

COLONIZACIÓN INTERNA Y EL RACISMO: LA EXPERIENCIA DE  
MUJERES NO HEGEMÓNICAS EN CIUDAD DE MÉXICO, DESDE  
LA MIRADA DE FRANTZ FANON

***Internal colonization and racism: the experience of non-hegemonic  
women in Mexico City, from the perspective of Frantz Fanon***

*Colonização interna e racismo: a experiência de mulheres não-hegemônicas na  
Cidade do México, na perspectiva de Frantz Fanon*

**ÁNGELA ROCÍO CEDILLO HERNÁNDEZ<sup>1</sup>**

Recibido: 11 de diciembre de 2025.

Corregido: 6 de enero de 2026.

Aceptado: 8 de enero de 2026.

**Resumen**

En el año de 1952 Frantz Fanon, publicó *Piel negra, máscaras blancas*, donde desarrolló una de sus aportaciones más significativas sobre los estudios del colonialismo. En su obra, Fanon nos explica cómo funciona el binomio racismo/colonialismo y cuál es el impacto que tiene dentro de la sociedad y sobre el sujeto colonizado, mostrándonos los efectos en su autoestima y percepción. En la actualidad sus aportaciones siguen vigentes para el estudio del colonialismo. Por ello, en esta nota de investigación el objetivo es recuperar el impacto que tiene el colonialismo dentro de la sociedad mexicana, particularmente en el caso de las mujeres de la Ciudad de México, integrando algunas de las aportaciones de Fanon al contexto mexicano, y visibilizando el impacto del colonialismo en dicha entidad. Categorías como el racismo y el colonialismo establecen un entramado importante para el estudio de la sociedad, y si a esto se le suma la categoría de género, podemos hacernos las siguientes preguntas: ¿La teoría de Fanon puede dar cuenta de la realidad latinoamericana? Y lo más interesante: ¿Es que acaso la experiencia de las mujeres latinoamericanas puede entenderse a la luz de la articulación entre belleza, colonialismo interno y racismo?

**Palabras clave:** Fanon, colonialismo, racismo, género.

<sup>1</sup> Licenciada en Biblioteconomía por el Instituto Politécnico Nacional. Candidata a Maestra en Ciencias Sociales y Humanidades por la Universidad Autónoma Metropolitana. Líneas de investigación: Estudios sociales, historia de las mujeres. Correo electrónico: angelarociocedillo@gmail.com

**Abstract**

In 1952, Frantz Fanon published *Black Skin, White Masks*, in which he developed one of his most significant contributions to the study of colonialism. In his work, Fanon explains how the racism/colonialism dichotomy functions and its impact on society and the colonized subject, showing us the effects on their self-esteem and perception. His contributions remain relevant to the study of colonialism today. Therefore, this research note aims to examine the impact of colonialism on Mexican society, particularly on women in Mexico City, integrating some of Fanon's contributions into the Mexican context, and highlighting the impact of colonialism in Mexico City. Like other categories within social studies, racism and colonialism play a crucial role in the study of society. If we add the category of gender to this, we can ask ourselves the following questions: Can Fanon's theory account for Latin American reality? And, most interestingly for me: Can the experience of Latin American women be understood in light of the articulation between beauty, internal colonialism, and racism?

**Keywords:** Fanon, colonialism, racism, gender.

**Resumo**

Em 1952, Frantz Fanon publicou *Pele Negra, Máscaras Brancas*, obra na qual desenvolveu uma de suas contribuições mais significativas para o estudo do colonialismo. Em seu trabalho, Fanon explica cómo funciona a dicotomia racismo/colonialismo e qual o seu impacto na sociedade e no sujeito colonizado, mostrando-nos os efeitos em sua autoestima e percepção. Suas contribuições permanecem relevantes para o estudo do colonialismo até hoje. Portanto, esta nota de pesquisa visa explorar o impacto do colonialismo na sociedade mexicana, particularmente nas mulheres da Cidade do México, integrando algumas das contribuições de Fanon ao contexto mexicano, e destacar o impacto do colonialismo na Cidade do México. Assim como outras categorias dentro das ciências sociais, o racismo e o colonialismo desempenham um papel importante no estudo da sociedade, e se adicionarmos a categoria de gênero a isso, podemos nos perguntar: a teoria de Fanon consegue explicar a realidade latinoamericana? E, o que me interessa particularmente: a experiência das mulheres latinoamericanas pode ser compreendida à luz da articulação entre beleza, colonialismo interno y racismo?

