



RAZÓNS DE PESO

DESBORDAMENTOS, DESEXOS E
OUTRAS INCOMODIDADES GORDAS

Andrea Nunes e Leticia Citoula (*Coord.*)

Prólogo de Magda Piñeyro

MARIA ALVES ©

Razóns de peso.

Desbordamentos, desexos e
outras incomodidades gordas

Razóns de peso.

Desbordamentos, desexos e outras incomodidades gordas

Coordinación

Andrea Nunes Brións

Leticia Citoula

Prólogo

Magdalena Piñeyro

Autorías

Antonella Rodríguez Acosta

Leticia Citoula

Violeta Maroto Romero

Ailén Kendelman e Areta Bolado

Vanesa de Sousa García

Adriana Guede

Angelly Ferreiro Silva

Iván Folgueira Pérez

Mercè Nebot Ventura

Andre Bosque

Lucía Aldao

María von Touceda

Aranxa Vicens

Alba Cobo

Vanessa Glemsel

Andrea Rico Adegá

Andrea Nunes Brións



catroventos
EDITORA

Razóns de peso. Desbordamentos, desexos e outras incomodidades gordas

© 2026

Coordinación: Andrea Nunes Brións e Leticia Citoula

Corrección de textos: Óscar Senra Gómez e Zaira Caamaño Remuiñán

Diagramación e deseño da cuberta: Xiana Iglesias Villaverde

Imaxe da cuberta e das páxinas 1 e 186: Tània, por María Meijide

Edita

Catro Ventos Editora

Avd. Rodríguez de Viguri, 6, 1º - 15707, Compostela

Consello editorial:

Nee Barros Fernández

Óscar Senra Gómez

Xiana Iglesias Villaverde

Zaira Caamaño Remuiñán

www.catroventos.gal

ISBN: 979-13-992058-0-0

Depósito legal: C 537-2026

Impreso en Jadfel Artes Gráficas

Catro Ventos Editora respecta a opción ortográfica para a lingua galega que escolla cada autoría. | Catro Ventos Editora respeita a opción ortográfica para a lingua galega que escolha cada autoría.

- 11** **Palabras das coordinadoras**
Andrea Nunes e Leticia Citoula
- 15** **Prólogo**
Magdalena Piñeyro
- 21** **Non lembro o día exacto no que me decatei de que era gorda**
Antonella Rodríguez Acosta
- 27** **Desbordar os lindes**
Leticia Citoula
- 35** **Diamonds in the Sky**
Violeta Maroto Romero
- 43** **Triloxía da graxa**
Ailén Kendelman e Areta Bolado
- 53** **O meu relato**
Vanesa de Sousa
- 61** **Gorda e bulímica**
Adriana Guede
- 75** **radiografía dunha dor gorda**
Angelly Ferreiro Silva
- 87** **Ver-me para ver o mundo**
Iván Folgueira Pérez
- 97** **Gordas ao vapor**
Mercè Nebot Ventura
- 105** **Queride, de neni gorde...**
Andre Bosque
- 113** **Ventura e Patrocinio**
Lucía Aldao
- 121** **Abandounouse**
María von Touceda
- 131** **Ferida aberta cauterizada**
Aranxa Vicens
- 141** **O segredo**
Alba Cobo
- 149** **Salvade as baleas ou a resistencia das corporalidades invisibilizadas**
Vanessa Glemsel
- 161** **Engánchate á cadea que te libera!**
Andrea Rico Adegá
- 171** **Razóns de peso**
Andrea Nunes Brións
- 181** **Grazas**

A Lola Ferreiro, *in memoriam*,
a quen convidamos a participar neste libro, e que o tempo nos
levou antes de podermos recibir as súas palabras; porén, o eco da súa
sabedoría, sororidade e alegría habita en cada unha destas páxinas.
Saúde, pracer e república malva, compañeira!

Palabras das coordinadoras

A vontade desta publicación é colocar serias razóns de peso para desmontármonos. Razóns que non caben nin nas estatísticas, nin nos cálculos, nin nos talles. Razóns que se aprenden co corpo e coa experiencia. Non son as razóns da lóxica hexemónica nin dos números, son as da carne, as da emoción, as da rabia e o pracer. Son as que fan que sigamos en pé de loita, que resistamos ao silencio, que defendamos a nosa existencia como un acto político.

