

## *Discursos del cuerpo en la infancia*

### *La condena de no encajar*

Desde que tengo memoria, los comentarios sobre mi cuerpo siempre estuvieron ahí, como un murmullo constante que opacaba cualquier halago. Podían decirme que era linda, que era bonita, pero bastaba con que alguien hablara de mi delgadez para que todo lo bueno se desvaneciera. Recuerdo las risas disfrazadas de chistes, los comentarios que pretendían ser inocentes pero que se clavaban como agujas invisibles.

Me decían que era flaca, demasiado flaca.

Que parecía un esqueleto porque estaba en los huesos.

Que el viento iba a llevarme si no comía más.

Que donde estaban mis curvas, que por qué yo no era “como las otras niñas”.

Y así, mi cuerpo se convirtió en una especie de defecto público. Como si a cada paso tuviera que justificar mi existencia dentro de una piel que no llenaba las expectativas de nadie. Lo peor de todo fue que esos comentarios llegaron justo en la edad en que, según el mundo, una niña “debe” empezar a parecer mujer, pero yo no cumplí con ese guion. Mientras mis compañeras empezaron a cambiar, yo seguía siendo la misma: delgada, plana y frágil a los ojos ajenos, aunque por dentro ya estaba cansada de escuchar siempre lo mismo.

Con el tiempo entendí que esos discursos no hablaban de mí, hablaban de las inseguridades y estereotipos de quienes me miraban, pero para ese entonces yo no sabía defenderme. Solo me dolía, me dolía existir en un cuerpo que no bastaba.

Por mucho tiempo me lo creí, creí en todos esos comentarios y creí tanto que llegué a odiar mi cuerpo por no ser como los demás esperaban. Cuando me miraba al espejo no veía una niña, tampoco una mujer, solo veía un cuerpo que no cumplía con nada. Ahí fue cuando más me dolió ser yo.

No fue un cambio rápido. Apenas hace unos años empecé a entender que no debía vivir castigándome por algo que no podía controlar. Que sí, soy flaca y qué. Que sí, mi cuerpo es así y qué. ¿Qué quieren que haga si yo como y vivo normal y sigo siendo flaca? ¿Qué más puedo hacer? No tengo por qué vivir peleando con lo que soy.

Hoy me doy cuenta que el problema nunca estuvo en mí, sino en una sociedad que nunca está satisfecha. Si no eres gorda, estas muy flaca; si no eres muy alta, estas muy bajita; si no tienes curvas, estas plana; y si las tienes, entonces son demasiado. Siempre habrá algo que te van a criticar porque a las mujeres nos enseñaron a que nuestro cuerpo es un problema que hay que resolver. Por suerte, en el camino encontré discursos diferentes. En redes sociales, en personas que me hicieron darme cuenta de que todos los cuerpos son válidos, que no hay una sola forma correcta de habitar el mundo, y aunque todavía escucho comentarios que intentan



CamScanner

señalarme, ya no dejo que me atraviesen como antes. Porque entendí que, si yo no me amo, nadie mas va a venir a hacerlo por mí.

Hoy, cuando me acuerdo de esos años me doy cuenta de que la infancia no debería estar marcada por la vergüenza del cuerpo porque el cuerpo no es un error que hay que corregir, es nuestra casa y así como esta, está bien.

### *El cabello que no se deja domar*

Desde chiquita he tenido el cabello ondulado, rebelde, como con vida propia, y desde chiquita también escuche que tenía que hacer algo con él. Que lo peinara mejor, que lo alisara, que no se veía bien, que debía controlarlo, que era bonito pero indomable. Que parecía que siempre estaba despeinada, aunque pasara horas frente al espejo.

Nunca me dijeron que fuera feo, pero tampoco lo dejaron ser libre. Siempre parecía que tenía que cambiarlo, amansarlo, esconderlo debajo de productos, peinados o calor. Como si mi cabello fuera un problema que tenía que resolver.

Me tomo años entender que mi cabello no estaba mal, solo tenía que entenderlo, entender su textura. Que, así como mis ondas subían y bajaban a su antojo, también yo podía vivir sin tener que obedecerle a nadie más que a mí.