**Palavras-chave:** Fanon, colonialismo, racismo, gênero.

Esta investigación surgió a raíz de dos reflexiones concretas. La primera se enmarca en mis estudios de posgrado en la Universidad Autónoma Metropolitana, a propósito de un tema que de manera reiterada llamó mi atención: el cruce entre belleza hegemónica y racionalización que con tanta frecuencia se hace en México. La segunda reflexión tiene que ver con mi experiencia como mujer de clase baja en la Ciudad de México. Durante toda mi vida, se ha enraizado en mí el deseo de formar parte de los estándares de belleza hegemónicos. Durante mi adolescencia, y como muchas otras mujeres, a través de mi maquillaje, peinado, o mi forma de vestir he aspirado a que se me reconozca como parte de tal hegemonía. Por supuesto, que esto ha impactado en mi vida tanto de forma estructural como emocional. Y fue

cuando ingresé a la maestría y me familiaricé más con la teoría social que comencé a tomar más consciencia sobre lo que era el colonialismo, el racismo o la violencia estética, cuando leí a Frantz Fanon y asimilé su teoría sobre el colonialismo, comprendí que el problema no era yo, ni todas las mujeres que no nos consideramos hegemónicas. Eso me llevó a la siguiente inquietud: ¿es que la teoría de Fanon puede dar cuenta de la realidad latinoamericana? Y lo más interesante: ¿Es que acaso la experiencia de las mujeres latinoamericanas puede entenderse a la luz de la articulación entre belleza, colonialismo interno y racismo?

A la par de estas reflexiones, fui elaborando un texto alrededor de la teoría de Frantz Fanon y formulando aquellas preguntas que resultaran susceptibles de interpretación y coherentes con el objetivo de este proyecto. Con esto en mente, decidí participar en un evento académico sobre los cien años de la teoría de Frantz Fanon, que se llevó a cabo el 9 de octubre de 2025 en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México. La nota de investigación que hoy presento tiene como punto de partida aquel trabajo y que hoy en día se ha modificado para profundizar en algunas apreciaciones y resultados preliminares de mi investigación. En primer lugar, presento el proyecto y algunos términos, tanto de Fanon como de otras autoras, que me han permitido articularlos. En un segundo momento, daré cuenta de la construcción metodológica del mismo. En tercer lugar, se mostrarán los resultados preliminares de una muestra heterogénea de mujeres voluntarias con la que se trabajó. Y, por último, ofrezco algunas reflexiones finales derivadas de los resultados.

### **Belleza, colonialismo interno y racismo**

A pesar de los grandes avances que podemos constatar hoy en día en cuanto a la sensibilización para la igualdad y la erradicación del racismo, México sigue siendo uno de los países más racistas de América Latina y donde se ha normalizado la colonización dentro de la cultura. Frases o comentarios que asocian términos como la belleza o la fealdad a lo rubio o lo moreno respectivamente, nos habla de una sociedad que continúa siendo profundamente racista. La Ciudad de México, a pesar de ser una ciudad cosmopolita y vanguardista en muchos sentidos, todavía se articula a través del racismo y colonización, tal vez con diferentes dinámicas, pero con el mismo efecto. Uno de los grupos más susceptibles a este tipo de cruces

son las mujeres. Al vivir en una sociedad patriarcal, las mujeres somos un grupo susceptible a todo tipo de violencias, la colonización no es la excepción. En algunos sectores esta presión por ser “más blanca”, “más delgada” o tener “rasgos más delicados”, puede acentuarse. Y es por ello por lo que hoy en día los estudios decoloniales siguen estando vigentes y con mucha pertinencia. Por eso decidí hacer este estudio exploratorio desde la perspectiva del propio Frantz Fanon, y otras autoras y autores como Gayle Rubín y Marcela Lagarde, entre otras, que resultan relevantes para la comprensión de esta investigación.

Me gustaría comenzar por esclarecer algunas de estas aportaciones y teorías en primer lugar, como se sugiere en la introducción y el título de esta nota de investigación: las aportaciones de Frantz Fanon a los estudios sobre el colonialismo siguen estando vigentes. Para esto, me gustaría dibujar a grandes rasgos esta figura. Frantz Fanon fue un reconocido filósofo y psiquiatra, nacido el 20 de julio de 1925 en Fort-France-Martinica. Fue un prolífico escritor cuyas principales aportaciones fueron sobre la colonización, resultado de sus investigaciones como psiquiatra. El punto de partida de sus contribuciones fue el entorno donde creció pues, la isla donde nació era una colonia de Francia que al rendirse ante la Alemania, se convirtió en sede de algunas tropas francesas, a las cuales se les acusaba de tratos racistas e inapropiados.