Falamos aquí de peso, pero non do que se mide nas básculas, senón do peso simbólico que cargamos as persoas que habitamos corpos gordos, e do peso político que decidimos asumir. O peso das miradas, das humillacións, das violencias, dos prexuízos; mais tamén o peso das apertas, das risas, da memoria e do desexo. Todo un peso que o sistema quixo volver vergoña e que nós trocamos en orgullo.

Este libro nace, tamén, do desbordamento. Da necesidade de pór o corpo —o corpo extenso que somos— no centro da palabra. Aquí desbordan os corpos, as emocións e mesmo os límites. A lingua que usamos, a idea do que se supón que é desexábel, do que é san ou do que é correcto.

Desbordámonos nomeando, ocupando ou gozando. Cando nos xuntamos nun centro social e celebramos a nosa rede, cando deixamos de ser illas para convertérmonos en correntes, cando escachamos a rir con retrousos irreverentes, cando creamos cancións

onde nos colocamos no centro, cando creamos colaxes ou *fanzi-nes*, cando escribimos poemas insubmisos.

Nestas páxinas resoan desexos; de praceres, de calma, de sermos vistes sen culpa, de deixar de pedir perdón por existir. Porque o activismo gordo é tamén iso: unha forma de estar no mundo máis amábel, máis libre, máis verdadeira.

Aquí atoparás tamén incomodidades. Porque ben sabemos, que incomodar é preciso para mudar as cousas. Incomodar o poder, o canon de beleza, o discurso médico, o mercado que se alimenta do noso malestar. Incomodarnos mesmo a nós mesmas, cando temos que desaprender o odio que levamos dentro.

Aprendemos desde moi cedo que as palabras poden ferir tanto como unha cadeira onde non collemos, mais tamén que as palabras poden salvarnos. E por iso estamos aquí, dicindo, cantando, reflexionando, abríndonos para que este libro non sexa só un conxunto de textos, senón que sexa ese fío que nos une, a proba de que ocupar a linguaxe é ocupar tamén, o mundo.

Atoparás historias que parten da infancia e chegan a noites de festa; relatos de dietas e de consultas interminábeis; confesións que se fan resiliencia; poemas que se cocían na lingua da pel e da risa; pezas para cantar e bailar; momentos de escenario que lembran a primeira vez que sentimos que non tiñamos que pedir permiso para gozar. Hai quen nos conta desexos roubados e quen nos devolve o desexo como territorio común. Hai quen nos pon diante do espello, e quen nos conta que o pracer se fai colectivo. Hai textos que parten da rabia e rematan en consello; textos que son unha lección de tenrura e outros que son un puñado de praxes para sobrevivir á gordofobia diaria. O que nos trae este libro son voces diversas —mulleres, persoas trans-non binarias, *bolteras*, maricas— que nos xuntamos para dicir que xa

non temos nada que xustificar para falar de amor, de sexo, de soidade, de saúde mental e física, de desexo e de mirada.

Este é tamén un libro sobre prácticas: sobre a cultura da dieta que merca o noso tempo e a nosa tristura; sobre o capitalismo que nos fai sentir insuficientes, non válides; sobre os espazos que debemos —e podemos— transformar. É, ao mesmo tempo, unha aperta: para quen chega por primeira vez, para quen leva anos militando ou para quen volve agora mirar o propio corpo con amor.

A través de encontros, obradoiros, textos, conversas e risas compartidas pensamos este libro, como unha mostra máis de que o activismo gordo goza de boa saúde tamén na Galiza. É un movemento que se escribe en galego, que se alimenta dos transfeminismos, porque sabemos que a gordofobia non vai soa, que vén acompañada do clasismo, do racismo, do capacitismo, do patriarcado. Por iso as nosas respostas e a nosa liberación corporal non son só individuais, senón colectivas.

Quen abra este libro que se sinta convidade a participar, que se sinta parte deste corpo colectivo, que se recoñeza nalgún latexar, que atope palabras para o que quizais nunca soubo como dicir. Que sintades a caloríña que hai entre as papadas e as estrías, que gocedes coa redondez, que acochedes nas cicatrices e nas chichas.

As nosas grazas infinitas a: Ailén Kendelman, Areta Bolado, Alba Cobo, Andre Bosque, Angelly Ferreiro Silva, Antonella Rodríguez, Aranxa Vicens, Adriana Guede, Iván Folgueira, Lucía Aldao, Andrea Rico, María von Touceda, Mercè Nebot, Vanesa de Sousa, Vanessa Glemsel e Violeta Maroto

e a todes vós, por nos acompañardes.

Andrea Nunes e Leticia Citoula