

GUÍA DE LENGUAJE CENTRADO EN LA PERSONA

La Asociación Europea para el Estudio de la Obesidad (EASO) y la Sociedad Española de Obesidad recomiendan el uso de un lenguaje centrado en la persona (*People First Language*) y de imágenes no estigmatizantes en todas las comunicaciones escritas y verbales.

En lugar de etiquetar a las personas por su enfermedad, los profesionales médicos, clínicos y científicos deben ser conscientes de la necesidad de comprender y abordar las barreras asociadas a la obesidad. De la misma manera, la sociedad y los medios de comunicación que informan sobre la obesidad deben acostumbrarse a evitar los prejuicios y el estigma sobre el peso. Esperamos que el lenguaje que tiene en cuenta a la persona sea la norma en nuestras publicaciones, presentaciones públicas, eventos y actividades. Así, deben evitarse las palabras hirientes y ofensivas y utilizar los términos recomendados por los/as pacientes - por ejemplo, términos descriptivos como peso, IMC y circunferencia de la cintura son más apropiados que grasa o gordura. Para reducir los sentimientos negativos, puede ser útil recalcar que la obesidad es un término clínico y no una descripción del aspecto físico.

LENGUAJE CENTRADO EN LA PERSONA

EVITAR:	SUSTITUIR POR:
Persona obesa	Persona con obesidad o que vive con obesidad
Individuo obeso	Individuo con obesidad o que vive con obesidad
Paciente obeso mórbido	Paciente con obesidad grave o que vive con obesidad grave
Paciente hipertensivo	Paciente con hipertensión o que vive con hipertensión
Diabético/a	Persona con diabetes o que vive con diabetes
Sujeto obeso	Sujeto con obesidad
Gordura	Peso no saludable

El uso del lenguaje centrado en la persona es la norma para dirigirse respetuosamente a las personas que viven con enfermedades crónicas; no etiquetemos a las personas por su enfermedad.

USO DE IMÁGENES NO ESTIGMATIZANTES

Lamentablemente, muchas imágenes públicas retratan de forma negativa a las personas que viven con obesidad. Para reducir las representaciones peyorativas de las personas con obesidad, se recomienda el uso de imágenes no estigmatizantes. La Coalición Europea para las Personas con Obesidad (ECPO) ofrece un banco de imágenes de acceso libre que retrata a las personas con obesidad de forma positiva y no estereotipada (<https://ecpomedial.org/image-bank/>). Estas imágenes, o las ofrecidas a través de la página web de EASO (easo.org/media-portal/obesity-image-bank) ofrecen una representación justa y no sesgada de personas jóvenes y adultas que viven con obesidad. El uso de imágenes no estigmatizantes en la investigación y en los medios puede ayudar a cuestionar los estereotipos perjudiciales basados en el peso.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTE CAMBIO?

Las personas con obesidad sufren prejuicios y estigmatización a lo largo de su vida y en distintos entornos (hogar, escuela, lugar de trabajo, medios de comunicación, espacios públicos y entornos sanitarios). El estigma de la obesidad se manifiesta a través de estereotipos sociales sobre las personas con obesidad. Algunos estereotipos son:

- Las personas con obesidad son perezosas, desmotivadas, sin fuerza de voluntad, fracasadas, poco agradecidas y poco inteligentes.
- Los/as pacientes con obesidad incumplen las recomendaciones sanitarias.
- Las personas con obesidad no hacen ejercicio.
- Las personas con obesidad no comen de forma saludable.

Estos estereotipos pueden hacer que las personas reciban un trato injusto en la escuela, el lugar de trabajo y los centros sanitarios. Por ejemplo, los profesores que promulgan estos estereotipos basados en

el peso pueden tener menos expectativas de los alumnos con un peso superior y ofrecer menos oportunidades de aprendizaje a los/as niños/as que padecen obesidad. Esto puede afectar a los resultados educativos de los/as niños/as y a sus oportunidades en la vida. Experimentar el estigma del peso tiene consecuencias significativas tanto para la salud como para el bienestar socioeconómico. Los estudios demuestran que el estigma asociado al peso puede aumentar la morbilidad y la mortalidad independientemente del peso o el IMC de la persona.

La EASO y la SEEDO trabajan activamente para reducir el estigma del peso y la discriminación basada en el peso, y animan a los profesionales sanitarios, investigadores, medios de comunicación y a la sociedad en general a usar lenguaje inclusivo en referencia a la obesidad y a las personas que viven con obesidad.