy diciendo, para mí los trastornos principales son anorexia y bulimia, pero no difieren mucho entre sí, sino más bien son los extremos de la misma enfermedad. Lo que los diferencia son las características de la personalidad: algunas pueden manejar las conductas por más tiempo por su rigidez, otras son más impulsivas y sus conductas son distintas. Porque atrás de todo esto están los mismos miedos, las mismas preocupaciones, la baja autoestima. Va más allá de cuánto pesa o cuánto tiempo sostiene esas conductas. Para mí no sería tan necesario diferenciar la anorexia y bulimia en tu trabajo porque no es un informe académico sobre esos temas. Incluso para mí no queda claro si refleja más anorexia o bulimia. Refleja los conflictos detrás.

Claro, en una entrevista anterior me comentaste este punto, al mismo tiempo me dijiste que una persona anoréxica se caracterizaba por ser rígida, controladora, etc., mientras que una con bulimia es más impulsiva, inconstante, etc. Y por esas características de la personalidad tienden a irse a un extremo u otro. Mi pregunta va a que, por ejemplo, si yo hubiese hecho un fotolibro solo sobre la anorexia hubiese sido quizá más simétrico, ordenado, porque la anorexia es perfeccionismo.

Sí, se hacen esas diferencias, pero en la práctica tampoco es tan así. O sea, estamos hablando de los extremos, pero ¿cuántas jóvenes caen en esta forma de ver la anorexia

tal cual? ¿Y la bulimia tal cual? O sea, algunas encajan mucho en la anorexia con las características que has mencionado, pero muchas veces no están a los extremos sino, por ejemplo, al medio. Otras están a la derecha, pero tirando hacia la izquierda, ¿me entiendes? No todas encajan exacto. Lo que tú muestras puede sentirse identificado tanto una persona con anorexia como con bulimia.

Ahora, dejando de lado el fotolibro. Me gustaría que me expliques un poco sobre las terminologías. Porque no logro diferenciar entre los tipos de anorexia, bulimia y fusiones

Por un aspecto formal sería bueno que te guíes de lo que dicen los manuales sobre la salud mental. Hay dos manuales principales que es el CIE-10 y el DCM-5, pero el que rige nuestro país es el CIE-10. Tendrías que ceñirte a esas clasificaciones, por ejemplo, en ese manual no hay la diferencia entre anorexia nerviosa y anorexia nerviosa inespecífica.

Consideras que cambiaría la percepción del fotolibro si se vuelve explícito de que es algo testimonial. Desde el inicio tú sabías que tiene un enfoque testimonial porque me conoces, pero una vez publicado pensaba mantener distancia

Asumía que querías mantenerte medio en el anonimato, me sorprendió verte en una de las fotos. Si bien es cierto los testimonios son siempre algo muy valioso, es algo que yo y e equipo con el que trabajamos valoramos mucho porque, por ejemplo, alguien que esta en proceso de salir al escuchar a alguien que ya salió, es un mensaje duro, que sí cala. Pero la población a la que tú estás pretendiendo llegar, no creo que hace mucha diferencia. No sé si influya mucho en el mensaje que das. Porque para mi el mensaje está claro.

Gracias Andrés por todo tu aporte

Me ha gustado mucho tu fotolibro, cien fotos serían insuficientes. Lo ví y quería ver más. Me quedé con ganas de, qué más. Creo que es algo bueno lo que has hecho.

ANEXO 20: Transcripción de la entrevista a profundidad con Pequeño Pato Salvaje (8 de octubre del 2020)

