



**¡PECHOS
FUERA!**

**Un manifiesto por la libertad
de las tetas, mamas, senos, domingas,
mamellas, lolas, perolas...**

¡PECHOS FUERA!

**Un manifiesto por la libertad
de las tetas, mamas, senos,
domingas, mamellas, lolas,
perolas...**

Patricia Luján

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal). Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Primera edición: marzo de 2020

© Patricia Luján, 2020

© Editorial Planeta, S. A., 2020

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

Imágenes del interior: págs. 10-11, 22, 26, 30, 36, 52-53, © Album; pág. 68,

© Getty Images; págs. 38-39, 124-125, 184, © Patricia Luján; págs. 82 a 93,

© Tanit Plana; pág. 63, © Martino Pannofino (@elembarazodelosunicornios);

págs. 150-151, © @exotic.cancer; pág. 170, © Marina García Canedo /

Diseño: Aníbal Hernández, cortesía de Teta&Teta; págs. 174-175,

© Marçal Vaquer, cortesía de Anna Bonny.

Diseño de la cubierta: Patricia Luján

Imagen de la cubierta: © Tanit Plana

Se han realizado todos los esfuerzos para contactar con los propietarios de los copyrights. Con todo, si no se ha conseguido la autorización o el crédito correcto, rogamos que nos sea comunicado.

ISBN: 978-84-08-21893-7

Depósito legal: B. 3.296-2020

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

ÍNDICE

¡Pechos fuera!	13
La mama	23
La teta madre	31
Cuándo un pecho se convierte en una teta	38
Molestan los pechos, molestan	49
Mamá, ¡teta!	57
La teta no es de color rosa	69
<i>The power of breast is the diversity of breast</i>	80
F*****k y los pezones	111
La teta contraataca	166
Epílogo: hasta las tetas	180
#PechosFuera	184
Pechos, ¡gracias!	188







¡PECHOS FUERA!

—¿Sabéis que Afrodita A nunca dijo «¡Pechos fuera!»?

—Sí, claro, ¡venga ya! Sí que decía «¡Pechos fuera!».

—Que no, que no, nunca jamás dijo «¡Pechos fuera!», de verdad.

—Pues entonces lo que decía era «¡Tetas fuera!»

—Nop.

Sacamos el móvil.

—Hola, Siri. ¿Dijo Afrodita A «¡Pechos fuera!»?

Gracias a la magia de las nuevas tecnologías, en la pantalla apareció un vídeo explicando que Afrodita A, icono de toda una generación, nunca dijo «¡Pechos fuera!».

Durante unos segundos el grupo permaneció en silencio hasta que alguien se atrevió a abrir la boca y con tono de haber encontrado la luz sentenció:

—¡Qué fuerte! Afrodita A nunca dijo «¡Pechos fuera!»...!¹

Sí, de entre todas las mentiras, mitos y leyendas urbanas sobre la teta, una de las más desconocidas e intrascendentes es que Afrodita A nunca dijo «¡Pechos fuera!». Y, sin embargo, desde finales de los años 70 al menos dos generaciones tenemos este grito de guerra metido en nuestra cabeza, ya que en España no existió ningún patio de colegio en el que no se escuchara. Posiblemente lo mismo ocurriera en las escuelas de Italia, Francia, Argentina, Chile, México, Uruguay y algunos países anglosajones, donde la serie también fue emitida y venerada.

La frase «¡Pechos fuera!» es una creación imaginaria de nuestra consciencia colectiva y no es más que un remix del mítico «¡Puños fuera!» y el «¡Fuego de pecho!».

1 Si hacéis una búsqueda rápida en Google, veréis exactamente de qué hablamos. O simplemente recupera alguno de los capítulos de *Mazinger Z* para descubrirlo.

Por cierto, si hoy volviéramos a ver la serie, su sexismo² y su voraz misoginia³ darían para escribir otro libro. Pero ese es un tema aparte.

El caso es que continuamos divagando sobre pechos, puños, fuegos, imágenes de la niñez y patios de colegio. Si toda una generación de criaturas tuvo dentro de su cabeza el «¡Pechos fuera!», ¿qué otras cosas mucho más importantes, o puede que tan importantes como esta, habitaban nuestros pensamientos sin ser conscientes de ello?