Las aportaciones de este autor nos ofrecen un marco teórico para entender qué sucede con el racismo hoy en día y cómo se relaciona con otras formas de opresión que atraviesan las experiencias vitales de las personas en la cotidianidad. En este sentido, trataré de recuperar el impacto en la autoestima que la “exigencia” de “belleza hegemónica” tiene para un grupo de mujeres que habitan la Ciudad de México, mostrando como la teoría de Fanon sigue vigente, al dejarnos entrever aquellos mecanismos de la colonización interna que, aunque normalizados, marcan una diferencia en la vida de las personas. Para ello, presento un primer ejercicio de investigación centrado en el sentir de las mujeres ante una mirada racista.

### ***Frantz Fanon y el racismo interiorizado***

Hablar de Frantz Fanon resulta relevante, ya que fue de los primeros en teorizar sobre el colonialismo y el racismo interiorizado. En su obra más famosa *Piel negra, máscaras blancas*, Fanon nos describe como el racismo

permea en las personas negras y cómo estas lo interiorizan y lo asimilan en su vida cotidiana.

Durante su obra Fanon marca algunas situaciones derivadas del racismo y la colonización. Hace referencia a cómo el lenguaje puede ser un medio de distinción. Describe cómo las personas negras se esfuerzan por imitar expresiones o el lenguaje de las personas blancas, sin embargo, este esfuerzo nunca se reconoce plenamente, al contrario, se estigmatiza y hace que la diferencia social sea más notoria. Fanon también recupera el caso de las mujeres negras. En el capítulo “La mujer de color y el hombre blanco” Fanon estudia cómo el racismo atraviesa las relaciones románticas y hace referencia a cómo las mujeres negras consideran que emparejarse con un hombre blanco era una forma de ascender socialmente, aun cuando ellas sabían que los hombres blancos las hipersexualizaban, las miraban con desprecio, y sin embargo seguían considerando que salir con hombres blancos les otorgaba un estatus frente a sus pares. Esto es un ejemplo de cómo el patriarcado, el racismo y el colonialismo pueden entrecruzarse sin ninguna contradicción, por el contrario, convergen en un mecanismo de dominación integrado.

Así, uno de los aportes de su obra radica en combinar elementos de la psicología, filosofía y política explorando cómo el colonialismo no solo explota económicamente, sino que deshumaniza psicológicamente a las personas colonizadas, poniéndolos en una situación de vulnerabilidad.<sup>2</sup>

Para Fanon, el racismo no es solo un prejuicio individual, sino un mecanismo estructural del colonialismo. De ahí que el racismo sea una herramienta y un ejemplo del ejercicio del poder pues se utiliza para construir la narrativa de que la estructura dominante es lo deseado y lo mejor, en suma, para justificar su dominación sobre un grupo de personas racializadas.

Las personas dominadas o racializadas asimilan esta idea. Internalizan que, en el caso del racismo, lo que se considera blanco, es lo deseado. Asociado a la belleza, a las “buenas costumbres”, a lo que se considera mejor, ocasionando una baja autoestima o generando resistencia a estos estereotipos.

Para Fanon este mecanismo deshumaniza a las personas y genera conflictos con su propia identidad, inseguridad y sensación de rechazo interno o externo. Esta observación de Fanon, es importante, porque se

<sup>2</sup> Es decir, que las personas colonizadas pueden tener problemas con su identidad, de ansiedad e inseguridades en cuanto a su apariencia, idioma o cultura, interiorizando el racismo y el colonialismo.

visibiliza cómo el sujeto colonizado, no tiene un simple deseo superficial por modificar su apariencia para encajar, sino una sensación que le causa malestar, inseguridades, conflictos internos que impactan su vida cotidiana al sentirse rechazado o excluido de lo que se considera lo “bello” o lo “estético” dentro del canon hegemónico. Estos sentimientos pueden llevar al individuo a generar ansiedad, auto rechazo o incluso depresión.

Para Fanon el colonialismo puede explicarse como un sistema que relaciona lo económico, lo político y lo cultural, teniendo como efecto la deshumanización, la violencia económica y física, así como el control sobre la cultura y los estándares de belleza o del cuerpo legítimo, obligando a los dominados a una alienación cultural. Hace referencia al binomio racismo/colonialismo. Para él, estos dos conceptos van de la mano y no pueden desligarse uno del otro. Pues, el colonialismo necesita del racismo para someter a las personas dominadas y deshumanizarlas, sometiéndolas a la cultura dominante.

