

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE
CURSO DE PSICOLOGIA

LYGIA GONÇALVES PEREIRA DE MELO

A IMAGEM CORPORAL DA JUVENTUDE FEMININA DE SÃO PAULO SOB A
PERSPECTIVA SÓCIO-HISTÓRICA DA PSICOLOGIA

SÃO PAULO
2018

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE
CURSO DE PSICOLOGIA

LYGIA GONÇALVES PEREIRA DE MELO

A Imagem Corporal da Juventude Feminina de São Paulo sob a Perspectiva
Sócio-histórica da Psicologia

Trabalho de conclusão de curso como
exigência parcial para graduação no curso de
Psicologia, sob orientação da Prof.^a Ms.
Sandra Gagliardi Sanchez.

SÃO PAULO
2018

AGRADECIMENTOS

Este trabalho é fruto acima de tudo de uma trajetória pessoal conturbada em relação ao próprio corpo, com muitas idas e vindas, muitas ocasiões em que perdi-me de mim mesma, mas também ocasiões em que pude me encontrar, com a ajuda de pessoas significativas da minha vida. Foram (ou estão sendo) dez anos dessas ocasiões, de onde tirei muitas dores, alegrias, laços e aprendizados.

Além do corpo como uma marca importante em minha história de vida pessoal, este trabalho é fruto de uma formação universitária (ainda em processo), e assim, agradeço também a oferta de professores que o curso de Psicologia da PUC-SP pode me proporcionar ao longo desta trajetória acadêmica ainda em curso. Talvez, antes de agradecer a esta trajetória, poderia agradecer a minha formação escolar anterior, pois nela germinaram os conhecimentos críticos com os quais cheguei na universidade, preparada para receber o olhar da psicologia.

Considerando a confluência desses aspectos (ou condições materiais) para que a produção deste trabalho de conclusão de curso fosse possível, gostaria de agradecer a alguns nomes que em especial, pois são pessoas marcantes de tudo que já foi exposto acima.

Agradeço primeiramente aos meus pais, e principalmente a minha mãe, por estarem sempre do meu lado nesses anos e, ao longo deles, aprenderem comigo. Aprenderem a ouvir com sensibilidade aquilo que denunciava e aprenderem a respeitar meu processo singular de cura, com tudo que ele implicava, isto é: a mudança não somente comportamentos individuais, mas também a mudança de uma compreensão sobre esses comportamentos, não só individuais, mas frutos de um contexto adoecedor (ou patologizante) mais amplo.

Agradeço à Vanessa por ser uma parte essencial desse processo singular e familiar, ajudando a compreender e a superar as dificuldades que nele se manifestavam como a profissional disponível, sensível e competente que é. Além disso, agradeço por entender que esta pesquisa foi, simultaneamente, uma tomada de consciência importante e necessária ao meu tratamento e o resultado de um trabalho

conjunto de anos em cima dele. Justamente por isso, agradeço por acompanhar a produção do trabalho e auxiliar na sua elaboração, indicando autores e discutindo resultados encontrados.

Agradeço ainda à Fábria por me ajudar, ao longo de muitos anos, a encontrar recursos pessoais necessários para que as condições em que me encontrava pudessem se transformar, proporcionando uma Lygia mais consciente de si mesma e mais forte para enfrentar tudo que se coloca como desafio para si no universo de suas relações com as pessoas e com o mundo, buscando a própria saúde (e assim sendo, uma vida mais colorida, rica de vivências e afetos e, portanto, feliz).

Agradeço aos laços essenciais que cultivei para que esta vida pudesse se realizar durante a graduação, tornando-a um fardo mais leve, já que vivido em conjunto. Nesse sentido, agradeço a amizades como Myllena e Ligia, com quem a troca de afetos e ideias foi um porto seguro onde sempre pude encontrar um abraço acolhedor (e onde espero continuar encontrando vida afora).

Agradeço também à Psicolata Bateria e às amizades que dela pude levar. Pessoas como Yasmin, Sarah, Bárbara e muitas outras, com quem vivi a vida universitária intensamente e assim cresci, pois viver a universidade não é apenas produzir saberes no espaço de sala de aula ou dentro de seus muros: é também produzir música, organizar-se coletivamente, descobrir novos horizontes de atuação ética e política como estudantes de Psicologia e construir amizades.

Agradeço ainda à Thaís, por ser uma das minhas melhores amigas e companheira durante o processo de criação desse trabalho e últimos anos da faculdade, além de muitas coisas mais que não cabem em um agradecimento tão breve.

Agradeço, por fim, às professoras como Graça Gonçalves, Ana Bock, Elisa Zaneratto e Beatriz Brambilla, do departamento de Psicologia Social e da equipe de Psicologia Sócio-histórica da PUC-SP, por me proporcionarem uma formação crítica e comprometida socialmente, a partir da qual produzi os sentidos de minha graduação em psicologia. Dentre essas professoras, destaco minha orientadora, a professora

Sandra Sanchez, por fazer parte desta formação e ser peça fundamental na elaboração do presente trabalho.

Concluindo, agradeço às participantes da pesquisa, pois acredito que é para elas e para todas as outras jovens mulheres da população e "possíveis participantes" que as conclusões alcançadas se destinam.

RESUMO

Área de conhecimento: 7.07.05.00-3 - Psicologia Social

Título: A Imagem Corporal da Juventude Feminina de São Paulo sob a Perspectiva Sócio-histórica da Psicologia

Orientando(a): Lygia Gonçalves Pereira de Melo

Orientador(a): Prof.^a Ms. Sandra Gagliardi Sanchez

O presente estudo teve como objetivo compreender, a partir da dialética entre objetividade e subjetividade adotada pela perspectiva sócio-histórica da Psicologia, como se dá a constituição da imagem corporal feminina em diferentes contextos urbanos na atualidade, compreendendo-a como produto e produtora de discursos conflituosos sobre corpo e ideais de beleza, a saber: (1) O discurso midiático (mídias de massa) e o discurso da indústria da beleza; (2) O discurso médico-científico; (3) O discurso de movimentos feministas característicos desse novo século. O problema de pesquisa foi saber se é possível identificar diferenças entre os discursos sobre corpo e imagem corporal de jovens de 18 a 25 anos do gênero feminino de distritos da cidade de São Paulo com diferentes índices de exclusão social, tendo como norte de investigação os três tipos de discurso acima elencados. Adotou-se para fins de investigação desse problema e em coerência com a abordagem estudada a Conversação (González Rey, 2005), realizada com duas estudantes do sexo feminino, uma de região periférica e de baixo nível socioeconômico (Itaim Paulista) e outra do centro e alto nível socioeconômico (Vila Mariana) da cidade de São Paulo, tendo como critério de seleção o índice de exclusão social da região em que mora, conforme o Atlas da Exclusão Social no Brasil (2004; 2015). Os resultados apontam para diferenças importantes de aspectos de raça e classe na significação dos padrões de beleza e imagem corporal das jovens, como por exemplo a inclusão da cor da pele na compreensão desse padrão pela participante do Itaim Paulista e sua exclusão pela participante da Vila Mariana, ainda que apresentem compreensões semelhantes de saúde e do papel da mídia na sua sustentação. O padrão de beleza é visto como retrato dos costumes e imagem de uma certa classe social (a elite), sendo valorizado e questionado por ambas as jovens, e o discurso feminista é uma ferramenta crítica importante que norteia os questionamentos produzidos, transformando a relação das jovens com o próprio corpo. Não obstante, a busca por saúde e embelezamento de si pelos mesmos meios (alimentação e exercícios) apontam para uma forte proximidade do discurso médico com os padrões de beleza. As diferenças observadas apontam para a importância de se racializar e fazer recortes de classe nas discussões sobre os padrões de beleza femininos e a insatisfação corporal de mulheres, reconhecendo-nos como fenômenos próprios de uma questão (o corpo da mulher) que articula gênero, classe e raça, produzindo-se em relação histórica e dialética com a realidade.

Palavras-chave: Sócio-histórica, imagem corporal, juventude, mulheres, significações.

SUMÁRIO

1.	Introdução.....	8
2.	Método.....	21
3.	Resultados.....	25
3.1.	Núcleos de Significação da entrevista com participante do Itaim Paulista.....	25
3.2.	Núcleos de Significação da entrevista com participante da Vila Mariana.....	55
4.	Discussão.....	76
5.	Considerações Finais.....	82
	Referências.....	84
6.	Apêndice.....	87
6.1.	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	87
6.2.	Roteiro de entrevista.....	88
6.3.	Mapa da Desigualdade Social de São Paulo (CAMPOS et al, 2004)...	90
6.4.	Mapa da Desigualdade Social de São Paulo (CAMPOS et al, 2015)...	91
6.5.	Indicadores da Participante do Itaim Paulista.....	92
6.5.1.	Quadro 1: Indicador 1.....	92
6.5.2.	Quadro 2: Indicador 2.....	93
6.5.3.	Quadro 3: Indicador 3.....	94
6.5.4.	Quadro 4: Indicador 4.....	95
6.5.5.	Quadro 5: Indicador 5.....	96
6.5.6.	Quadro 6: Indicador 6.....	98
6.5.7.	Quadro 7: Indicador 7.....	99
6.5.8.	Quadro 8: Indicador 8.....	101
6.5.9.	Quadro 9: Indicador 9.....	102
6.5.10.	Quadro 10: Indicador 10.....	105
6.5.11.	Quadro 11: Indicador 11.....	106
6.5.12.	Quadro 12: Indicador 12.....	107

6.5.13.	Quadro 13: Indicador 13.....	108
6.6.	Indicadores da Participante da Vila Mariana.....	111
6.6.1.	Quadro 1: Indicador A.....	111
6.6.2.	Quadro 2: Indicador B.....	112
6.6.3.	Quadro 3: Indicador C.....	114
6.6.4.	Quadro 4: Indicador D.....	116
6.6.5.	Quadro 5: Indicador E.....	116
6.6.6.	Quadro 6: Indicador F.....	118
6.6.7.	Quadro 7: Indicador G.....	119
6.6.8.	Quadro 8: Indicador H.....	120
6.6.9.	Quadro 9: Indicador I.....	121
6.6.10.	Quadro 10: Indicador J.....	122

1. INTRODUÇÃO

Em uma revisão histórica, tem-se que a primeira noção a respeito do conceito de imagem corporal é apresentada por Paul Schilder em 1950 (apud Kakeshita, Laus e Almeida, 2013). O psiquiatra australiano, de abordagem psicanalítica, a define como uma imagem que formamos, de nosso próprio corpo, em nossa mente; em outras palavras, o modo como nosso corpo aparece para nós mesmos. Esse conceito é posteriormente ampliado por Peter David Slade (apud Kakeshita, Laus e Almeida, 2013), que em 1988 conceitualiza “imagem corporal” como a imagem mental que temos do tamanho e formato de nosso corpo, bem como os sentimentos concernentes a essas características e a nossas partes corporais. A partir dessa definição, Gardner (apud Kakeshita, Laus e Almeida, 2013) afirma que a imagem corporal que temos de nossos corpos corresponde a um componente perceptivo, enquanto os sentimentos correspondem a um componente atitudinal (Kakeshita, Laus e Almeida, 2013, p. 559). Essa noção de “componentes” é amplamente utilizada hoje por profissionais de perspectiva cognitivista ou cognitivo-comportamental, perspectiva adotada por grandes centros especializados no tratamento de transtornos alimentares (TA), como o Ambulatório de Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria da Universidade de São Paulo (AMBULIM IPq - HCFMUSP).

Atualmente, um conceito de imagem corporal que parece mais aceito é elaborado por Thomas Cash (2012), sendo ele a forma como as pessoas experienciam o próprio corpo, especialmente as características relativas à aparência física - o que inclui aspectos de funcionalidade e integridade biológica. Ao se referir a experiência, Cash (2012) a compreende em sentido mais amplo, incluindo não só a representação mental do tamanho, mas também pensamentos, sentimentos e comportamentos que o indivíduo tem e compõe a vivência que tem de seu corpo. Apesar de uma separação de perspectiva cognitiva sobre a imagem corporal entre um componente perceptivo e outro atitudinal, a qual foge da perspectiva adotada neste estudo, a definição de Thomas Cash (2012) é adotada aqui em uma tentativa de compreender a

imagem corporal da juventude feminina de diferentes realidades sociais da cidade de São Paulo.

Conforme apontado por Laus et al. (2013) em um estudo sobre a imagem corporal no Brasil, a insatisfação corporal, aspecto que diz respeito a uma discrepância negativa entre o corpo ideal e o corpo real, não é confinada apenas a pessoas com diagnóstico de transtornos alimentares ou transtornos de imagem corporal, mas afeta a maioria da população sendo mais prevalente em mulheres. Como as autoras constatarem nessa revisão de literatura acerca do tema, a insatisfação corporal afeta aproximadamente 60% a 83% de crianças, 60% a 80% de adolescentes, 60% a 87% de adultos e 55% a 73% de adultos em idade avançada, sendo que os distúrbios de imagem corporal são mais frequentes em mulheres. Tais distúrbios se referem a distorção da percepção sobre o próprio corpo em relação ao seu peso e/ou forma, podendo aparecer em transtornos como depressão, anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno dismórfico corporal.

Segundo Costa, Torre e Alvarenga (2015, p.458), “a maior insatisfação corporal no sexo feminino é dado conhecido e se fala inclusive em um descontentamento normativo, porque a insatisfação entre as mulheres é a norma”. Neste mesmo estudo, no qual os autores investigam as atitudes em relação ao exercício e insatisfação com a imagem corporal de frequentadores de academia, é citado como exemplo o estudo de Filardo e Leite (apud Costa, Torre e Alvarenga, 2015) que, ao avaliar 90 homens e 89 mulheres, constatou que cerca de 55% das mulheres entre 20 e 30 anos procuravam pelo exercício físico como forma de redução de peso corporal, embora apenas 16,9% precisassem. É válido destacar o parâmetro de saúde determinado pela OMS no período do estudo, isto é, o Índice de Massa Corporal (IMC), baseado apenas nas informações de peso e altura da pessoa.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, a saúde é definida como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social” (OMS, 2009, p.1), mas aponta-se que deve ser vista como um recurso para a vida cotidiana e não o objetivo de uma vida, enfatizando-se nesse conceito a existência de recursos sociais e pessoais para a

saúde e não apenas capacidades físicas. Com base nessa definição, uma boa saúde é considerada por essa organização um recurso importante para o desenvolvimento social, econômico e pessoal de um indivíduo e uma dimensão importante de algo maior, que seria a qualidade de vida. São colocados como pré-requisitos para saúde, entre outros, abrigo, educação, alimento, renda, justiça social e equidade.

Para Costa, Torre e Alvarenga (2015), a despeito da relação com a prática de exercícios físicos para uma vida saudável, o ambiente das academias favorece a divulgação e perpetuação do padrão estético atual, que seria tanto para homens quanto para mulheres de um corpo magro com baixa porcentagem de gordura e considerável definição muscular. Conforme apresentam, o Brasil é o segundo país com mais academias de ginástica (15.551 em 2011, atrás apenas dos Estados Unidos), tendo elas dobrado de 2007 a 2010.

Os resultados da pesquisa revelaram uma alta frequência de insatisfação com a imagem corporal em frequentadores de academia, sobretudo as mulheres, que apresentaram casos de moderada e grave insatisfação corporal e uma maior média no Body Shape Questionnaire, instrumento que mensura a preocupação com peso e forma corporal vivenciada por pessoas com transtornos alimentares ou distúrbios de imagem corporal, o que reforça a afirmação de maior insatisfação corporal no sexo feminino constatada por outros estudos. A insatisfação corporal é resultante da discrepância negativa entre o corpo ideal e o corpo real, caracterizando alguns distúrbios de imagem corporal (quadros nos quais há a distorção da percepção sobre o próprio corpo em relação ao seu peso e/ou forma). Os transtornos alimentares são um exemplo claro de uma situação na qual isso ocorre.

Da mesma forma que Costa, Torre e Alvarenga (2015) definem um padrão estético para a atualidade, ainda que sem especificações quanto ao contexto sociocultural ao que se refere, Kakeshita, Laus e Almeida (2013) apresentam uma caracterização do padrão de imagem corporal de mulheres em culturas ocidentais de forma semelhante, baseados em Grogan (2008). Nessas culturas, como afirma, as mulheres devem ser como um estereótipo impossível (ou inatingível) de boneca Barbie,

magras, esguias e com músculos aparentemente firmes e definidos, no intuito de parecerem autocontroladas, elegantes, atrativas e socialmente aceitas. A função desses últimos aspectos citados (os intuitos), de acordo com teorias feministas estudadas por Kakeshita, Laus e Almeida (2013), é estimular as mulheres na posição de objetos a serem vistos e avaliados, moldando a subjetividade feminina de forma a torná-la dependente da aprovação de outrem, o que favorece a reprodução do patriarcado subjetivamente. Justamente nesse sentido apontam a teoria Objectified Body Consciousness (OBC) ou, em tradução livre, teoria da Consciência Corporal Objetificada de McKinley (apud Kakeshita, Laus e Almeida, 2013), que trabalha com os conceitos de vigilância corporal, internalização de padrões culturais e crenças de controle da aparência.

Alvarenga, Dunker, Philippi e Scagliusi (2010) analisam a influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões e estabelecem uma forte relação entre o padrão estético, tal como caracterizado pelos estudos anteriormente mencionados, e o papel da mídia:

A influência ou efeito da mídia seria o modo pelo qual os meios de comunicação em massa afetam o comportamento e o pensamento de sua audiência. A mídia de massa tem um papel crucial na formação e reflexão da opinião pública, reproduzindo a autoimagem da sociedade. Acredita-se que ela pode influenciar valores, normas e padrões estéticos incorporados pela sociedade moderna. A mídia de massa é um transmissor e reforçador dos ideais sociais corporais. (p. 112)

A mídia teria, portanto, um papel no desenvolvimento de desordens alimentares, mediada por uma imagem e uma insatisfação corporal. Nesse sentido, a exposição a figuras de corpos magros em fotos e filmes e a valorização desses corpos nos discursos midiáticos têm, para as autoras, impacto na forma como as pessoas constituem ideais de corpo e comparam com os seus, de forma que, comumente, a comparação do corpo ideal com o real gera uma insatisfação, em outras palavras, a insatisfação diante da impossibilidade do corpo real atingir o ideal estético magro e escultural da atualidade, propagado pelos meios midiáticos. Conforme os estudos utilizados na pesquisa, esse impacto é ainda maior em adolescentes e mulheres jovens

de países desenvolvidos e em desenvolvimento (DUNKER, PHILIPPI e SCAGLIUSI, 2010).

Pesquisando em 2003 hábitos e comportamentos alimentares de adolescentes com sintomas de anorexia nervosa (AN), Dunker e Philippi (2003) já consideravam a relação entre a ênfase na magreza feminina e o que chamaram de “formas não saudáveis de perder o peso” (Dunker e Philippi, 2003). Segundo elas, o aumento na incidência de TA coincide com a ênfase na magreza feminina como uma expressão de atratividade sexual, enquanto a obesidade é posta como uma condição altamente estigmatizada e rejeitada. Assim como Kakeshita, Laus e Almeida (2013) propõe que o padrão de imagem corporal de mulheres é almejado com o intuito de, dentre outras coisas, se obter aceitação social, as pesquisadoras reconhecem uma associação entre beleza, sucesso, felicidade e magreza como fator que tem levado as pessoas a prática de dietas abusivas e outras formas não saudáveis de regular o peso, o que recai sobretudo em mulheres na medida em que incidência de TA é nove vezes mais comum nestas do que em homens, tendo início principalmente na adolescência, período em que mudanças fisiológicas hormonais relativas a puberdade ocorrem, favorecendo o acúmulo pronunciado de gordura corporal no caso das meninas.

O ato de restringir os alimentos tem início geralmente na adolescência , em resposta há uma má aceitação das mudanças corporais, principalmente o peso, e, associado a fatores psicológicos individuais e familiares e ao forte apelo sociocultural do culto a magreza, pode predispor a um transtorno alimentar. (DUNKER; PHILIPPI, 2003, p.53)

No estudo apresentado, das 279 alunas de escola particular da região urbana e central do município de São Paulo entre 15 e 18 anos estudadas, 21,1% apresentaram sintomas de anorexia nervosa, identificados a partir do Eating Attitudes Test (EAT-26) e houve um alto número de alunas com aversões alimentares semelhantes as das anoréxicas (identificado por um questionário de preferências e aversões). De forma semelhante, Dunker, Fernandes e Filho (2009) aplicaram o EAT-26 em 116 alunas de escolas públicas e 67 de escolas particulares da região leste do município de São Paulo entre 15 e 18 anos, bem como a Escala de Atitudes Socioculturais Voltadas para Aparência (SATAQ-3), a escala de silhuetas de Stunkard (para avaliar a percepção

corporal das adolescentes), e um questionário relativo ao uso de dietas para perda de peso e sua frequência. Os resultados revelaram que a porcentagem de adolescentes consideradas de risco foi semelhante entre as escolas e que aquelas com sobrepeso/obesidade apresentaram mais sintomas de anorexia nervosa, identificados pelo EAT-26. Ademais, metade das adolescentes das escolas analisadas já fez dieta, o que foi mais frequente para aquelas participantes cuja pontuação no EAT-26 era maior.

Considerando a valorização sociocultural da magreza e a peculiaridade da forma como recai sobre o período da adolescência (sobretudo no sexo feminino), os resultados dessas duas pesquisas (Dunker e Philippi, 2003; Dunker, Fernandes e Filho, 2009) sugerem uma possível preocupação com o peso e a imagem corporal das adolescentes que é motivadora das práticas de dieta, aversões alimentares e sintomas de anorexia nervosa identificados.

Ao analisarem as adolescentes de escolas públicas e particulares, Dunker, Fernandes e Filho (2009) não apenas identificam tais sintomas como buscam uma possível relação com o nível socioeconômico das participantes, propondo investigar se esse seria um possível fator predisponente a transtornos alimentares. Os autores indicam que os fatores etiológicos de transtornos alimentares são baseados em vulnerabilidade biológica e predisposição psicológica (necessidade de adaptação junto à sociedade, baixa autoestima e insatisfação corporal), sendo a influência da classe social um elemento de divergência nessa área de estudo.

Em revisão de literatura sobre estudos que tentam correlacionar transtornos alimentares com classe social, Dunker, Fernandes e Filho (2009) notam que alguns autores afirmam haver maior incidência de casos em classes média e alta; outros os associam com a classe baixa e ainda alguns questionam a influência ou efeito da classe social sobre quaisquer casos, havendo pouco ou nenhum efeito dela sobre transtornos alimentares.

Reconhecendo o Brasil como um país marcado pela desigualdade social e que está passando por um processo de transição nutricional, no qual a desnutrição vem diminuindo e, problemas com obesidade e transtornos alimentares vêm aumentando,

Dunker, Fernandes e Filho (2009) apontam a necessidade de estudar populações de diferentes situações socioeconômicas em relação a presença de comportamentos de TA, percepção corporal, atitudes socioculturais quanto a aparência e uso de dietas para emagrecer.

Goldenberg (2010) indica que ao tempo em que observa-se um avanço científico e tecnológico de produtos para o embelezamento e modificação do corpo e um aumento de preocupação da população em relação a ele, bem como à alimentação e à “saúde”, paradoxalmente, a transição nutricional em que o país se encontra revela uma população mais obesa e com crescentes questões de saúde mental, que tem como centralidade sobretudo a insatisfação corporal. Esse fenômeno aponta para a inconsistência dos fatores etiológicos descritos, na medida em que elucida aspectos sociais constitutivos de uma relação negativa com o corpo que não são considerados por Dunker, Fernandes e Filho (2009). Nos critérios que elencam, partem de noções individualizantes de predisposição natural e necessidade de adaptação a um social tratado de forma vaga e genérica, devendo tais critérios serem melhor estudados em relação ao contexto histórico, social, político, econômico e cultural do país. Pensar em que condições se dá a transição nutricional mencionada por Goldenberg (2010) talvez seja uma das formas de alcançar isso.

No que diz respeito ao reconhecimento de um contexto próprio do brasileiro, que é constitutivo da forma como sua população significa o corpo, a antropóloga Mirian Goldenberg (2010) trata do papel e valor dado ao corpo na cultura brasileira, sendo ele compreendido como uma forma de capital físico, simbólico e social. A autora discute como na cultura brasileira, em distinção a outras (como a cultura francesa), o corpo é elemento fundamental da constituição de uma identidade nacional, o que é exemplificado pelas ideias de Gilberto Freyre à luz das contribuições de Pierre Bourdieu e Marcel Mauss.

De acordo com Mauss, o conjunto de hábitos, costumes, crenças e tradições que caracterizam uma cultura também se referem ao corpo. Portanto, pode-se dizer que há uma construção cultural do corpo, a qual envolve a valorização ou desvalorização de certos atributos e comportamentos de forma que cada sociedade tem seu corpo típico. (GOLDENBERG, 2010, p. 224, tradução nossa)

O corpo compreendido enquanto capital sintetiza três conceitos, para a antropóloga. Primeiramente, o corpo como insígnia ou emblema do esforço individual de controlá-lo para atingir uma "boa forma", o que se expressaria por exemplo hábitos alimentares e práticas de atividade física. Em segundo lugar, o corpo como uma grife ou marca, símbolo de pertencimento e superioridade em relação àqueles que não o têm com certas características desejáveis. Em terceiro, o corpo como prêmio ou medalha merecida por aqueles que conseguiram alcançar mediante esforço tais traços socialmente desejáveis e tidos como mais civilizados.

Goldenberg (2010) conclui o texto afirmando que o corpo, na cultura brasileira, é um capital dos mais desejados não só para indivíduos da classe média urbana, mas também das classes populares, sendo tido como veículo de ascensão social e importante capital nos mercados de trabalho, casamento e sexual. Na cultura brasileira, portanto, o corpo demonstra especificidades que estão diretamente ligadas a uma sociedade desigual com valores de ascensão social, pois o corpo desejado é um ideal transmitido sobretudo por uma elite econômica, intelectual e cultural, cujo comportamento é imitado pela população. Nesta transmissão revela-se o importante papel da mídia em reproduzir para a massa da população corpos de atrizes, modelos, cantoras e apresentadoras como um de seus principais atributos, associado ao sucesso que fazem.

Indivíduos imitam atos, comportamentos e corpos que são bem sucedidos e prestigiados em suas culturas. No caso brasileiro, as mulheres mais bem sucedidas e "imitáveis" hoje são atrizes, modelos, cantoras e apresentadoras de TV. Todas elas têm seus corpos como o principal ou um de seus mais importantes atributos. (GOLDENBERG, 2010, p. 224, tradução nossa)

Em tais relações de poder, o corpo almejado (corpo ideal) é tomado como entidade apriorística, natural, sem adjetivos que o descrevem ("o corpo"), sendo curiosamente priorizado mais pelas mulheres do que pelos homens (Goldenberg, 2010, p. 221). Esse corpo naturalizado é, em verdade, uma natureza cultivada, conforme explicita Bourdieu (1987), o que se expressa, para Goldenberg (2010) em fenômenos importantes como a europeização dos padrões de beleza brasileiros, o boom na

indústria da beleza (incluindo cirurgias plásticas) e as roupas como elemento cultural com valor de ornamento que destaca características de corpo desejáveis entre outros.

Não é um corpo indistinto dado pela natureza. É o corpo *sarado*, trabalhado, esculpido, saudável; paradoxalmente uma "natureza cultivada", uma cultura transformada em natural. A cultura da beleza e aparência física, baseada em certas práticas, transforma o corpo natural em um corpo distinto: "o corpo". (GOLDENBERG, 2010, p. 222, tradução nossa)

Entende-se nesta pesquisa, a partir das contribuições de Goldenberg (2010), que na cultura brasileira, o corpo envolve padrões de sociabilidade e comportamento valorizados e desvalorizados conforme a desigualdade social do país, expressa em diferenças não só econômicas, mas também simbólicas (culturais) entre classes sociais. Esta concepção corrobora com a categoria *habitus* de Bourdieu (1987) e pensar a relação entre indivíduo e sociedade com base nela implica afirmar que o individual, o pessoal e o subjetivo são, ao mesmo tempo, sociais e coletivamente construídos.

Para Souza (2003), haveria não só o *habitus* primário, básico, ensinado no processo de socialização e implícito para que o indivíduo seja adaptado à vida social, mas também o *habitus* precário, conjunto de disposições e comportamentos insuficientes para ser produtivo e útil em uma sociedade moderna e competitiva (disposições e comportamentos que não promovem a validação do sujeito como apto a vida social) e o *habitus* secundário, calcado em critérios classificatórios de distinção social com base no conceito de gosto, que se mostra um signo social de distinção entre classes. O corpo como capital de Goldenberg (2010) estaria inscrito na noção de *habitus* secundário, na medida em que associa-se à possibilidade de ascensão social quando com traços adequados ao que é socialmente desejável e transmitido por veículos midiáticos, ainda que sem um recorte de gênero claro.

No que diz respeito a esse recorte, Murnen e Seabrook (2012) argumentam que perspectivas feministas podem ajudar a compreender padrões de gênero de preocupações com o corpo, isto é, compreender a especificidade da mulher e de seu corpo em relação ao avanço científico e tecnológico de produtos para o embelezamento e modificação corporal como estratégias massivamente direcionadas e

adotadas pelo público feminino. São revisadas teorias feministas que relacionam expectativas de corpo para as mulheres (e o trabalho que requerem) com a subordinação feminina, para então se discutir a influência de teorias feministas em pesquisas sobre o corpo e como perspectivas feministas podem ser usadas para aumentar o empoderamento feminino.

No estudo conduzido, os autores colocam dois questionamentos centrais:

(1) Por que mulheres são tão consumidas com a aparência a ponto de se submeterem a cirurgias caras e dolorosas?; (2) Quais as consequências para as mulheres enquanto indivíduos, mulheres enquanto grupo e para a sociedade como um todo que as mulheres sejam assim consumidas por essas preocupações? (MURNEN e SEABROOK, 2012, p. 438, tradução nossa)

Assim, Murnen e Seabrook (2012) fazem uma revisão histórica de diferentes ondas do movimento feminista e suas reivindicações, bem como as teorias feministas acerca da opressão sobre o corpo da mulher em diversos aspectos, incluindo a forma física.

Segundo descrevem, feministas ocidentais expressavam preocupação em relação ao papel do corpo da mulher como limitante de suas liberdades desde a primeira onda do feminismo. Nesta, que ocorre de meados do século XIX ao início do século XX, no contexto da segunda revolução industrial e das duas primeiras guerras mundiais, quando se lutava por direitos civis, dentre eles o do voto, mulheres norte-americanas reivindicavam o direito de ignorar a moda, por exemplo.