Proceso creativo. ¿Cuánto dura el proceso creativo?
Cada proyecto tiene su propio espíritu y proceso. Se estandariza para agilizarlo, aunque cada proyecto tiene su propia vida. Hay momentos en los cuales estamos bastante concentrados y conectados, y abrazamos lo que pasa. Como laboratorio editorial, a diferencia de un editorial que tiene un proceso más corto porque el proyecto ya estará cerrado, nosotros trabajamos junto al autor en el proceso de cierre. Caminamos juntos. Desde el proceso de conceptualización hasta tener una maqueta más cerrada es de ocho meses a un año. El proceso de maduración del proyecto es importante, si se acelera podríamos tener resultados que no nos terminan de gustar. Estamos trabajando en el cuarto proyecto, hay momentos en los cuales fluimos rápido y en otros se confina. Depende de nuestros procesos de vida, dependiendo si emocionalmente estemos disponibles.
Nosotras vimos que había un nicho bastante importante que es el de dar espacio a historias personales. Mientras más conocida es la autora o el autor, cuando se aborda un fragmento de su vida es más sencillo distribuirlo a cuando quieres hacer un proyecto autobiográfico de una persona como nosotras. Se busca conectar con alguien más, es válido, valioso y potente hablar de nosotros a través de nosotros. Hacer fotolibros potentes y valiosos que toquen a una persona en una feria, librería o espacio.

¿Qué posibles formatos tiene una persona que desea publicar una serie fotográfica?
El contexto de pandemia y sus restricciones nos lleva a cuestionarnos qué otros formatos tenemos. Tenemos el fotolibro y otros más pequeños como el fanzine. Cada uno de los proyectos que ha llegado a nosotras ha tenido cientos de posibilidades de cómo hacerse y contarse. En el caso de los autores, este pedazo de vida, este fragmento de vida que queremos compartir puede comunicarse en diferentes plataformas, desde podcast hasta formas con las cuales se emplean diferentes formatos. Por ejemplo, con Vida en Plutón nos presentamos en una feria con un PPT que contenía fotografías de Plutón y otros elementos. En Casa de cartón empleamos performances para crear una atmósfera deseada en la presentación en feria. Queríamos que el público se sumerja en la experiencia.

Nuestra visión se va ampliando y asumimos este proyecto como prototipo y piloto.
El público que consume es el mismo que crea. En Perú el boom del fotolibro está en proceso.
El diálogo entre autores, diseñadoras, se va tangibilizando la idea. El infinito del Cosmos es un sobre que envuelve todo. Nos salimos del formato típico de fotolibro y eso tiene que ver con la naturaleza del proyecto, y depende del proceso. Puede ser una carta en sobres o una caja con el libro.

Los libros no se están vendiendo, ¿cómo construyes comunidad y los presentas?

El libro no es un objeto sino un espacio de encuentro de un autor con el público, de un autor con su propia historia, de un librero con una historia, entendiendo así hemos vuelto a recuperar la línea base que siempre hemos tenido en el tema de que hay determinadas formas, y realmente cada cosa tiene muchas posibilidades.

¿En qué momento deciden cuál será el formato?
Al conocer a los autores nos tomamos mucho tiempo para conocernos. Cómo el creador ve lo que quiere hacer. Yo hablaré como lectora y como editora, nosotras somos el público que compra y analiza realmente. Si hay un autor o autora que me dice que quiere ser famoso o famosa, me dice que quiere sacar esto de mi cuerpo. Esto dice mucho sobre cuánto puede durar el proceso, la extensión del proyecto y del evento que se está representando. La elección del formato depende de la extensión del proyecto, decisión de la autora, es algo bastante subjetivo. Es una línea delgada el balance entre forma y contenido, mientras más me distraigo en la forma menos me concentro en el fondo. Entonces menos duele, menos me cuesta. Por eso es importante que en este proceso nosotras regresamos hacia el concepto. Constantemente repreguntamos al autor en el para qué, luego de ver las fotos son aproximadamente dos o tres meses antes de entrar a secuenciar.

¿Quiénes van a comprar el fotolibro? ¿En dónde coloco mi fotolibro para que el público objetivo lo vea y despierte en él el deseo por comprarlo?
Las ferias son las que nos han permitido conectar de una manera más cercana con el público. Es un espacio en el cual puedo conectarme con un público que se pregunta cosas similares a las mías. Ahí tienes el contacto directo, lo personal, el resultado, observar de dónde viene, cómo sucedió. Ves no solo el producto sino el proceso, y quienes lo gestaron. Todo ese trabajo deje de ser una cosa y vuelva a ser un espacio de encuentro de historias.
Además, ahí te encuentras con ese tipo de público. El público académico también asiste. No nos interesa este tipo de edición. Cada editorial tiene un espíritu y un público. Deciden qué publicar y qué no, luego deciden qué quieren y qué no.