En aras de una mejor exposición de este proyecto, esclareceré algunos conceptos clave para este trabajo y que se relacionan con la colonización interna que pretendo describir. El primero al que deseo hacer referencia es el concepto “Género”, pues hablaré sobre cómo atraviesa específicamente a las mujeres. El género ha sido abordado por diferentes autoras del pensamiento feminista, una de las más reconocidas y pioneras en los aportes teóricos a los estudios de género es la escritora, ensayista, y feminista estadounidense Gayle Rubin. Ella sostiene en su artículo: “El tráfico de mujeres: notas sobre la economía política del sexo” que el género, vinculado al sexo, puede leerse como un “sistema sexo/género” (Rubin, 1975) Para esta autora, “un sistema sexo/género es un conjunto de acuerdos por el cual la sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana y en las cuales estas necesidades sexuales transformadas, son satisfechas.” (Rubín, 1975)

En este sentido, la dicotomía sexo/género, como bien dice Rubin, es un conjunto de acuerdos, donde las relaciones humanas y las construcciones culturales dentro de una sociedad transforma la “sexualidad biológica”, es decir, el género, es una producción de la actividad humana. (Gómez Suárez, 2009.). De forma implícita esta definición de género también reconoce algo importante: la performatividad del género.

Otro concepto ligado a este es el de feminidad. Para Marcela Lagarde la “feminidad” es una distinción cultural históricamente determinada, que

caracteriza a la mujer a partir de su condición genérica y la define de manera contrastada, excluyente y antagónica frente a la masculinidad del hombre. Lagarde también señala que las características de la femineidad son patriarcalmente asignadas como atributos naturales, eternos e históricos, inherentes al género y a cada mujer. (Lagarde, 1990)

Otro término imprescindible para la comprensión de este trabajo es esclarecer qué son los estándares de belleza. Para María Laura Fasano, la belleza hegemónica será pensada como un entrecruzamiento de variables de carácter colonialista, binario y consumista. En principio, debido a que sus características representacionales responden a cánones estéticos de imperios coloniales. (Fasano, 2018)

### **La pertinencia de la teoría de Frantz Fanon para explicar el fenómeno del racismo en la performatividad de lo femenino**

Me gustaría iniciar este apartado con un poema de la escritora Gabriela Contreras, escritora chilena, originaria de Melipilla, una pequeña provincia al suroeste de Chile. Aunque la mayoría de sus poemas están orientados a retratar el amor lésbico, hay uno que llamó mi atención: Caguama. A lo largo de este poema ella puede dibujar el sentir de muchas mujeres que migran a las grandes ciudades, que no son hegemónicas al enfrentarse al racismo y de qué manera las mujeres pueden confrontarlo y resistirse a este: sintiéndose orgullosa de su color de piel y sus facciones. Se trata de un fragmento tomado del libro "Caguama"

#### **Nadie aprendió a nombrarme**

en la urbe  
mantuve mi lentitud  
mi olor a tierra  
contra la celeridad citadina  
además de mis formas enormes  
y dijeron que era una tortuga

ninguna quiso bailar conmigo  
les avergonzaban mis piernas cortas  
la cara de india  
que ellas negaban frente al espejo

todas hablaban del futuro  
con las pupilas llenas  
mientras yo recién  
desandaba un pasado  
que todavía mastico

mis ojitos de sur  
decían pobreza  
ellas respingan su nariz  
mirando al norte  
añorando historias blancas  
era necesario  
borrarme la hablada periferia  
un pellejo pegado a los huesos  
que yo no tenía.

Aunque breve, en este poema podemos destacar cómo el racismo y la colonización de la que habla Fanon, se cruzan entre sí y en nuestra auto percepción en un mundo colonizado. Gabriela Contreras nos deja ver cómo sus pares a los que hace referencia tratan de ocultar sus rasgos y se burlan de ella por no hacerlo o por “parecer del sur.” Acá también aparece lo que Fanon señala: el sujeto colonizado es deshumanizado, generando en él sentimientos de ansiedad, inseguridades, conflicto interno y rechazo.<sup>3</sup>