Críticas e reivindicações mais intensas acerca do papel do corpo feminino propriamente dito tem início, todavia, na segunda onda (entre 1960 e 1990), em meio ao aumento de consciência da desvantagem das mulheres no mercado de trabalho e na família. Nessa época, mulheres passaram a questionar expectativas sociais de que deveriam constantemente melhorar seus corpos através de práticas como depilação, maquiagem e dietas, indagando-se sobre o motivo desta melhoria ser exigida. Tal investigação sobre o papel do corpo da mulher na perpetuação de relações de dominação teve continuidade a partir da terceira onda, iniciada nos anos 1990, dando-se ênfase ao ideal de magreza irreal promovido para mulheres. Um exemplo

disso é crítica da filósofa Susan Bordo a esse ideal por ter um papel crucial na perpetuação de insatisfação corporal e transtornos alimentares em mulheres (MURNEN e SEABROOK, 2012).

No premiado livro *Unbearable Weight*, publicado pela primeira vez em 1993 e relançado em 2004, a filósofa Susan Bordo critica o ideal irreal de magreza e seu papel na perpetuação de insatisfação corporal e transtornos alimentares em mulheres. Enquanto magreza poderia simbolizar controle e sucesso na mente das mulheres que tentam emular o ideal, sua natureza irreal significa que as energias delas são desperdiçadas. Os altos níveis de insatisfação corporal e os mais altos níveis de transtornos alimentares da história exprimem problemas com a prescrição cultural. (MURNEN e SEABROOK, 2012, p. 438, tradução nossa)

Considerando o feminismo não só como um movimento social, mas como um campo de produção de conhecimento, os autores apresentam teorias feministas sobre o corpo que estabelecem conexões importantes entre o patriarcado como um sistema social e suas manifestações no indivíduo - ou melhor, nas mulheres, como é o caso dos transtornos alimentares, corroborando com os argumentos de Susan Bordo.

O fato de que transtornos alimentares são um fenômeno de gênero (mulheres experienciam pelo menos oito vezes mais a taxa de anorexia nervosa e bulimia nervosa se comparadas a homens) e de que há uma variação histórica e cultural nas taxas desses transtornos sugere a importância da cultura para sua existência. (MURNEN e SEABROOK, 2012, p.439, tradução nossa)

Aponta-se a adoção de atitudes feministas como uma forma de ajudar as mulheres a criticar ideais sociais de corpo, desafiá-los e rejeitá-los, sendo essa adoção uma forma de terapia utilizada para ajudar mulheres com transtornos alimentares. A Terapia Feminista pauta-se em certos princípios de empoderamento para guiar as intervenções: (1) O pessoal é político, que aponta para fatores sociais e culturais causadores de problemas de saúde nas mulheres - isto é, entende-se aqui que a condição da mulher enquanto indivíduo se insere em um contexto político mais amplo, constitutivo de certas práticas sociais e da cultura que afetam sua saúde (a exemplo do padrão de beleza difundido pelas mídias de massa); (2) Identidades pessoal e social são interdependentes, o que aponta para a importância de entender as experiências das mulheres a partir de recortes como de raça, classe social, orientação sexual e

idade; (3) Mulheres devem trabalhar para estabelecer relações igualitárias (um dos princípios mais elementares do movimento feminista); (4) Perspectivas coletivas são valorizadas. Dessa forma, programas de prevenção e tratamento para transtornos alimentares e imagem corporal visam prover mulheres com habilidades de pensamento crítico para analisar mensagens de aparência, por exemplo, da mídia.

Reconhecendo-se a especificidade da imagem corporal da mulher e como se constitui desde cedo, na adolescência, a partir de conteúdos veiculados pela mídia, adota-se no presente estudo a perspectiva sócio-histórica da Psicologia com o objetivo de compreender, a partir da dialética entre objetividade e subjetividade (Bock, 2011), como se dá a constituição da imagem corporal feminina em diferentes contextos urbanos da cidade de São Paulo na atualidade.

A adoção da perspectiva teórica da sócio-histórica, com bases no materialismo histórico e dialético, se coloca como crítica às naturalizações dos modelos etiológicos de distúrbios alimentares no que diz respeito a pautarem-se em tendências individuais ou predisposições puramente psicológicas de insatisfação corporal, descoladas de um contexto social, político, econômico e cultural mais amplo.

A crítica a esses modelos etiológicos, portanto, diz respeito mais especificamente à dicotomia indivíduo sociedade que apresentam, reconhecendo-se que se tratam de modelos explicativos engendrados dentro de um modo de produção capitalista que promove a naturalização da noção de indivíduo, descolado da realidade (Bock, 2005). Ao escolher como objeto de estudo a imagem corporal da juventude feminina de diferentes contextos urbanos de uma mesma cidade há justamente a finalidade de compreender como atravessamentos econômicos, políticos, culturais e sociais marcam não só as vivências do trabalho, da família, da escola, dentre outros aspectos da vida de jovens do gênero feminino nesse meio, mas também vivências do próprio corpo, estando todas essas vivências articuladas umas com as outras sob a forma de significações, ao mesmo tempo, sociais e individuais, coletivas e particulares, constitutivas de uma dimensão subjetiva da realidade (Furtado, 2002). O problema de pesquisa é, portanto, saber se é possível identificar diferenças entre os discursos sobre

corpo e imagem corporal de jovens do gênero feminino de distritos da cidade de São Paulo com diferentes índices de exclusão social.

Compreende-se a imagem corporal das jovens em questão como produto e produtora de formas de sociabilidade em dimensões objetiva e subjetiva, associadas a aspectos presentes na realidade material tais como a desigualdade social econômica e de gênero. Dessa forma, a imagem corporal desse público é entendida como produto e produtora de discursos conflituosos sobre corpo e ideais de beleza, a saber: (1) O discurso midiático (mídias de massa) e o discurso da indústria da beleza; (2) O discurso médico-científico; (3) O discurso de movimentos feministas característicos desse novo século, que reivindicam a autonomia sobre o próprio corpo e o rompimento com ideais estéticos a respeito da beleza feminina.

2. MÉTODO

Adota-se, para fins de investigação das significações sobre imagem corporal da juventude feminina em questão e em coerência com a abordagem teórica, a metodologia qualitativa desenvolvida por González Rey (2005), mais especificamente a Conversação, realizada com duas estudantes do sexo feminino, tendo como critério de seleção o índice de exclusão social da região em que mora (uma de distrito com alto índice de exclusão social e outra com distrito de baixo índice de exclusão social da cidade de São Paulo), conforme o Atlas da Exclusão Social no Brasil (CAMPOS et al., 2004; 2015).

Nesse atlas, os municípios brasileiros e, no caso das grandes metrópoles, os distritos, são caracterizados a partir de índices referentes a exclusão e desigualdade social e apresentados nas cores verde, amarelo, laranja e vermelho, representando, respectivamente, do menor ao maior índice de exclusão social. Utilizaram-se os dados disponibilizados pelos Censos Demográficos de 2000 e de 2010, no caso da versão mais recente.

Para tanto, foram utilizadas três dimensões de análise abarcando dez indicadores: (1) Vida Digna (enquadrando os indicadores de bem estar material da população; indicador de pobreza, indicador de emprego, indicador de desigualdade); (2) Conhecimento (mensuração do acúmulo simbólico e cultural da população; alfabetização, indicador de estudo dos chefes de família); (3) Vulnerabilidade Juvenil (avaliação da exposição da população jovem a situações caracterizadas pela violência; presença juvenil e indicador de mortes violentas).

Tendo como base o mapa de São Paulo produzido por este atlas em suas duas versões, de 2004 e 2015 (anexos 3 e 4), foram selecionadas duas participantes do sexo feminino, de 18 a 25 anos, uma de região verde e outra de região vermelha de São Paulo.

A análise qualitativa dos resultados foi realizada a partir da metodologia de Núcleos de Significação (Aguiar, 2009; Aguiar e Ozella, 2013), apreendendo-se por meio dessa análise as significações sobre imagem corporal das estudantes e de que forma se articulam com outras significações acerca da realidade que vivem.

A adoção dessa metodologia de coleta justifica-se na medida em que, de forma coerente com a perspectiva teórico-metodológica da psicologia sócio-histórica, se reconhece o caráter ativo do pesquisador e processual do conhecimento. Trata-se de uma construção conjunta pesquisador-pesquisado, por meio de um caráter contraditório e de permanente tensão entre o momento teórico do primeiro e a complexidade do momento empírico, com produção de novas zonas de sentido sobre o problema estudado. Não há, portanto, o encaixe da informação que aparece na pesquisa aos marcos referenciais prévios do pesquisador, como se este se despisse de uma presença ativa mediante a qual o participante da pesquisa produz autonomamente (ou espontaneamente) sentidos sobre o tema estudado. Há, em contraposição, uma produção de pensamentos e olhares reflexivos sobre a realidade estudada (compreendida ao mesmo tempo como social e individual), a partir do momento empírico da conversação.

Em consonância com a perspectiva sócio-histórica, portanto, compreende-se que a subjetividade apresenta uma realidade complexa a ser pesquisada, sendo impossível compreendê-la por categorias universais *a priori*, dogmáticas - o que González Rey (2005) chama de "apreensão finalista do real". Faz-se com esse método, assim como na abordagem Sócio-histórica, uma crítica às dicotomias entre subjetividade e objetividade, sujeito e objeto do conhecimento e também entre indivíduo e sociedade.

A conversação tem como objetivo conduzir a pessoa estudada a campos significativos de sua experiência pessoal e, assim, à trama de sentidos subjetivos dessa experiência, conforme expressa gradativamente seu mundo, necessidades, conflitos e reflexões. O pesquisador é um facilitador da dinâmica, que favorece o diálogo e, portanto, deve estar consciente de que o valor da informação será dado pelo sujeito a partir de seu envolvimento na conversa, o que está para além de sua intencionalidade consciente. A partir da análise da conversação, gravada e transcrita na íntegra obtêm-se indicadores que são a base de hipóteses e devem explicitar elementos da informação estudada que a justifiquem. A pessoa estudada está na

condição de sujeito ativo da construção da experiência (ao invés de um sujeito passivo pelo qual se chega a uma "realidade *em si*") e os indicadores levantados na análise do diálogo com ela posteriormente atingem um nível de análise mais complexo, configurando zonas de sentido chamadas de núcleos de significação, conforme a metodologia de análise de Aguiar (2009) e Aguiar e Ozella (2013).

Como cuidados éticos, foi assinado pelas participantes um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo I), no qual estas são informadas com clareza e em linguagem acessível sobre os objetivos e procedimentos utilizados, os possíveis riscos de participar, os benefícios esperados, a garantia de esclarecimentos antes e durante o curso da pesquisa, a liberdade para se recusar a participar desta ou retirar o consentimento em qualquer momento de seu curso (sem qualquer forma de penalização ou prejuízo) e a garantia de sigilo quanto aos dados fornecidos. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética da universidade e aprovado sob o protocolo 79021617.0.0000.5482.

Ademais, foram realizados dois pré-testes com jovens entre 18 e 25 anos, residentes de Artur Alvim e Itaim Paulista, para adequação do instrumento de coleta: um roteiro (Anexo 2) com perguntas-chave baseadas nos objetivos da pesquisa, que no entanto não se constituiu como foco da conversação, mas sim como um apoio mediante o qual outras indagações acerca da vivência das jovens eram feitas. Tal adequação do instrumento envolveu aspectos como a linguagem utilizada e a formulação das perguntas, que tinha como objetivo enfatizar que se procurava conhecer a opinião das participantes e não uma certa resposta esperada.

Após a transcrição dos pré-testes, decidiu-se analisar o da jovem residente do Itaim Paulista como parte dos resultados, em função de apresentar a qualidade metodológica esperada pelo instrumento (que foi adequado a partir do pré-teste realizado com a jovem residente de Santo Amaro) e atender aos objetivos de pesquisa. O mesmo, no entanto, não foi feito com o primeiro pré-teste (jovem de Artur Alvim) devido a percepção de inadequações do instrumento utilizado, bem como o fato de que a jovem entrevistada morou boa parte de sua vida em um bairro da região verde de

São Paulo (Saúde), o que estava marcadamente presente em sua fala, dificultando a análise comparativa com outra participante da região verde da cidade.

O contato com a jovem de Itaim Paulista se deu através de uma amiga da pesquisadora, que conhecia a jovem participante e lhe apresentou a proposta. Os detalhes da entrevista, local, horário, procedimentos e dúvidas que a participante tivesse foram esclarecidos com a pesquisadora via mensagens virtuais e a entrevista ocorreu no dia 24 de Novembro de 2017, às 18 horas, em uma cafeteria do bairro onde a participante trabalha e estuda (Carrão), tendo uma duração de uma hora e quinze minutos.

Considerando o número de participantes previstos na pesquisa, foi realizada ainda, como parte da coleta, uma entrevista com jovem residente da Vila Mariana. O contato inicial se deu através de um post em um grupo de mulheres da rede social *Facebook*, no qual a jovem demonstrou interesse pela pesquisa, sendo então contatada individualmente através de mensagens virtuais pela própria rede social para comunicação sobre os detalhes da entrevista, local, horário, procedimentos e dúvidas que a participante tivesse. Essa entrevista ocorreu no dia 31 de Janeiro de 2018, às 15 horas, em um *shopping center* do bairro onde o namorado da participante reside (Perdizes), tendo uma duração de quarenta e três minutos.

Após realizadas as entrevistas, estas foram transcritas na íntegra respeitando a fala das participantes, a despeito da forma culta da língua portuguesa.

3. RESULTADOS

Os resultados produzidos conforme o procedimento de análise descrito no capítulo anterior são apresentados a seguir, por meio dos núcleos de significação construídos. Abaixo constam, portanto, os núcleos de significação referentes a cada uma das entrevistas com as participantes do Itaim Paulista e da Vila Mariana e, em suas análises, frases representativas das significações obtidas, relacionadas com a forma como as participantes vivenciam os padrões de beleza postos na sociedade e como se configura a imagem corporal que têm de si mesmas.

3.1. Núcleos de Significação da entrevista com participante do Itaim Paulista

M.C., gênero feminino, tem 23 anos e é moradora do distrito do Itaim Paulista, cujo índice de exclusão social segundo o Mapa da Desigualdade Social de São Paulo (Campos et al., 2004; 2015) é um dos maiores da cidade (entre 0,292 e 0,521), o que significa dizer que vive em um distrito marcado pela pobreza e condições de vida precárias, com pouca oferta de serviços públicos para a população, altos índices de violência e baixa escolaridade, entre outros aspectos. A jovem cursa engenharia de uma universidade privada no período noturno, além de trabalhar durante o dia como projetista de uma empresa de engenharia, ganhando em torno de um salário mínimo, do qual boa parte é destinada para pagar a faculdade.

A entrevista foi realizada próxima ao trabalho e a faculdade onde estuda, no período da tarde, e durou cerca de uma hora e quinze minutos. A partir da análise da entrevista, foram produzidos quatro núcleos de significação (identificados por números), referentes a treze indicadores, que foram nomeados com frases da própria participante, selecionadas por ilustrarem com precisão a essência das significações obtidas. Tais núcleos estão elencados no quadro abaixo, juntamente com os indicadores neles aglutinados:

Núcleo 1: "Por mais que minha saúde esteja ok, tipo, às vezes você fica, tipo, "poxa..."(...)"
Pressão e valorização do emagrecimento desde pequena
Ser "gordinha" e se espelhar na magreza dos outros ao redor
Hoje: relação conflituosa com o próprio corpo
Saúde como algo ambíguo: oras reprodutor de padrões, oras não
Núcleo 2: "Nas novelas sempre as mulheres que sempre são, tipo, protagonistas é esse padrão... Ou mulheres bem-sucedidas. Mulheres poderosas."
Mídia como principal instrumento de disseminação do padrão de beleza feminino
Redes sociais: magreza como mercadoria e estilo de vida. Não há lugar para corpos gordos.
Ser magra como referência desejada e pressão social: imagem de sucesso
A contradição de ter um corpo "intermediário" e ser da periferia e ter uma namorada gorda da elite
Núcleo 3: "(...) na maioria das vezes não é uma coisa que impacta minha vida pensar sobre isso, se eu tô gorda ou se eu tô magra."
O ser magro nunca foi central em sua vida: muitas outras desconstruções
Identidade racial como uma questão nebulosa para si.
O padrão de beleza historicamente são corpos brancos e magros
Núcleo 4: "A gente começa a perceber que, tipo, as pessoas tem várias formas e tudo bem elas ter essas formas."
Aumento de diversidade de corpos na mídia (representatividade) melhora a autoestima das mulheres
Feminismo: grande transformador de sua relação com o corpo, com os padrões de beleza disseminados e com outras mulheres

O primeiro núcleo construído (1), "Por mais que minha saúde esteja ok, tipo, às vezes você fica, tipo, "poxa..."(...)", parte inicialmente de relatos de M.C. sobre como era a relação com seu corpo desde quando era uma criança até os dias atuais, o que explicita uma vivência bastante conflitiva e sempre norteadas por uma valoração negativa do "ser gorda". Observa-se que essa vivência passa por justificativas de cuidado com a saúde que eventualmente se expressam na compreensão de saúde que tem hoje em dia, por mais que tente desvinculá-la da questão de magreza como padrão de beleza.

Sobre isso, a jovem conta que a preocupação com o peso esteve presente na sua vida desde criança, sobretudo por parte da mãe, que vendo a filha acima do peso foi em busca de ajuda médica e passou a controlar sua alimentação. Já nisso observa-se que não só a questão do peso está vinculada a ser uma criança saudável, ainda que não sendo uma criança obesa. Essa experiência que coloca o corpo obeso como algo indesejado é aprendida a partir dos modelos ao seu redor - no caso, o saber médico.

Em relação ao corpo eu acho que minha mãe pilhava mais... Eu acho que por ela me ver questionando tanto, minha mãe pilhava mais. Tipo, tentava me colocar numa dieta...

Porque também eu acho que eu tava tipo, um pouquinho acima do peso, assim... Não de obesidade, mas um pouquinho acima, tipo, "se você emagrecer uns cinco quilos você fica, tipo, ok pra estar saudável", vai. E aí ela me levou no endócrino e tal... Só que meu, eu comia bolacha escondido e essas coisas assim.

M.C. observava também durante sua infância os cuidados da mãe com o próprio corpo, em uma busca pelo emagrecimento por meio de "dietas loucas". Ainda que não incluísse a filha nisso, a mãe da participante apresentava-se como um modelo tal qual o saber médico, considerando o fato de que ambos se mostravam meios para o emagrecimento, tido como "saúde". Nesse sentido, a filha aprendia também pela mãe que o corpo magro era algo almejado, sejam quais fossem os esforços para obtê-lo.

Ela fazia as dieta louca dela, mas tipo, ela não me incluía nisso.

Ah, eu queria tomar os chás de quinze ervas que emagrecia... (Risos)

Mas ela nunca empurrou pra mim essas dietas louca dela. Ela fazia dieta da sopa... Dieta do tipo, chá de não sei o quê... Dieta de... Ficar

sem comer...

A partir desses modelos, M.C. explicita como lidava emocionalmente com a demanda que lhe era colocada sobre seu corpo. Se ao introduzir esse assunto a jovem conta que a princípio procurava comer as coisas das quais gostava e não ligava muito para essa questão, sendo algo trazido pela mãe, nota-se agora uma transformação na fala da jovem quando passa a contar que gostava das soluções que lhe eram apresentadas, pois não gostava do seu corpo. Tal transformação evidencia como um controle externo de seu corpo rapidamente torna-se algo também seu, colocando o gordo como algo ruim e indesejado, logo, o seu corpo como objeto de desgosto, introduzindo-a desde criança a uma lógica na qual facilmente se sujeitaria a formas agressivas de emagrecimento.

Então... Tipo, eu entendia [o que minha mãe fazia], só que eu achava... Não, eu gostava na verdade.

Porque eu não gostava do meu corpo. Então qualquer possibilidade que ela me desse, tipo, qualquer alternativa que ela me desse eu ia "beleza!", tentar acatar. Então eu aceitava, tipo, "tá, vamo tentar", só que aí eu não fazia até o final, mas "vamo tentar"... Então, por exemplo, se ela fosse uma mãe que me entuchasse junto das dietas dela, óbvio que eu ia fazer. Porque é minha mãe, né, falando pra eu fazer... Tem isso.

Tal lógica estava presente não só na relação com sua mãe e com o saber médico, mas também no relacionamento com outras crianças. Ser "gordinha" era motivo de piada entre os amigos e algo "horrível", portanto suas relações eram marcadas por esse aspecto desde cedo, algo que, da mesma forma que não surgiu espontaneamente dentro de sua casa, é possível pensar que não foi na vida dos colegas de infância.

É, eu era gordinha... E aí... É aquela coisa, meu, tipo, ainda mais na - quando você é mais... Até uns... Pra mim pelo menos foi até uns quinze anos assim. Que era muito horrível ser gorda. Porque você era zuado...

Frente a essa questão que atravessava a relação com seu corpo e com os outros, M.C. conta como rejeitava a sua forma física e como até mesmo se culpabilizava por não ser magra como a irmã, se comparando não só a ela, mas a qualquer outra amiga magra.

Baixinha e gordinha, né? É tipo batata que vai sofrer bullying, né. E aí

minha irmã já sempre foi magra, e aí eu ficava tipo, "pô, porque...". Minha anatomia é muito diferente da minha irmã. Tipo, ela sempre usou trinta e seis, até ela ficar grávida... Ela usava trinta e seis. Eu só usei até sei lá, os meus onze anos, tipo... (risos) E aí eu ficava tipo equiparando assim, pra caramba. Tipo, "a gente nasceu da mesma mãe, do mesmo pai, por que eu não sou magra?!"

Sim, [eu me comparava a] minha irmã e qualquer amiga magra que eu tivesse!

Além do corpo, aparece nesta relação comparativa com as amigas e com a irmã mais velha outro aspecto, que eram os cuidados tomados para o embelezamento de si. Aprendia, portanto, não só que saúde e beleza estavam associadas ao ser magro, como também que a beleza estava associada a outros cuidados, ligados a maquiagem e afins.

Ah, eu acho que da minha irmã, tipo, da minha irmã e as amigas da minha irmã que eram mais velhas, era... Além de querer o corpo, tipo - uma que minha irmã é seis anos mais velha que eu, então tipo, eu tinha dez ela tinha dezesseis, e aí ela tinha aquele corpo magro, bonito... E ela, tipo, era adolescente... E aí alguns comportamentos eu queria ter igual. Tipo, maquiagem, essas coisas assim de se embelezar...

Da galera da minha idade que era mais magra [a comparação que fazia] era mais, tipo, pra ser magra

Ao falar de sua relação com o corpo hoje, a jovem conta de uma vivência conflitiva, com constantes crises (ou rejeições) e aceitações, mas ainda sim uma vivência que denomina boa, dado que se mantêm em uma área de conforto por não estar distante do padrão de beleza e por gostar das características do seu corpo a despeito desse padrão.

Hoje em dia eu acho que [a relação com meu corpo] até é boa, assim... Porque eu... Eu sei que eu, tipo, não tô num padrão, mas também eu não tô muito longe dele. E aí isso me deixa um pouco numa área de conforto ali, tipo... Massa, entendeu? Tipo, eu gosto do meu corpo todo... Do meu cabelo, da forma do meu corpo, dos meus seios, dos meus pêlos, então, tipo, eu tenho bem esclarecido isso.

As crises são algo que diz ser básico, o que remete a algo esperado e inevitável, constitutivo da relação com seu corpo, mas nega que elas afetem sua autoestima ao ponto de ficar extremamente mal e pensar em modificá-lo. Embora sejam crises frequentes, relacionadas sempre ao fato de estar gorda e não ter roupas que servem, bem como a traços de feminilidade considerados feios (como peitos caídos e flácidos),

o que remete a uma rejeição do corpo gordo e seus traços que aprendeu desde a infância, diz serem crises breves e mantém-se firme quanto a ter uma boa auto-estima e aceitar esses traços.

(...) é, tem aquelas crises, tipo, básicas assim de "ah, eu tô gorda", "ah, a minha calça não tá servindo", mas não é uma coisa que eu pilho muito, que me deixa, tipo, com a autoestima baixa... Que me deixa em um período muito longo de tempo, tipo, mal, entendeu? Uma coisa que eu, sei lá, pense em me... Tirar algo ou, tipo, trocar alguma coisa do meu corpo.

[as crises] Têm sido [frequentes]. Mas assim, aquela coisa de uma tarde, sabe? Uma coisa de - você acorda de manhã e se olha no espelho e você fica tipo "poxa... podia não ter esse pneuzinho aqui, né?", ou tipo "poxa, eu podia ter o peito um pouco mais pra cima...", ou tipo "poxa, eu podia ter o peito mais durinho...", mas aí não é nada que eu fique, sei lá, mais de dois dias pensando nisso. Tipo, me martirizando e, tipo, pensando em soluções

Ainda que aceite seu corpo, negando o desejo de modificá-lo, conta que às vezes faz dietas, mas não relata como. Isso retoma sua infância, na qual a dieta era tida como meio para o emagrecimento e forma de cuidar da saúde, sendo possível que este seja o pensamento que guie tal comportamento hoje. Em contrapartida, ainda que a dieta esteja apoiada na valoração negativa do corpo gordo e seja uma forma de moldar o próprio corpo dentro de padrões de beleza e ideais de saúde observados desde pequena, M.C. questiona o emagrecimento para se encaixar nesses padrões e reconhece que tal comportamento encontra um limite na sua constituição física, a qual não concorda que seja mudada. Esses exemplos caracterizam bem a relação conflitiva que possui.

Às vezes [faço] uma dieta, porque é importante e tal...

Agora eu consegui entender que não interessa o quanto eu emagreça, o meu quadril é largo e eu não vou entrar em um trinta e seis! É tipo, ter essa consciência. Tipo, "meu, não pira! Você não vai conseguir entrar", tipo "desapega! Não precisa". Só se tipo, eu arrancar um teco do meu quadril e tipo, acho que isso não é legal...

Pensando sobre o que faz para mudar o próprio corpo nas situações de crise, para além da dieta que diz ser algo completamente por motivos estéticos, a jovem fala também sobre procurar fazer atividade física, no entanto associa esse comportamento mais a uma busca de saúde. Aparece nestas falas o quanto saúde e estética são

vivenciados de forma misturada, ambos usados como justificativas para ter um certo corpo: ativo e, portanto, magro (ainda que nem sempre consiga manter seus esforços, como o caso da academia na qual se matriculou, mas foi poucas vezes).

Atividade física sim [faço], mas eu acho que não é nem mais pelo corpo e "ser magra", mas sim porque eu sou uma pessoa sedentária...

A dieta é pela estética, cem por cento, agora a atividade física é tipo trinta [por cento] de estética e setenta mais porque, meu...

É, eu fiz um mês. Eu fiz academia com uma colega e sei lá, durou... Duas semanas, pra falar a verdade. Eu paguei um mês e durou duas semanas. E eu me senti, tipo, bem, porque é uma coisa que, tipo, te dá mais ânimo, te dá mais pique...

A forma como M.C. percebe o corpo como mais gordo ou mais magro é algo que eventualmente guia a forma como vive sua vida, independentemente de um bom estado de saúde. Estar gorda a deixa mal e para compensar isso busca controlar aspectos como a alimentação, mesmo de forma mais sutil e que não entre necessariamente em uma dieta rigorosa (faz pequenas restrições cotidianas).

É, às vezes sim. Tipo, "ah, eu tô gordinha...". Por mais que minha saúde esteja ok, tipo, às vezes você fica, tipo, "poxa...". Cerveja: "pô, tô inchada... Tô inchando". E eu fico tipo "tá, posso dar uma maneirada..."

Ao pensar sobre o que seria esse bom estado de saúde, a participante indica que ampliou sua concepção a partir da conversa com a pesquisadora, pensando que saúde não diz só respeito a um bem-estar biológico relacionado a ausência de doenças, que era o que inicialmente pensava, mas também a um bem-estar psicológico, relacionado a felicidade, ainda que esta não seja constante.

Então, eu achava uma coisa até essa conversa. Porque, tipo, a gente sempre associa saúde com o físico, né. Tipo, "beleza, você não tá com o colesterol alto, nem o diabetes, então você tá bem", "você não tá com, sei lá, gota", "você não tá com problema de vista...". Mas tipo, beleza, você pode estar fisicamente bem, mas tem muito relacionado ao psicológico. Tipo, "beleza, eu não tô com colesterol, não tô com o diabetes, não tô com nada, mas eu tô com uma puta ansiedade e eu tô com uma puta depressão. Tipo... Eu não tô bem!". Então... Saúde pra mim é você, tipo, estar... Feliz, eu acho. Tipo, num geral... Você estar, tipo, bem. Não feliz, porque ninguém tá feliz o tempo todo, mas você estar bem, você estar bem consigo mesmo em tudo, tipo, com o corpo...

É ao falar mais especificamente sobre a atuação de profissionais da saúde que M.C., ao tempo que acredita que os padrões de beleza não interferem na avaliação de saúde feita por esses profissionais, indica o peso como um dos aspectos que tal avaliação deveria pautar. Isso se acentua quando pensa nos educadores físicos e *personal trainers*, pois além da questão do corpo magro esses profissionais pensariam em detalhes ainda mais próximos do corpo padrão (como ter "barriga chapada", definida e etc).

Tipo, pros médicos eu acho que eles têm essa consciência, né? Pelo menos eu imagino que tenham. Não sei se é real, mas pelo menos na minha imaginação, na minha cabeça existe, tipo, sei lá... Você tem que ter, com 25 anos de 50 a 60 quilos, pronto, sei lá, na minha cabeça... Se você tá nesse intervalo você tá ok. Pelo menos os médicos. Agora os educadores físicos eu já não sei, porque eu acho que é muito visado também o... A forma que o seu corpo está. Tipo, você beleza, pode tá com 55 quilos e você ter 24 anos, mas você não tá com aquela curvinha da barriga, e aí eles vão empurrar pra que você perca isso

Que é diferente do médico. Pelo menos eu imagino. Médico é tipo, "beleza, você tá com 54 quilos e você tá com 23 anos, ok. E você tem um e pouco metros, mas você tá com a barriga tipo... Barriguinha, barriga. Ok". Agora se você vai num *personal* ela vai falar "vamos chapar isso aí". Pelo menos é essa a visão que eu tenho.

Na medida em que a participante entende que a avaliação de profissionais de saúde sobre a saúde física das pessoas deveria pautar o peso (dentro de uma faixa esperada para a altura e a idade que pressupõe um corpo magro), que ela afirma algo que até então estava por trás de sua fala: a compreensão do peso (e, portanto, do corpo magro) como um indicador de saúde.