En este mundo hiperconectado, repleto de información que nuestro cerebro, afortunadamente, no puede asimilar, en el que leemos titulares en redes sociales y creemos ser personas muy informadas sobre todas las cosas que ocurren cada día en el mundo, estamos acostumbradas a mirar pero no a ver, a oír pero no a escuchar, a creer lo que nos hacen creer. Así, sin reflexionar. Sin pararnos a pensar en la veracidad y calidad de los miles de *inputs* que nos llegan a diario a través de los medios de comunicación, de las redes o de los mensajes de móvil. Información controlada por algoritmos que estrechan nuestro mundo, mostrándonos lo que se supone que nos gusta ver, lo que necesitamos comprar y lo que debemos ser. Información

2 Celia Amorós dice que el término «sexismo» hace referencia a una teoría basada en la inferioridad del sexo femenino que viene determinada por las diferencias biológicas entre hombres y mujeres. La construcción de un orden simbólico en el que las mujeres son consideradas inferiores a los hombres implica una serie de comportamientos y actitudes estereotipados que conducen a la subordinación de un sexo con respecto al otro. Algunas autoras establecen diferencias entre machismo y sexismo, ya que mientras que el machismo es una actitud inconsciente —en el sentido de que cuando a una persona con comportamientos machistas se le explica su actitud puede optar por abandonarlos—, el sexismo representa una actitud consciente que propicia la dominación y subordinación del sexo femenino con respecto al masculino. Podéis encontrar más información al respecto en: <www.mujaresenred.net>.

3 El término «misoginia», se define como el odio y desprecio hacia las mujeres y, por extensión, a todo lo que esté asociado con estereotipos tradicionalmente femeninos. La misoginia ha sido considerada un atraso cultural arraigado al concepto de superioridad masculina y el feminismo la considera una ideología política similar al racismo o el antisemitismo: existe para justificar y reproducir la subordinación de las mujeres a los hombres. Os recomiendo leer el artículo de Marisa Kohan «Diccionario feminista para miembros atónitos del patriarcado (hombres y mujeres)», en *Público*: <www.publico.es/sociedad/feminismo-diccionario-feminista-miembros-atonitos-patriarcado-hombres-mujeres.html>.

entremezclada con memes, *fake news* y *deepfakes*.⁴ El problema es que las personas, mujeres y hombres, estamos acostumbradas a no cuestionar el sistema y su historia, una historia que ha sido hecha y contada por y para hombres. «Lo que es sigue siendo porque siempre ha sido así.» No es un trabalenguas, es la cruda y cruel realidad.

Afortunadamente, cada día más y más personas empiezan a cuestionar el sistema y sus normas, y alzan sus voces y plantean nuevas visiones para hacer de este mundo un lugar más justo, igualitario y sostenible para todos los seres que habitan el planeta.

No es fácil, pero es posible.

Entre tus manos tienes una herramienta de subversión, una llamada a la desobediencia, una granada de mano; un manifiesto de liberación feminista. Un libro que quiere ser un pequeño compendio sobre el pecho femenino. Sobre esa parte del cuerpo definida como mamas que es similar a la del hombre, que compartimos con la mayoría de los mamíferos hembra del reino animal y que causa hoy en día más controversias, peloterías y cismas que el debate de la tortilla de patatas con o sin cebolla.

¿Cuándo el pecho de una niña pasa a ser una teta? ¿Por qué se puede mostrar el pecho de un hombre y no el de una mujer? ¿Una mujer sin un pecho es menos mujer? ¿Cuándo se convierten los pechos de una mujer trans en tetas prohibidas para ser mostradas? ¿Por qué se censuran los pezones de mujer en las redes sociales y los de los hombres no? ¿Por qué podemos ver pechos de mujer hipersexualizados en portadas de revistas o en anuncios de publicidad y molesta el pecho de una mujer amamantando

⁴ He aquí un término nuevo y que hay que tener muy en cuenta. Según encontramos en la Wikipedia, «*deepfake*» (o «ultrafalso») es un acrónimo del inglés formado por las palabras *fake*, falsificación, y *deep learning*, aprendizaje profundo. Es una técnica de inteligencia artificial que permite editar vídeos falsos de personas que aparentemente son reales, utilizando para ello algoritmos de aprendizaje no supervisados, conocidos en español como RGA (Red Generativa Antagónica), y vídeos o imágenes ya existentes. El resultado final de dicha técnica es un vídeo muy realista, aunque ficticio. Entre los ejemplos destacados de uso de la técnica del *deepfake* se encuentran dos escenas de la película *Rogue One: una historia de Star Wars* (2016), en las que la princesa Leia aparece con la cara de Carrie Fisher cuando era joven, cuando en realidad fue interpretada por la actriz noruega Ingvild Deila.

a una criatura? ¿Por qué los pechos de los hombres tienen el privilegio de ser mostrados y los pechos de las mujeres tienen la obligación de ser ocultados?

