Para Klein, el bebé trata de destruir a su madre en su fantasía, por su ambivalente relación con ella. La madre representa todo lo bueno y lo malo del mundo a través de su papel de alimentadora primaria. Los y las niñas llegan a sentir que lo que han deseado en sus fantasías, ha ocurrido realmente, que han destruido al objeto de sus impulsos destructivos. La díada inicial madre/infante pecho (o biberón)/boca, nos ayuda a explorar las culpas posteriores en la vida adulta de las mujeres. Al niño se le enseña que llegará a convertirse en un ser autónomo e independiente como su padre; las niñas reciben el mensaje opuesto. Los hombres encuentran con mayor facilidad la oportunidad de dirigir la agresión original hacia el exterior, especialmente, hacia el cuerpo de las mujeres. El macho sexualmente agresivo, afirma así su papel de dominio y poder. Quizás sea esto lo que los puede liberar de la intensidad del comportamiento autodestructivo que parece surgir en las mujeres.

La autora describe los elementos más comunes en la obsesión con la comida: una intensa necesidad de comer; un gran miedo al propio apetito; un sentimiento de vergüenza asociado con el comer; un conspicuo sentimiento de culpa por hacerlo; un miedo o amenaza de engordar; una necesidad obsesiva de hacer dieta, purgarse, vomitar o matarse de hambre.

Estos elementos son ahora 'traducidos' por Cherning de acuerdo con el panorama simbólico que ha venido presentando: el problema de la comida toma el lugar de la madre; el miedo al apetito se asocia con el miedo que la mujer siente ante la expresión de sus necesidades, más aún respecto al coraje expresado a través de la boca; este coraje se expresa en hambre; la vergüenza de comer se relaciona con la vieja fantasía de dañar a la madre por lo agresivo de su necesidad y frustración; la culpa surge de asociar el comer con un acto de violencia con-

# Comedores compulsivos anónimos

Guadalupe López García

El grupo de Comedores Compulsivos (CC) en verdad que es anónimo, pues la mayoría de quienes están inmersos en distintas áreas de las ciencias sociales o en los medios de comunicación lo desconocen. Incluso, su número telefónico no está registrado en el 04 ni en Locatel; y al hacer la pregunta a varios compañeros, surge como respuesta una risa de desconcierto.

Conocer CC y poder ver a sus integrantes todos obesos, era lo esperado, más no fue cierto, pues quienes ya han bajado de peso, continúan asistiendo "para no engordar" y sobre todo, porque se trata de un grupo que va más allá del problema de la compulsión.

Antes de platicar con los "socios" que se encontraban en el momento de mi visita (aproximadamente 12 personas), tuve que quedarme a una terapia para conocer el sistema de trabajo de CC.

Existe un coordinador (a) diferente en cada sesión y a cada miembro se le otorgan diferentes funciones de servicio. Después de una breve meditación, se lee el enunciado de CC (Overeaters Anonymous, en inglés): "CC es una comunidad de personas que se reunen para compartir su experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse de su compulsión a comer excesivamente". El propósito primordial es "dejar de comer en exceso".

Cada persona pasa a la tribuna y comienza a platicar sus *experiencias*, durante más de 20 minutos. Escuchar, es la palabra clave. Escuchar sin desesperarse y sin interrumpir, aunque a alguien le pique el gusano de la curiosidad y quiera decir algo o cuestionar algún acto.

Historias que se quedan en esas cuatro paredes llenas de frases célebres, de avisos, de anotaciones y de la filosofía de CC, nada se comenta afuera, todo se puede decir adentro. Todas (la mayoría son mujeres) coinciden en sus problemas y en el motivo que las orilló a asistir a CC: era el último recurso.

Después del desahogo viene la calma y comienzan las interrogantes. CC se originó del programa de Neuróticos Anónimos (NA) que, junto con Alcohólicos Anónimos (AA) y Grupos Familiares de AA (Al-Anon), siguen la misma terapia. NA surgió en México hace 12 años y en uno de los grupos, Miguel, César, Lolita y Chela, tuvieron la idea de formar un grupo exclusivo para comedores compulsivos. La fecha de su creación fue el 7 de septiembre de 1986, con miembros de NA; posteriormente, las personas obesas llegaron directamente.

El grupo motor es el de Boulevares en Naucalli, Estado de México; luego surgieron el de la Unidad Cuauhtémoc del Seguro Social, también en el Estado de México y el de la colonia Nápoles en el sur de la ciudad; todos reúnen cerca de 200 socios.

Llegar a CC tiene como objeto bajar de peso y encontrar la tranquilidad que se pierde al engordar, ya que no es sólo un problema físico –lo cual es lo que más preocupa a los obesos–, sino también una enfermedad (de lo cual muchos tardan en darse cuenta) que repercute en su ámbito social y en el desequilibrio emocional de las personas: inseguridad, neurosis, temor, vergüenza, incomprensión. Para cerrar el círculo, el comer compulsivamente se convierte en un vicio, al igual que la bebida o el cigarro.