Sim. Não só ele. É, um indicador. Um dos... Mas um indicador de saúde física

Ao falar sobre como isso influencia a relação com seu corpo, M.C. conta sobre ser vegetariana e o quanto um acompanhamento nutricional seria importante para que ela suprisse sua necessidade nutricional, pois a forma como come não é adequada e é algo que pode lhe fazer engordar, levando a uma insatisfação corporal. Como a jovem entende que o peso é um indicador de saúde ao mesmo tempo que a magreza é tida como ideal de beleza, esse exemplo coloca em evidência o quanto os dois aspectos

estão vinculados na sua vivência. Não só o fato de comer mal e engordar seriam prejudiciais à saúde como o engordar a levaria a ficar mal consigo, por se distanciar do padrão de beleza. Engordar é ao mesmo tempo questão de saúde física e de se encaixar nesse padrão, meio para sua satisfação corporal.

Por exemplo, eu não como carne. Então é uma coisa que eu fico postergando pra caralho porque... Eu não tenho uma die - eu não sei se eu tô fazendo certo. Eu acredito que sim, mas não sei se eu tô fazendo certo. Se eu tô comendo tudo que, tipo, repondo todos os nutrientes e tudo que me falta. Foi, tipo, tudo por pesquisa na internet... Eu pesquiso bastante sobre alimentação sem carne. Pra tipo, equiparar ali. Só que aí, a forma que eu como... Por exemplo, não comer salgadinhos, gorduras e os caralhos. Tipo, sempre. É uma coisa que eu faço. E aí vai fazer o que? Me deixar mais gordinha... Então, tipo, isso vai relacionar com o meu corpo e aí posso ficar na bad, porque eu tô gordinha.

Dando continuidade a exposição da análise da conversação, o segundo núcleo (2) produzido, "Nas novelas sempre as mulheres que sempre são, tipo, protagonistas é esse padrão... Ou mulheres bem-sucedidas. Mulheres poderosas", traz mais elementos que ajudam a compreender a relação de M.C. com seu próprio corpo, bem como compreender de que forma ela entende que os padrões de beleza se reproduzem nas relações sociais. Há nesta compreensão a presença de significações sobretudo da centralidade da mídia como grande meio de difusão de valores e ideais relacionados a beleza, com recortes de classe importantes de serem considerados, bem como significações sobre o papel das redes sociais em estabelecer o corpo magro como mercadoria (objeto de desejo e consumo) e estilo de vida entre as pessoas. Frente ao recorte de classe presente em suas ideias, M.C. enfrenta contradições, sobretudo por se relacionar com uma mulher de classe alta que não se encaixa completamente no que o padrão de beleza (e imagem de mulher rica) prevê.

Ao ser questionada sobre a origem desse padrão de beleza na atualidade e quais suas principais formas de sustentação, a participante fala imediatamente sobre mídia, na qual não só o padrão é originado e reproduzido como sustentado pela articulação dele com o ideal de uma certa classe social, centralizadora de poder e

sucesso financeiro, como por exemplo nas novelas, em que as mulheres mais dentro desse padrão são protagonistas ou mulheres poderosas e bem-sucedidas.

Ah, pelo tudo que a gente vê, tipo, TV, revista... É... TV tipo, novelas... Nas novelas sempre as mulheres que sempre são, tipo, protagonistas é esse padrão... Ou mulheres bem-sucedidas. Mulheres poderosas. Ou na questão financeira ou na questão de tipo, resolver as coisas em si, tipo, na questão de novela, tipo, de tramas e tal.

A jovem observa que o papel da mulheres gordas nas tramas é sempre de menor valor, algo levado menos a sério e como uma personagem desprovida de sexualidade, de ser atraente aos olhos dos telespectadores. Ademais, são personagens que ocupam sempre classes mais baixas, o que associa às personagens negras, que eram sempre colocadas como empregadas e pessoas que geravam os problemas dos outros personagens das novelas, embora entenda que isso vem mudando. De qualquer forma, por serem personagens de menor valor devido a sua aparência física, nunca são espelhadas, pessoas que o público quer ser.

Porque, tipo, eu não vou colocar uma mulher gorda pra ser a... Sei lá, vai ter uma novela e tem uma empresária. Sei lá, eles nunca colocam uma mulher gorda. Eles vão colocar a gorda pra ser a engraçada.

E tipo, pra ser a engraçadinha, pra ser, tipo, "ô, legal...", e não pra ser uma mulher que é levada a sério, uma mulher que é sexua - que dão, sei lá, que passa e dá tesão, entendeu? Não colocam a mulher gorda assim... É sempre a... Ou cozinheira, ou é... Sempre, também, essa questão tipo de classe, né. Sempre é lá embaixo e tal. E aí... É, eu acho que vejo assim. É que nem da mulher negra também, agora que tão colocando mais, mas antes a gente não via. A mulher negra era empregada... Ou se não era empregada era barraqueira, ou se não era barraqueira era a que faz falcatruas. A mulher tanto quanto o homem, né. Mas tipo, sempre essa relação. Nunca é uma pessoa que você quer ser.

Em um exercício de pensar sobre o papel que o corpo gordo ou magro e a raça têm sobre o lugar que as mulheres ocupam na mídia, M.C. fala sobre as mulheres negras gordas e as mulheres negras magras estarem sempre ocupando lugares subalternos, expressando como a questão racial também é um forte elemento constitutivo das relações entre mídia e padrões de beleza, com o detalhe de que se a mulher negra magra é bonita, sua sexualidade acentuada é usada para fins duvidosos.

Aí ela é humorista. Faxineira. Cuidadora, é a moça que cuida das pessoas. É a mordoma...

Ela é sexualizada. Ela é a gostosa... Ela é a da favela que é bonita. E aí ela engana as pessoas... Tem muito disso, tipo, que ela usa a sexualidade dela pra enganar as pessoas.

M.C. nota o mesmo padrão nas produções que assiste com mais frequência, boa parte de um serviço de streaming (site pago que oferece filmes e séries, dentre outros programas). Para ela, as mulheres gordas dificilmente ocupam o papel de protagonistas nessas produções, ainda que as discussões sobre aceitar o próprio corpo venham aumentando. A questão racial, de incluir mulheres negras e de mulheres negras ocuparem papéis de protagonistas, está mobilizando mais essas produções no momento, ao seu ver.

(...) também eu não lembro nenhuma série que eu assisti que tenha uma protagonista que seja gorda, tipo... E ainda séries novas, né? É verdade, eu não lembro... Não lembro. Tipo, não é visto ainda. Ainda sim, apesar da gente estar conversando sobre isso e as mulheres estarem, tipo, sei lá, entendendo mais e aceitando mais o seu corpo do jeito que é, a gente ainda não vê tanta... Tanto apoio para a questão de corpo e de gordo ou magro. É mais - acho que tá mais forte, mais no auge a questão racial, assim... De incluir as mulheres negras do que mulheres gordas.

Entendendo a mídia como um instrumento central de produção e sustentação do ideal de beleza feminino, a jovem compreende a mídia como um espelho das aspirações de beleza femininas, sendo ela uma forte influenciadora da forma como as mulheres se relacionam com os próprios corpos e estão ou não satisfeitas com eles, estabelecendo o desejo por um determinado tipo de corpo. Associadas a mídia, estão as campanhas publicitárias de cosméticos, marcas de roupas e outros, as quais fomentam esse desejo de ser como o padrão de beleza veiculado.

Sim, eu acho que sim. Porque, tipo, é um espelho, né? Você assiste aquilo, querendo ou não você queria fazer parte daquilo, porque você se sente envolvida com aquilo. Então se algo não te representa ou você não vai querer mais ver aquilo ou você vai tentar entrar naquilo.

Também, porque você quer aquilo. Então você quer, sei lá, uma sombra X, um lápis X ou um perfume - meu Deus do céu, propaganda de perfume! É só esse padrão.

M.C. exemplifica essas significações a partir de um exemplo específico, da marca de cosméticos e produtos femininos "Avon", em que fica explícita a imagem de mulheres magras como modelos fabulosas para peças íntimas sensuais, enquanto não há modelos gordas, bem como as peças íntimas para esse tipo de corpo são desprovidas de qualquer elemento de sensualidade.

Avon... Você vai folhear. Na coisa de calcinha não vai ter uma gordinha. Vai ter do lado a calcinha pra gordinha, tipo, calcinha grande... Sem ninguém! Mas outras vai ser sempre, tipo, mulheres fabulosas e tal...

a calcinha da mulher magra é... Sensual... É, tipo, renda, fio sei lá o quê... A da mulher gorda vai ser um negócio bege, sem graça e... Xoxo, assim. Calcinha que você usa pra dormir. Calcinha confortável, basicamente.

Tal como nesse exemplo relacionado a campanhas publicitárias, o corpo da mulher gorda também é algo escondido nas redes sociais, como observa, pois sua exposição é tida como algo desnecessário, que não precisa ser visto por ser considerado inadequado, feio. Enquanto a mulher magra pode compartilhar fotos de corpo inteiro, à mulher gorda só é permitido pela norma social mostrar o próprio rosto, além do fato de que não é incomum que pessoas sigam outras nessas redes sociais por conta da beleza.

Eu acho que sim, tipo... A mulher magra, ela pode postar uma foto com o corpo inteiro na praia que não vão, tipo, só hipersexualizar ela, mas vão "beleza, ok". Agora uma mulher gorda, ela não pode postar uma foto dela na praia de biquíni que vão falar "nossa... Ela não se toca", "nossa... que desnecessário"... Então fica, tipo, muito... Qual a palavra?... Fica muito restrito o tipo de foto que você pode compartilhar ou não da mulher gorda e da mulher magra. A mulher gorda vai postar foto do rosto dela...

(...) existem pessoas que seguem pessoas só porque a pessoa é bonita. E aí a pessoa posta foto bonita e tudo mais, então...

Complementarmente ao fato de que muitas vezes em contas pessoais só as mulheres com corpos magros podem exibir seus corpos, M.C. observa que a grande

maioria de contas de fotógrafos profissionais em redes sociais como Instagram acabam por postar fotos apenas de modelos com corpos padrão, muito distantes de corpos da grande maioria das mulheres. Ao compreenderem as fotos como bonitas, tais mulheres estão sobretudo tomando o corpo das modelos como objeto de desejo, e não a possibilidade de se enxergarem com seus corpos reais no mesmo tipo de foto. Esses corpos (os seus, que não são tão magros, tem cicatrizes, estrias, celulites e não estão tão dentro do padrão) não podem ser expostos ao público.

Por exemplo, eu sigo uma página no Instagram que é sobre fotos de mulheres nuas, assim, tipo... Eu sigo várias páginas assim que eu acho muito legal o nu artístico, pra caralho... Gosto muito. E nessas páginas tem tipo, só um assim que posta, tipo, na mesma frequência de mulheres magras mulheres gordas... O resto é só mulher magra. Tipo, massa... Além de magra, tipo, o peitinho é em cima e tudo mais. Que são muito bonitas, mas tipo, você não vê que essas pessoas não estão ali também. Então você acha bonito, mas você não fala “puts, queria uma foto... - “eu queria uma foto minha assim”, só que você queria uma foto sua assim mesmo, que nem o corpo dessa pessoa. Você não queria uma foto sua naquela pose, você queria uma foto sua daquele jeito. Então, tipo, tem muito essa questão de, tipo, você não poder... Não se ver ali.

as páginas que reproduzem essas pessoas reproduzem só pessoas que tem um corpo magro

Há, assim, para a participante, não só uma distância enorme entre o que as mulheres vêem na mídia e nas campanhas publicitárias e o que são na vida real como também uma distância enorme entre o que vêem exposto nas redes sociais. Sejam corpos de modelos ou corpos de mulheres magras comuns (cabe dizer, com poses e filtros que meticulosamente definem o que pode ser posto à mostra), nestas redes (e também na mídia), o corpo gordo é sempre desvalorizado, escondido ou distante do centro das atenções, com a peculiaridade de que nas redes sociais estão as próprias pessoas reproduzindo na vida comum aquilo que vêem nos outros meios. O corpo magro é aquele que é exibido nelas e desejado, dentro de uma cultura de consumo que o coloca como objeto de desejo e, portanto, mercadoria. Diante desse corpo M.C. mostra-se insatisfeita com o seu e emocionalmente mal.

Aí você se sente mal pra caralho, né?! Porque você fala, tipo, “porra, eu tenho um monte de estria, um monte de coisa e essa pessoa não tem...!”, “porra, minha barriga não é chapada assim...!”, “meu, minha

coxa é enorme...!". E aí você se sente mal... Às vezes eu me sinto mal! Eu fico "nossa meu! Queria ter um corpo assim". Porque, tipo, além de ser aquele padrão, o visual todo dele tá legal, então tudo se encaixa perfeitamente. Vende perfeitamente pra você querer comprar...

Retomando os comportamentos que M.C. tem frente a crises de insatisfação corporal, como dietas e exercícios físicos, pode-se pensar que não só a questão dos modelos de sua mãe e do saber médico constituíram a visão negativa sobre o corpo gordo que a jovem tenta superar, mas também os mencionados acima. A jovem afirma que não basta considerar apenas a sua busca por tais comportamentos como algo espontâneo, mas considerar que essa busca está inserida em uma teia complexa de relações em que também os outros exercem uma pressão fundamental.

Ah, eu acho que é minha o ato de fazer, mas eu acho que influencia um pouco do olhar, dos olhares ou de alguns comentários, assim. "Nossa, Mari, você deu uma engordadinha, né?", tipo... Aí você veste aquele vestido que antes você não tinha pancinha, agora você tem. "Nossa, Mari, você engordou, né?", aí eu fico tipo "é, engordei...!". Na hora eu fico tipo "hahaha", mas depois eu fico "bã-hã-hã! Engordei, caralho..." (imita som de choro). Então, tipo, a iniciativa em si é minha, mas obviamente interfere esses pequenos comentários referentes ao meu corpo...

Sua fala traz o que, pela perspectiva sócio-histórica da psicologia, é entendido como a indissociabilidade entre o indivíduo e a sociedade na compreensão das relações sociais em sua dimensão subjetiva particular e também na subjetividade singular de cada indivíduo.

Essa perspectiva indissociável, no entanto, não é tão clara em alguns momentos e aparece no exemplo em que decide fazer academia sob a forma de questionamento dicotômico entre algo que seria de uma escolha puramente individual, ligada a uma essência de quem ela é e o que pensa (querer ser uma pessoa saudável), ou apenas uma influência social ("ficar gostosa") que, por outro lado, não a constitui. A oposição entre ser saudável e ter um corpo dentro dos padrões, todavia, poderia ser considerada como uma contradição constitutiva de um conflito ao mesmo tempo seu e próprio das relações sociais. Tais relações versam sobre padrões de beleza centrados na magreza ao mesmo tempo que sobre uma concepção de saúde que passa pelo corpo magro.

É, então eu fui seis vezes na academia! O meu histórico! Que patético... (Risos) Então eu me sentia bem, mas eu me questionava um pouco, tipo, eu tô fazendo isso pra mim ou pros outros? Eu me questionava um pouquinho... Eu acho que foi pra mim. Eu acho, não tenho certeza absoluta, mas eu acho que foi pra mim...

Pra todo mundo, a sociedade. A forma como ela me vê, se ela me respeita... Se eu tô acatando padrões que ela tá me impondo... Eu tenho muito essas "piras". Se eu acato, tipo, "meu, sério que eu tô fazendo isso?!". De verdade, e tô fazendo isso por que eu quero ser mais saudável ou eu tô fazendo por que eu quero ficar gostosa? É essa linha que é tipo, muito tênue pra mim...

Do conflito (ou contradição) vivenciado entre saúde e "ser gostosa", M.C. passa a questionar o próprio conceito de beleza que media sua relação com o corpo, relativizando-o a noções particulares de cada um que e não necessariamente precisam se encaixar nos padrões.

Qual o problema em não ser - tipo, o que é ser gostosa? Entendeu? Tipo, o que é você ter um peitão, um bundão e uma barriga chapada? Por que uma pessoa que tem uma bundinha e um peitinho e uma barriga chapada não é gostosa? Por que uma pessoa que tem uma bunda, um peito e uma barriga não é gostosa? E aí eu fico me questionando isso.

Por que uma pessoa que é gorda não é gostosa? Por que uma pessoa que tem peitinho, bundinha e uma puta barriga não é, entendeu? É muito particular, tipo... É muito... Nossa! O que eu acho gostoso você não acha gostoso ou você pode achar e eu não acho. Então tipo, sério que eu tô me limitando a isso? Eu entro nessas questões...

M.C. considera que sua satisfação corporal é boa e questiona os padrões de beleza, por outro lado observa que as pessoas ao seu redor são fortemente afetadas por esses padrões de uma forma pouco problematizadora ou crítica.

Agora eu vejo que, tipo, colegas, assim, que eu não tenho, tipo, tanta proximidade, tipo, a maioria tem uma pilha muito grande com isso. Tipo, tem essa pilha de estar magro, tem essa pilha de... Se auto, tipo, se auto... Pensar em cirurgias e tirar coisas ou colocar coisas...

Ah, a galera que eu conheço da faculdade, que são pessoas que eu não tenho muito contato, algumas pessoas que eu trabalhei... Tipo, de diversos trabalhos e tal. É, defino tipo pessoas da faculdade e pessoas - ah, as pessoas que eu encontrei no ensino médio, que antes eram bastante próximas e agora nem tanto

Conversando sobre a questão de ser afetada pela forma como os outros falam sobre seu corpo e sobre como as pessoas ao seu redor são influenciadas pelos padrões de beleza, M.C. reconhece não só a influência da mídia na reprodução desses padrões, mas também uma participação das próprias pessoas nesse processo, como sujeitos ativos.

Fora a gente, né, todo mundo. A gente como sociedade. Porque é imposto pra gente que isso é legal... Eu acho que a maior fonte influenciador mesmo é a mídia e... É, eu acho que... O que me vem agora na cabeça são nós mesmos. Nós e a mídia...

Dentre essas pessoas a jovem menciona pessoas importantes, socialmente valorizadas, as quais constantemente vê como magras. Nesse ponto passa a falar não só sobre a existência de uma pressão social para que as pessoas se encaixem no padrão, o que a afeta em nível pessoal pelo que as pessoas lhe falam, mas também sobre o quanto o padrão de beleza está associado a uma imagem de sucesso, algo que a torna ainda mais almejada e, pode-se pensar, fortalece a pressão que os indivíduos exercem uns sobre os outros, pois a rejeição por não ter um corpo dentro dos padrões não é simplesmente por uma questão estética. Nesse sentido, pode-se pensar que tal imagem de sucesso estaria na base da discussão que faz inicialmente sobre as diferenças entre personagens protagonistas e coadjuvantes de produções midiáticas e peças publicitárias.

E também - é que entra como nós, mas tipo, figuras importantes e figuras que são espelhadas normalmente são magras

Ah, se a gente pegar mulheres de sucesso na questão de trabalho, vai, mulheres empresárias... Tão num padrãozinho ali...

M.C. compreende que essa imagem de mulher rica e bem-sucedida com o corpo dentro do padrão é veiculada como produto e, mais do que isso, como a promessa de uma vida perfeita, na qual não está só incluído o corpo, mas também um nível socioeconômico, condições que configuram um status social. Retomando o que a jovem fala sobre o corpo gordo em redes sociais como Instagram, é possível pensar que tal lógica mercadológica que coloca o corpo como um produto e uma forma de

status estaria na base do desejo das pessoas por terem corpos magros e na reprodução desses padrões nessas redes.

Porque é o que vende pra gente, né. Que a pessoa rica... Que é o que aparece nos tablóides, vai.

O sonho de vida perfeita. Aquela família branca... Tipo, tudo que é família perfeita: aquela família branca, não sei o que lá. Então são aquela galera que tem mais grana.

Se M.C. conta sobre ter conhecidos da sua escola, faculdade e trabalho que se preocupam muito com o ser magro e se encaixar no padrão de beleza (de forma até mesmo exagerada), é ao falar sobre Carla, sua namorada, que M.C. encontra uma contradição em tudo aquilo que entende como um padrão de beleza associado a uma certa classe social (alta): não só tem um corpo que diz "intermediário" e é uma mulher pobre da periferia como namora uma mulher gorda da elite.

Carla, por sinal, enfrenta muitas questões referentes ao seu corpo fora dos padrões, situação da qual M.C. entende que não pode falar por não ser algo que também lhe diz respeito, já que não é gorda.

A Carla é minha namorada, que... Ela tem muitas piras em relação ao corpo. E as amigas dela também - é que isso é muito foda, né? Tipo, é fácil pra eu falar, porque eu tô naquele intermediário, pra pessoas que estão acima do peso é muito mais difícil, tipo, se entender. Eu não sei se, tipo, eu tivesse acima do peso eu ia pensar assim do jeito que eu penso hoje...

Porque eu não sou, tipo, tão julgada assim o tempo inteiro (...)

Ah, a Carla tá [acima do peso]. E aí ela pilha muito...! Tipo, agora ela numa crise tremenda, que é, tipo, "meu Deus!", tipo, "eu tô gorda" e os caralho... E mano, "você é gostosa pra caralho...". Entendeu? E eu fico nesse intermediário. Não posso falar "Caralho! Olha pra você!", tipo... Eu falo, mas é difícil pra pessoa entender

Ao falar sobre como vê a questão de Carla ser gorda, M.C. observa que isso não é um indicativo de que ela tenha problemas de saúde - pelo contrário, pois Carla é mais fisicamente ativa do que a participante, o que considera algo mais importante do que não estar nos padrões.

E tipo, ela tá acima do peso, mas ela... Isso que eu falo pra ela! "Meu, você..." - Ela vai trabalhar de bike, volta do trabalho de bike... Ela demora 40, 50 minutos...

E tipo, ela faz isso todos os dias, só quando tá chovendo ela não vai. E eu, quando vou, tipo, da Paulista pro Ibirapuera com ela de bike, eu fico tipo a semana inteira com a perna doendo! E eu fico, tipo, "mano, você é mil vezes mais ativa do que eu. Tipo, sua saúde tá mil vezes melhor do que a minha. Isso que importa, cara!". A partir do momento que o seu corpo, você tá acima do peso ou abaixo do peso, começa a interferir na sua saúde, aí eu acho que, tipo, a gente tem que... "Beleza, vamo dar uma olhada nisso". Mas se não, não ter porque - pelo menos a minha visão, posso tá errada? Eu posso...

A saúde (física) é posta como motivo legítimo de preocupação, enquanto que o sofrimento de Carla por ser gorda só é compreendido como aspecto importante a partir do momento que a pesquisadora indica que estão falando então de uma saúde específica. Ao perceber que a questão de ser gorda é algo que afeta Carla psicologicamente, M.C. compreende que a origem deste sofrimento está na imposição de um padrão de beleza que para Carla seria muito distante de quem é, o que subentende ao perguntar de volta para a pesquisadora em tom irônico o porquê de a saúde psicológica de Carla estar sendo afetada.

Sim, a saúde física. A física, pensando na física. (Pausa) Olha, Lygia do céu, é verdade...! A psicológica tá interferindo... Mas aí por que, né?

A solução que traz para isso, no entanto, consiste exclusivamente em uma reflexão individual, o que pode ser pensado como reflexo de uma construção histórica sobre a subjetividade como algo particular de cada um, aspecto que marca o próprio surgimento da psicologia como uma ciência e profissão voltada para uma prática clínica individualizada e individualizante. Nesse sentido, o sujeito trabalhar seu sofrimento psicológico por uma perspectiva mais crítica e contextualizada, que questiona e busca se fortalecer para transformar as condições sociais que são a origem de seu sofrimento, não é uma possibilidade cogitada pela participante.

Não é uma coisa que a gente... Sei lá, e é uma questão que ela só consegue resolver com ela mesma, né?

Quando é perguntada sobre a existência de diferenças na forma como ela e suas amigas (mulheres que compartilham a mesma realidade que a sua) e mulheres

ricas e de bairros mais centrais se relacionam com o corpo (como Carla), diz sobre ter um preconceito, que até questiona, mas volta a reafirmar: a associação do padrão de beleza a classes sociais mais altas. Se antes isso aparecia como uma percepção de algo exterior a si, veiculado pela mídia ao retratar mulheres bem sucedidas e protagonistas de produções televisivas, agora o toma como algo seu, que no entanto julga ser um preconceito por ser uma realidade da qual é distante, ainda que eventualmente suas ideias sejam confirmadas.

Eu não sei, porque eu acho que eu tenho até um pré-conceito, assim. Porque sempre quando eu penso em pessoas mais... Eu acho, na verdade não é um preconceito, é porque é assim mesmo! (Pausa) Fina, né? (Risos) Quando você pensa num bairro nobre e tal, tipo, você vê. Você, tipo, já mentalizou pessoas brancas, magras e, tipo, a classe rica brasileira, tipo...

Eu não sei se é porque eu tô muito distante disso... Tipo, eu fui começar a ter contato com a galera que, tipo, ganha sei lá... Mais de quatro mil por mês e tem tipo 27 anos quando eu comecei a namorar a Carla... Entendeu? Porque, tipo, a minha realidade é tipo outra, totalmente diferente. A galera tá procurando trabalhar... Então talvez seja isso, eu já visualizo que a pessoa já tá nesses padrões. O que eu acho que é um preconceito meu.

A jovem percebe que Carla não está exatamente no padrão que esperaria para alguém de sua classe social, da mesma forma que entende que nem todas as pessoas da elite necessariamente estão, mas fica uma dúvida, algo não resolvido sobre esse assunto, já que ainda sim a imagem vendida é aquela de que a beleza padrão está em uma classe específica, sendo Carla o primeiro exemplo que a fez começar a questionar isso.

Justamente porque M.C. não encerrou esse conflito entre o que encontra na realidade da população rica e o que seria esperado encontrar que procura justificar a associação do padrão de beleza de corpos magros com as classes altas, o que é feito a partir da alimentação da população pobre (do seu meio social).

E aí eu acho que tem essa pira também, porque obviamente eu Mariana, com 22 anos, sendo consciente, obviamente eu sei que tem pessoas que são magras e gordas lá na galera rica. Mas... Não sei!

Então, a Carla é um exemplo disso. Então, quando eu comecei a ver, tipo, “não, pera aí, a galera também não é assim”. Só que ainda sim é muito diferente de onde eu moro. Tipo, de onde eu moro... (Pausa) Não

sei se é porque a galera não come bem... Tipo, sei lá, come coisas que "dão mais sustância", vai, tipo come arroz, feijão... Tipo, é... Come coisas que dão mais sustância e aí a galera começa a engordar mais, e tal.

Nestas tentativas de explicar o fenômeno, entende o pobre como alguém que tem uma alimentação inadequada e que vem de uma cultura de falta de alimento que leva ao exagero ("fartura") e, não só isso, mas alguém que não tem tempo para cuidar de sua saúde como a população rica, cujas condições de vida (como morar perto do trabalho) permitem que façam exercícios regularmente.

Eu acho que (as pessoas ricas) comem coisas, tipo, mais certas. Que seria o que a gente poderia comer. Tem essa questão de escolher o que você pode comer... Tipo, o meu pai, por exemplo, porque ele veio de uma família muito pobre, tipo, não passou fome, mas, tipo, viveu coisas bem precárias, pra ele tem que ter sustância, tem que ter...

Fartura. E aí a gente se acaba nisso. E a gente engorda... Porque a lei da vida é essa. E aí a gente não tem tempo também pra, tipo, ir trabalhar de bike! Entendeu? Não tem como fazer exercícios... Tipo... Eu tenho. Eu digo a galera da periferia. Porque meu, você sai muito cedo do trabalho, vai trabalhar, e aí você volta cansado, e pega o trem, você fica duas horas dentro do trem... Você não vai conseguir ir até o trem de bike.

É tipo arroz, feijão e uma carne, entendeu? Tipo, gorda às vezes... Aí fritura e essas coisas... Tipo, não tem essa coisa de fazer no vapor ou fazer, tipo, não no vapor, mas tipo, grelhado...

Percebe-se em suas explicações que o aspecto econômico surge como algo determinante dos hábitos alimentares e dos cuidados com a saúde, quase impossíveis em meio a uma rotina de trabalho extenuante, no caso do pobre, o que vai colocá-lo como mais distante do padrão de beleza, diferentemente do rico.

O óleo é mais barato do que você ter um air fryer. Entendeu? É tipo essa associação que eu tô tentando fazer... Então eu acho que a gente come mal. A pessoa mais pobre, ela come mal. E consequentemente você comendo mal, você vai engordar... E aí você não consegue fazer exercícios, então obviamente você vai ser sedentário e você vai engordar mais, cada vez mais, enquanto a pessoa que tem uma grana maior é tipo, o trabalho dela é a dez minutos! Onde ela mora é a dez minutos do trabalho. Ou, se for mais longe, ela consegue fazer de bike... Então ela tem um tempo maior pra fazer exercício, vai... E aí ela consegue manter uma forma, talvez não ideal, mas próxima ao ideal.

Ainda que até o momento as falas de M.C. estejam centradas no que compreende como "padrão de beleza", quais os principais instrumentos de sustentação desse padrão e o como o significa do lugar de uma mulher pobre da periferia, há nos relatos da jovem sobre a relação que tem com o próprio corpo e com esses padrões alguns momentos de crítica ("o que é ser gostosa?"), em que se mostra fortalecida frente ao imperativo do corpo magro, o que torna questionável a centralidade dele para si.

Da observação dessas falas, constantes ao longo da conversação, construiu-se o terceiro núcleo de significação (3): "(...) na maioria das vezes não é uma coisa que impacta minha vida pensar sobre isso, se eu tô gorda ou se eu tô magra", no qual M.C. fala explicitamente o que entende por padrão de beleza, o que até então estava subentendido, qual o espaço que esse padrão tem em sua vida e como ele traz um recorte racial que ainda é nebuloso para si mesma na forma como se autodeclara.

Inicialmente, para falar da não-centralidade desse padrão de corpo magro para si, M.C. explicita que o processo de aceitação de seu próprio corpo passou antes por outras questões, como a aceitação de seus pêlos e do cabelo cacheado, que eram coisas das quais tentava se livrar desde pequena.

É porque foi uma construção, né. Porque, tipo, eu tenho muito pêlo. Então, pra mim, isso já é basicamente... Me incomodava tanto quanto a forma física. Então foi tipo muito presente pra mim. Não é uma coisa que, tipo, passou batido... Então hoje quando eu falo sobre essas coisas por conta dessa construção eu encaro de uma forma boa. Tipo, a questão do pêlo... E do cabelo também, porque tipo, meu cabelo é cacheadão, entendeu? Alisei por muito tempo... Então, tipo, quando eu falo hoje ele é igual da forma de eu ser mais gorda ou mais magra.