### *Muy habladora*

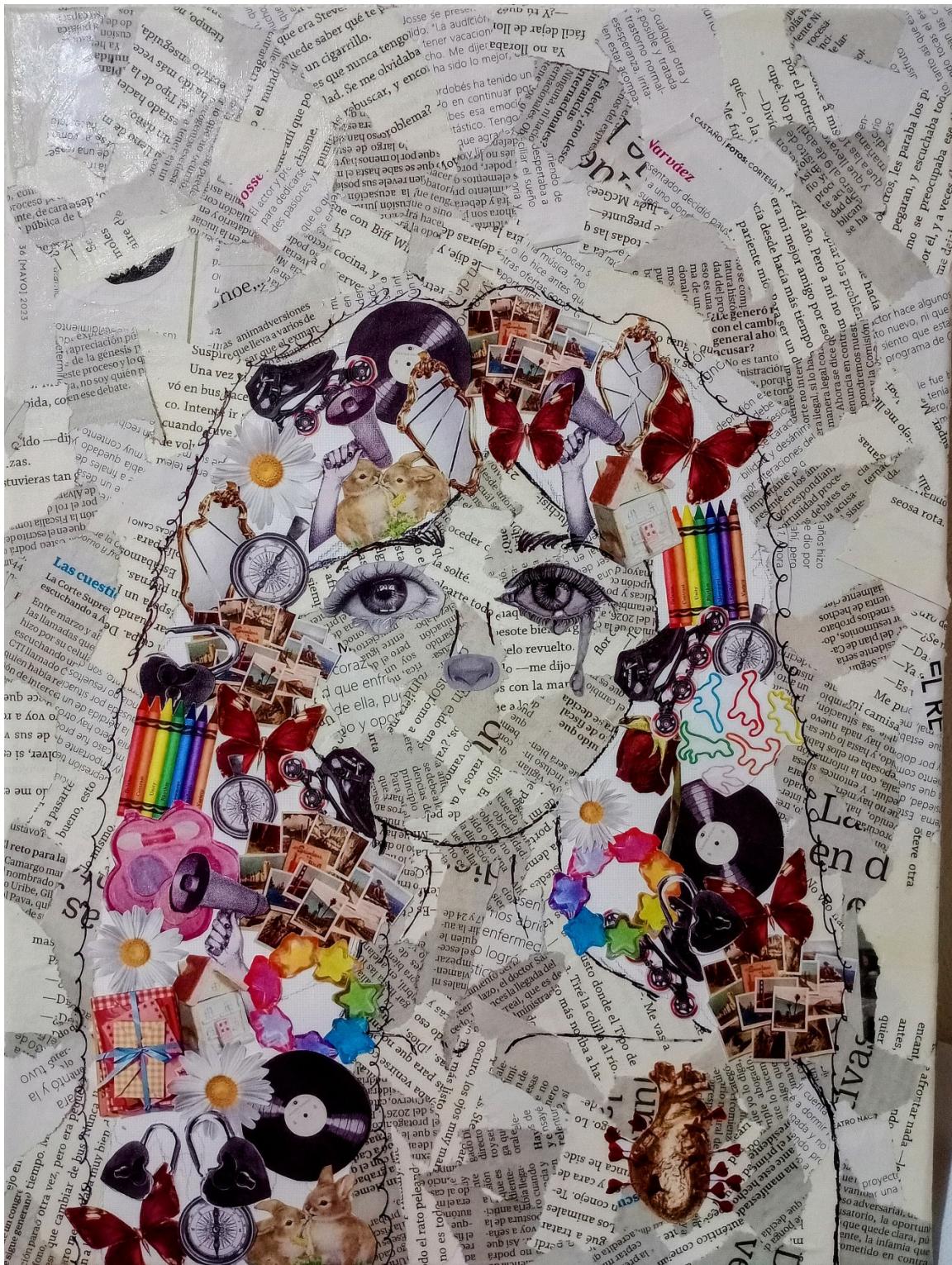
Toda la vida me han dicho que hablo mucho, que no me quedo quieta, que no guardo silencio, que siempre tengo algo que decir. Me lo han dicho en el colegio, en la casa, en reuniones familiares, en cualquier parte donde alguien creyó que yo iba a guardar silencio. Pero, sinceramente nunca pensé que eso fuera un defecto. Hablar es mi forma de estar en el mundo, yo hablo, hablo y hablo, porque así pienso, así entiendo, así conecto con los demás. Y si alguien se cansa de escuchar, bueno... que no escuche.

Con el tiempo entendí que mi voz no debía apagarse solo porque a otros les molestaba el ruido, y que a veces ser la que más habla también significa ser la que mas pregunta, la que mas se atreve, la que no acepta quedarse callada cuando algo no le parece.

*Foto Intervenida*



# Autorretrato



Nayath Valeria Mateus Morales

Cod: 20251287017



CamScanner