El racismo del que habla Fanon en sus aportaciones sigue estando vigente en los procesos de socialización, generando problemas de desigualdad para las personas. Además, su concepción del binomio racismo/colonialismo es esencial para analizar las dinámicas de poder que se entretajan sobre las personas dominadas, en este caso la experiencia de racismo que viven las mujeres, cómo lo internalizan o se resisten y cómo se vinculan a los estándares de belleza de hoy en día y que les genera ansiedad e inseguridades. Por eso me interesa recuperar la experiencia de una muestra de mujeres que se consideran no hegemónicas de la Ciudad de México. Aunque es una ciudad multicultural y diversa como las grandes metrópolis del mundo, todavía se percibe el racismo y se vincula con herramientas propias del colonialismo dentro de la sociedad actual. Aunque la mayoría de las veces no nos reconocemos como “racistas” hoy en día se sigue

<sup>3</sup> Como nos señala en el poema la escritora: se externalizan sentimientos de rechazo, tristeza y desencaje, generando posiblemente inseguridades y ansiedad.

percibiendo que la piel clara es sinónimo de estatus o ascenso social. Con frases como: “Güerito, para mejorar la raza”, o en simplemente en los medios de comunicación es visible que hay una falta de diversidad en los programas de televisión donde la mayoría de las personas son extranjeras o tienen un color de piel más claro que el resto de la población y tienen rasgos más próximos a los estándares hegemónicos, correspondientes a lo que se considera “ideal”; o simplemente aprender desde pequeños la creencia de que entre más clara sea tu piel, hay más oportunidades de ascender socialmente. Aunque si bien, lo que se vive dentro de la sociedad mexicana podría considerarse el binomio racismo/colonialismo, en muchos aspectos, no sólo en la televisión o medios de comunicación suele pasar, sino en otros entornos laborales y sociales que se sigue privilegiando a las personas que encajan mejor en los estándares de belleza hegemónicos. Es importante señalar que Fanon nos da las herramientas necesarias para identificar el fenómeno del colonialismo y cómo impacta en las relaciones de poder y la violencia estética que se gestan.

Para explicar mejor cómo las aportaciones de Franz Fanon pueden aplicarse hasta el día de hoy, se ha decidido recuperar la experiencia de mujeres mexicanas en la Ciudad de México. Se considera que actualmente en la sociedad mexicana el colorismo y el racismo siguen siendo una problemática social que perpetúa la desigualdad. Uno de los objetivos de este trabajo es recuperar la experiencia de las mujeres frente a dos variables: el racismo que existe dentro de la sociedad mexicana y las exigencias de performatividad del género, es decir las exigencias para pertenecer a los estándares de belleza hegemónicos. Para profundizar en ello se decidió seleccionar una muestra heterogénea a través de un cuestionario piloto. Para esta nota de investigación se recuperan los resultados preliminares de esta primera prueba.

## **Metodología y resultados exploratorios**

Para fines prácticos y metodológicos de este estudio exploratorio se eligió trabajar con un cuestionario porque se considera una técnica de investigación confiable y flexible para la captura e interpretación de datos. Para la construcción de éste se planteó el objetivo de recuperar en primer lugar, una muestra heterogénea compuesta por 25 mujeres voluntarias que aunque no resulta representativa, sí se considera adecuada para un estudio

exploratorio porque logra condensar una significativa heterogeneidad de variables; así como también recuperar aquellos sentimientos relacionados a cómo se sentían con respecto a su imagen corporal y cómo el colonialismo había influido en esta autopercepción. Y finalmente, cuáles eran aquellas estrategias que utilizaban para hacer frente al colonialismo. El cuestionario se compone de 21 preguntas en total, algunas abiertas y otras cerradas, esto con la intención de obtener datos tanto cuantitativos como analizar algunas respuestas de carácter cualitativo.

Se fragmenta en los siguientes apartados: Información general, percepción de belleza y discriminación, estrategias de adaptación y resistencia, impacto en la vida cotidiana y reflexión y empoderamiento. Aunque, aún es un estudio exploratorio y es una muestra pequeña, las respuestas y los resultados preliminares son muy significativos. Los datos que arrojaron fueron los siguientes:

En la sección de información general, la muestra nos dice que el grupo participante tiene edades de entre los 20 a los 52 años. Es decir, una muestra muy variada y con distintas generaciones, lo cual nos ayuda a percibir la diferencia entre una generación y otra con respecto al colonialismo. Casi todas marcan que su último grado de estudios es la licenciatura. Y el grado escolar de sus padres varía, siendo que, en el caso de los padres alcanza la preparatoria, y en el caso de las madres, la secundaria. La ocupación es variada, pero la mayoría son profesionistas en distintas áreas y estudiantes de licenciatura de escuelas públicas. En cuanto a los ingresos mensuales, los resultados muestran que oscilan entre los 10 mil y 15 mil pesos por familia. Las voluntarias señalan vivir en diversas alcaldías de la Ciudad de México, principalmente en la Gustavo A. Madero, Ciudad Nezahualcóyotl, Iztapalapa, Azcapotzalco y Cuauhtémoc. Es decir, la mayoría proviene del norte y la periferia de la ciudad.