Nossa, era um caos! Era, tipo... Da questão dos pêlos é todo aquele padrão de... De, tipo, "não ter pêlos" e... Como eu tenho muito, assim, desde pequena - eu com sete anos tirei meus pêlos da perna sem minha mãe ver...! Porque minha mãe sempre falou "não! Deixa do jeito que você é" e tal, mas eu não gostava porque eu usava bermuda e eu tinha a mesma quantidade de pêlo que os meninos (risos)

A participante descreve esse processo de aceitação dos pêlos como um processo de mudança de consciência sem o qual ainda os consideraria algo "horrível". Só a partir dessa mudança pode começar a ver graça em tê-los.

Agora eu tiro sarro, tipo "nossa, mano, nasceu um pêlo aqui!". Se eu não tivesse, tipo, tido essa consciên... - tipo, ser mais consciente, eu ficaria tipo... "Horrível!", assim.

Sobre essa conscientização, conta que foi algo feito com seu grupo mais próximo de amigas e que foi um processo de desconstrução e descoberta de muitas coisas que antes não eram aceitas em si mesmas, dentre elas, o fato de uma se descobrir negra, de todas passarem a aceitar seus cabelos cacheados e não se esforçarem para alisá-los - o que poderia ser considerado se enquadrar em um padrão de beleza centrado em traços europeizados, de uma população majoritariamente branca e completamente diferente da maioria da população brasileira. Nota-se que nesse processo de desconstrução, M.C. não menciona a aceitação do corpo em sua forma magra ou gorda, mas a aceitação outros traços que foram mais importantes e que eventualmente ainda são motivos de crise, embora de uma forma geral entenda que são bem resolvidas consigo mesmas.

Então, é que é muito foda isso e é muito legal. As minhas amigas mais próximas assim, de tipo cinco a oito anos de amizade assim, as mais próximas, elas são muito bem resolvidas. Porque por nós sermos tão próximas, a gente foi descobrindo a coisa juntas. A gente foi - tem amiga minha que é negra que se reconheceu negra junto, quando a gente, tipo, era mega quadradona assim...

Quadradona pra mim é, tipo, pensamento... Tem que ser magra, do cabelo liso e ter um gosto musical "bom", assim... Tipo, rock'n roll. Todas éramos assim. E aí a gente começou a refletir, pensar... E a gente como sempre andava muito junta a gente foi desconstruindo uma na outra... Então, tipo, tenho amiga que se reconheceu negra há quatro anos atrás... E aí a questão do cabelo também, quase todas as minhas amigas, tipo, usam cabelo natural... Então foi toda uma construção que a gente fez juntas. Então as amigas mais próximas, eu sinto que elas são bem resolvidas, tipo... Não bem resolvidas, cem por cento resolvidas porque todo mundo tem aqueles - que nem eu falei, aquela crisezinha ou aquele pensamento... Mas aceitam melhor o seu corpo vai

Isso é algo que depois conta de uma forma mais clara, quando questionada diretamente sobre a aceitação do corpo em sua forma física. Essas amigas, a maioria do mesmo bairro e região onde mora até hoje (Itaim Paulista, zona leste), nunca tiveram isso como algo importante, pois não era algo que tinha um impacto grande na vida ali.

Então, dessas minhas amigas mais próximas, essa questão do... Tipo, de ser magra ou ser gorda ou ser intermediária não é uma coisa que sobressaia muito na vida, tipo, na maioria das vezes. Assim como eu, na maioria das vezes não é uma coisa que impacta minha vida pensar sobre isso, se eu tô gorda ou se eu tô magra.

As minhas amigas são do bairro. Que é o Itaim Paulista. Elas são do bairro, que eu conheci, tipo, no ensino médio, ensino fundamental uma e aí eu conheci - elas tinha já amigas e tal e aí a gente virou um grupo. E tem algumas outras amigas que moram, tipo, ainda na zona leste, a maioria é da zona leste...

A participante, no entanto, não tem a questão de sua identidade racial como algo bem resolvido, ainda que o processo de desconstrução entre ela e suas amigas tenha passado pelo fato de uma delas reconhecer-se como negra. É porque o pardo não é considerado por si própria uma identidade racial que ela se entende branca. A partir dessa definição, estabelecida através de uma negatividade (o que não se é, ou, em outras palavras, um não-lugar), que mantêm a questão silenciada, ainda que não resolvida, pois tem medo de se autodeclarar algo que “em realidade” não é, ainda que considere ter traços "puxados para o negro".

[Eu sou] Par - então, parda é papel... Branca!

Branca... É. Tipo, só o cabelo, assim, que... E ainda - é, só o cabelo que é mais... Puxado pro negro, assim... Eu acho. Mas eu não me considero não. (Pausa) Chegou um período que eu queria me considerar...! Aí eu falei assim "acho que eu tô roubando o lugar de fala de alguém"...

Chegou um período que eu, tipo, me achava... Tipo "tá, eu acho que eu sou negra" e tal, mas... Eu acho que não. Hoje eu me... Tenho certeza que eu não sou.

É, então, ao ser perguntada sobre o que considera uma mulher bonita que M.C. conta não procurar a beleza na aparência física, o que parece ser um reflexo de todos esses questionamentos e reflexões tidos com as amigas. A beleza não estaria no corpo, na aparência estética, mas sim na forma como a mulher vê o mundo, que seria uma forma ao mesmo tempo crítica e humorada, e na personalidade, que seria de uma mulher decidida, segura de si.

Acho que eu não piro muito no padrão. Tipo, acho que eu não piro na forma física da mulher. Eu acho que, tipo, vai bem mais além disso. Que é uma mulher engraçada...! Uma mulher que me faça com vontade de ficar perto dela por conta do que ela fala pra mim e... Das atitudes dela

e... A forma como ela vê o mundo... Se for "marromenos" - nada que eu, tipo, se ela não falar Bolsonaro 2018 pra mim já tá, tipo - nessa questão de ver o mundo, sabe, tipo que a gente se... Bata com isso, entendeu? Mas eu acho que mais, tipo, mulheres engraçadas, mulheres que... Que... São donas de si, sabe... Que, tipo, "beleza, gosto disso e disso e não gosto disso e disso".

Esse conceito de mulher bonita, voltado mais para características não físicas, difere diametralmente do que entende como o padrão de beleza reproduzido pela mídia, redes sociais e pelas próprias pessoas no dia a dia. Dele se destaca o fato de M.C. abordar a branquitude e seus traços como característica padrão: além de magra (ou ter "um corpo violão", isto é, magro e com curvas femininas), ser branca, de cabelos lisos e loiros é parte do que entende imposto como beleza. Acresce-se ao recorte racial estabelecido anteriormente, portanto, um novo: racial.

Mulher alta, magra...Cabelo liso, loiro se preferir... Mas - liso. Liso. Liso, branca... Sempre é imposto esse.

quando me falam "padrão de beleza", o que você tem de visão? Que é a mulher magra... - Não tão magra, é tipo corpudinha, vai, tipo violão...Violão, é. Ridículo, violão... Cabelo liso, pele clara... Jovem. Tipo, eu acho que é esse o padrão de beleza. Jovem de, tipo, dezoito aos vinte e cinco, vinte e seis anos. Esse é o padrão de beleza quando me falam de padrão. É isso que vem na minha cabeça.

Quando a participante é questionada sobre a origem deste padrão, traz explicações históricas relacionadas ao processo de escravidão e consequente marginalização dos negros na sociedade, sempre tratados de forma inferiorizada, o que, no entanto, não consegue explicar no que tange a magreza.

Ah, eu acho que, tipo... Uma eu acho que pela galera europeia, que aí começou a... Colonizar todo mundo e pegar todo mundo. E... Porque, tipo, o negro nunca foi o padrão por quê? Porque o negro sempre foi escravizado e inferiorizado e tudo mais, então exclui essa galerinha dali.

Então, eles nunca foram, tipo, um... A galera que tava em cima, entendeu? O magro eu não sei da onde surgiu, porque antes a galera que era gorda que era "nossa, legal... ta bem...".

Ainda que busque explicações históricas, por compreender que a origem dessa característica como padrão de beleza seja explicada historicamente, já que nem sempre o magro foi considerado belo, não encontra respostas. É essa falta de historicidade que faz do magro um traço despido de sua construção social,

aparentemente algo inquestionável, dado e imutável, um valor naturalizado que só pela recuperação de sua história como produção social pode ser questionado e, possivelmente, transformado. M.C. entende a importância da história para compreensão da origem desse valor na sociedade dos dias atuais, no entanto não é uma história que é conhecida por ela.

A galera dos reis assim, tipo, "gordo: legal, é massa... Se ta magro: fora, não é legal". Então, não sei onde que veio essa transição do magro, assim. Do magro eu não sei da onde surgiu. Como veio essa transição, que o gordo era legal pro, tipo, "gordo: horrível, emagreça".

Acho que sim, não é uma coisa que, tipo... Não sei, na real. Acho que sim, não veio tipo "uh..." (risos). Não sei de onde surgiu, mas eu acho que tem alguma coisa a ver com a história...

Na perspectiva da jovem, o padrão de beleza atinge todas as mulheres da mesma forma, isto é, é colocado para elas como padrão independente de sua raça e classe social, mas ainda fica em dúvida quanto a forma como esse padrão afeta especificamente as mulheres negras, na medida em que a questão racial traz peculiaridades em relação ao corpo dessas mulheres, como o fato de serem hiperssexualizadas.

Sim, eu acho que sim [o padrão afeta todas as mulheres igualmente]. Independente da classe social e da cor, eu acho que sim... Quer dizer, da cor não! Acho que a mulher negra é diferente o padr - não... (Pausa) Acho que sim... Ih, não sei agora, hein!

a preocupação dela (mulher negra) também tem essa coisa de ser hiperssexualizada e tal... Além da mulher branca, assim. Acho que tem algumas ponderação, mas num geral atinge [da mesma forma] assim. Então basicamente sim.

É importante destacar que surge como elemento importante na compreensão dos questionamentos que passou a ter sobre o padrão de beleza, processo iniciado com as amigas, a inserção de M.C. no movimento feminista. O contato com este movimento é algo que a jovem destaca como divisor de águas em sua vida e que define o rumo do que entende como meios de superação dos padrões de beleza, promotores da insatisfação corporal entre as mulheres.

Considerando a centralidade do discurso feminista para a crítica que a participante faz aos padrões de beleza e para a forma como se relaciona com o próprio corpo e com outras mulheres, construiu-se o quarto e último núcleo de significação de sua entrevista (4): "A gente começa a perceber que, tipo, as pessoas tem várias formas e tudo bem elas ter essas formas". Nele inicialmente a participante fala sobre o aumento de diversidade de mulheres na mídia, o que embora esteja aquém do que esperava considera um movimento importante para a melhoria da autoestima das mulheres em geral.

Um exemplo desse aumento de diversidade M.C. observa no bloco de carnaval em que toca, cuja rainha de bateria no último ano foi uma mulher gorda, algo que considera inesperado, pouco visto.

Eu acho que sim. Tipo... Leve, mas sim. Tipo, um exemplo lá - eu toco no bloco, né, de carnaval. E lá, é tipo galera que tem uma grana. Tipo, eu sou privilegiada de conseguir pagar o bloquinho e tal. E a rainha de carnaval era a Preta Rara... É tipo uma... Rapper? Ela faz tipo rap e ela é gorda. E ela era a rainha de carnaval do bloco... Então eu acho que - quando você vê uma mulher gorda, tipo, como rainha de carnaval? Então eu acho que tem aumentado

Então eu acho que tem aumentado, mas tipo... Pouco pro que esperava

Embora seja um movimento que venha crescendo, a jovem vê algumas problemáticas. Ainda que as mulheres gordas estejam aos poucos mais presentes na mídia e ocupando espaços na sociedade que antes eram ocupados apenas por mulheres magras, esse movimento se deturpa quando o próprio grupo de mulheres gordas (ou *plus size*) acaba sendo representado por mulheres que não se enquadram nele, isto é, mulheres magras. Nesse exemplo fica evidente a dificuldade de se mudar a magreza como um valor social, quando ela é reproduzida até mesmo nos espaços em que deveria ser questionada, o que leva ao questionamento de a quem ela serve e o que mantém sua reprodução.

Tem uma galerinha aí que usa 38 e não é plus size, eu acho... Mas falam que são. Tem essa linha. Eu ia falar isso aí eu fiquei tipo... (Pausa. Faz cara de dúvida) Tem isso, nem toda... Tipo, é muito foda, né? As minas acham, tipo, "beleza, conquistamos esse rolê, vamo que vamo... E vamo propagar que tá tudo bem!", aí vem uma galera e, tipo,

quer padronizar até o rolê das minas, que eu acho que é esse rolê do plus size...

De qualquer forma, para M.C. a maior diversidade de corpos na mídia é algo que percebe ter uma influência direta na sua satisfação corporal, fazendo com que se aceite mais na medida em que percebe que ter um corpo padrão não é a única possibilidade aceitável para se viver bem e feliz. Em outras palavras, a representatividade desses corpos diversos em instrumentos como a mídia, que atuam sustentando o padrão de beleza vigente, opera com uma mudança de valores, permitindo as mulheres enquanto indivíduos e grupo se aceitem melhor e aumentem sua autoestima. A esse processo que ocorre nas mulheres como indivíduos M.C. denomina "empoderamento".

Ele melhora a como eu me vejo e eu me aceito, porque... A gente começa a perceber que, tipo, as pessoas tem várias formas e tudo bem elas ter essas formas. Que ótimo que elas estão bem assim e estão felizes assim. Isso... Tipo... Minimi... - Diminui a frequência em que eu vá pilhar com meu corpo. Então, tipo, é um processo que vai... Tipo, "beleza, estou bem aqui" e as minhas pilhas que eu tiver com meu corpo e, tipo, "porra, tô com uma estria aqui...", "tô com tal coisa ali", vai tipo - eu vendo esse acréscimo de diversidade eu falo tipo "ou, pera, calma aí!", "ó, tem gente que, mano, tá mega feliz aí, empoderada. Você tá sofrendo porque você tá com uma estria...?! Tipo, é sério isso?! Para!". Então eu acho que, tipo, é um ganho muito grande, tipo, pra autoestima das mulheres, assim, em peso.

Você tá vendo que é possível ser feliz sendo do jeito que você é ou do jeito que você está. Então... Pra todo mundo, eu acho que é um sentimento universal que melhora a autoestima.

Pode-se perceber que a participante fala de uma perspectiva crítica aos padrões de beleza impostos sobre o corpo da mulher, algo que posteriormente notamos estar relacionado à entrada do feminismo em sua vida. De fato, M.C. denomina essa entrada como um grande divisor de águas, o que se deu a partir do seu ingresso em um grupo de teatro. Tal entrada é movida por um desejo de lazer e, ao mesmo tempo, por sonho adolescente de ser atriz, que evidencia a identificação com as imagens de mulheres de sucesso da mídia.

Meu, queria ser freira... (Risos). Juro... E eu era muito, tipo... Com uns quatorze anos, tipo, muito... Menininha, tipo, muito criança, sabe? E aí, com quinze anos eu comecei a fazer teatro.

Aí eu e uma amiga, que é uma dessas que, tipo, eu falo que é muito próxima, que é a Jé, a gente falou assim "ah, a gente não faz nada de teatro, vamo no CEU", porque lá no Itaim tem o CEU que é o centro que tem tudo ali, tipo, tem teatro, música, nananã blablablá. "Vamo no CEU ver o que tem de bom pra fazer". A gente foi e tinha lá o teatro.

"Quero ser atriz..." (Risos). (...) Ser atriz da Globo!

O teatro foi o lugar em que os questionamentos da jovem começaram a ocorrer, não só em relação a sua condição de mulher na sociedade, mas também questionamentos sobre política, provocados pelo professor, que estimulava o pensamento crítico da turma.

E aí lá que eu comecei, que tipo, meu, agradeço tudo ao teatro. Porque, tipo, eu conheci pessoas incríveis e que foi o começo, que eu comecei a questionar as coisas... E aí eu comecei a... Tanto nessa questão de política e também de, tipo, eu como mulher. "O que eu sou aqui?". O professor dava várias provocações, assim...

É possível pensar que as provocações apareciam não só como um projeto de educação incutido nas aulas, mas também em resposta aos conteúdos trazidos pelos alunos. Como M.C. conta, faziam parte dessa turma outros jovens, com os quais formava um grupo de atitudes constantemente marcadas pelo machismo, o que o professor tratou de problematizar. Através dessa intervenção, afetaram-se outros âmbitos da vida da jovem, como seu vínculo com a Igreja Católica e a concepção de mulher que carrega, sendo o teatro um grande divisor de águas de sua vida por mudar completamente sua postura frente as questões do mundo.

E a gente tinha um grupo antes, que era mega machista. Que era, tipo, dois caras

Só que tipo, eles meio que eram mega autoritários, assim, era só os dois. E aí a gente criava peças e sempre as mulheres eram personagens de puta, ou de, tipo, sempre sexualizando e tal... Não tinha, tipo, uma mulher forte. E aí a gente começou - o professor começou a questionar: "Por que a gente não muda esse papel...?" e tal, e aí a gente começou a pensar. E aí eu ia pra igreja todo domingo, e aí eu comecei a questionar, tipo, na Bíblia, "porque a mulher é sempre pra servir o cara?", e aí foi um processo de, tipo, autoquestionamento.

Teatro foi, tipo, um grande divisor, assim. Tanto que eu mudei muito quando eu comecei a fazer...

Ainda que as problematizações relativas ao lugar social da mulher tenham surgido do teatro, M.C. só foi descobrir sua relação com o feminismo depois, com a ajuda da internet. Hoje sim diz se considerar feminista.

Questionava, questionava e aí internet... E aí que eu descobri que a palavra disso era feminismo, tipo, das coisas que eu tava procurando e as coisas que eu tava questionando e o que eu estava falando era feminismo.

Eu me considero feminista.

Ao ser indagada sobre a existência de alguma discussão feminista a respeito do padrão de beleza, reconhece que o movimento luta pela quebra desses padrões e para que as mulheres aceitem seus corpos tal como são, o que em muito se relaciona com o movimento que a própria participante tem feito de aceitar sua forma física (e possivelmente é a origem desse movimento). M.C. reconhece que o padrão de beleza posto para as mulheres se coloca como uma ferramenta cruel que as mata, tanto fisicamente, pela busca incansável de modificar o corpo, quanto psicologicamente, pelo sofrimento que gera.

Sim. Que é tipo a... Quebra dos padrões de beleza, né. Tipo, eu vejo muito, tipo, a luta das mulheres pra, tipo, se - tipo, estarem bem consigo mesmas e não buscarem esse padrão. Porque mata mulheres e tudo mais...

Ah, mulheres se arrancam costelas e coisas pra ficarem magras... E tipo, ficam mal consigo mesmas e aí se suicidam, tipo... Tem todas - na questão de matar, tipo matar mesmo.

Como a própria jovem afirma, a questão da sua militância feminista contra os padrões de beleza está diretamente associada sua recente busca de se aceitar como é e, assim, conseguir uma vida mais feliz e satisfatória. Compreende, portanto, que a morte de mulheres em função dos padrões de beleza é só a ponta de um iceberg, um extremo de um fenômeno que abarca vivências de sofrimento cotidianas, de insatisfação por não estar de acordo com o padrão de beleza vigente, sendo a sua vivência pessoal um exemplo disso. A forma como o feminismo trata os padrões de beleza transformou completamente como M.C. lida com seu corpo, da forma física à questão dos pêlos.

Não só por isso [que tento romper com padrões], não só preocupada em mulheres morrerem por isso, mas em, tipo, viver bem... Entendeu? Tipo, viver tranquila, viver... Feliz e... Viver bem consigo mesma. Tipo, porque as vezes as mulheres podem, tipo, não se matarem, mas viverem infelizes e viverem se auto-mutilando e nunca estarem contentes com o que você é. Eu acho que a minha pira mais é essa

[o feminismo mudou a forma como lido com meu corpo] Pra caralho! Tipo, pra caralho... É... Fugindo um pouco do padrão de, tipo, ser magra e tal, a questão dos pêlos foi puro feminismo em mim, entendeu? Puro feminismo, tipo... Cem por cento.

A jovem conta um pouco mais desse processo, que a fortaleceu enquanto mulher - e nesse sentido o uso da palavra empoderamento anteriormente faz sentido, já que fala de um processo que a faz se sentir mais potente, fortalecida em nível individual.

Aí eu acho que foi um processo... Tipo, a questão de me aceitar do jeito que eu sou... De tipo, aquela coisa que eu te falei, eu nunca vou entrar numa calça trinta e seis... Foi tipo, entender que, meu, o meu quadril - qual a necessidade de eu entrar numa calça trinta e seis? Pra quê eu vou entrar numa calça trinta e seis, sendo que o quarenta me serve bem? Tipo, não tô sofrendo com o quarenta, não tá me machucando, vai... Fisicamente. E... A questão do cabelo também, que tipo, meu, por que eu preciso alisar o cabelo? Eu nasci com o cabelo assim...

Por outro lado é possível perceber que não entende esse processo de fortalecimento só como algo individualizado, mas sim como algo que afeta as mulheres enquanto coletividade, na forma como se relacionam entre si: cria-se uma compreensão coletiva do sofrimento que o padrão de beleza engendra e o quão libertador é superá-lo, diminuindo o que diz ser uma "rivalidade feminina", própria das relações entre mulheres em um mundo machista.

Eu acho que sim [o feminismo pode fazer as mulheres se sentirem bem com seus corpos], porque, tipo, foi o que aconteceu comigo

Sim. E aí... Da relação que você tem com as outras mulheres também. Tipo, além de você se sentir bem e você se... Tipo, você estar ok com o seu corpo, você também não vai julgar a coleguinha por ter um corpo diferente. Então, tipo, cria... - ou você não vai menosprezar a coleguinha por ter um corpo diferente ou vai ridicularizar a coleguinha por ter um corpo diferente. E aí quebra um pouco. Não um monte... Tipo, dá aquele leve passinho, daquela rivalidade feminina, de querer "ai, porque eu quero ser mais bonita do que fulana, então eu vou seguir tal padrão", tipo, você não precisa... Você é bonita, fulana é bonita, então somos

todas bonitas, vamo viver assim? Tipo, acho que além de você se sentir bem é um passinho pra quebra dessa rivalidade.

Para ela, o padrão de beleza estaria a serviço do patriarcado e, na medida em que este padrão promove a separação das mulheres, o silenciamento e a alienação, a rivalidade feminina tem um sentido de existir: um sentido de sustentação da dominação dos homens, análoga às práticas de guerra em que há subjugação de certos povos por outros ("dividir para conquistar").

[o padrão de beleza não serve a] Ninguém... Ah, o patriarcado né?!

Porque tipo, pras mulheres não serve... Tipo, meu, ninguém é assim, cara!

Tipo, ele serve pra deixar a gente mais... - Aí é bem mania de perseguição... Mas é tipo de deixar a gente cada vez mais divididas e mais... Oprimidas e mais quietas e mais caladas e mais se preocupando com... Se eu tô com pneu ou não do que com outras coisas, sabe? Tipo, sei lá, com o fim da... Transfobia. Sei lá... Tipo, pra gente... É dividir pra conquistar, meu... É isso. Eu acho que é isso. Bem mania de perseguição, mas é o que no fundo do fundo do meu coração eu acho!

Em suma, ao entender que os padrões de beleza estão a serviço do patriarcado, a jovem entende que o feminismo seria não só um caminho, mas o principal caminho para que as mulheres superem a insatisfação corporal que a partir deles é produzida e deles se torna reprodutora, ainda que não se considerem feministas.

Sim. É uma... É um caminho, assim. Um caminho...

Eu acho que existem, mas todos, tipo, entram no feminismo, entendeu? Você pode... Tipo, você pode não se considerar feminista porque sei lá, você... Sei lá, é a favor do aborto. Contra o aborto! Você pode não se considerar feminista porque você é contra o aborto, mas tipo, é um dos caminhos, entendeu?

3.2. Núcleos de Significação da participante da Vila Mariana

M.M., gênero feminino, tem 19 anos e é moradora do distrito da Vila Mariana, cujo índice de exclusão social segundo o Mapa da Desigualdade Social de São Paulo (Campos et al., 2004; 2015) é um dos menores da cidade (entre 0,746 e 0,894), o que significa dizer que vive em um distrito marcado por uma das melhores condições de vida da cidade, com grande oferta de serviços públicos para a população, baixos

índices de violência e alta escolaridade, entre outros aspectos. A jovem cursa Psicologia em uma universidade privada bem reconhecida na cidade e não trabalha, sendo sua faculdade paga pelos pais.

A entrevista foi realizada próxima a casa de seu namorado (em um shopping do bairro de Perdizes), no período da tarde, e durou cerca de quarenta e três minutos. A partir da análise da entrevista, foram produzidos três núcleos de significação (identificados por letras), referentes a dez indicadores, que foram nomeados com frases da própria participante, selecionadas por ilustrarem com precisão a essência das significações obtidas. Tais núcleos estão elencados no quadro abaixo, juntamente com os indicadores neles aglutinados:

Núcleo A: "(...) eu só enxergo gente magra apresentando o estilo de vida saudável"
Relação com o corpo marcada por altos e baixos
Saúde como sinônimo de boa alimentação e boa alimentação como forma de emagrecer
Gordofobia: oras crítica, oras reprodução
Certos profissionais da saúde vinculam saúde com um corpo padrão
Núcleo B: "(...) quando eu entrei no feminismo aí eu falei "eu amo meu corpo!..."
Feminismo como forma de "empoderamento"
Padrão de beleza como parte de uma ordem social baseada em agradar homens
O padrão de beleza não atinge os homens da mesma forma que as mulheres
O padrão de beleza é atravessado por questões de classe
Núcleo C: "Só tem corpo magro a vista."
Mídia e redes sociais: Só há corpos magros (padrão) à vista
Beleza como processo/movimento e construção social: é necessário haver representatividade

No primeiro núcleo construído (A), "(...) eu só enxergo gente magra apresentando o estilo de vida saudável", M.M. fala inicialmente sobre a relação conflituosa que tem com o próprio corpo, o que está marcado por tentativas de adequá-lo aos padrões de beleza por meio de procedimentos estéticos e um controle rígido da alimentação, o que nem sempre consegue. Esse controle, baseado em conhecimentos nutricionais superficiais, é elemento fundamental do que entende como saúde, algo estritamente relacionado à magreza, portanto.

Sua compreensão de saúde como "comer de forma saudável" (e portanto ser magro) se evidencia principalmente quando M.M. se esforça sem sucesso para superar a noção de que pessoas gordas não são saudáveis. Ainda assim, a tentativa de compreender a saúde de uma forma não-gordofóbica está presente como contradição em sua fala e, para ilustrar isso, critica a prática de certos profissionais da saúde que vinculam o "ser saudável" com ter um corpo dentro dos padrões.

Falando mais especificamente sobre a relação com o próprio corpo, M.M. conta que sempre foi satisfeita com ele e nunca teve grandes variações de peso, até que isso mudou de uns anos para cá, quando entrou na faculdade e engordou. Esse ganho de peso (pouco, por sinal) foi uma situação impactante para a jovem, que fez com que tentasse mudar o próprio corpo, entrando em contradição com o que pensava até então sobre se amar do jeito que é - algo que falava para a própria mãe. Observa-se nesse momento que a possibilidade de estar fora dos padrões de magreza é algo aflitivo e, nesse sentido, os ideais que valoriza se tornam difíceis de serem realizados na medida em que ser gorda é algo inaceitável quando se trata de si própria.

Então, eu acho que eu tenho muitos altos e baixos. Eu tenho dia que eu tô me sentindo muito bem e dia que eu me sinto muito mal. Faz mais ou menos um ano que eu comecei a ir atrás de - um ano é exagero! Uns oito meses que eu comecei a ir atrás de mudar meu corpo

Eu sempre fui "estável", aí... Eu saí do cursinho, comecei a faculdade e eu engordei. E apesar de eu ter ensinado a minha mãe, a ela se amar gorda, eu - não sou gorda - eu ganhando um pouquinho de peso, eu travei.

No passado eu sempre gostei dele. Sempre gostei.

A respeito das mudanças que deseja fazer, M.M. menciona o silicone além da questão do emagrecimento, fornecendo elementos para caracterizar o ideal de beleza que permeia as mulheres na nossa sociedade: um padrão que não está apenas associado à magreza, mas a certos traços femininos básicos, como o tamanho e forma dos seios. Os seios naturais da jovem não são satisfatórios para esse padrão, é preciso modelá-los.

Já quis por silicone, já passou a vontade, às vezes volta... Mas no passado a única coisa que me incomodava era meu peito às vezes, mas no geral eu gostava muito.

De vez em quando (tenho vontade de fazer algo para mudar meu corpo), só o silicone. Mais nada.

De qualquer forma, ainda que esteja insatisfeita com o fato de ter ganhado um pouco de peso, a jovem diz não querer mudar tanto seu corpo e, portanto, não ver a necessidade de seguir um estilo de vida extremamente saudável, tanto que eventualmente quebra as dietas que tenta fazer, não sendo esse um motivo de grande sofrimento.

Se isso expressa que, pelo menos em parte, encontra-se ainda satisfeita com sua forma física, considerando a forma como estrutura seu pensamento, no entanto, M.M. entende que seguir um estilo de vida saudável é sinônimo de seguir uma alimentação rígida e restritiva, tendo como objetivo mudar o corpo. Há aí uma primeira enunciação da estreita relação entre o que entende por saúde e os padrões de beleza, por ela reproduzidos e sustentados.

(...) eu também não quero mudar tanto o meu corpo a ponto de tentar seguir essa vida tão saudável de cortar um monte de coisa.

Eu fico culpada quando eu tô focada e eu quebro a dieta. Eu chego a ficar culpada mas assim, não é uma culpa que me faz ficar triste, é tipo "puts, comi um brigadeiro...". Só, sabe? É uma lamentação e segue a vida.

Ao falar sobre o processo de constantes idas e vindas em relação ao próprio corpo, marcado pelo controle da alimentação e desejo de fazer procedimentos estéticos, a jovem entende que o objetivo principal disso é o emagrecimento, reconhecendo que este é encaixar-se nos padrões de beleza. Para si, a satisfação

corporal necessariamente passa por encaixar-se nesses padrões e, tendo isso como ponto de partida, a forma como se veste está constantemente norteada por uma certa silhueta, isto é, os atributos de magreza a serem valorizados. A forma como significa isso, no entanto, é a partir de uma liberdade para se vestir.