Quizás es hora de empezar a hacerse preguntas como estas.

Lo cierto es que, a lo largo de la historia, el pecho femenino ha tenido en Occidente un valor simbólico y funcional. Supervivencia, sexo, comida, poder, control, censura, libertad... y más control. Si Freud levantara la cabeza, seguro que nos haría un extenso *mansplaining*⁵ sobre el simbolismo sexual de los pechos femeninos en la vida cotidiana y, por supuesto, todo sería culpa nuestra. ;)

Pero parece ser que no fue siempre así. Cuando ahora nos colocan unos píxeles sobre nuestros pezones, en el Paleolítico las exuberantes mujeres de carnes generosas y sus libres domingas eran diosas y, por ello, veneradas.

Es hora de que tomemos conciencia de la sexualización de nuestras tetas. De las tetas que dan de mamar y de las tetas que se muestran a través de una camiseta de adolescente empoderada. De las tetas que flotan en las aguas de las piscinas y las playas. De las tetas que dejan una cicatriz en la piel como flamante trofeo de poderosa sobreviviente. De las tetas que antes eran de hombre y ahora son de mujer. Y de las tetas que fueron de mujer y ahora tienen el privilegio de ser mostradas públicamente por ser de hombre. De las tetas que mano no cubre y de las tetas que cubre la mano. De las tetas púberes. De las tetas con historia...

Es hora de normalizar nuestros cuerpos. Es hora de dar naturalidad a nuestro cuerpo con independencia de connotaciones de sexo y género.

5 «*Mansplaining*» proviene de los anglicismos *man* y *explaining* y consiste en que un hombre le explique algo a una mujer, casi siempre con tono paternalista, con notable condescendencia y dando por hecho que, como mujer, desconoce ese algo. ¿Os suena? Célebre es la anécdota de Rebecca Solnit, autora de *Los hombres me explican cosas*. Cuenta que estando en una fiesta un hombre se acercó diciendo que sabía que ella había escrito algunos libros, ella respondió hablando de su más reciente libro sobre Eadweard Muybridge con lo cual él la interrumpió y le preguntó si había «oído hablar del libro sobre Muybridge más importante que había salido este año», sin saber que ella era la autora. En fin... Puedes leer más en la Wikipedia o lee el libro de Rebecca Solnit.

Una teta es una teta. Como una oreja es una oreja o un hígado es un hígado. Y, sin embargo, cuando una teta se deja ver, se genera un momento incómodo. ¿Cuándo se convirtieron las tetas en algo violento? ¿Por qué se convirtieron en algo violento?

Violencia es que te toquen una teta sin permiso o que te viole una manada. Violencia es que te miren porque las tienes grandes o porque las tienes pequeñas. Violencia es que a alguien que come en un restaurante le moleste que des de comer con el pecho a tu bebé. Violencia es que decidas no reconstruir tus pechos después de un cáncer de mama y te conviertas en una rara asimétrica. Violencia es que las revistas dicten cómo deben ser nuestros cuerpos. Violencia es que la publicidad utilice nuestros pechos como reclamo para vender más, siempre más. Violencia es que el capitalismo nos sexualice, discrimine y nos convierta en mercancía para ser usada y consumida. Violencia es que te vendan que debes aumentar tus pechos para ser más mujer y así gustar hasta el infinito y más allá. Violencia es que un escote (¡mírame a los ojos!) no sea apto para ir a una oficina o para estar sentada en un aula. Violencia es que tengas que ponerte estrellas, emojis o garabatos para ocultar tus pezones en Instagram. Todo esto (y mucho más) es violencia. Pero una simple teta no, no es violencia.

Puede parecer intrascendente y banal levantarse contra la censura de nuestros pechos en plena cuarta ola del feminismo.⁶ Puede parecer poco importante reivindicar los pezones femeninos en redes como Facebook o Instagram. Pero no lo es. Miremos más allá. No nos puede valer que nos digan que debemos cubrirnos para preservar la seguridad de la comunidad. ¿Un pecho mata? ¿Un pecho puede herir la sensibilidad de una niña o un niño?

⁶ Hay cierta controversia con esto de las olas, así que volvamos a la Wikipedia. Y ahí veremos que «la cuarta ola del feminismo es una adaptación histórica del movimiento feminista que desde la segunda década del siglo XXI plantea la existencia de un nuevo momento histórico en la lucha por los derechos de las mujeres marcado por manifestaciones multitudinarias en diversos países denunciando la violencia contra las mujeres y reclamando el avance en la agenda inconclusa de la paridad y la defensa de los derechos de las mujeres como derechos humanos». Vamos a llamarla así, pues.