También llegan personas con problemas de anorexia (falta exagerada de apetito) y bulimia (comer en exceso).

## JUEGO DE PALABRAS

CC cuenta con 12 pasos (ej. "Admitimos que éramos impotentes ante la comida, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables") y 12 tradiciones (ej. "El anonimato es la base espiritual de nuestras tradiciones, recordando siempre que debemos anteponer los principios a las personas".) Además se recomiendan lecturas de AA y NA y distintas frases salomónicas que la mayoría repite. Sin embargo, las hace suyas y las aplica a su vida cotidiana.

Es un juego de palabras que descifran la filosofía de CC y sus buenos resultados. Sus miembros aseguran que ya no se necesita de otro tratamiento al alcanzar la tranquilidad en CC; las palabras *dieta* y *prohibir*, son prohibidas.

Quien desee entrar al grupo tiene que hacerlo porque quiere, sin ser obligado por nadie. "No es el que lo necesita o por promoción, es el que lo quiere y por atracción". Nunca se dan consejos porque "los inteligentes no los necesitan y los tontos no los entienden", sólo se necesita de una "madrina" (que puede ser uno mismo) para pedir sugerencias y apoyo, y hablar, hablar espontáneamente, "lo que va saliendo", "sin entrar en controversia".

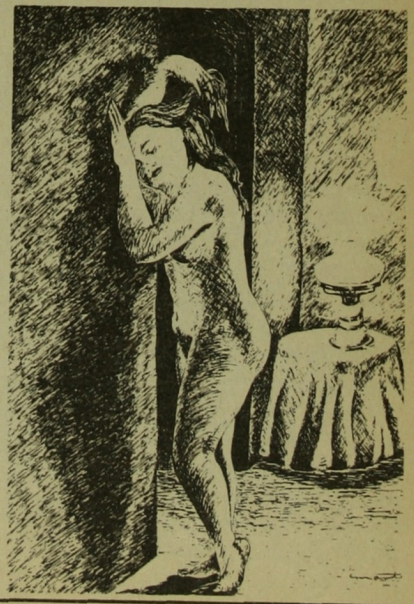
El programa, afirmó una de los miembros, es un poco egoísta porque nos hace pensar sólo en nosotros mismos, pero a la larga, beneficia a todas las personas que nos rodean.

Muchos piensan que CC prohibe comer todo lo que engorda, lo increíble es que comen de todo pero en mínimas cantidades; se trata de "disfrutar de la comida, no luchar contra ella". Y para esto a veces "no basta *fuerza* de voluntad porque se acaba, sino *buena* voluntad".

Quienes deciden ir a CC son, en su mayoría, mujeres adultas y jóvenes, preocupadas, en un principio, por el ego o el físico. Los hombres son pocos, aunque asegura Felipe padre, que no es porque se trate de machismo u orgullo, sino por cuestión de horarios y de tiempo.

En CC, dicen, todos son iguales, no importa sexo ni rango social, lo importante es curarse de la enfermedad, de la falta de comunicación para expresarse libremente, pensar y actuar por sí solos, quererse a uno mismo.

Para unos, CC es una terapia más como el yoga o la psicología, para otros, es el último recurso. Compruébelo al 393-33-20 del grupo Boulevares o al 523-52-38 en la colonia Nápoles.

tra la madre; el temor a engordar es el miedo de que este comportamiento vergonzoso y culposo se haga evidente en su cuerpo; la dieta, purga y/o ayuno son formas imaginarias de deshacer este crimen primario con la madre. A la vez, y para cerrar el círculo, ayuno y dietas producen un gran sentimiento de frustración oral y de hambre.

Comida es memoria, dice Cherning. Podemos hacer un viaje a la infancia y tratar de reconstruir estas primeras relaciones con la madre, la cocina, la comida. El recuerdo de las primeras comidas, los platillos favoritos, los esfuerzos iniciales por preparar algo de comer. Quizás esto nos ayude a entender por qué y cómo la comida llega a ser una obsesión culposa. Como se ha señalado, típicamente los desórdenes con la comida se manifiestan la mayor parte de las veces en la adolescencia, etapa de rompimiento, de construcción de una identidad diferenciada. Las mujeres mayores 'inician' a las jóvenes en esta obsesiva preocupación con la comida y el cuerpo. Pastillas, nuevas dietas 'milagrosas', secretos, largas conversaciones dedicadas a este asunto, ejercicios, aparatos, 'tratamientos médicos', masajes, conteo de calorías. Es un vínculo 'femenino', un secreto de género.