Se a questão da valorização da silhueta dentro dos padrões necessariamente perpassa as roupas que usa, a liberdade que M.M. diz só pode ser compreendida dentro de um contexto no qual o seu corpo se encaixa nesses padrões, afinal é alta, magra, loira e etc. De qualquer forma, é uma ideia de liberdade que falseia e acoberta processos de opressão à mulher, já que circunscrita a um universo muito particular de possibilidades de se sentir bem com o próprio corpo.

E fique mais bonita, fique mais satisfeita dentro de um padrão esperado.

(...) eu procuro roupas que valorizem minha silhueta, eu me preocupo com isso, e eu não tenho nenhum problema em mostrar partes, assim. Eu uso shorts tranquilamente, vou na praia e uso biquíni tranquilamente... Então pra mim escolher roupa é uma coisa muito livre, eu nunca tento esconder nada.

Para ter tal liberdade, M.M. paga um preço caro. Conforme conta, frente ao baque que foi ter engordado nos últimos meses, a jovem foi atrás de dietas restritivas (exclusão de alimentos fontes de carboidratos de sua alimentação), atividade física e drenagem linfática, meios que acredita serem eficazes para perder gordura corporal, logo, emagrecer. A prática de atividades físicas tem essa eliminação da gordura do corpo, algo ruim e indesejado, como objetivo principal.

Eu comecei a fazer dieta, eu comecei a fazer academia e eu comecei a fazer drenagem.

Dieta tipo low carb, assim...

Foi low carb, eu falei "vou cortar carboidrato!". Entre aspas né...

[faço academia para] Emagrecer, perder gordura. Lógico que vem um combo de aumentar resistência, mas não é pra isso que eu vou lá. Tipo, eu não vou lá falar "ah, deixa eu ficar forte", não é bem isso, é pra perder gordura.

Seguir uma alimentação restritiva no entanto é difícil e contraditório. Ao ser indagada sobre seguir recomendações de dietas, exercícios físicos e o que é chamado

de "estilo de vida saudável" nos meios de informação, a participante diz não o fazer, por ser uma coisa irreal, muito difícil de ser aplicada em sua vida já que, por exemplo, gosta muito de comer fast foods. Ela portanto não se mantém muito tempo nas dietas que se auto-impõe, culpabilizando sobretudo sua família por não lhe apoiar nelas.

Observa-se que, ao mesmo tempo em que recorre a meios restritivos (deixar de comer certos alimentos) característicos do "estilo de vida saudável" promovido por revistas, redes sociais e televisão (entre outros) para emagrecer, contraditoriamente ela os critica, por oferecerem soluções pouco aplicáveis na vida que leva.

E assim, pra mim é uma coisa muito irreal, é muito fora da minha realidade ter esse estilo de vida totalmente saudável. Adoro comer McDonalds.

Não, (minhas amigas) não deixam de comer. Eu sou a única que em uma época deixei de comer alguma coisa, e todo mundo olhava tipo "como assim você não vai comer pão na chapa?! Todo mundo come pão na chapa".

Quando eu consigo cumprir é satisfatório, é que geralmente eu não consigo, então eu não recebo muito dessa satisfação porque eu quebro tudo que eu tento fazer em relação a isso - até porque eu não tenho nenhum apoio da minha família.

Como já apareceu anteriormente, os comportamentos que a participante realiza para emagrecer tem em sua base a perda de gordura, de forma que isso que dá sentido a escolha por tirar carboidratos (e não fibras, por exemplo) da alimentação. Frente a falta de resultados decorrentes dessas medidas em sua forma física, M.M. se culpabiliza, não questionando os meios que adotou ou mesmo reconhecendo a impossibilidade de modificar estruturalmente sua estrutura corporal. O corpo aparece sempre como passível de ser modificado (conforme seu desejo) pelos meios adotados e tais meios são considerados absolutos: se não conseguiu resultados, é porque não fez por merecer, precisando seguí-los mais rigorosamente.

Sim, de fazer com que eu perca gordura.

Eu sozinha não vi nenhuma mudança, e justamente porque eu acho que eu não faço direito, então eu não alcanço resultado. Mas agora eu tô atrás de ser um pouco mais regrada pra alcançar algum resultado. Mas eu não tô sofrendo por enquanto por não ter alcançado isso.

Refletindo mais profundamente sobre esses meios, é possível perceber que o controle da alimentação é o mais enfatizado e o principal comportamento que a jovem adota (e que não mantém por muito tempo), fazendo a dieta "low carb". Fica evidente em sua fala que o conhecimento nutricional que justifica essa escolha é pouco e superficial, não tendo ela nenhum acompanhamento nutricional que guie sua alimentação para além disso. Crenças nutricionais não embasadas cientificamente como a de que a proteína faz as pessoas ficarem fortes e de que gorduras e carboidratos engordam determinam o que M.M. pode comer ou não. A adoção dessas dietas restritivas que não sustenta tem, como uma de suas determinações, possíveis pressões para corresponder ao padrão de beleza.

Para além dessa falta de embasamento científico, evidencia-se uma concepção reducionista da comida, que a limita a componentes energéticos e nutrientes conhecidos pelo senso comum, excluindo disso as relações sociais, valores e tradições que permeiam a alimentação. A nutrição é entendida única e exclusivamente como área do conhecimento que estuda os alimentos por uma perspectiva despida de valores morais, éticos e políticos, fornecendo dados científicos neutros que possibilitam que a jovem molde seu corpo conforme quer. É importante reconhecer que tal concepção tem um sentido de existir na realidade da jovem, um contexto que a produz e por ela é produzido. Entendê-lo é uma tarefa complexa.

Porque eu não sei o que é glúten... E eu sei o que é carboidrato.
Não é proteína (risos).

Não, então. Tipo, eu sei que proteína é o que tem em carne, frango, ovo... E o resto pra mim é carboidrato (risos). E tem aí verdura. Eu não tenho noção muito boa de nutrição, então eu vejo coisas que pra mim são carboidratos e eu evito comer elas.

Por exemplo, eu como pouco arroz, eu não como batata... - que é uma coisa que eu comia muito, eu evito - todo tipo de fritura... E eu me encho de frango. Assim, sem ciência nenhuma, é o que eu acho que vai funcionar tô fazendo, mas isso no caso é temporário porque eu estou indo atrás de profissionais.

É, e a proteína não. A proteína faz a gente ficar forte (risos).

E a gordura faz engordar (risos)!

Um estilo de vida saudável se constitui sobretudo a partir dessa alimentação nutricionalmente perfeita, de alimentos pouco processados (ou o mais próximos possível da natureza) e orgânicos, além da prática de exercícios. Tendo isso em vista a jovem não se considera saudável, ainda que adote essas práticas para emagrecer. Aliás, é justamente porque as adota para o emagrecimento que fica claro o quanto ter um estilo de vida saudável é também a promessa de ter um corpo magro.

O que eu acho é, tipo, na alimentação. Comer coisas orgânicas, comer coisas não-fritas, assim, não comer doce... (Risos) Como eu não entendo muito de nutrição pra mim é isso.

Eu não consigo pensar, tipo, numa pessoa que come igual eu, por exemplo, porque eu sou uma pessoa que come bastante fritura, sendo saudável... Pra mim o saudável tem a ver com comer coisas mais próximas o possível da natureza delas...

É... Com o que você come, é. E também com a quantidade de exercício que você faz, porque eu também não considero uma pessoa que não faz exercício nenhum como saudável...

M.M. explicita viver um conflito com essa suposta relação saúde-beleza ao falar sobre seu ciclo de amigas e sobre mulheres gordas. Sobre o primeiro ponto, a participante fala que as amizades que cultiva ao seu redor são, em grande maioria, meninas magras e dentro do dito padrão de beleza, ainda que aparentemente não se esforcem para estar nele. Quando se olha mais atentamente, no entanto, observa-se que nesses ciclos aparece sutilmente uma preocupação com a forma física, já que uma destas meninas faz drenagem linfática e indicou para a jovem quando esta passou a buscar meios de emagrecer.

Assim, eu coincidentemente tenho amigas muito dentro do padrão. Elas não precisam fazer nada para estar no padrão. Então elas não seguem dieta nenhuma, nenhuma faz academia, uma amiga minha faz drenagem e eu comecei a fazer por causa da indicação dela.

De toda forma, ao observar a fala de M.M. é importante explicitar o lugar social de onde parte, no que diz respeito aos padrões de beleza. Tal como suas amigas, a jovem revela se identificar com tais padrões e, como já descrito anteriormente, de fato se adequa a eles. Na medida em que não só ela como suas amigas estão próximas do ideal de corpo (magro) valorizado socialmente, é possível pensar que o universo de

relações de M.M. se constitui por referências magras e isso é, dentre outros, um forte elemento constituinte de sua subjetividade.

Um exemplo que evidencia isso é quando a jovem menciona se sentir bem por se aproximar do tipo de corpo valorizado em certo programa de televisão, onde só encontra corpos padrões, os quais reconhece se parecerem com o seu.

Há no referido programa a hipervalorização do padrão de beleza mesmo entre corpos que nela se encaixam e, justamente por isso, ainda que a participante se sinta bem por se identificar com o que vê, o próprio programa reforça nela um sentimento de inadequação por colocar uma imagem negativa sobre a aparência de uma das participantes, imagem esta que se refere a estar supostamente acima do peso.

Então assim, eu me sinto bem por ser quase aquilo (que eu vejo na TV), mas o "quase" é talvez um pouquinho mais de gordura abdominal que eu tenho que ninguém tem. E inclusive, nesse "De férias com o ex" que eu comentei, uma menina que tem o corpo muito parecido com o meu ganhou o apelido de balofa na casa. Então nessa hora não foi gostoso se identificar, né? Então eu me vi, mas eu me vi numa menina que no caso tinha uma imagem negativa.

O conflito que M.M. vivencia com o próprio corpo está diretamente relacionado com o contexto no qual se insere. Em parte, há uma angústia pela possibilidade de estar acima do peso, algo que é engendrado no seio de relações marcadas por referências magras e mensagens de demais instituições sociais que reproduzem o ser gorda como algo ruim. Por outro lado, há o conforto de se adequar aos padrões e, com isso, se sentir satisfeita, conforme explicita ao falar de sua relação com as roupas. Tais perspectivas podem ser consideradas duas faces do mesmo processo, em que só é possível se sentir feliz sendo magra. Há por trás de sua fala a premissa gordofóbica de que o corpo gordo não é apenas feio, motivo de insatisfação, mas também, e justamente por isso, algo que precisa ser escondido.

Acho que sim [as roupas que uso se aproximam do padrão de beleza], se eu não me sentisse tão confortável com o meu corpo eu usaria roupas mais largas, que mostrem menos...

Se por um momento essa premissa está apenas relacionada a beleza, enquanto a saúde é algo entendido por viés biologizante dissociado da forma física, nota-se que

M.M. se contradiz quando afirma que pessoas que cultivam um estilo de vida saudável em geral são magras. Nesse sentido, o que diz sobre a associação entre saúde e magreza já ter sido superada não se realiza completamente, sendo o corpo gordo duplamente estigmatizado. Tal estigmatização não pode ser entendida unicamente como uma compreensão gordofóbica individual, mas sim como uma compreensão constituída através de certos elementos postos na realidade: a sua relação com as amigas, com os meios de comunicação, com os saberes que circulam na mídia sobre o que é ser uma mulher saudável e o que é ser bonita. Como ela própria fala, já ouviu que pessoas gordas não são saudáveis, experiência essa que lhe transmitiu os valores expressos na contradição de sua fala. Ao mesmo tempo que constituída por esses elementos de realidade, M.M. os reproduz, sustenta, mantém em sua legitimidade inquestionável.

Não, pra mim saúde é meu exame de sangue estar bom, é... Bom, eu não sou sedentária. Pra mim saúde é isso, até porque eu acho que parte da gordofobia é falar que gente gorda não é saudável, né, então eu acho muito bom separar o "ser saudável" do "ser magro". Eu acho que não tem nada a ver...

Eu acho que pessoas gordas podem ser tão saudáveis quanto magras, eu não vejo uma pessoa gorda e penso que ela não é saudável. Eu já ouvi muito isso... Mas não, não acho.

É que assim, eu acho que a maioria das pessoas que cultivam a vida saudável - que saudável pra mim seria não comer fritura, comer mais coisa orgânica... Não comer muito doce pra mim é saudável - essas pessoas são magras.

É que eu não acho que a imagem de que, tipo, ser magra é ser saudável ainda tá forte. Eu acho que ela já foi mais forte do que é hoje em dia. Mas ao mesmo tempo eu só enxergo gente magra apresentando o estilo de vida saudável.

Um dos elementos de realidade a ser considerados na compreensão da contradição que evidencia anteriormente é a sua relação com os saberes da área da saúde, representados pela figura de certos profissionais, em especial os educadores físicos ou "treinadores", profissionais com os quais já teve contato por frequentar a academia. Quando questionada se o discurso de profissionais como médicos e nutricionistas não estaria relacionado a um certo padrão de beleza, M.M.

imediatamente concorda e relata que enxerga isso como algo comum principalmente se tratando da figura daqueles profissionais, por reforçarem a ideia de que é preciso modelar o corpo para se sentir bem consigo e se adequar ao que se espera em contextos nos quais ele é posto em evidência, como a praia (caso de "treinar para ter um corpo de verão").

Sim! Sim... Com certeza! Principalmente... Eu não sei nutricionista porque eu nunca frequentei, mas eu sei de, tipo, treinador que assim, de vez em quando ele nem sabe o que você tá procurando na academia e ele já vem com um discurso de "corpo de verão", de "vamos treinar pra no carnaval o corpo estar bem"

Uma vez um treinador virou pra mim e falou assim, alguma coisa do tipo "vamos lá, pra você estar amando seu corpinho!", e aí eu falei "mas eu já amo...". E aí ele travou! Porque "como assim você já ama?!". Tipo... Sabe? (Risos) Foi um momento muito legal! Porque travou, foi muito engraçado... (Risos) Ele travou porque ele não esperava, porque ele sempre esperava que se eu tivesse na academia eu ia estar querendo emagrecer e eu não gostava do meu corpo, né? Então, foi isso...

Fica claro, até o momento, o que faz com que a jovem reproduza discursos que reforçam a magreza como saúde e ideal de beleza, no entanto ainda há um quê de resistência a tais discursos em sua fala pouco compreendidos até então. O segundo núcleo de significação produzido (B), "(...) quando eu entrei no feminismo aí eu falei "eu amo meu corpo!", evidencia elementos constituintes dos enfrentamentos que M.M. tenta fazer em relação aos padrões de beleza, em especial no que diz respeito ao seu próprio corpo. Dentre esses elementos se destaca a entrada da jovem no movimento feminista, sendo todos os indicadores do núcleo decorrentes dessa militância, produtora de um saber crítico a respeito do ser mulher que possibilita que questione sua insatisfação corporal. Um exemplo claro disso esta presente na seguinte fala:

Eu tinha problemas com meus peitos, porque eles são desiguais, mas quando eu entrei no feminismo aí eu falei "eu amo meu corpo! Tá tudo bem...! Todo mundo tem o peito desigual...!".

Da mesma forma, frente ao aumento de diversidade de corpos de modelos femininas em campanhas publicitárias e personagens de produções televisivas e cinematográficas, M.M. diz ter se sentido feliz e fortalecida. A participante identifica o feminismo enquanto movimento social como precursor da mudança e cita como outro

exemplo marcante desse processo a mudança da boneca Barbie há alguns anos, que se tornou menos magra.

Eu fiquei muito feliz e... Eu fiquei um pouco mais tranquila. Toda vez que eu vejo uma coisa assim eu fico mais tranquila. Porque... Eu acho que, assim, é porque pra mim entra muito o feminismo nisso, porque eu acho que a mudança veio daí. Quando eu entrei no movimento feminista parecia que era uma coisa muito que a gente falava uma para a outra e só. Quando você vê na TV, você fala tipo "mano, tá saindo, tá sendo divulgado! Mais gente vai entrar em contato com isso!". Então, tipo, eu fiquei muito feliz e eu fiquei com mais força ainda pra divulgar mais e fazer mais esse exercício e tal. Eu acho que é isso... E eu fiquei cada vez mais confortável. Tipo, a Barbie ter mudado foi uma coisa que eu achei sensacional...

Sobre sua entrada no movimento feminista, conta que foi no final do período escolar, momento em que passou a se tornar mais crítica frente aos padrões de beleza impostos às mulheres, ainda que não tenha tido feminismo como conteúdo escolar nessa época. Tal fala reforça sua compreensão de que com a diversidade das campanhas publicitárias o movimento feminista tem se fortalecido, pois isso aparece agora ao contar sobre ele estar cada vez mais presente nas escolas.

Assim, eu comecei a... Vou chamar de "abrir o olho" com uns dezesseis anos. Antes disso eu só tava tentando ser aquilo também. E eu sempre fui um pouco, né? Então nunca foi um esforço assim. Mas sendo pré-adolescente não. Mas, tipo, eu vim de uma geração que não tinha feminismo na escola, agora tem... Quando eu tava no ensino médio não tinha feminismo. Eu entrei em contato depois que eu saí, assim, no finalzinho.

Sua introdução ao feminismo nessa época se deu através das redes sociais, pelo mesmo grupo de Facebook no qual foi contatada para participar da pesquisa (um grupo exclusivamente feminino com mais de 47 mil integrantes, praticamente todas jovens). Compara esse processo a um "abrir de olhos" doloroso, que a fez enxergar coisas que anteriormente não enxergava: as diversas opressões à mulher pelo machismo. A presença do feminismo em sua vida se expandiu e M.M. conta que passou a integrar o coletivo feminista de sua faculdade, auto organização de mulheres que supera o ambiente virtual, mas que se mobiliza fortemente a partir dele, a exemplo de um vídeo que produziram e teve grande repercussão. Passou a se enxergar não só uma jovem que estudava sobre o assunto, mas também militante do movimento,

reconhecendo seu caráter crítico, transformador da realidade através de uma atuação sobre ela.

[Esse "abrir de olhos"] Foi, foi por conta do feminismo. E eu comecei a me interessar e a ler muito e aí eu falei "Nossa Senhora, olha isso aqui!". E aí eu comecei a enxergar tudo e comecei a enxergar machismo... Foi doloroso... Foi doloroso, mas vale a pena.

Foi no Facebook... Foi no grupo "Share your PPK"

E aí foi expandindo... Hoje em dia eu faço parte do coletivo feminista do Mackenzie, o coletivo da minha faculdade. A gente tem um vídeo aí com quase 100 mil visualizações...

Então eu me sinto... Militante, assim (risos).

É necessário ressaltar, no entanto, as particularidades de como se dá esse processo. A internet possibilita que a jovem se comunique com outras meninas, de realidades semelhantes ou não e troque perspectivas, ampliando sua visão sobre uma grande variedade de fenômenos que afetam as mulheres.

Quando M.M. fala especificamente sobre padrões de beleza, nota-se que a perspectiva que traz é sobretudo a de superá-los de forma individualizada, se destacando como fundamentos dessa compreensão expressões como "achar a beleza em você mesma" "independência" e "sentir-se livre". As expressões que a participante usa estão dissociadas de um senso de coletividade entre mulheres, ainda que se reconheça como militante do movimento social feminista, aproximando-se de uma perspectiva liberal, de empoderamento (termo norte-americano que necessariamente se refere a um processo individualizado e individualizante), distante da busca por uma ampla e estrutural transformação das relações sociais de gênero.

Sim. Quebrar o padrão e acima de tudo achar a beleza em você mesma, né... E não se espelhar na mídia.

Então assim, quando você se sente mais independente, né, que eu acho que todo o objetivo do feminismo é independência e equidade, o "amar seu corpo" vem junto, né... Você se sente mais livre, mais independente e junto disso você ama seu corpo.

A maneira como a participante identifica o impacto do machismo nessas relações é sobretudo por sua vivência pessoal e, no que diz respeito aos padrões de beleza como forma da ideologia machista atuar, identifica que a sua preocupação com

o próprio corpo surge em um contexto no qual simultaneamente havia ganhado peso por entrar na faculdade e namorava um modelo.

O corpo do namorado causava um forte desconforto e insatisfação de M.M. consigo, sentindo-se sempre inferior por não ser tão magra e próxima do padrão de beleza quanto ele, motivo pelo qual foi atrás de uma academia para tentar emagrecer, ainda que todos os seus conhecimentos sobre feminismo a fizessem discordar dessa atitude.

Eu comecei a ficar com um menino que era modelo. Aí eu comecei a não me sentir a altura, porque eu tinha o meu corpo com as minhas gordurinhas e ele não tinha nenhuma e ele se preocupava, ele era modelo, fazia academia... E aí eu não me sentia à altura dele e aí eu resolvi começar a ir para a academia para ver se eu alcançava o mesmo "patamar". Não concordo com isso (risos), mas aconteceu comigo

Surpreendentemente o próprio namorado de M.M. não se sentia bem com o corpo dele, entendido por ela como perfeito. A constatação disso desperta uma dúvida em M.M. sobre a possibilidade de os outros (e mais especificamente o namorado) não a acharem tão bonita quanto se acha, fazendo com que combine com ele de fazerem dieta juntos. Se a jovem não estava satisfeita com o próprio corpo pela distância percebida em relação ao corpo de seu namorado e o que ele poderia pensar de sua forma física, está presente aí o quanto a sua satisfação tem a ver com agradar o seu parceiro. O episódio de quando diz que vai comer McDonald's e ele pede que não faça é um claro exemplo disso, pois M.M. se angustia com a possibilidade do namorado não gostar do seu corpo. Frente a ele, reconhece o aumento de sua insegurança.

O meu namorado não se sente feliz com o corpo dele. (...) E é uma coisa que começou a fazer eu questionar o meu também, porque eu vejo ele muito dentro do padrão, eu vejo ele muito bonito, gosto muito do corpo dele. Só que ele não gosta... E aí eu falei "será que eu tô me achando linda mas na verdade é só eu que gosto do meu corpo?". E foi um problema... Um problema. Aí gente começou a fazer dieta junto num certo ponto e um dia eu falei que eu ia comer McDonald's, e ele falou "ah... Não come McDonald's". Pronto, chorei horrores. Falei "ok, ele odeia meu corpo e não quer que eu coma McDonalds por causa do meu corpo"! Mas na verdade ele só tava querendo me ajudar a manter a proposta

Agora a gente tá num ponto que a gente tenta animar um ao outro, porque eu geralmente quando tô longe dele tô muito feliz com meu corpo, mas perto dele eu fico um pouco mais insegura.

A importância da quebra dos padrões de beleza para o feminismo, nesse sentido, é entendida como a quebra de um controle sobre o corpo que parte da ideia de agradar aos homens. M.M., no entanto, reconhece que esta compreensão parte de sua experiência pessoal, que se aplica apenas a meninas heterossexuais, não contemplando mulheres com outras sexualidades que ainda sim se preocupam com os padrões de beleza. De toda forma, a participante lembra ainda de um outro exemplo que se encaixa nisso que diz fazer com que as mulheres reproduzam os padrões de beleza, dando mais força para seu argumento.

Porque eu acho que uma parte do... Vamos pensar em meninas héteros. Uma parte do padrão de beleza vem também ali do "agradar um homem". Eu acho que, tipo, as coisas andam um pouco juntas, pelo menos na minha experiência pessoal sim.

(...) uma das minhas melhores amigas teve bulimia e foi o namorado que...Ele não incentivou a bulimia, mas ele incentivava constantemente o emagrecimento dela que ela acabou desenvolvendo uma bulimia por causa disso.

[Ele] achava que [ela] tinha um pouco de excesso de corpo em alguns lugares

M.M. conta que, assim como ela, o namorado também não se sentia feliz com seu corpo, mas para ela o padrão de beleza não atinge homens da mesma forma que mulheres. Considera isso uma "falsa simetria", que como ela própria explica significa partir da premissa de que são iguais socialmente, possuem os mesmos privilégios e sofrem as mesmas opressões. Na medida em que se considera feminista, sendo o feminismo um movimento que, como disse, busca equidade (algo que ainda não foi atingido, portanto), é esperado que negue essa ideia, ressaltando que mulheres sofrem mais com os padrões de beleza e "pressões externas", como da mídia.

Na mesma proporção, não. Acho super falsa simetria falar que eles sofrem com padrão de beleza.

Ah, tipo, falsa simetria é considerar que os dois estão no mesmo nível. Acho que a gente, as mulheres, sofrem muito mais! Então não é simétrico, eles não estão no mesmo nível, né.

Eu não acho que eles chegam a sofrer uma pressão muito externa, tipo de mídia, igual as mulheres sofrem.

A participante não só considera que as mulheres sofrem mais, como entende que a base do sofrimento de homens e mulheres por insatisfação corporal é diferente. O sofrimento de mulheres estaria mais relacionado ao emagrecimento, logo, teria por trás um padrão de beleza que valoriza a magreza, enquanto que, por outro lado, o sofrimento de homens estaria relacionado ao ganho de músculos e a um ideal de beleza de "homem forte". Como observa, a maioria dos meninos ao seu redor tem a questão de almejar um corpo musculoso, um "braço maior" e etc., sendo que M.M. acha mais fácil obter um corpo assim do que magro como as mulheres buscam (ao se submeterem a dietas extremamente restritivas, procedimentos estéticos invasivos e dolorosos, dentre outras possibilidades, por exemplo). Não só acredita que o esforço é menor como pensa que mulheres sofrem mais crítica por não terem um corpo dentro dos padrões e são mais exigidas a tê-lo.

(...) eu acho que os meninos procuram ficar fortes ao invés de emagrecer, sabe? Eu tenho um amigo gordo que quer emagrecer e que toda hora faz dieta. Eu tenho vários amigos que são... Eles não são magros, não são gordos, mas assim, todos eles procuram ficar fortes... E eu acho que... Eu não sei, eu tenho a impressão que é mais fácil você procurar ficar forte do que procurar ficar mais magro. E eu vejo também menos esforço, tipo "ah, queria ter o meu braço maior..." e só isso mesmo. Às vezes reclama, às vezes faz uma academia, logo para... Ninguém critica o corpo deles por eles não serem fortes.

Eu acho que são poucas as pessoas que procuram, tipo, "ah, eu gosto de um moleque forte". Então eu acho que eles não têm esse tipo de influência também. Enquanto isso eu vejo muitas pessoas procurando meninas com corpos magros.

M.M., contudo, não nega que homens gordos possam se sentir mal com seus corpos distantes do padrão de beleza masculino. O que pensa, em realidade, é que ainda que se sintam assim, pequenos incômodos são muito mais frequentes no cotidiano de mulheres. Para ilustrar isso, menciona o fato de mulheres entrarem mais em contato com blogueiras fitness e outros exemplos de corpos padrão do que homens. Seria essa a maior "pressão externa" que acredita que as mulheres sofrem.

Não que um homem gordo não se sinta mal, eu acho que em muitos momentos ele se sente, mas pequenos incômodos aparecem muito mais nas mulheres.

Eu não vejo nenhum blogueiro fitness por aí. Tipo, eu pelo menos tenho muito menos contato com esse tipo de imagem do que... Quando eu penso em alguém fitness, saudável, sempre me vem uma mulher na cabeça. Então eu acho que talvez as meninas entrem mais em contato com exemplos femininos do que os meninos com os masculinos. Tipo, eu vejo eles se espelhando mais em bodybuilder, que é a questão de força, de grandeza, do que tipo... As meninas emagrecendo, né.

O padrão de beleza feminino com o qual M.M. se identifica ainda é atravessado por questões de classe, conforme conta. A jovem cita exemplos de mulheres que vê na mídia, em especial na televisão, e estão dentro do padrão de beleza, e repara que essas mulheres não são só valorizadas por atributos físicos, mas por todo um estilo de vida típico das classes dominantes (ou elites): andar de avião, usar certas roupas, etc., estilo de vida que tem como moradora de um bairro nobre da cidade de São Paulo.

Eu me identifico talvez por classe social e algum padrão básico.

Eu talvez me identifico com... Quando eu via novela, as protagonistas, as pessoas que moram bem... As pessoas que têm empregados na novela... Então assim, eu também me identifico com, sei lá... A personagem tá indo viajar de avião, eu também viajo de avião. Ah, ela tá com tal roupa, eu tenho acesso a usar essa roupa... É esse tipo de identificação eu acho também, do estilo de vida da personagem. Não tô só falando do corpo, acho que é mais esse tipo de identificação.

O padrão de beleza é irreal, para a jovem, na medida em que se distancia do corpo natural das mulheres, por ser submetido a photoshop e a procedimentos estéticos muitas vezes caros. Pode-se pensar, nesse sentido, que o padrão não só é irreal como restrito a poucas (aquelas mulheres que podem pagar). O recorte de classe que o atravessa não só diz respeito a um "estilo de vida" da elite, portanto, mas a possibilidades de intervenções sobre o corpo que só são possíveis para as classes dominantes, no seio das relações sociais do modo de produção capitalista.

É que eu acho que assim, como o padrão ele é um pouco irreal - irreal no sentido de que ele não é uma coisa muito natural, têm photoshop... Se você for a fundo nas pessoas que tem aquele corpo tipo muito padrão, zero gordura, provavelmente elas fazem tratamentos estéticos que você precisa de dinheiro pra pagar! Não é só, tipo, "faz dieta, faz academia", geralmente tem um monte de... Talvez drenagem, talvez aquelas maquininhas que... Eu não sei o nome daquelas coisas (risos)!

Mas eu sei que geralmente isso entra junto, então eu acho que, tipo, pra você alcançar esses corpos, você precisa também de dinheiro, entendeu, e não só um controle alimentar...

É interessante, contudo, como nota que existem possibilidades de mulheres fora da elite também serem contempladas pelo padrão, a exemplo do que vê nas novelas. Embora não desenvolva muito o assunto, sendo difícil entender que mulheres são essas (se há um recorte de raça) e que lugar elas ocupam nas produções televisivas mencionadas (um lugar de destaque ou lugar marginalizado), recortes que são excluídos de sua visão feminista, mas que não deixam de ser questões importantes, pois sugerem significados diferentes acerca das personagens (como o caso de personagens que são mulheres negras, afetadas pela hiperssexualização de seus corpos), a participante vai atrás de explicações para o fato de que essas mulheres pobres têm um corpo padrão. As explicações recaem em um fundamento genético, biológico, que sugere que a mulher pobre não tenha a capacidade de superar esse nível de relação com o seu corpo e ter cuidados estéticos ou alguma vaidade.

Apesar de que provavelmente na novela até quem é de classe baixa tem esse corpo padrão.

Talvez pela genética, não sei... Mas se elas não tiverem é mais difícil delas alcançarem. Se elas tem, elas tem por genética, mas se elas não têm talvez seja mais fácil de continuar não tendo.

