

Chocolate amargo

Autora: Mirjam Pressler

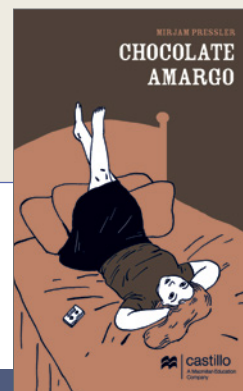
Temas

- Crecimiento y maduración
- Conflictos juveniles
- Escuela

Valores

- Confianza
- Fortaleza / Valentía
- Libertad

Páginas: 152
 Edad: 14+
 Grados: 2.º y 3.º
 de secundaria
 Lector: con experiencia



En la vida de Eva los días son monótonos. Tiene quince años y se refugia en su cuarto para escuchar música y estudiar. Huye de su reflejo y se siente atrapada en una cápsula de grasa que le impide ver a la verdadera Eva. En su interior hay un gran vacío que llena con comida, una costumbre familiar. Sin embargo, todo cambia cuando conoce a Michel y se hace amiga de Franziska: los días dejan de ser aburridos y comienza una transformación que la lleva a sonreírle a la chica del espejo.

PROPUESTAS DE LECTURA

1. CHOCOLATE AMARGO: un libro sobre la influencia del entorno familiar

Algunas ideas para el maestro

Eva es una adolescente alemana de Baviera. En su hogar, los *hot cakes*, el pan con mantequilla, la comida frita y el chocolate son alimentos comunes. A los once años comenzó a sentir hambre todo el tiempo; ahora, a los quince, pesa sesenta y siete kilos. Para Marianne, su mamá, ese tipo de comida es adecuada. Su papá, Fritz, es un hombre estricto y no duda en hacer comentarios hirientes o en golpear con el afán de educar a sus hijos de la manera que considera correcta. Su hermano pequeño, Berthold, cada vez se parece más a su papá, tanto en carácter como en lo físico. En casa de Eva no se convive mucho: los problemas se evitan con ayuda de la comida, y las muestras de cariño son escasas. La chica se refugia en su habitación cuando el ambiente familiar la asfixia, y suele tener una barra de chocolate en la mesita de su cuarto.

Algunas preguntas útiles

- ¿Creen que la forma de convivencia en casa influye en la manera de comer de Eva?
- A la protagonista no le gustan algunas tradiciones familiares. ¿Consideran que éstas deben mantenerse o que se pueden modificar?

- ¿Qué características encuentran en la familia de Eva? ¿Qué rol desempeña cada integrante y qué tipo de relación existe entre ellos?
- ¿Qué opinan de repetir patrones en las familias? ¿Las personas son conscientes de que repiten tales conductas?
- ¿Qué significa la comida en casa de Eva? ¿La vida familiar gira en torno a los alimentos? ¿Por qué? ¿De qué modo la comida se convierte en alivio y solución de los problemas?
- ¿Cuál es la importancia del chocolate en la historia? ¿Por qué hay una referencia específica al chocolate amargo?

2. CHOCOLATE AMARGO: un libro sobre el manejo de las emociones

Algunas ideas para el maestro

A Eva no le gusta su reflejo. Al compararse con sus compañeras de escuela, la dimensión de su cuerpo contrasta con la de otras chicas. De manera constante se siente observada y criticada. Los aspectos cotidianos se relacionan con su complexión; por ejemplo, su forma de vestir para no verse tan obesa. Eva es insegura y la vergüenza es un sentimiento permanente en ella. En su mente hace planes para bajar de peso, pero se engaña a sí misma, pues por las noches baja ansiosa a la cocina para atracarse y luego llora. Su forma de comer está ligada con el contraste de su estado anímico.

Algunas preguntas útiles

- ¿Por qué Eva huye de su reflejo?
- ¿Cuáles emociones experimenta con mayor frecuencia? ¿Qué ambiente o situaciones suele elegir?
- ¿Cómo se sintió Eva cuando nació su hermano?
- ¿Qué opinan de los consejos que le da su mamá? ¿Busca la comodidad de su hija o intenta ocultar la realidad?
- ¿Creen que su mamá lleva una vida plena o que habría preferido tomar otras decisiones?
- Eva hace planes para adelgazar, pero no los cumple. ¿La familia es importante para alcanzar metas de este tipo? ¿Cómo podría ayudar ésta?
- ¿Eva padece un trastorno alimenticio? ¿Cómo se debe atender tal situación?

3. CHOCOLATE AMARGO: un libro sobre el autoconocimiento y la autoestima

Algunas ideas para el maestro

Una tarde, Eva conoce a Michel. Es la primera vez que sale con un chico. El tiempo que pasan juntos le sirve de motivación, aprendizaje y aceptación. En la escuela,

Eva adquiere protagonismo al oponerse a un cambio propuesto por un maestro. Las alumnas reconocen sus ideas y ella se siente parte del grupo. Franziska, una compañera de clase, la busca y se convierten en buenas amigas. De pronto le suceden muchas cosas, y lo más importante es que ahora puede sonreírle a la chica del espejo.

Algunas preguntas útiles

- ¿De qué manera la presencia de Michel y Franziska ayudan a Eva? ¿Qué emociones generan en ella?
- ¿Cómo reacciona su familia ante la noticia de que Eva sale con Michel? ¿Y la familia de él?
- ¿Qué diferencias encuentran entre ambas familias, tanto de convivencia como de condición socioeconómica?
- ¿Cómo se comporta Eva en el colegio? ¿Su entorno escolar es diferente al familiar? ¿En qué aspectos?
- Algunas chicas de la escuela piensan que Eva se cree mejor que ellas por sus calificaciones. ¿Qué sucede cuando alguien se predispone y anticipa juicios o impone etiquetas en el entorno escolar?
- ¿Qué hace la mamá de Eva cuando ésta le pide modificar la dieta que llevan?
- ¿Qué cambio le permite sonreírle a su reflejo?

ACTIVIDADES

1. Pida a los alumnos que, en equipos, investiguen en Internet acerca de los trastornos alimenticios y que elijan alguno: bulimia, trastorno por atracón, anorexia, vigorexia, ortorexia, entre otros. A partir de éste prepararán un folleto o tríptico informativo que incluya características, síntomas, causas, consecuencias, efectos en la salud e información relevante que deseen agregar. El folleto será repartido en la escuela a fin de informar a la comunidad.
2. Al final de la novela, Eva se pregunta si acaso sólo eran guapas las chicas que se veían como sacadas de una revista de moda. Invite al grupo a investigar sobre los cánones de belleza femenina y masculina a lo largo de la historia. Guíe una conversación en que los alumnos discutan la evolución del concepto de belleza, qué características lo definen en la actualidad y qué opinan al respecto.
3. Se estima que, en México, 70% de la población padece sobrepeso u obesidad. Exponga a los alumnos las enfermedades asociadas con este problema de salud pública, como diabetes, hipertensión e hígado graso. Pídales que anoten la comida que consumen en un día, desde el desayuno hasta la cena, para que de manera individual los comparen con una tabla nutricional y sepan cómo se están alimentando.

COMENTARIO DE LA AUTORA

La literatura es útil para que los niños saquen lo que tienen dentro y no se encierren en sí mismos. Cuando se es pequeño, la vida puede ser complicada; se está más indefenso. Como escritora he querido que la literatura infantil y juvenil no sólo sea pedagógica. Me gustan las historias vivas; criar a niños y adolescentes fuertes a través de éstas.