En la sección de percepción de la belleza y la discriminación, algunas de las preguntas más relevantes son: En tu entorno social, de trabajo, escuela o familia, ¿has sentido que tu apariencia física no corresponde al ideal de belleza hegemónico? Un 52.9 % de las encuestadas contestó que sí ha sentido que su apariencia no corresponde al ideal de belleza. A la pregunta: ¿Has recibido comentarios sobre el color de tu piel, rasgos faciales, cabello u otros aspectos de tu físico, que te hagan sentir diferente a los estándares de belleza? Un 55.6 % contestó que sí, y un 16.7% contestó que frecuentemente. A la pregunta sobre si, ¿percibes que en la sociedad

existe presión para ser más blanca o de piel más clara para ser considerada atractiva? El 100% contestó que sí. En la siguiente pregunta: ¿Has sentido discriminación, rechazo o trato desigual al no cumplir con estos estándares de belleza? Un 50% contestó que sí, Y un 33.3% contestó: frecuentemente en espacios públicos como centros comerciales o tiendas departamentales.

En la sección de estrategias de adaptación y resistencia, a la pregunta: ¿Has intentado modificar tu apariencia y el color de tu piel con tratamientos de belleza como cremas, remedios caseros, etcétera. El 55.6% contestó que sí lo ha intentado.

En el apartado de impacto en la vida cotidiana, a la pregunta: ¿Consideras que los estándares de belleza afectan tus oportunidades laborales o académicas? El 50% contestó que tal vez, y una 33.3% considera que sí, un 11.1 % considera que mucho. En la pregunta: ¿Has sentido ansiedad, inseguridad, o presión social debido a la expectativa de ser “atractiva” según los estándares hegemónicos de belleza? Un 55.6% dice que sí lo han sentido y un 16.7% comenta que frecuentemente.

En la sección de reflexión y empoderamiento, se contemplaron respuestas abiertas. En ellas las participantes relataron cuáles son las estrategias que usan frecuentemente sentirse bien con ellas mismas y resistirse o desafiar a los estereotipos de belleza dominantes. Algunas de estas estrategias son: “resaltar mis virtudes, en lo que soy buena y en lo que sigo mejorando” “reflexionar sobre el poder hegemónico” “tomar terapia”, pues la mayoría comenta que eso les ha generado ansiedad e inseguridades. Otras comentan el uso de información sobre violencia estética, racismo o eurocentrismo y la apropiación de un discurso que se resiste a modificar su apariencia, la información que sustraen viene de consumir el contenido de plataformas como *tiktok*. No usar maquillaje y aceptar el color de su piel y la textura, algo que se repite frecuentemente entre las participantes es una estrategia particular: ellas señalan que frecuentemente al levantarse se miran al espejo para decir palabras bonitas con respecto a su apariencia, y que esto les ha ayudado a mejorar su autoestima. Otra respuesta frecuente es esforzarse en su limpieza personal. Ellas consideran que si no pueden alcanzar un estándar de belleza si pueden esforzarse en su arreglo personal, “ser limpia” es el adjetivo más recurrente así como lucir arregladas en cuanto a su forma de vestir, su olor corporal o su peinado.

A la pregunta, desde tu experiencia, ¿cómo crees que esto te ha afectado emocionalmente? Ellas refieren sentimientos de ansiedad y rechazo.