Essa discussão sobre personagens femininas da mídia evidencia um recorte de classe próprio de sua vivência como menina da elite e de sua perspectiva feminista acerca dos padrões de beleza. A mídia (e as redes sociais) aparecem na fala de M.M. como lugar privilegiado de disseminação (e sustentação) do padrão de beleza "magro" das mulheres e esse conjunto de suas falas constitui o terceiro e último núcleo produzido (B), "Só tem corpo magro a vista", no qual evidencia-se mais um lugar de onde partem as suas referências de beleza. Tais referências marcam (juntamente com o discurso dos profissionais da saúde) a parte insatisfeita da relação conflitiva que tem com o próprio corpo. Em contraposição, nas falas finais do núcleo, mostra o que é ser uma mulher bonita para si. Sua própria concepção de beleza, crítica às referências

mediáticas, está associada a parte satisfeita desta relação consigo, possibilitada pela entrada no feminismo.

M.M. diz não gostar de buscar informações sobre como ter um "corpo ideal" e/ou um "estilo de vida saudável". Ainda que evite, contraditoriamente, a jovem está cercada dessas referências, a exemplo do programa de TV que mencionou anteriormente e que supervaloriza o padrão de beleza.

(...) se eu quisesse eu seria (próxima de mídias que cultivam o estilo de vida saudável), eu tenho todo o acesso a essas informações, mas eu não gosto.

Televisão eu particularmente não entro em contato, eu vejo tipo "De férias com o ex", que é um programa que só tem gente padrão mesmo assim, os caras nem disfarçam, né! Mas então, a minha referência da TV é essa e é Instagram, Facebook.

Em sua concepção, a origem do padrão de beleza feminino está justamente nas mídias e redes sociais e sua característica central é a magreza, pois, como observa, os corpos que são exibidos nesse meio são sempre estes. Há, portanto, uma falta de representatividade de outros corpos, diferentes.

Além de um corpo magro, pela primeira vez na fala da participante surgem traços europeizados para caracterizar tal padrão (como a pele branca e os cabelos lisos), evidenciando um recorte racial, ainda que tímido, dado que não trabalha essa questão em nenhum outro momento de sua fala. Na medida em que é uma jovem branca, o fato da questão racial não ser abordada faz sentido, pois não são opressões que configuram sua vivência: a branquitude como característica dominante das relações sociais atravessadas pelo racismo estrutural é o que pauta os espaços onde M.M. circula, é o padrão esperado frente ao qual o diferente (negro ou indígena) parece inexistir enquanto possibilidade.

Então, da onde ele [o padrão] vêm acho que representação de revista, de vida em Instagram - que é o que a gente mais entra em contato hoje em dia, né? E televisão, assim... Você não vê uma pessoa que não seja magra mostrando o corpo em lugar nenhum, então tá aí o padrão. Só tem corpo magro a vista. Acho que vem muito de representatividade na mídia mesmo.

E qual que eu acho que é (o padrão): pessoa branca, magra... Provavelmente com o cabelo liso... É, pra mim é esse o padrão.

A jovem cita então um exemplo de uma foto que postou em uma de suas redes sociais. Nesta foto estava sentada, e apareceu um traço imperfeito de seu corpo (ou fora dos padrões aceitáveis): dobrinhas na barriga. Embora tenha se incomodado, indo pedir o apoio das amigas, sustentou a decisão de compartilhar a foto com seus seguidores e se surpreendeu com o fato de ter recebido um elogio de um(a) usuário(a) que não conhecia.

O desconforto de M.M. com a foto postada é coerente com aquilo que observa na mídia e nas redes sociais de modo geral. De fato, se a jovem vê que apenas corpos magros e “sem imperfeições” podem ser exibidos de forma ampla e irrestrita, ao notar que seu corpo tem uma mínima marca que possa ser entendida como gordura (e portanto algo ruim), a necessidade de ocultá-la é quase que um imperativo, com o qual luta para conseguir se ver bonita e publicar a foto em questão. Complementarmente, faz-se necessário ainda um questionamento daquilo que é considerado imperfeito frente ao padrão de beleza posto (e dentre essas coisas o detalhe das dobras na barriga que provoca seu desconforto), na medida em que muitas vezes são marcas naturais, que fazem parte do desenvolvimento do corpo e da história de vida e cada um. Ocultá-las é não permitir que o corpo expresse sua história.

O fato de no mínimo duas pessoas na rede social terem demonstrado abertamente que ficaram felizes com a “imperfeição” que viram permitiu que M.M. se sentisse mais segura de si e revelou que sua própria ação teve um efeito fortalecedor para essas pessoas.

Recentemente eu postei uma foto no Instagram mostrando a minha barriga, que tinha uma dobra ali e...Ah, eu gostei da foto... "Talvez eu não postaria pela minha barriga mas eu vou postar!".

E aí eu mandei mensagem para as minhas amigas, falei "gente, eu estou com um pouco de vergonha. Não sei, pra mim foi um esforço postar aquela foto, então... Sei lá, só queria compartilhar com vocês".

Mas ao mesmo tempo uma pessoa que eu não conheço e que não me segue comentou "dobrinhas" e um coração! Na minha foto. Então assim, não é uma foto normal, senão não teria esse tipo de comentário

Alguma pessoa que postou uma foto de verdade, né?! No Instagram... Tipo, existem mais outras vinte que eu to com a minha barriga chapada? Sim, porque quando eu fico em pé ela é reta, mas quando eu sento ela dobra! E aí foi muito legal postar a foto do momento da barriga dobrada.

Uma amiga minha veio me mandar mensagem falando "eu me senti mais confortável agora de que eu vi sua barriguinha dobrada no Instagram, estou mais feliz", então eu me senti super-poderosa (risos).

É a partir deste exemplo, parte de um processo de fortalecimento pessoal frente as pressões de um padrão de beleza (sobretudo por instituições como a mídia e a área da saúde) que M.M. revela uma concepção de beleza diferente, ainda que juntamente com ela persistam os ideais de beleza socialmente vigentes. Tal como as imperfeições do corpo revelam o movimento de uma vida, a jovem entende a beleza também como movimento. Um movimento que não pré-estabelece características físicas, mas sim permite que o corpo da mulher simplesmente seja e ela se sinta feliz e confortável consigo.

Hum... Eu acho que eu não vejo a beleza... Eu não consigo ver a beleza parada. Tipo, eu não consigo muito ver uma foto e ver uma mulher bonita, pra mim a beleza tem muito a ver com como a mulher se porta e se sente. Então se eu vejo que uma menina tá confortável, que ela tá feliz, se sentindo bem, aquilo vai ser beleza pra mim. Eu acho a beleza geralmente... No comportamento - tirando a beleza padrão que aí eu reconheço como beleza. Tipo, se eu vejo uma menina que é padrão, às vezes eu reconheço a beleza dela só na aparência, mas geralmente eu procuro tipo um conjunto pra achar a beleza, sabe? Ah, uma das minhas amigas que eu acho mais bonita é a que sorri mais, que é mais alegre.

A chave para que o padrão de beleza seja superado, portanto, parte da representatividade de corpos que dele diferem: é preciso dar legitimidade para que outros tipos de corpos possam existir e ser considerados bonitos e, para isso, é preciso que eles sejam representados nos diversos instrumentos de reprodução do padrão que existem, principalmente a mídia. A jovem desconstrói o padrão de beleza como algo natural, dado, e reconhece a sua produção social, produção esta que pode ser transformada. É possível pensar que boa parte deste processo de desconstrução tenha origem no conhecimento crítico que adquiriu com sua entrada no feminismo.

Eu acho que é representatividade. Não importa se ela vem do feminismo, se ela vêm da TV... Eu acho que precisam mostrar esses corpos como bonitos. Porquê a gente aprende o que é beleza. Acho que a gente aprende. Se a gente aprender que o corpo gordo é bonito, a gente vai achar ele bonito sem esforço nenhum. Então eu acho que é qualquer lugar que tenha representação.

4. DISCUSSÃO

A partir das análises realizadas, pode-se observar que as participantes trazem em suas falas significações sobre padrões de beleza e sobre os discursos midiáticos, médico-científico e feminista que são constitutivas da forma como se relacionam com o próprio corpo e com o mundo, enquanto jovens mulheres marcadas pela desigualdade social da cidade (isto é, por uma classe).

Nesse sentido, em alguns momentos são observadas semelhanças em suas significações, especialmente no que diz respeito a relação conflitiva com o próprio corpo (sentimentos de insatisfação corporal que se esforçam para superar) e a compreensão da mídia como principal instrumento de disseminação do padrão de beleza feminino. Por outro lado, existem diferenças marcantes especialmente quanto ao conteúdo de classe e raça fortemente trazido pela participante do Itaim Paulista em relação aos padrões de beleza femininos, enquanto a outra participante o significa por uma perspectiva naturalizada própria da classe dominante. Observaram-se ainda diferenças não só em relação a raça e classe social, mais próxima ou distante do padrão de beleza veiculado, mas também em relação a centralidade do "estilo de vida saudável" nas significações de cada uma das participantes, o que está claramente marcado pela questão socioeconômica.

Para discutir a análise dos resultados produzidos será feita uma divisão metodológica que parte dos três tipos de discurso previamente selecionados para investigação, tendo em vista os objetivos de pesquisa, ainda que as temáticas faladas sejam indissociáveis entre si. Cada um dos discursos (médico-científico, midiático e feminista) é discutido abaixo separadamente, a partir da comparação das falas das participantes e do referencial teórico da psicologia sócio-histórica, ainda que devam ser compreendidos como indissociáveis, parte de uma totalidade pesquisada sobre o fenômeno dos padrões de beleza e da insatisfação corporal de mulheres jovens.

4.1. O discurso médico-científico

Em ambas as entrevistas, pôde-se observar que a saúde é significada por uma perspectiva biologizante, voltada para o corpo a despeito de elementos subjetivos - afetos, pensamentos, sentimentos. Isso se explicita sobretudo a partir de uma fala que se repete em ambos: a comprovação de um bom ou mau estado de saúde pela ausência de doenças (físicas), o que é realizado por meio de exames de sangue. O corpo é objeto central, senão exclusivo, de análise e intervenção por profissionais da área, o que passa pela alimentação e prática de atividades físicas, destacando-se a figura do educador físico (ou treinador) e os conhecimentos da nutrição.

Não diferente, é por essas vias (alimentação e prática de exercícios) que as participantes buscam um corpo dentro dos padrões de beleza, evidenciando o quanto saúde e beleza são sustentadas como duas faces da mesma moeda. O "estilo de vida saudável" é, ao mesmo tempo, uma forma de se conquistar um bom estado de saúde e um corpo desejado: magro. Conforme a participante da Vila Mariana (M.M.) conta, adotou dietas restritivas (*low carb*) e de fazer academia quando se percebeu com uns quilos além do esperado. A participante do Itaim Paulista (M.C.), por sua vez, também foi em busca de academia e eventualmente faz dietas, além de controlar sua alimentação cotidianamente de forma mais sutil (como o exemplo de tomar ou não uma cerveja).

Nota-se que os conhecimentos nutricionais, ainda que superficiais, têm uma predominância maior, no entanto, nas significações de M.M., sendo uma forte referência do que compreende por saúde: carboidratos e gorduras engordam e proteínas fazem as pessoas ficarem "fortes". É a partir de tais axiomas nutricionais que a jovem monta suas dietas de emagrecimento, cortando todo tipo de alimento que compreenda como vilão (batata, arroz, frituras...). Ainda que diga que se culpe apenas um pouco quando não cumpre as dietas auto impostas, é possível pensar pela centralidade desses comportamentos e conhecimentos sobre "ser saudável" que os adota com certa frequência e estão associados, portanto, a um constante sentimento de insatisfação.

M.C. até menciona a importância de uma alimentação saudável para os cuidados com a forma física, da mesma forma que a prática de exercícios físicos, mas ao contrário de M.M. este é um tema de menor destaque em sua fala, distante do que poderiam ser consideradas prioridades em sua vida, conforme conta. Para ela há uma questão anterior: ter tempo para a prática de exercícios físicos e ter recursos financeiros para uma alimentação dita “saudável” partem de um privilégio de classe, sendo a comparação entre a sua vida e a vida de sua namorada um exemplo ilustrativo disso. Na perspectiva de M.C., a alimentação da população pobre é mais substanciosa e menos saudável do que a elite, fazendo com que seja uma população mais gorda, o que depois vai mostrar uma forte proximidade com o que entende por padrão de beleza, baseado em elementos característicos da elite e seu estilo de vida.

De qualquer forma, o gordo aparece como aquele que come mal, com um estilo de vida não-saudável, entendimento gordofóbico que está presente não só em M.M. como também em M.C., embora de forma distintas.

M.M. teoricamente até entende que saúde não é sinônimo de magreza e que podem ter pessoas magras com questões de saúde tanto quanto pessoas gordas, mas na prática essa compreensão é difícil de ser realizada, pois não consegue identificar o(a) gordo(a) como alguém com hábitos de vida saudáveis. Estar acima do peso como fruto de comer mal e não se exercitar aparece na fala da participante do Itaim Paulista de uma forma mais sutil, no entanto. M.C. vai falar sobre os profissionais de saúde atuarem por uma lógica que tem como base o Índice de Massa Corporal, baseado em peso e altura, o que a faz afirmar que o peso é sim um indicador de saúde. Além disso, observam-se em sua fala vários momentos em que o comer mal e o não se exercitar estão relacionados com o ganho de peso e com ônus à saúde. Ainda sim, a participante não declara explicitamente que pessoas gordas não são saudáveis e pode-se pensar que a experiência com sua namorada é justamente um exemplo questionador dessa afirmação.

4.2. O discurso midiático (mídias de massa) e o discurso da indústria da beleza

M.M. e M.C. compreendem a mídia como um dos principais meios de disseminação do padrão de beleza das mulheres na atualidade, senão a origem dele. O corpo que almejam ao fazer dietas e academia é o corpo nela veiculado: um corpo magro, com curvas (traços femininos), dentre outros aspectos.

Não só a mídia é vista como instrumento importante de disseminação do padrão de beleza como as redes sociais, mencionadas por ambas participantes, pois a imagem nelas veiculada é de um estilo de vida ideal que abarca exclusivamente o corpo magro. Exibir um corpo gordo acaba não tendo espaço e aceitação, de forma que o que se observa no caso dessas redes são as pessoas reproduzindo o padrão que lhes é colocado como um valor e lhes constitui subjetivamente. Não só o padrão de beleza é produzido como valor pelas instituições sociais (sobretudo a mídia) para as pessoas como elas próprias atuam os (re)produzindo, sendo as redes sociais um exemplo evidente disso.

No caso de M.C. a ausência de diversidade de corpos nesses meios repercute sobre sua insatisfação corporal, aumentando-a. Isso não ocorre para a jovem da Vila Mariana, pois é próxima daquilo que vê, tanto em termos de magreza quanto em aspectos de raça e classe. O padrão de beleza para ambas as participantes é a mulher magra, branca e rica, a exemplo do que vêem nas novelas. M.C., contudo, identifica tais elementos de forma mais evidente na medida em que são diametralmente opostos a sua vivência e a de mulheres ao seu entorno (como suas amigas, pobres e negras). M.M. não menciona sua branquitude e quando fala sobre classe, fala da perspectiva de uma representante das classes dominantes: são aspectos naturalizados de sua fala.

M.M. tem uma perspectiva naturalizada a respeito dos elementos que compreende como constitutivos do padrão de beleza em função de sua vivência, que não é olhada de forma crítica, isto é, a partir do lugar de uma jovem branca da elite (lugar pelo qual significa a realidade). Isso ocorre também em relação a questionamentos sobre a origem do padrão de beleza. Ele surge como algo descolado

de uma historicidade, de tal modo que a valorização de ser magra e com traços europeizados é tomada como verdade universal que parece nunca antes ter sido diferente. Esse é um aspecto que a diferencia de M.C.: quando indagada, esta reconhece que existe uma origem histórica e social desse padrão de beleza mesmo sem saber qual.

Pode-se pensar que no desconhecimento da origem histórica de que M.C. fala e na naturalização de M.M. há, pois, um ocultamento ideológico da historicidade do fenômeno do padrão de beleza feminino pelos seus próprios mecanismos de reprodução (os conhecimentos médico-científicos e a mídia). A serviço do que este ocultamento ocorre, no entanto, é algo que diverge entre elas, ainda que recaia no machismo e no patriarcado.

4.3. O discurso feminista

A crítica aos padrões de beleza de ambas participantes perpassa e é justificada segundo uma visão feminista. Não à toa, o feminismo é um movimento social e de produção de conhecimento que surge como grande transformador da relação negativa (de insatisfação) que as participantes têm com seus corpos, por fazer com que exercitem uma oposição aos padrões de beleza. M.M. teve seu contato com ele pela internet e pelo coletivo feminista de sua faculdade, que também tem uma atuação importante através do meio virtual, mas para M.C. isso aconteceu por intermédio do professor de seu curso de teatro e sua proposta crítica e questionadora de trabalho, indo só em um segundo momento pesquisar mais informações em sites e redes sociais.

A própria forma como as participantes ingressam no feminismo dá o tom da forma como compreendem que os padrões de beleza atuam ideologicamente, enquanto mecanismos de opressão às mulheres. Para M.M., os padrões de beleza existem como forma de agradar homens, em uma relação na qual a mulher, tratada em termos genéricos, está sempre subjugada ao prazer e gostos masculinos, enquanto

que M.C. entende que tais padrões são fruto do patriarcado (isto é, de um regime de dominação dos e pelos homens), que promove a rivalidade feminina para se legitimar.

Entender que o padrão de beleza serve para subjugar as mulheres enquanto indivíduos aos gostos dos homens (compreensão de M.M.) é diferente do que entender que ele fragmenta a união das mulheres, a organização feminina (compreensão de M.C.). Ademais, na medida em que M.M. naturaliza a origem dos padrões de beleza femininos e os aspectos de raça e classe que os constituem, falando de uma posição não relativizada (que não se reconhece enquanto a perspectiva de uma jovem branca da elite), sua concepção de feminismo adota um viés liberal, individualizado, que valoriza o empoderamento (sempre individual) e nega aspectos estruturais de raça e classe que promovem desigualdades entre as próprias mulheres. M.C., por outro lado, traz um discurso racializado e de classe pela própria vivência, que se diferencia da perspectiva dominante abarcada pelos padrões de beleza femininos. Nesse sentido, entende as mulheres como um coletivo com desigualdades internas e a opressão do padrão de beleza feminino como separação e enfraquecimento desta coletividade, visão que se aproxima mais de um feminismo interseccional, crítico a visão liberal.

Ainda que sejam feminismos diferentes, o que aproxima as perspectivas das participantes é a importância e necessidade de representatividade de corpos outros, diferentes do padrão de beleza estabelecido, ilustrativo da diversidade que as mulheres têm na realidade. Isso parte do feminismo para as duas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista a análise e discussão realizadas acerca dos núcleos de significação produzidos, foi possível observar diferenças importantes de aspectos de raça e classe na significação dos padrões de beleza e imagem corporal das jovens, ainda que apresentem compreensões semelhantes de saúde e do papel da mídia na sua sustentação. O padrão de beleza é visto como retrato dos costumes e imagem de uma certa classe social (a elite branca), sendo valorizado e questionado por ambas as jovens.

Mais do que ter uma certa compreensão de que o padrão de beleza se associa as classes dominantes, brancas, essa própria compreensão se diferencia a partir do lugar social (de classe e raça) que as participantes ocupam. Nesse sentido, evidencia-se como a realidade social que as circunda constitui as significações produzidas, isto é, ser uma jovem branca da Vila Mariana ou uma jovem do Itaim Paulista com dúvidas em relação a sua raça, (definida como branca por uma negatividade) em uma cidade profundamente desigual como São Paulo são elementos da realidade objetiva presentes em tudo que falam. Essa realidade, marcada por desigualdades sociais (econômicas e raciais) profundas, e as significações das jovens são indissociáveis e se produzem reciprocamente através de uma relação dialética, dada em um certo tempo histórico.

Partindo-se do fato de que as jovens têm uma vivência contraditória (conflitiva) da própria imagem corporal, o movimento dessa relação é produzido de acordo com as significações que têm acerca do padrão de beleza, valorizado e questionado. Quando valorizado esse padrão é promotor de uma forte insatisfação corporal, o que muda quando é problematizado. Nesse caso o discurso feminista uma ferramenta crítica importante que norteia os questionamentos produzidos, transformando a relação das jovens com o próprio corpo em algo positivo, que tem em seu significado a aceitação de si independente e como resistência aos padrões.

Não obstante, a busca por saúde e embelezamento de si pelos mesmos meios (alimentação e exercícios) apontam para uma forte proximidade do discurso médico

com a valorização dos padrões de beleza e, portanto, com a insatisfação corporal das jovens. Em outras palavras, se alimentar bem e praticar atividades físicas são a promessa de sentir-se bem consigo, mas também o que pauta uma relação negativa com o corpo que se têm, já que é afirmado sempre como gordo e, portanto, feio (distante do padrão).

As diferenças observadas entre as participantes apontam para a importância de se racializar e fazer recortes de classe nas discussões sobre os padrões de beleza femininos e a insatisfação corporal de mulheres, reconhecendo-nos como fenômenos próprios de uma questão (o corpo da mulher) que articula gênero, classe e raça. Considerar estes três aspectos ao se falar sobre a questão do corpo da mulher é se colocar criticamente frente ao discurso ideológico dominante que produz violências que tem como objetivo homogeneizar seus corpos e mascarar desigualdades, permitindo que se perpetuem relações de dominação.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Wanda Maria Junqueira de et. al. Reflexões sobre sentido e significado. In: BOCK, Ana Mercês Bahia; GONÇALVES, Maria da Graça M. (Org.) **A dimensão subjetiva da realidade: uma leitura sócio-histórica**. São Paulo: Cortez, 2009.

AGUIAR, Wanda Maria Junqueira de; OZELLA, Sergio. Apreensão dos sentidos: aprimorando a proposta dos núcleos de significação. **Rev. Bras. Estud. Pedagog.**, Brasília , v. 94, n. 236, p. 299-322, Apr. 2013 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-66812013000100015&lng=en&nrm=iso>. access on 18 July 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S2176-66812013000100015>.

ALVARENGA, Marle dos Santos et al . Influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro , v. 59, n. 2, p. 111-118, 2010 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852010000200006&lng=en&nrm=iso>. Access on 31 Mar. 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852010000200006>.

BOCK, A. M. B. A Psicologia Sócio-Histórica: uma perspectiva crítica em psicologia. In: BOCK, A. M. B.; GONÇALVES, M. G. M.; FURTADO, O. (orgs.) **Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva crítica em psicologia**. 5 ed. São Paulo: Cortez, 2011. p. 15-35.

BOCK, A. M. B. Subjetividade: O Sujeito e a Dimensão Subjetiva dos Fatos. In: GONZÁLEZ REY, F. L. (org.) **Subjetividade, Complexidade e Pesquisa em Psicologia**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005. p. 109-125.

BOURDIEU, Pierre. **A economia das Trocas Simbólicas**. São Paulo: Perspectiva, 1987.

CAMPOS, André; POCHMANN, Marcio; AMORIM, Ricardo; SILVA, Ronnie (orgs.) - **Capítulo 1 do Atlas da Exclusão Social no Brasil, vol. 2**. São Paulo: Cortez, 2004, 2 ed., pp. 15-26.

CASH, T. F. (Ed). **Encyclopedia of body Image and Human Appearance**. Waltham: Academic Press, 2012.

COSTA, Ana Carolina Pereira; TORRE, Mariana Carvalho de Moura Della; ALVARENGA, Marle dos Santos. Atitudes em relação ao exercício e insatisfação com a imagem corporal de frequentadores de academia. **Rev. bras. educ. fis. esporte**, São Paulo , v. 29, n. 3, p. 453-464, Sept. 2015 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092015000300453&lng=en&nrm=iso>.

g=en&nrm=iso>. Access on 31 Mar. 2017.
<http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092015000300453>.

COSTA, Larissa Feio da Cunha; VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes; PERES, Karen Glazer. Influence of Biological, Social and Psychological Factors on Abnormal Eating Attitudes among University Female Students in Brazil. **Journal of Health, Population, and Nutrition**, LOCAL, v. 28, n. 2, p. 173-181, Apr. 2010. Available from <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2980880/?tool=pubmed>>. Access on 02 Apr. 2017.

DUNKER, Karin Louise Lenz; FERNANDES, Cássia Peres Bonar; CARREIRA FILHO, Daniel. Influência do nível socioeconômico sobre comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 58, n. 3, p. 156-161, 2009. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852009000300003&lng=en&nrm=iso>. Access on 31 Mar. 2017.
<http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852009000300003>.

DUNKER, Karin Louise Lenz; PHILIPPI, Sonia Tucunduva. Hábitos e comportamentos alimentares de adolescentes com sintomas de anorexia nervosa. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 16, n. 1, p. 51-60, Jan. 2003. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732003000100006&lng=en&nrm=iso>. Access on 31 Mar. 2017.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732003000100006>.

FURTADO, O. As dimensões subjetivas da realidade. In: FURTADO, O.; GONZÁLEZ REY, F. L. (Org.). **Por uma epistemologia da subjetividade: um debate entre teoria sócio-histórica e a teoria das representações sociais**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. p.91-105.

GOLDENBERG, Mirian. **The Body as Capital: Understanding Brazilian Culture**. in: Vibrant – Virtual Brazilian Anthropology, v. 7, n. 1. January to June 2010.

GONZÁLEZ-REY, F. L. - Os Processos de Construção da Informação na Pesquisa Qualitativa Orientada pela Epistemologia Qualitativa. In GONZÁLEZ REY, F. L. **Pesquisa Qualitativa e Subjetividade: os processos de construção da informação**. 1. ed. São Paulo: Thomson Learning, 2005.

GROGAN, S. (2008). **Body Image: understanding body dissatisfaction in men, women, and children**. Londres: Routledge Publishers.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi; LAUS, Maria Fernanda; ALMEIDA, Sebastião Sousa. "Living well but looking good: a modern health dichotomy": a brief overview on women's body image. **Motriz: rev. educ. fis.**, Rio Claro, v. 19, n. 3, p. 558-564, Sept. 2013.

Available from
<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-65742013000300005&lng=en&nrm=iso>. access on 31 Mar. 2017.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1980-65742013000300005>.

LAUS, Maria Fernanda et al . Body image in Brazil: recent advances in the state of knowledge and methodological issues. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 48, n. 2, p. 331-346, Apr. 2014 . Available from
<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102014000200331&lng=en&nrm=iso>. access on 31 Mar. 2017.
<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048004950>.

McKinley, N.M. (2011). Feminist Perspectives on Body Image. In: T. F. Cash, & L. Smolak (Eds.), **Body image: a handbook of science, practice, and prevention**. New York: The Guilford Press.

GUERRA, Alexandre; POCHMANN, Marcio; SILVA, Ronnie (orgs.) - **Atlas da Exclusão Social no Brasil: Dez anos depois - Vol. 1**. São Paulo: Cortez, 2014.

SANTOS, Luane Neves; MOTA, Alessivânia Márcia Assunção and SILVA, Marcus Vinícius de Oliveira. A dimensão subjetiva da subcidadania: considerações sobre a desigualdade social Brasileira. **Psicol. cienc. prof.** [online]. 2013, vol.33, n.3, pp.700-715.

SOUZA, Jessé (2003). **A construção social da subcidadania: por uma sociologia política da modernidade periférica**. Belo Horizonte, MG: Editora UFMG; Rio de Janeiro: IUPERJ. (Coleção Origem).

WHO (2009). **Milestones in Health Promotion: Statements from Global Conferences**. Available from
<http://www.who.int/healthpromotion/Milestones_Health_Promotion_05022010.pdf>. access on 19 May 2017.



6. APÊNDICE

6.1. TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezada participante,

Sou estudante do curso de graduação em Psicologia na Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Estou realizando uma pesquisa sob supervisão da professora Sandra G. Sanchez, cujo objetivo é compreender como a imagem corporal jovens mulheres de diferentes regiões de São Paulo se relaciona a discursos sobre corpo e ideais de beleza postos em nossa sociedade.

Sua participação envolve responder questões sobre sua satisfação corporal, incluindo comportamentos e sentimentos atrelados ao seu corpo, bem como suas opiniões sobre a imagem corporal e satisfação corporal das mulheres em geral.

A participação nesse estudo é voluntária e se você decidir não participar ou quiser desistir de continuar em qualquer momento, tem absoluta liberdade de fazê-lo. A entrevista será gravada, se assim você permitir. Na publicação dos resultados desta pesquisa, sua identidade será mantida no mais rigoroso sigilo. Serão omitidas todas as informações que permitam identificá-lo(a). Mesmo não tendo benefícios diretos em participar, indiretamente você estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção de conhecimento científico.

Quaisquer dúvidas relativas à pesquisa poderão ser esclarecidas pela pesquisadora Lygia Gonçalves Pereira de Melo (lygiademelo@hotmail.com) e/ou orientadora Sandra G. Sanchez (sandra_sanchez@uol.com.br).

Atenciosamente,

Nome e assinatura do(a) estudante

Matrícula: _____

Rg: _____

Local e data

Consinto em participar deste estudo

Nome e assinatura do participante

Rg: _____

Local e data

6.2. ROTEIRO DE ENTREVISTA

1. SATISFAÇÃO CORPORAL

- 1.1. Conte um pouco para mim de como é a relação com seu corpo hoje em dia... Como você se sente em relação a ele... Você diria que está satisfeita com seu corpo **hoje**?
- 1.2. Você já teve uma relação com ele diferente no passado? Como era?
- 1.3. Você fez coisas específicas no seu dia a dia para mudar seu corpo, como mudanças na alimentação, tratamentos estéticos, atividades físicas...? **Se sim**, qual o objetivo principal disso? Quem sugeriu que você as utilizasse/fizesse? (investigar a permeabilidade da participante em relação ao bombardeio de informações que temos atualmente). **Se não**, você em algum momento sentiu necessidade de fazer isso? Como lidou com essa necessidade?
- 1.4. Como você se sente fazendo essas coisas? Você acredita que elas ajudam a mudar seus sentimentos e ideias sobre seu corpo?
- 1.5. E as mulheres jovens/jovens-adultas ao seu redor, você acha que elas estão satisfeitas com seus corpos?

2. MÍDIA e INDÚSTRIA DA BELEZA

- 2.1. Na sua opinião, existe um padrão de beleza para essas mulheres jovens/adultas? Qual é? De onde ele vem?
- 2.2. Esse padrão está na mídia (TV, propagandas...)? De que forma? (perguntar sobre programas que a participante assiste, revistas femininas que lê, etc.)
- 2.3. Então você acha que a mídia tem alguma relação com a satisfação corporal das mulheres? Qual?
- 2.4. E marcas de roupas, maquiagens e demais produtos de beleza para mulheres? Interferem ou tem relação com a satisfação corporal? Como?
- 2.5. Agora, o que é uma mulher bonita para você?