Hay un trabajo de construir comunidad y relaciones. Nosotras diseñamos experiencias. En el 2018 tuvimos una radio, en el 2019 tuvimos realidades salvajes, en 2020 han sido talleres (Fotoliteratura, guión visual). Es compartir procesos. Es tiempo, saber lo que buscas e ir probando, con este proyecto queremos hacer otras cosas, formar comunidades, comunicar el proceso, le damos vuelta a cosas y ahorita estamos observando cómo va desarrollándose el panorama

¿Qué ferias son recomendables para un autor independiente y emergente?
Si se reúnen un grupo de autopublicadores, o es un autor con editorial. Es importante aliarse. Arles 2018

Las cosas han cambiado. Los formatos virtuales son un fiasco, no es lo mismo comprar un libro que comprar un libro digital. Siempre ha existido y a nadie le ha interesado. El vacilón de las ferias es posar, encontrarte con las personas, pasear y ver las mesas tomar unos tragos. Actualmente no sabemos cuáles son las ferias que van a superar esto. Ahorita todos están en modo "hagamos un intento", es un acto de fé.

Printed Matter son las ferias en las que más hemos vendido la mayor cantidad de libros. Son ferias muy costosas, y sí puedes haber vendido bastante pero no necesariamente has ganado. No es necesariamente rentable.

Esta feria hará en febrero una sola feria virtual, es un intento. Nosotras no vamos a aplicar porque igual para ser virtual ahorita no estamos en condiciones para poder participar. Deberíamos tener un catálogo más grande para que sea rentable y el beneficio sea mayor. Muchas ferias se han cancelado, otras organizaciones han cerrado hasta nuevo aviso.

Libro de artista de Shangay: no es tan costosa y será presencial. Habrá stands en donde unos voluntarios venderán nuestros libros. Ellos comprarán parte de los libros en caso no todo llegue a venderse. Las ferias están cambiando y es prematuro.

Se pierde la materialidad, pero se abren otras posibilidades. ¿Qué otras alternativas hay en el medio digital?
Se pierde el primer encuentro en físico, la persona no sabe si está realmente interesada. No puede olerlo ni tocarlo, no se acerca igual, la materialidad impacta. Comprar online es un acto de fe, y cuando llega no necesariamente es como lo habías imaginado. Hay más riesgo de eso. Es inevitable y nos exige plantearnos otras formas. Pero bueno soy nostálgica y nuestros proyectos son físicos. A nosotras nos interesa ver cómo lo virtual nos permite crear esencias, pero para disfrutar está lo material. Convergencia entre lo físico y lo virtual.

¿Aproximadamente cuánto se invierte en la elaboración de un fotolibro?
Nosotras comercializamos en Perú, pero no producimos, entonces es difícil comparar. Imprimir un libro como 300 o 500, no recuerdo, son $ 5000. Las imprentan prefieren los proyectos grandes. Son meses de trabajo, es difícil ponerle un precio a eso. En este precio no se ve que he pasado más de un año, la sangre, el sudor y las lágrimas. Poder reflejar precios con costos es difícil porque no lo hace accesible. ¿El reto y la trampa de esta industria es imprimir 1000, vendes 200 pero que haces con los 800?
El tiempo de vida es de 9 meses, entre la presentación, rotación por ferias y librerías. Luego ya el tema murió porque todos saben que existe. Es bien perverso. Lo que puedes hacer es hacer 70, 80. Tu costo unitario es más alta y es ser consciente de que compites con editoriales cuyos libros son más baratos pese a ser parecidos en tamaño. Entonces depende del contenido y de pensar en el bolsillo del cliente. Depende de tu mercado.
Por ejemplo, tengo 50 euros para ir a una feria. Y su pensamiento va: estos dos me gustan y esta cuesta menos. Los precios son variables, pero no son libros baratos.

UNIVERSIDAD DE LIMA
MCMLXV
SCIENTIA ET PRAXIS