Respuestas como: “me provoca ansiedad e incomodidad, así como una imagen negativa sobre mí”, “creo que me ha afectado en cuestiones de seguridad sobre mi persona” “me rechazo por lo que no puedo cambiar, haciendo que me deprima” “me dio depresión a causa de comentarios” son las respuestas más comunes. Una de las voluntarias contestó: “mucho, al punto de creer que no merezco amor (en el sentido romántico) por no ser atractiva o de piel clara. Considero que no soy bonita hoy en día, pero creo que estoy más cómoda con mi cuerpo y cara.” Otra informante refiere a cuánto le afecta en su vida cotidiana: “siento que me ha afectado bastante ya que, aunque vaya a tiendas de ropa no podré comprar nada, porque la talla M es como para una XS y la talla G es como alguien S, al igual que la ropa la hacen para tonos más claros de piel, y me hacen ver bastante oscura. Simplemente no me quedan.” “siento que no soy suficiente”. O incluso, con el fin de obtener mayor aceptación han tenido conductas que pueden considerarse peligrosas como nos señala el siguiente testimonio; “he dejado de comer por tiempos muy prolongados y me es difícil ver mi cuerpo cómo es, porque tengo la percepción alterada”.

A la pregunta: ¿A qué edad comenzaste a sentir que tu apariencia no encajaba con los estereotipos de belleza hegemónicos? Acá las respuestas fueron variadas, pero puede verse que el rango de edad es de 12 a los 25 años. Algunas respuestas también expresan sentimientos de exclusión o rechazo, como expresó la siguiente participante: “desde que era niña, mis compañeros de clase siempre me ponían en la lista de niñas feas del salón”, “a los 12 años, supe que todo era por el físico”. A la pregunta sobre ¿Qué situación o quién te hizo sentir eso? La mayoría refiere que fue en su entorno familiar y escolar donde más recibió comentarios despectivos sobre su apariencia o que de alguna forma las hizo sentir incómodas. Una voluntaria narra lo siguiente: “en la secundaria estábamos hablando de racismo y yo dije que no hacía nada de eso y un comentario de alguien dijo que era porque yo era oscura, por eso yo no lo hacía”. Otra participante nos cuenta: “familiares, cuando me comparaban con mis hermanas, quienes son más blancas y delgadas y por lo tanto para ellos “más bonitas”. Una mujer más nos comparte: “la comparación exhaustiva entre primas o amigas, ser juzgada por la familia por mi apariencia”.

Estos testimonios que las participantes nos comparten son valiosos en el aspecto de que podemos visibilizar cómo el colonialismo nos afecta en la auto percepción que tenemos y cómo esto puede influir en nuestra vida cotidiana y nuestra salud mental al generar sentimientos de inseguridad, rechazo, ansiedad o incluso depresión.

## Conclusiones

Durante el proceso de la investigación fue significativo reconocer la experiencia de aquellas mujeres que participaron en el proyecto, porque nos ayuda a reconocer cómo funciona el colonialismo y cómo se entrelaza con el patriarcado y la dominación. Todas las mujeres que fueron entrevistadas para este trabajo fueron voluntarias. Al ser un grupo tan diverso de mujeres, tanto en edad como en ocupación, me permitió confirmar que es probable que una gran parte de la población femenina de la Ciudad de México ha normalizado las variables abordadas del colonialismo, pero también que hay un grupo que reconoce que existe discriminación y mecanismos de colonialismo dentro de la sociedad que han permitido que se sientan violentadas o con ansiedad, particularmente sobre su apariencia. Los resultados preliminares del cuestionario muestran que en la actualidad, el racismo y el colonialismo siguen presentes en la vida cotidiana de las mujeres mexicanas, especialmente en su relación con su cuerpo, su apariencia y su autoaceptación vs los estándares de belleza hegemónicos. La experiencia de las participantes refleja cómo el binomio racismo/colonialismo al que hace referencia Fanon continúa operando a través de los cuerpos, las percepciones de belleza y las relaciones sociales, reproduciendo una jerarquía basada en el color de piel y los rasgos asociados a los cánones de belleza impuestos. En la actualidad, aún se sigue reconociendo lo que se ha dictado como “hegemónico” como lo bello, lo ideal, lo que es aceptado, lo natural e incluso lo confiable y estético; pero también se están cuestionando esos estándares, dejando un margen para la resistencia.

Desde la perspectiva de Frantz Fanon estas manifestaciones son una continuidad del racismo estructural que tiene un efecto psicológico sobre las personas colonizadas, tal y como lo analizó en su obra. Fanon sostenía que el colonialismo no sólo impone un dominio político y económico, sino que también penetra en la identidad y autoestima de los individuos, generando un deseo de blanquear su piel y una negación del propio cuerpo, como puede notarse en algunos de los comentarios de nuestras voluntarias.