- 2.6. Recentemente vemos um aumento da diversidade de modelos que aparecem em propagandas, atrizes e etc. (Ex.: negras, gordas)... Como é pra você ver essa diversidade? Isso influencia na forma como você aceita seu corpo? E para as mulheres, como acha que é isso?

3. DISCURSO MÉDICO

- 3.1. O que é saúde para você?
- 3.2. Há uma ligação entre o padrão de beleza das mulheres de hoje e o que a Saúde recomenda de cuidados com o corpo? Qual?
- 3.3. Como você entende essa relação entre o padrão de beleza e o que os profissionais de saúde (nutricionistas, médicos, educadores físicos e etc) recomendam?
- 3.4. Essas recomendações interferem na forma como você se sente em relação ao seu corpo? De que forma?

4. FEMINISMO

- 4.1. Você conhece o feminismo? Como se aproximou dele?
- 4.2. Você é feminista?
- 4.3. O feminismo fala algo dos ideais de beleza femininos? O quê? O que você acha sobre isso?
- 4.4. A forma como o feminismo enxerga os padrões de beleza das mulheres mudou a forma como você se relaciona com seu corpo? O que mudou?
- 4.5. O feminismo pode mudar a forma como as mulheres se relacionam com seus corpos? Como?

5. Sobre SOLUÇÕES/MEIOS de lidar com a insatisfação corporal

Que outras coisas atrapalham em mulheres se sentirem bem com seus corpos?

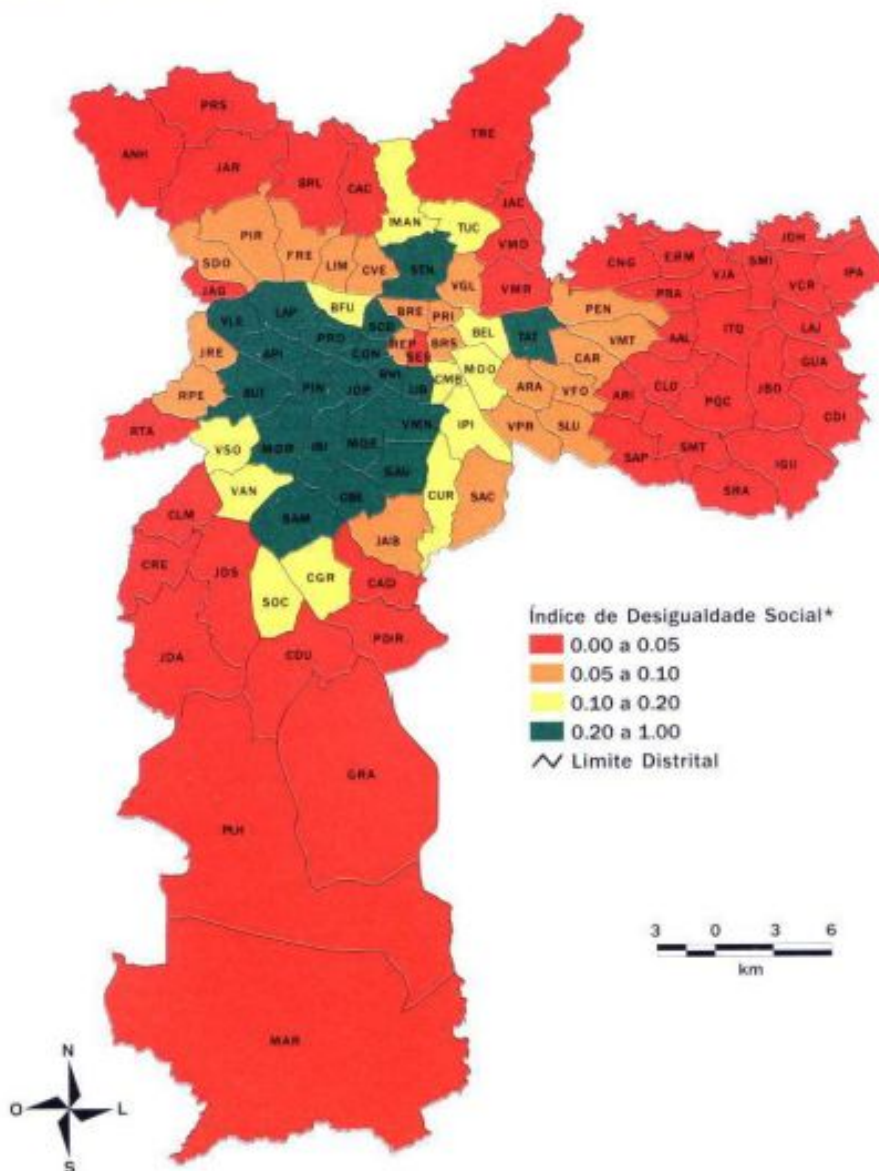
Como as mulheres podem melhorar isso? Que coisas podem fazer elas se aceitarem melhor?

6.3. MAPA DA DESIGUALDADE SOCIAL DE SÃO PAULO (CAMPOS et al, 2004)

104

ATLAS DA EXCLUSÃO SOCIAL NO BRASIL

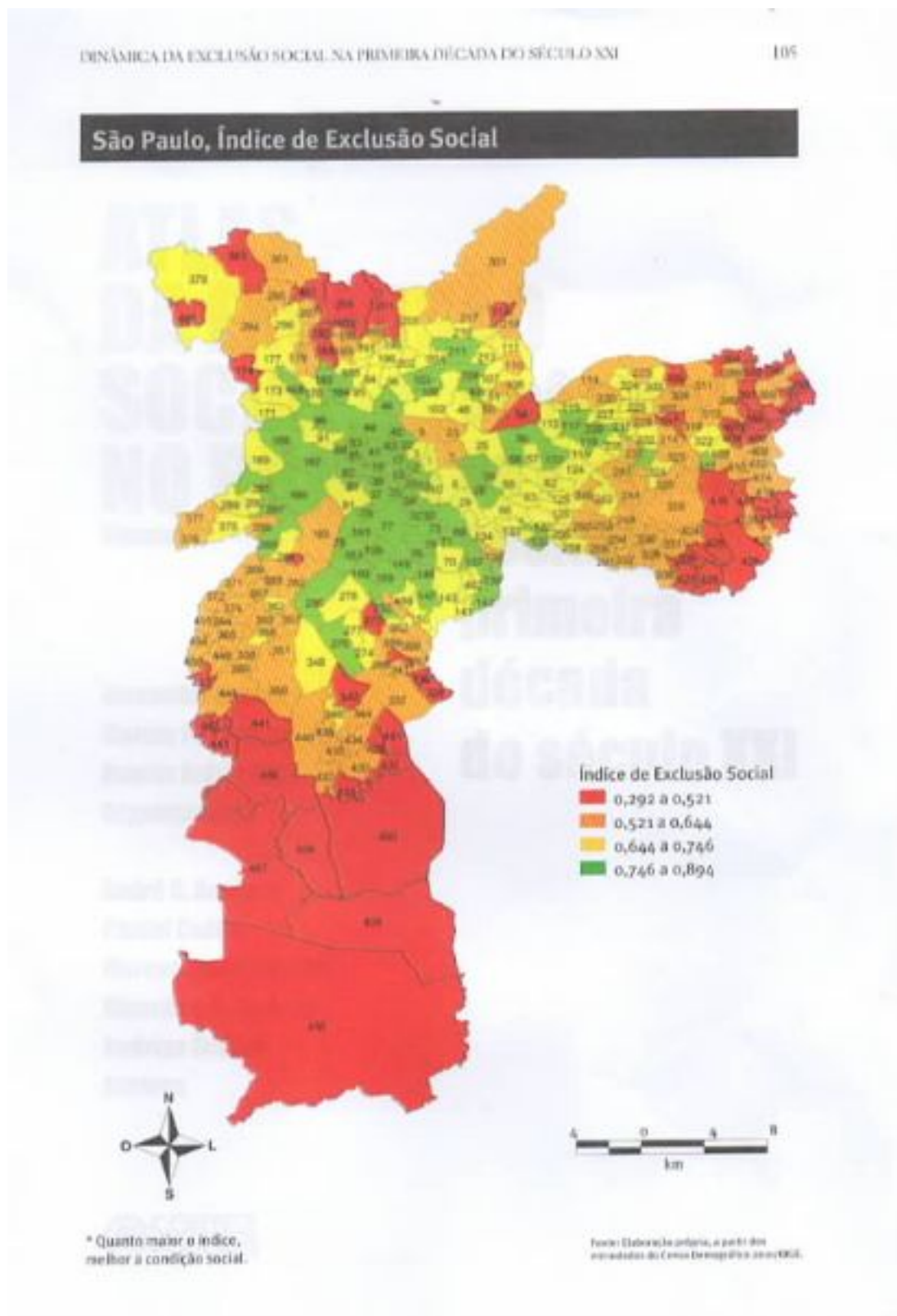
Índice de Desigualdade Social São Paulo



* Quanto maior o índice, melhor a situação social.

Fonte: Elaboração própria. Dados de 2000.

6.4. MAPA DA DESIGUALDADE SOCIAL DE SÃO PAULO (CAMPOS et al, 2015)



6.5. Indicadores da participante do Itaim Paulista

6.5.1. Quadro 1: Indicador 1

Hoje: Crises x aceitação do corpo
[Sobre a relação com o próprio corpo] Hoje em dia eu acho que até é boa, assim... Porque eu... Eu sei que eu, tipo, não tô num padrão, mas também eu não tô muito longe dele. E aí isso me deixa um pouco numa área de conforto ali, tipo... Massa, entendeu? Tipo, eu gosto do meu corpo todo... Do meu cabelo, da forma do meu corpo, dos meus seios, dos meus pêlos, então, tipo, eu tenho bem esclarecido isso.
(...) é, tem aquelas crises, tipo, básicas assim de "ah, eu tô gorda", "ah, a minha calça não tá servindo", mas não é uma coisa que eu pilho muito, que me deixa, tipo, com a autoestima baixa... Que me deixa em um período muito longo de tempo, tipo, mal, entendeu? Uma coisa que eu, sei lá, pense em me... Tirar algo ou, tipo, trocar alguma coisa do meu corpo.
[Sobre as crises serem frequentes] Tem sido. Mas assim, aquela coisa de uma tarde, sabe? Uma coisa de - você acorda de manhã e se olha no espelho e você fica tipo "poxa... podia não ter esse pneuzinho aqui, né?", ou tipo "poxa, eu podia ter o peito um pouco mais pra cima...", ou tipo "poxa, eu podia ter o peito mais durinho...", mas aí não é nada que eu fique, sei lá, mais de dois dias pensando nisso. Tipo, me martirizando e, tipo, pensando em soluções
Às vezes [faço] uma dieta, porque é importante e tal...
Agora eu consegui entender que não interessa o quanto eu emagreça, o meu quadril é largo e eu não vou entrar em um trinta e seis! É tipo, ter essa consciência. Tipo, "meu, não pira! Você não vai conseguir entrar", tipo "desapega! Não precisa". Só se tipo, eu arrancar um teco do meu quadril e tipo, acho que isso não é legal...
Atividade física [faço] sim, mas eu acho que não é nem mais pelo corpo e "ser

magra", mas sim porque eu sou uma pessoa sedentária...
A dieta é pela estética, cem por cento, agora a atividade física é tipo trinta de estética e setenta mais porque, meu...
É, eu fiz um mês. Eu fiz academia com uma colega e sei lá, durou... Duas semanas, pra falar a verdade. Eu paguei um mês e durou duas semanas. E eu me senti, tipo, bem, porque é uma coisa que, tipo, te dá mais ânimo, te dá mais pique...
É, às vezes sim. Tipo, "ah, eu tô gordinha...". Por mais que minha saúde esteja ok, tipo, às vezes você fica, tipo, "poxa...". Cerveja: "pô, tô inchada... Tô inchando". E eu fico tipo "tá, posso dar uma maneirada..."

6.5.2. Quadro 2: Indicador 2

Ser gordinha e se espelhar na magreza dos outros ao redor
É, eu era gordinha... E aí... É aquela coisa, meu, tipo, ainda mais na - quando você é mais... Até uns... Pra mim pelo menos foi até uns quinze anos assim. Que era muito horrível ser gorda. Porque você era zuado...
Baixinha e gordinha, né? É tipo batata que vai sofrer bullying, né. E aí minha irmã já sempre foi magra, e aí eu ficava tipo, "pô, porque...". Minha anatomia é muito diferente da minha irmã. Tipo, ela sempre usou trinta e seis, até ela ficar grávida... Ela usava trinta e seis. Eu só usei até sei lá, os meus onze anos, tipo... (risos) E aí eu ficava tipo equiparando assim, pra caramba. Tipo, "a gente nasceu da mesma mãe, do mesmo pai, por que eu não sou magra?!"
Sim, [eu me comparava com] minha irmã e qualquer amiga magra que eu tivesse!
Ah, eu acho que da minha irmã, tipo, da minha irmã e as amigas da minha irmã que eram mais velhas, era... Além de querer o corpo, tipo - uma que minha irmã é seis

anos mais velha que eu, então tipo, eu tinha dez ela tinha dezesseis, e aí ela tinha aquele corpo magro, bonito... E ela, tipo, era adolescente... E aí alguns comportamentos eu queria ter igual. Tipo, maquiagem, essas coisas assim de se embelezar...

Da galera da minha idade que era mais magra [a comparação] era mais, tipo, pra ser magra

6.5.3. Quadro 3: Indicador 3

Pressão e valorização do emagrecimento desde pequena
Em relação ao corpo eu acho que minha mãe pilhava mais... Eu acho que por ela me ver questionando tanto, minha mãe pilhava mais. Tipo, tentava me colocar numa dieta...
Porque também eu acho que eu tava tipo, um pouquinho acima do peso, assim... Não de obesidade, mas um pouquinho acima, tipo, "se você emagrecer uns cinco quilos você fica, tipo, ok pra estar saudável", vai. E aí ela me levou no endócrino e tal... Só que meu, eu comia bolacha escondido e essas coisas assim.
Ela fazia as dieta louca dela, mas tipo, ela não me incluía nisso.
Ah, eu queria tomar os chás de quinze ervas que emagrecia... (Risos)
Mas ela nunca empurrou pra mim essas dietas louca dela. Ela fazia dieta da sopa... Dieta do tipo, chá de não sei o quê... Dieta de... Ficar sem comer...
Então... Tipo, eu entendia, só que eu achava... Não, eu gostava na verdade.
Porque eu não gostava do meu corpo. Então qualquer possibilidade que ela me desse, tipo, qualquer alternativa que ela me desse eu ia "beleza!", tentar acatar. Então eu aceitava, tipo, "tá, vamo tentar", só que aí eu não fazia até o final, mas

"vamo tentar"... Então, por exemplo, se ela fosse uma mãe que me entuchasse junto das dietas dela, óbvio que eu ia fazer. Porque é minha mãe, né, falando pra eu fazer... Tem isso.

6.5.4. Quadro 4: Indicador 4

Saúde como algo ambíguo: ora reprodutor de padrões, ora não
Então, eu achava uma coisa até essa conversa. Porque, tipo, a gente sempre associa saúde com o físico, né. Tipo, "beleza, você não tá com o colesterol alto, nem o diabetes, então você tá bem", "você não tá com, sei lá, gota", "você não tá com problema de vista...". Mas tipo, beleza, você pode estar fisicamente bem, mas tem muito relacionado ao psicológico. Tipo, "beleza, eu não tô com colesterol, não tô com o diabetes, não tô com nada, mas eu tô com uma puta ansiedade e eu tô com uma puta depressão. Tipo... Eu não tô bem!". Então... Saúde pra mim é você, tipo, estar... Feliz, eu acho. Tipo, num geral... Você estar, tipo, bem. Não feliz, porque ninguém tá feliz o tempo todo, mas você estar bem, você estar bem consigo mesmo em tudo, tipo, com o corpo...
Tipo, pros médicos eu acho que eles tem essa consciência, né? Pelo menos eu imagino que tenham. Não sei se é real, mas pelo menos na minha imaginação, na minha cabeça existe, tipo, sei lá... Você tem que ter, com 25 anos de 50 a 60 quilos, pronto, sei lá, na minha cabeça... Se você tá nesse intervalo você tá ok. Pelo menos os médicos. Agora os educadores físicos eu já não sei, porque eu acho que é muito visado também o... A forma que o seu corpo está. Tipo, você beleza, pode tá com 55 quilos e você ter 24 anos, mas você não tá com aquela curvinha da barriga, e aí eles vão empurrar pra que você perca isso
Que é diferente do médico. Pelo menos eu imagino. Médico é tipo, "beleza, você tá com 54 quilos e você tá com 23 anos, ok. E você tem um e pouco metros, mas você

tá com a barriga tipo... Barriguinha, barriga. Ok". Agora se você vai num personal ela vai falar "vamos chapar isso aí". Pelo menos é essa a visão que eu tenho.

6.5.5. Quadro 5: Indicador 5

Ser magra como referência desejada e pressão social: imagem de sucesso

Ah, eu acho que é minha o ato de fazer, mas eu acho que influencia um pouco do olhar, dos olhares ou de alguns comentários, assim. "Nossa, Mari, você deu uma engordadinha, né?", tipo... Aí você veste aquele vestido que antes você não tinha pancinha, agora você tem. "Nossa, Mari, você engordou, né?", aí eu fico tipo "é, engordei...!". Na hora eu fico tipo "hahaha", mas depois eu fico "buã-hã-hã! Engordei, caralho..." (imita som de choro). Então, tipo, a iniciativa em si é minha, mas obviamente interfere esses pequenos comentários referentes ao meu corpo...

É, então eu fui seis vezes na academia! O meu histórico! Que patético... (Risos) Então eu me sentia bem, mas eu me questionava um pouco, tipo, eu to fazendo isso pra mim ou pros outros? Eu me questionava um pouquinho... Eu acho que foi pra mim. Eu acho, não tenho certeza absoluta, mas eu acho que foi pra mim...

Pra todo mundo, a sociedade. A forma como ela me vê, se ela me respeita... Se eu to acatando padrões que ela tá me impondo... Eu tenho muito essas "piras". Se eu acato, tipo, "meu, sério que eu tô fazendo isso?!". De verdade, e tô fazendo isso por que eu quero ser mais saudável ou eu tô fazendo por que eu quero ficar gostosa? É essa linha que é tipo, muito tênue pra mim...

Qual o problema em não ser - tipo, o que é ser gostosa? Entendeu? Tipo, o que é você ter um peitão, um bundão e uma barriga chapada? Por que uma pessoa que tem uma bundinha e um peitinho e uma barriga chapada não é gostosa? Por que uma pessoa que tem uma bunda, um peito e uma barriga não é gostosa? E aí eu fico me questionando isso.

Por que uma pessoa que é gorda não é gostosa? Por que uma pessoa que tem peitinho, bundinha e uma puta barriga não é, entendeu? É muito particular, tipo... É muito... Nossa! O que eu acho gostoso você não acha gostoso ou você pode achar e eu não acho. Então tipo, sério que eu tô me limitando a isso? Eu entro nessas questões...

Agora eu vejo que, tipo, colegas, assim, que eu não tenho, tipo, tanta proximidade, tipo, a maioria tem uma pilha muito grande com isso. Tipo, tem essa pilha de estar magro, tem essa pilha de... Se auto, tipo, se auto... Pensar em cirurgias e tirar coisas ou colocar coisas...

Ah, a galera que eu conheço da faculdade, que são pessoas que eu não tenho muito contato, algumas pessoas que eu trabalhei... Tipo, de diversos trabalhos e tal. É, defino tipo pessoas da faculdade e pessoas - ah, as pessoas que eu encontrei no ensino médio, que antes eram bastante próximas e agora nem tanto

Fora a gente, né, todo mundo. A gente como sociedade. Porque é imposto pra gente que isso é legal... Eu acho que a maior fonte influenciador mesmo é a mídia e... É, eu acho que... O que me vem agora na cabeça são nós mesmos. Nós e a mídia...

E também - é que entra como nós, mas tipo, figuras importantes e figuras que são espelhadas normalmente são magras

Ah, se a gente pegar mulheres de sucesso na questão de trabalho, vai, mulheres empresárias... Tão num padrãozinho ali...

Porque é o que vende pra gente, né. Que a pessoa rica... Que é o que aparece nos tablóides, vai.

O sonho de vida perfeita. Aquela família branca... Tipo, tudo que é família perfeita: aquela família branca, não sei o que lá. Então são aquela galera que tem mais grana.

6.5.6. Quadro 6: Indicador 6

Mídia como principal instrumento de disseminação do padrão de beleza feminino
Ah, pelo tudo que a gente vê, tipo, TV, revista... É... TV tipo, novelas... Nas novelas sempre as mulheres que sempre são, tipo, protagonistas é esse padrão... Ou mulheres bem-sucedidas. Mulheres poderosas. Ou na questão financeira ou na questão de tipo, resolver as coisas em si, tipo, na questão de novela, tipo, de tramas e tal.
Porque, tipo, eu não vou colocar uma mulher gorda pra ser a... Sei lá, vai ter uma novela e tem uma empresária. Sei lá, eles nunca colocam uma mulher gorda. Eles vão colocar a gorda pra ser a engraçada.
E tipo, pra ser a engraçadinha, pra ser, tipo, "ô, legal...", e não pra ser uma mulher que é levada a sério, uma mulher que é sexua - que dão, sei lá, que passa e dá tesão, entendeu? Não colocam a mulher gorda assim... É sempre a... Ou cozinheira, ou é... Sempre, também, essa questão tipo de classe, né. Sempre é lá embaixo e tal. E aí... É, eu acho que vejo assim. É que nem da mulher negra também, agora que tão colocando mais, mas antes a gente não via. A mulher negra era empregada... Ou se não era empregada era barraqueira, ou se não era barraqueira era a que faz falcatruas. A mulher tanto quanto o homem, né. Mas tipo, sempre essa relação. Nunca é uma pessoa que você quer ser.
[Sobre a mulher negra gorda] Aí ela é humorista. Faxineira. Cuidadora, é a moça que cuida das pessoas. É a mordoma...
[Sobre a mulher negra magra] Ela é sexualizada. Ela é a gostosa... Ela é a da favela que é bonitona. E aí ela engana as pessoas... Tem muito disso, tipo, que ela usa a sexualidade dela pra enganar as pessoas.

(...) também eu não lembro nenhuma série que eu assisti que tenha uma protagonista que seja gorda, tipo... E ainda séries novas, né? É verdade, eu não lembro... Não lembro. Tipo, não é visto ainda. Ainda sim, apesar da gente estar conversando sobre isso e as mulheres estarem, tipo, sei lá, entendendo mais e aceitando mais o seu corpo do jeito que é, a gente ainda não vê tanta... Tanto apoio para a questão de corpo e de gordo ou magro. É mais - acho que tá mais forte, mais no auge a questão racial, assim... De incluir as mulheres negras do que mulheres gordas.

Sim, eu acho que sim. Porque, tipo, é um espelho, né? Você assiste aquilo, querendo ou não você queria fazer parte daquilo, porque você se sente envolvida com aquilo. Então se algo não te representa ou você não vai querer mais ver aquilo ou você vai tentar entrar naquilo.

Também, porque você quer aquilo. Então você quer, sei lá, uma sombra X, um lápis X ou um perfume - meu Deus do céu, propaganda de perfume! É só esse padrão.

Avon... Você vai folhear. Na coisa de calcinha não vai ter uma gordinha. Vai ter do lado a calcinha pra gordinha, tipo, calcinha grande... Sem ninguém! Mas outras vai ser sempre, tipo, mulheres fabulosas e tal...

a calcinha da mulher magra é... Sensual... É, tipo, renda, fio sei lá o quê... A da mulher gorda vai ser um negócio bege, sem graça e... Xoxo, assim. Calcinha que você usa pra dormir. Calcinha confortável, basicamente.

6.5.7. Quadro 7: Indicador 7

Redes sociais: magreza como mercadoria e estilo de vida. Não há lugar para corpos gordos.

Eu acho que sim, tipo... A mulher magra, ela pode postar uma foto com o corpo inteiro na praia que não vão, tipo, só hipersexualizar ela, mas vão “beleza, ok”. Agora

uma mulher gorda, ela não pode postar uma foto dela na praia de biquíni que vão falar “nossa... Ela não se toca”, “nossa... que desnecessário”... Então fica, tipo, muito... Qual a palavra?... Fica muito restrito o tipo de foto que você pode compartilhar ou não da mulher gorda e da mulher magra. A mulher gorda vai postar foto do rosto dela...

(...) existem pessoas que seguem pessoas só porque a pessoa é bonita. E aí a pessoa posta foto bonita e tudo mais, então...

Por exemplo, eu sigo uma página no Instagram que é sobre fotos de mulheres nuas, assim, tipo... Eu sigo várias páginas assim que eu acho muito legal o nu artístico, pra caralho... Gosto muito. E nessas páginas tem tipo, só um assim que posta, tipo, na mesma frequência de mulheres magras mulheres gordas... O resto é só mulher magra. Tipo, massa... Além de magra, tipo, o peitinho é em cima e tudo mais. Que são muito bonitas, mas tipo, você não vê que essas pessoas não estão ali também. Então você acha bonito, mas você não fala “puts, queria uma foto... - “eu queria uma foto minha assim”, só que você queria uma foto sua assim mesmo, que nem o corpo dessa pessoa. Você não queria uma foto sua naquela pose, você queria uma foto sua daquele jeito. Então, tipo, tem muito essa questão de, tipo, você não poder... Não se ver ali.

as páginas que reproduzem essas pessoas reproduzem só pessoas que tem um corpo magro

Aí você se sente mal pra caralho, né?! Porque você fala, tipo, “porra, eu tenho um monte de estria, um monte de coisa e essa pessoa não tem...!”, “porra, minha barriga não é chapada assim...!”, “meu, minha coxa é enorme...!”. E aí você se sente mal... Às vezes eu me sinto mal! Eu fico “nossa meu! Queria ter um corpo assim”. Porque, tipo, além de ser aquele padrão, o visual todo dele tá legal, então tudo se encaixa perfeitamente. Vende perfeitamente pra você querer comprar...

6.5.8. Quadro 8: Indicador 8

O ser magro nunca foi central na minha vida: muitas outras desconstruções
É porque foi uma construção, né. Porque, tipo, eu tenho muito pêlo. Então, pra mim, isso já é basicamente... Me incomodava tanto quanto a forma física. Então foi tipo muito presente pra mim. Não é uma coisa que, tipo, passou batido... Então hoje quando eu falo sobre essas coisas por conta dessa construção eu encaro de uma forma boa. (...) Então, tipo, quando eu falo hoje ele é igual da forma de eu ser mais gorda ou mais magra.
Nossa, era um caos! Era, tipo... Da questão dos pêlos é todo aquele padrão de... De, tipo, "não ter pêlos" e... Como eu tenho muito, assim, desde pequena - eu com sete anos tirei meus pêlos da perna sem minha mãe ver...! Porque minha mãe sempre falou "não! Deixa do jeito que você é" e tal, mas eu não gostava porque eu usava bermuda e eu tinha a mesma quantidade de pêlo que os meninos (risos)
Agora eu tiro sarro, tipo "nossa, mano, nasceu um pêlo aqui!". Se eu não tivesse, tipo, tido essa consciên... - tipo, ser mais consciente, eu ficaria tipo... "Horrrível!", assim.
Então, é que é muito foda isso e é muito legal. As minhas amigas mais próximas assim, de tipo cinco a oito anos de amizade assim, as mais próximas, elas são muito bem resolvidas. Porque por nós sermos tão próximas, a gente foi descobrindo a coisa juntas. A gente foi - tem amiga minha que é negra que se reconheceu negra junto, quando a gente, tipo, era mega quadradona assim...
Quadradona pra mim é, tipo, pensamento... Tem que ser magra, do cabelo liso e ter um gosto musical "bom", assim... Tipo, rock'n roll. Todas éramos assim. E aí a gente começou a refletir, pensar... E a gente como sempre andava muito junta a gente foi desconstruindo uma na outra... Então, tipo, tenho amiga que se reconheceu negra há quatro anos atrás... E aí a questão do cabelo também, quase todas as minhas

amigas, tipo, usam cabelo natural... Então foi toda uma construção que a gente fez juntas. Então as amigas mais próximas, eu sinto que elas são bem resolvidas, tipo... Não bem resolvidas, cem por cento resolvidas porque todo mundo tem aqueles - que nem eu falei, aquela crisezinha ou aquele pensamento... Mas aceitam melhor o seu corpo vai

Então, dessas minhas amigas mais próximas, essa questão do... Tipo, de ser magra ou ser gorda ou ser intermediária não é uma coisa que sobressaia muito na vida, tipo, na maioria das vezes. Assim como eu, na maioria das vezes não é uma coisa que impacta minha vida pensar sobre isso, se eu tô gorda ou se eu tô magra.

As minhas amigas são do bairro. Que é o Itaim Paulista. Elas são do bairro, que eu conheci, tipo, no ensino médio, ensino fundamental uma e aí eu conheci - elas tinha já amigas e tal e aí a gente virou um grupo. E tem algumas outras amigas que moram, tipo, ainda na zona leste, a maioria é da zona leste...

Acho que eu não piro muito no padrão. Tipo, acho que eu não piro na forma física da mulher. Eu acho que, tipo, vai bem mais além disso. Que é uma mulher engraçada...! Uma mulher que me faça com vontade de ficar perto dela por conta do que ela fala pra mim e... Das atitudes dela e... A forma como ela vê o mundo... Se for marromenos - nada que eu, tipo, se ela não falar Bolsonaro 2018 pra mim já tá, tipo - nessa questão de ver o mundo, sabe, tipo que a gente se... Bata com isso, entendeu? Mas eu acho que mais, tipo, mulheres engraçadas, mulheres que... Que... São donas de si, sabe... Que, tipo, "beleza, gosto disso e disso e não gosto disso e disso".

6.5.9. Quadro 9: Indicador 9

A contradição de ter um corpo "intermediário" e ser da periferia e ter uma namorada gorda da elite

A Carla é minha namorada, que... Ela tem muitas piras em relação ao corpo. E as amigas dela também - é que isso é muito foda, né? Tipo, é fácil pra eu falar, porque eu tô naquele intermediário, pra pessoas que estão acima do peso é muito mais difícil, tipo, se entender. Eu não sei se, tipo, eu tivesse acima do peso eu ia pensar assim do jeito que eu penso hoje...