Con esta pequeña muestra representativa, podemos observar que este tipo de dinámicas suele presionar a las mujeres para que realicen modificaciones en su apariencia, desde intentar aclarar su piel o vestirse de cierta forma hasta modificar las facciones de su rostro. Las respuestas de las mujeres encuestadas, especialmente aquellas que su imagen les genera

sentimientos de ansiedad y rechazo, evidencian este proceso de internalización del colonialismo, donde la belleza y la valía personal se asocian con la cercanía a los rasgos hegemónicos.

Sin embargo, los datos también revelan que, si bien a las mujeres les ha afectado gran parte de su vida estos mecanismos coloniales; se comienzan a incorporar formas de resistencia y reapropiación del cuerpo, que Fanon consideraría parte de una lucha por la reconstrucción del sujeto colonizado. Hoy en día, sobre todo las mujeres más jóvenes tienen más herramientas para la búsqueda y apropiación de la información: la difusión en redes sociales de textos académicos u otros materiales para la divulgación, ha hecho que en la actualidad se hayan generado manifestaciones de resistencia públicas o privadas, lo cual no es cosa menor, pues esto se deriva de los estudios sobre el colonialismo y la difusión de estos, así como las inquietudes que surgen a partir de estos. En el presente, se habla sobre las estrategias para resistir al colonialismo, como la aceptación del color de piel (por ejemplo se ha intentado impugnar el discurso que reivindica la idea de que la piel oscura es fea o desagradable, planteando la idea de que tu color es el color de la tierra, asociándolo a algo positivo). Asimismo, el rechazo a modificar la apariencia o la afirmación diaria frente al espejo constituyen actos simbólicos para resistirse a la colonización estética y emocional que se trata de imponer. En estos se manifiesta la posibilidad de romper con la alienación impuesta por el racismo y el patriarcado, y de reconstruir su identidad desde la autoafirmación y la conciencia sobre el colonialismo.

A grandes rasgos, se puede considerar que las experiencias de nuestras voluntarias, a pesar de ser un estudio exploratorio, muestran que el racismo y el colonialismo siguen vigentes dentro del ámbito social mexicano y se convierten en mecanismos activos que erosionan a la sociedad y que atraviesan al género, la clase y la estética dentro de la cultura mexicana contemporánea.

Es por ello, que en la actualidad es importante seguir estudiando a la tríada racismo/colonialismo/patriarcado como un fenómeno social que expande la brecha de desigualdad, y se escala a estructuras sociales: de género, políticas y económicas que afectan directamente a grupos marginados, en este caso, principalmente a las mujeres, desde su apariencia y posición social y política en el mundo. Por ello, vincular este análisis con el pensamiento de Fanon permite entender que la descolonización no se limita a un proceso político y social, sino que implica una transformación profunda de percibir, sentir y habitar el propio cuerpo sin juicio o imposiciones pues, el

sujeto colonizado se deshumaniza y se vulnera generando sentimientos de ansiedad, rechazo o problemas de identidad, tal como lo señala Fanon en sus aportaciones. La lucha contra el racismo/colonialismo/patriarcado, en este sentido, es también una lucha por reconstruir nuestra propia forma de ver el mundo, de reconstruir nuestra autopercepción y la autoestima desde la dignidad y el reconocimiento de la diversidad sin imponer o juzgar.

## Referencias

- Contreras, Gabriela. Caguama. Escritos de una lesbiana gorda, editorial FEA.
- Gómez, Agueda. 2010. Los sistemas sexo/género en distintas sociedades: modelos analógicos y digitales Revista Española de Investigaciones Sociológicas, núm. 130, Centro de Investigaciones Sociológicas. Disponible en: Redalyc. Los sistemas sexo/género en distintas sociedades: modelos analógicos y digitales
- Fanon, Frantz. 1952. *Piel negra, máscaras blancas*, Paris: Akal.
- Fasano, María Laura. 2018. El canon hegemónico de belleza como dispositivo regulador de imágenes: Implicaciones en torno al género como un estilo corporal. Universidad Nacional de La Plata. Disponible en: [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.10801/ev.10801.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.10801/ev.10801.pdf)
- Lagarde, Marcela. 1990. *Identidad femenina*. Texto difundido por Comunicación, Intercambio y Desarrollo Humano en América Latina, A. C. México: CIDHAL. Disponible en: [https://xenero.webs.uvigo.es/profesorado/purificacion\\_mayobre/identidad.pdf](https://xenero.webs.uvigo.es/profesorado/purificacion_mayobre/identidad.pdf)
- Rubin, Gayle. 1975. *El tráfico de mujeres: notas sobre la "economía política del sexo"*, Nueva Antropología volumen III, No. 30.