Porque eu não sou, tipo, tão julgada assim o tempo inteiro

Ah, a Carla tá [acima do peso]. E aí ela pilha muito...! Tipo, agora ela numa crise tremenda, que é, tipo, "meu Deus!", tipo, "eu tô gorda" e os caralho... E mano, "você é gostosa pra caralho...". Entendeu? E eu fico nesse intermediário. Não posso falar "Caralho! Olha pra você!", tipo... Eu falo, mas é difícil pra pessoa entender

E tipo, ela tá acima do peso, mas ela... Isso que eu falo pra ela! "Meu, você..." - Ela vai trabalhar de bike, volta do trabalho de bike... Ela demora 40, 50 minutos...

E tipo, ela faz isso todos os dias, só quando tá chovendo ela não vai. E eu, quando vou, tipo, da Paulista pro Ibirapuera com ela de bike, eu fico tipo a semana inteira com a perna doendo! E eu fico, tipo, "mano, você é mil vezes mais ativa do que eu. Tipo, sua saúde tá mil vezes melhor do que a minha. Isso que importa, cara!". A partir do momento que o seu corpo, você tá acima do peso ou abaixo do peso, começa a interferir na sua saúde, aí eu acho que, tipo, a gente tem que... "Beleza, vamo dar uma olhada nisso". Mas se não, não ter porque - pelo menos a minha visão, posso tá errada? Eu posso...

Sim, a saúde física. A física, pensando na física. (Pausa) Olha, Lygia do céu, é verdade...! A psicológica tá interferindo... Mas aí por que, né?

Não é uma coisa que a gente... Sei lá, e é uma questão que ela só consegue resolver com ela mesma, né?

Eu não sei, porque eu acho que eu tenho até um pré-conceito, assim. Porque sempre

quando eu penso em pessoas mais... Eu acho, na verdade não é um preconceito, é porque é assim mesmo! (Pausa) Fina, né? (Risos) Quando você pensa num bairro nobre e tal, tipo, você vê. Você, tipo, já mentalizou pessoas brancas, magras e, tipo, a classe rica brasileira, tipo...

Eu não sei se é porque eu tô muito distante disso... Tipo, eu fui começar a ter contato com a galera que, tipo, ganha sei lá... Mais de quatro mil por mês e tem tipo 27 anos quando eu comecei a namorar a Carla... Entendeu? Porque, tipo, a minha realidade é tipo outra, totalmente diferente. A galera tá procurando trabalhar... Então talvez seja isso, eu já visualizo que a pessoa já tá nesses padrões. O que eu acho que é um preconceito meu.

E aí eu acho que tem essa pira também, porque obviamente eu Mariana, com 22 anos, sendo consciente, obviamente eu sei que tem pessoas que são magras e gordas lá na galera rica. Mas... Não sei!

Então, a Carla é um exemplo disso. Então, quando eu comecei a ver, tipo, “não, pera aí, a galera também não é assim”. Só que ainda sim é muito diferente de onde eu moro. Tipo, de onde eu moro... (Pausa) Não sei se é porque a galera não come bem... Tipo, sei lá, come coisas que “dão mais sustância”, vai, tipo come arroz, feijão... Tipo, é... Come coisas que dão mais sustância e aí a galera começa a engordar mais, e tal.

Eu acho que (as pessoas ricas) comem coisas, tipo, mais certas. Que seria o que a gente poderia comer. Tem essa questão de escolher o que você pode comer... Tipo, o meu pai, por exemplo, porque ele veio de uma família muito pobre, tipo, não passou fome, mas, tipo, viveu coisas bem precárias, pra ele tem que ter sustância, tem que ter...

Fartura. E aí a gente se acaba nisso. E a gente engorda... Porque a lei da vida é essa. E aí a gente não tem tempo também pra, tipo, ir trabalhar de bike! Entendeu?

Não tem como fazer exercícios... Tipo... Eu tenho. Eu digo a galera da periferia. Porque meu, você sai muito cedo do trabalho, vai trabalhar, e aí você volta cansado, e pega o trem, você fica duas horas dentro do trem... Você não vai conseguir ir até o trem de bike.

É tipo arroz, feijão e uma carne, entendeu? Tipo, gorda às vezes... Aí fritura e essas coisas... Tipo, não tem essa coisa de fazer no vapor ou fazer, tipo, não no vapor, mas tipo, grelhado...

O óleo é mais barato do que você ter um air fryer. Entendeu? É tipo essa associação que eu tô tentando fazer... Então eu acho que a gente come mal. A pessoa mais pobre, ela come mal. E consequentemente você comendo mal, você vai engordar... E aí você não consegue fazer exercícios, então obviamente você vai ser sedentário e você vai engordar mais, cada vez mais, enquanto a pessoa que tem uma grana maior é tipo, o trabalho dela é a dez minutos! Onde ela mora é a dez minutos do trabalho. Ou, se for mais longe, ela consegue fazer de bike... Então ela tem um tempo maior pra fazer exercício, vai... E aí ela consegue manter uma forma, talvez não ideal, mas próxima ao ideal.

6.5.10. Quadro 10: Indicador 10

Identidade racial como uma questão nebulosa para si.
Tipo, a questão do pêlo... E do cabelo também, porque tipo, meu cabelo é cacheado, entendeu? Alisei por muito tempo.
[Eu me considero] Par - então, parda é papel... Branca!
Branca... É. Tipo, só o cabelo, assim, que... E ainda - é, só o cabelo que é mais... Puxado pro negro, assim... Eu acho. Mas eu não me considero não. (Pausa) Chegou um período que eu queria me considerar...! Aí eu falei assim "acho que eu tô

roubando o lugar de fala de alguém"...

Chegou um período que eu, tipo, me achava... Tipo "tá, eu acho que eu sou negra" e tal, mas... Eu acho que não. Hoje eu me... Tenho certeza que eu não sou.

6.5.11. Quadro 11: Indicador 11

O padrão de beleza são corpos brancos e magros

[Sobre o padrão de beleza] Mulher alta, magra...Cabelo liso, loiro se preferir... Mas - liso. Liso. Liso, branca... Sempre é imposto esse.

(...) quando me falam "padrão de beleza", o que você tem de visão? Que é a mulher magra... - Não tão magra, é tipo corpudinha, vai, tipo violão...Violão, é. Ridículo, violão... Cabelo liso, pele clara... Jovem. Tipo, eu acho que é esse o padrão de beleza. Jovem de, tipo, dezoito aos vinte e cinco, vinte e seis anos. Esse é o padrão de beleza quando me falam de padrão. É isso que vem na minha cabeça.

Ah, eu acho que, tipo... Uma eu acho que pela galera europeia, que aí começou a... Colonizar todo mundo e pegar todo mundo. E... Porque, tipo, o negro nunca foi o padrão por quê? Porque o negro sempre foi escravizado e inferiorizado e tudo mais, então exclui essa galerinha dali.

Então, eles nunca foram, tipo, um... A galera que tava em cima, entendeu? O magro eu não sei da onde surgiu, porque antes a galera que era gorda que era "nossa, legal... ta bem...".

A galera dos reis assim, tipo, "gordo: legal, é massa... Se ta magro: fora, não é legal". Então, não sei onde que veio essa transição do magro, assim. Do magro eu não sei da onde surgiu. Como veio essa transição, que o gordo era legal pro, tipo, "gordo: horrível, emagreça".

Acho que sim, não é uma coisa que, tipo... Não sei, na real. Acho que sim, não veio tipo "uh..." (risos). Não sei de onde surgiu, mas eu acho que tem alguma coisa a ver com a história...

Sim, eu acho que sim. Independente da classe social e da cor, eu acho que sim... Quer dizer, da cor não! Acho que a mulher negra é diferente o padr - não... (Pausa) Acho que sim... Ih, não sei agora, hein!

a preocupação dela (mulher negra) também tem essa coisa de ser hiperssexualizada e tal... Além da mulher branca, assim. Acho que tem algumas ponderação, mas num geral atinge assim. Então basicamente sim.

6.5.12. Quadro 12: Indicador 12

Aumento de diversidade de corpos na mídia melhora a autoestima das mulheres: representatividade

Eu acho que sim. Tipo... Leve, mas sim. Tipo, um exemplo lá - eu toco no bloco, né, de carnaval. E lá, é tipo galera que tem uma grana. Tipo, eu sou privilegiada de conseguir pagar o bloquinho e tal. E a rainha de carnaval era a Preta Rara... É tipo uma... Rapper? Ela faz tipo rap e ela é gorda. E ela era a rainha de carnaval do bloco... Então eu acho que - quando você vê uma mulher gorda, tipo, como rainha de carnaval? Então eu acho que tem aumentado

Então eu acho que [a representatividade] tem aumentado, mas tipo... Pouco pro que esperava

Tem uma galerinha aí que usa 38 e não é plus size, eu acho... Mas falam que são. Tem essa linha. Eu ia falar isso aí eu fiquei tipo... (Pausa. Faz cara de dúvida) Tem isso, nem toda... Tipo, é muito foda, né? As minas acham, tipo, "beleza, conquistamos esse rolê, vamo que vamo... E vamo propagar que tá tudo bem!", aí

vem uma galera e, tipo, quer padronizar até o rolê das minas, que eu acho que é esse rolê do plus size...

Ele melhora a como eu me vejo e eu me aceito, porque... A gente começa a perceber que, tipo, as pessoas tem várias formas e tudo bem elas ter essas formas. Que ótimo que elas estão bem assim e estão felizes assim. Isso... Tipo... Minimi... - Diminui a frequência em que eu vá pilhar com meu corpo. Então, tipo, é um processo que vai... Tipo, "beleza, estou bem aqui" e as minhas pilhas que eu tiver com meu corpo e, tipo, "porra, tô com uma estria aqui...", "tô com tal coisa ali", vai tipo - eu vendo esse acréscimo de diversidade eu falo tipo "ou, pera, calma aí!", "ó, tem gente que, mano, tá mega feliz aí, empoderada. Você tá sofrendo porque você tá com uma estria...?! Tipo, é sério isso?! Para!". Então eu acho que, tipo, é um ganho muito grande, tipo, pra autoestima das mulheres, assim, em peso.

Você tá vendo que é possível ser feliz sendo do jeito que você é ou do jeito que você está. Então... Pra todo mundo, eu acho que é um sentimento universal que melhora a autoestima.

6.5.13. Quadro 13: Indicador 13

Feminismo: grande transformador de sua relação com o corpo, os padrões de beleza disseminados e com outras mulheres

Meu, queria ser freira... (Risos). Juro... E eu era muito, tipo... Com uns quatorze anos, tipo, muito... Menininha, tipo, muito criança, sabe? E aí, com quinze anos eu comecei a fazer teatro.

Aí eu e uma amiga, que é uma dessas que, tipo, eu falo que é muito próxima, que é a Jé, a gente falou assim "ah, a gente não faz nada de teatro, vamo no CEU", porque lá no Itaim tem o CEU que é o centro que tem tudo ali, tipo, tem teatro, música, nananã blabláblá. "Vamo no CEU ver o que tem de bom pra fazer". A gente foi e tinha lá o

teatro.
"Quero ser atriz..." (Risos). (...) Ser atriz da Globo!
E aí lá que eu comecei, que tipo, meu, agradeço tudo ao teatro. Porque, tipo, eu conheci pessoas incríveis e que foi o começo, que eu comecei a questionar as coisas... E aí eu comecei a... Tanto nessa questão de política e também de, tipo, eu como mulher. "O que eu sou aqui?". O professor dava várias provocações, assim...
E a gente tinha um grupo antes, que era mega machista. Que era, tipo, dois caras
Só que tipo, eles meio que eram mega autoritários, assim, era só os dois. E aí a gente criava peças e sempre as mulheres eram personagens de puta, ou de, tipo, sempre sexualizando e tal... Não tinha, tipo, uma mulher forte. E aí a gente começou - o professor começou a questionar: "Por que a gente não muda esse papel...?" e tal, e aí a gente começou a pensar. E aí eu ia pra igreja todo domingo, e aí eu comecei a questionar, tipo, na Bíblia, "porque a mulher é sempre pra servir o cara?", e aí foi um processo de, tipo, autoquestionamento
Teatro foi, tipo, um grande divisor, assim. Tanto que eu mudei muito quando eu comecei a fazer...
Questionava, questionava e aí internet... E aí que eu descobri que a palavra disso era feminismo, tipo, das coisas que eu tava procurando e as coisas que eu tava questionando e o que eu estava falando era feminismo.
Eu me considero feminista.
Sim. Que é tipo a... Quebra dos padrões de beleza, né. Tipo, eu vejo muito, tipo, a luta das mulheres pra, tipo, se - tipo, estarem bem consigo mesmas e não buscarem esse padrão. Porque mata mulheres e tudo mais...
Mata mulheres. Então eu vejo que o feminismo - uma de muitas discussões dele e

pautas é essa, tipo... O fim do padrão de beleza.

Ah, mulheres se arrancam costelas e coisas pra ficarem magras... E tipo, ficam mal consigo mesmas e aí se suicidam, tipo... Tem todas - na questão de matar, tipo matar mesmo.

Não só por isso, não só preocupada em mulheres morrerem por isso, mas em, tipo, viver bem... Entendeu? Tipo, viver tranquila, viver... Feliz e... Viver bem consigo mesma. Tipo, porque as vezes as mulheres podem, tipo, não se matarem, mas viverem infelizes e viverem se auto-mutilando e nunca estarem contentes com o que você é. Eu acho que a minha pira mais é essa

Pra caralho! Tipo, pra caralho... É... Fugindo um pouco do padrão de, tipo, ser magra e tal, a questão dos pêlos foi puro feminismo em mim, entendeu? Puro feminismo, tipo... Cem por cento.

Aí eu acho que foi um processo... Tipo, a questão de me aceitar do jeito que eu sou... De tipo, aquela coisa que eu te falei, eu nunca vou entrar numa calça trinta e seis... Foi tipo, entender que, meu, o meu quadril - qual a necessidade de eu entrar numa calça trinta e seis? Pra quê eu vou entrar numa calça trinta e seis, sendo que o quarenta me serve bem? Tipo, não tô sofrendo com o quarenta, não tá me machucando, vai... Fisicamente. E... A questão do cabelo também, que tipo, meu, por que eu preciso alisar o cabelo? Eu nasci com o cabelo assim...

Eu acho que sim, porque, tipo, foi o que aconteceu comigo

Sim. E aí... Da relação que você tem com as outras mulheres também. Tipo, além de você se sentir bem e você se... Tipo, você estar ok com o seu corpo, você também não vai julgar a coleguinha por ter um corpo diferente. Então, tipo, cria... - ou você não vai menosprezar a coleguinha por ter um corpo diferente ou vai ridicularizar a coleguinha por ter um corpo diferente. E aí quebra um pouco. Não um monte... Tipo, dá aquele leve passinho, daquela rivalidade feminina, de querer "ai, porque eu quero

ser mais bonita do que fulana, então eu vou seguir tal padrão", tipo, você não precisa... Você é bonita, fulana é bonita, então somos todas bonitas, vamo viver assim? Tipo, acho que além de você se sentir bem é um passinho pra quebra dessa rivalidade.
[A quem o padrão de beleza serve] Ninguém... Ah, o patriarcado né?!
Porque tipo, pras mulheres não serve... Tipo, meu, ninguém é assim, cara!
Tipo, ele serve pra deixar a gente mais... - Aí é bem mania de perseguição... Mas é tipo de deixar a gente cada vez mais divididas e mais... Oprimidas e mais quietas e mais caladas e mais se preocupando com... Se eu tô com pneu ou não do que com outras coisas, sabe? Tipo, sei lá, com o fim da... Transfobia. Sei lá... Tipo, pra gente... É dividir pra conquistar, meu... É isso. Eu acho que é isso. Bem mania de perseguição, mas é o que no fundo do fundo do meu coração eu acho!
Sim. É uma... É um caminho, assim. Um caminho...
Eu acho que existem, mas todos, tipo, entram no feminismo, entendeu? Você pode... Tipo, você pode não se considerar feminista porque sei lá, você... Sei lá, é a favor do aborto. Contra o aborto! Você pode não se considerar feminista porque você é contra o aborto, mas tipo, é um dos caminhos, entendeu?

6.6. Indicadores da participante da Vila Mariana

6.6.1. Quadro 1: Indicador A

Relação com o corpo marcada por altos e baixos
Então, eu acho que eu tenho muitos altos e baixos. Eu tenho dia que eu tô me sentindo muito bem e dia que eu me sinto muito mal. Faz mais ou menos um ano que eu comecei a ir atrás de - um ano é exagero! Uns oito meses que eu comecei a ir atrás de mudar meu corpo

Eu sempre fui "estável", aí... Eu saí do cursinho, comecei a faculdade e eu engordei. E apesar de eu ter ensinado a minha mãe, a ela se amar gorda, eu - não sou gorda - eu ganhando um pouquinho de peso, eu travei.
agora eu tenho os meus dias bons, tenho os meus dias ruins, mas num âmbito geral eu tô satisfeita, não cheguei a deixar de usar nenhuma roupa ou fazer nada pelo meu corpo, então acho que isso é um grau bom de satisfação...
No passado eu sempre gostei dele [próprio corpo]. Sempre gostei.
Já quis por silicone, já passou a vontade, às vezes volta... Mas no passado a única coisa que me incomodava era meu peito às vezes, mas no geral eu gostava muito.
De vez em quando (tenho vontade de fazer algo para mudar meu corpo), só o silicone. Mais nada.
eu também não quero mudar tanto o meu corpo a ponto de tentar seguir essa vida tão saudável de cortar um monte de coisa.
E fique mais bonita, fique mais satisfeita dentro de um padrão esperado.
Eu fico culpada quando eu tô focada e eu quebro a dieta. Eu chego a ficar culpada mas assim, não é uma culpa que me faz ficar triste, é tipo "puts, comi um brigadeiro...". Só, sabe? É uma lamentação e segue a vida.
eu procuro roupas que valorizem minha silhueta, eu me preocupo com isso, e eu não tenho nenhum problema em mostrar partes, assim. Eu uso shorts tranquilamente, vou na praia e uso biquíni tranquilamente... Então pra mim escolher roupa é uma coisa muito livre, eu nunca tento esconder nada.

6.6.2. Quadro 2: Indicador B

Saúde como sinônimo de exercícios e boa alimentação (e esta como forma de

emagrecer)
Eu comecei a fazer dieta, eu comecei a fazer academia e eu comecei a fazer drenagem.
Dieta tipo <i>low carb</i> , assim...
Foi <i>low carb</i> , eu falei "vou cortar carboidrato!". Entre aspas né...
Emagrecer, perder gordura. Lógico que vem um combo de aumentar resistência, mas não é pra isso que eu vou lá. Tipo, eu não vou lá falar "ah, deixa eu ficar forte", não é bem isso, é pra perder gordura.
E assim, pra mim é uma coisa muito irreal, é muito fora da minha realidade ter esse estilo de vida totalmente saudável. Adoro comer McDonalds.
Não, (minhas amigas) não deixam de comer. Eu sou a única que em uma época deixei de comer alguma coisa, e todo mundo olhava tipo "como assim você não vai comer pão na chapa?! Todo mundo come pão na chapa".
Quando eu consigo cumprir é satisfatório, é que geralmente eu não consigo, então eu não recebo muito dessa satisfação porque eu quebro tudo que eu tento fazer em relação a isso - até porque eu não tenho nenhum apoio da minha família.
Sim, de fazer com que eu perca gordura.
Eu sozinha não vi nenhuma mudança, e justamente porque eu acho que eu não faço direito, então eu não alcanço resultado. Mas agora eu tô atrás de ser um pouco mais regrada pra alcançar algum resultado. Mas eu não tô sofrendo por enquanto por não ter alcançado isso.
Porque eu não sei o que é glúten... E eu sei o que é carboidrato.
Não é proteína (risos).

Não, então. Tipo, eu sei que proteína é o que tem em carne, frango, ovo... E o resto pra mim é carboidrato (risos). E tem aí verdura. Eu não tenho noção muito boa de nutrição, então eu vejo coisas que pra mim são carboidratos e eu evito comer elas.
Por exemplo, eu como pouco arroz, eu não como batata... - que é uma coisa que eu comia muito, eu evito - todo tipo de fritura... E eu me encho de frango. Assim, sem ciência nenhuma, é o que eu acho que vai funcionar to fazendo, mas isso no caso é temporário porque eu estou indo atrás de profissionais.
[Os carboidratos engordam?] É, e a proteína não. A proteína faz a gente ficar forte (risos).
E a gordura faz engordar (risos)!
O que eu acho é, tipo, na alimentação. Comer coisas orgânicas, comer coisas não-fritas, assim, não comer doce... (Risos) Como eu não entendo muito de nutrição pra mim é isso.
Eu não consigo pensar, tipo, numa pessoa que come igual eu, por exemplo, porque eu sou uma pessoa que come bastante fritura, sendo saudável... Pra mim o saudável tem a ver com comer coisas mais próximas o possível da natureza delas...
É... Com o que você come, é. E também com a quantidade de exercício que você faz, porque eu também não considero uma pessoa que não faz exercício nenhum como saudável...

6.6.3. Quadro 3: Indicador C

Gordofobia: oras crítica, oras reprodução
Assim, eu coincidentemente tenho amigas muito dentro do padrão. Elas não precisam fazer nada para estar no padrão. Então elas não seguem dieta nenhuma,

nenhuma faz academia, uma amiga minha faz drenagem e eu comecei a fazer por causa da indicação dela.

(...) eu acho que elas estão todas felizes do jeito que estão. Eu nunca vi nenhuma amiga minha... "ah, será que eu vou com isso? Mas e minha barriga e...", não.

Então assim, eu me sinto bem por ser quase aquilo (que eu vejo na TV), mas o "quase" é talvez um pouquinho mais de gordura abdominal que eu tenho que ninguém tem. E inclusive, nesse "De férias com o ex" que eu comentei, uma menina que tem o corpo muito parecido com o meu ganhou o apelido de balofa na casa. Então nessa hora não foi gostoso se identificar, né? Então eu me vi, mas eu me vi numa menina que no caso tinha uma imagem negativa.

Acho que sim, se eu não me sentisse tão confortável com o meu corpo eu usaria roupas mais largas, que mostrem menos...

Não, pra mim saúde é meu exame de sangue estar bom, é... Bom, eu não sou sedentária. Pra mim saúde é isso, até porque eu acho que parte da gordofobia é falar que gente gorda não é saudável, né, então eu acho muito bom separar o "ser saudável" do "ser magro". Eu acho que não tem nada a ver...

É que assim, eu acho que a maioria das pessoas que cultivam a vida saudável - que saudável pra mim seria não comer fritura, comer mais coisa orgânica... Não comer muito doce pra mim é saudável - essas pessoas são magras.

É que eu não acho que a imagem de que, tipo, ser magra é ser saudável ainda tá forte. Eu acho que ela já foi mais forte do que é hoje em dia. Mas ao mesmo tempo eu só enxergo gente magra apresentando o estilo de vida saudável.

Eu acho que pessoas gordas podem ser tão saudáveis quanto magras, eu não vejo uma pessoa gorda e penso que ela não é saudável. Eu já ouvi muito isso... Mas não, não acho.

6.6.4. Quadro 4: Indicador D

"Treinadores" como principais profissionais a vincularem saúde com um corpo padrão
Sim! Sim... Com certeza! Principalmente... Eu não sei nutricionista porque eu nunca frequentei, mas eu sei de, tipo, treinador que assim, de vez em quando ele nem sabe o que você tá procurando na academia e ele já vem com um discurso de "corpo de verão", de "vamos treinar pra no carnaval o corpo estar bem"
Uma vez um treinador virou pra mim e falou assim, alguma coisa do tipo "vamos lá, pra você estar amando seu corpinho!", e aí eu falei "mas eu já amo...". E aí ele travou! Porque "como assim você já ama?!". Tipo... Sabe? (Risos) Foi um momento muito legal! Porque travou, foi muito engraçado... (Risos) Ele travou porque ele não esperava, porque ele sempre esperava que se eu tivesse na academia eu ia estar querendo emagrecer e eu não gostava do meu corpo, né? Então, foi isso...

6.6.5. Quadro 5: Indicador E

Feminismo como forma de empoderamento
Eu tinha problemas com meus peitos, porque eles são desiguais, mas quando eu entrei no feminismo aí eu falei "eu amo meu corpo! Tá tudo bem...! Todo mundo tem o peito desigual...!".
Eu fiquei muito feliz e... Eu fiquei um pouco mais tranquila. Toda vez que eu vejo uma coisa assim eu fico mais tranquila. Porque... Eu acho que, assim, é porque pra mim entra muito o feminismo nisso, porque eu acho que a mudança veio daí. Quando eu entrei no movimento feminista parecia que era uma coisa muito que a gente falava uma para a outra e só. Quando você vê na TV, você fala tipo "mano, tá saindo, tá sendo divulgado! Mais gente vai entrar em contato com isso!". Então, tipo, eu fiquei

muito feliz e eu fiquei com mais força ainda pra divulgar mais e fazer mais esse exercício e tal. Eu acho que é isso... E eu fiquei cada vez mais confortável. Tipo, a Barbie ter mudado foi uma coisa que eu achei sensacional...

Assim, eu comecei a... Vou chamar de "abrir o olho" com uns dezesseis anos. Antes disso eu só tava tentando ser aquilo também. E eu sempre fui um pouco, né? Então nunca foi um esforço assim. Mas sendo pré-adolescente não. Mas, tipo, eu vim de uma geração que não tinha feminismo na escola, agora tem... Quando eu tava no ensino médio não tinha feminismo. Eu entrei em contato depois que eu saí, assim, no finalzinho.

Foi, foi por conta do feminismo. E eu comecei a me interessar e a ler muito e aí eu falei "Nossa Senhora, olha isso aqui!". E aí eu comecei a enxergar tudo e comecei a enxergar machismo... Foi doloroso... Foi doloroso, mas vale a pena.

[Onde descobriu o feminismo] Foi no Facebook... Foi no grupo "Share your PPK"

E aí foi expandindo... Hoje em dia eu faço parte do coletivo feminista do Mackenzie, o coletivo da minha faculdade. A gente tem um vídeo aí com quase 100 mil visualizações...

Então eu me sinto... Militante, assim (risos).

Sim. Quebrar o padrão e acima de tudo achar a beleza em você mesma, né... E não se espelhar na mídia.

Então assim, quando você se sente mais independente, né, que eu acho que todo o objetivo do feminismo é independência e equidade, o "amar seu corpo" vem junto, né... Você se sente mais livre, mais independente e junto disso você ama seu corpo.

6.6.6. Quadro 6: Indicador F

Padrão de beleza como parte de uma ordem social baseada em agradar homens
Eu comecei a ficar com um menino que era modelo. Aí eu comecei a não me sentir a altura, porque eu tinha o meu corpo com as minhas gordurinhas e ele não tinha nenhuma e ele se preocupava, ele era modelo, fazia academia... E aí eu não me sentia à altura dele e aí eu resolvi começar a ir para a academia para ver se eu alcançava o mesmo "patamar". Não concordo com isso (risos), mas aconteceu comigo
O meu namorado não se sente feliz com o corpo dele. (...) E é uma coisa que começou a fazer eu questionar o meu também, porque eu vejo ele muito dentro do padrão, eu vejo ele muito bonito, gosto muito do corpo dele. Só que ele não gosta... E aí eu falei "será que eu tô me achando linda mas na verdade é só eu que gosto do meu corpo?". E foi um problema... Um problema. Aí gente começou a fazer dieta junto num certo ponto e um dia eu falei que eu ia comer McDonalds, e ele falou "ah... Não come McDonalds". Pronto, chorei horrores. Falei "ok, ele odeia meu corpo e não quer que eu coma McDonalds por causa do meu corpo"! Mas na verdade ele só tava querendo me ajudar a manter a proposta
Agora a gente tá num ponto que a gente tenta animar um ao outro, porque eu geralmente quando tô longe dele tô muito feliz com meu corpo, mas perto dele eu fico um pouco mais insegura.
Porque eu acho que uma parte do... Vamos pensar em meninas héteros. Uma parte do padrão de beleza vem também ali do "agradar um homem". Eu acho que, tipo, as coisas andam um pouco juntas, pelo menos na minha experiência pessoal sim.
Sim, uma das minhas melhores amigas teve bulimia e foi o namorado que...Ele não incentivou a bulimia, mas ele incentivava constantemente o emagrecimento dela que ela acabou desenvolvendo uma bulimia por causa disso.

(ele) achava que (ela) tinha um pouco de excesso de corpo em alguns lugares

6.6.7. Quadro 7: Indicador G

O padrão de beleza não atinge homens e mulheres da mesma forma
Na mesma proporção, não. Acho super falsa simetria falar que eles sofrem com padrão de beleza.
Ah, tipo, falsa simetria é considerar que os dois estão no mesmo nível. Acho que a gente, as mulheres, sofrem muito mais! Então não é simétrico, eles não estão no mesmo nível, né.
Eu não acho que eles chegam a sofrer uma pressão muito externa, tipo de mídia, igual as mulheres sofrem.
(...) eu acho que os meninos procuram ficar fortes ao invés de emagrecer, sabe? Eu tenho um amigo gordo que quer emagrecer e que toda hora faz dieta. Eu tenho vários amigos que são... Eles não são magros, não são gordos, mas assim, todos eles procuram ficar fortes... E eu acho que... Eu não sei, eu tenho a impressão que é mais fácil você procurar ficar forte do que procurar ficar mais magro. E eu vejo também menos esforço, tipo "ah, queria ter o meu braço maior..." e só isso mesmo. Às vezes reclama, às vezes faz uma academia, logo para... Ninguém critica o corpo deles por eles não serem fortes.
Eu acho que são poucas as pessoas que procuram, tipo, "ah, eu gosto de um moleque forte". Então eu acho que eles não têm esse tipo de influência também. Enquanto isso eu vejo muitas pessoas procurando meninas com corpos magros.
Não que um homem gordo não se sinta mal, eu acho que em muitos momentos ele se sente, mas pequenos incômodos aparecem muito mais nas mulheres.
Eu não vejo nenhum blogueiro fitness por aí. Tipo, eu pelo menos tenho muito menos

contato com esse tipo de imagem do que... Quando eu penso em alguém fitness, saudável, sempre me vem uma mulher na cabeça. Então eu acho que talvez as meninas entrem mais em contato com exemplos femininos do que os meninos com os masculinos. Tipo, eu vejo eles se espelhando mais em bodybuilder, que é a questão de força, de grandeza, do que tipo... As meninas emagrecendo, né.

6.6.8. Quadro 8: Indicador H

O padrão de beleza é atravessado por questões de classe
Eu me identifico talvez por classe social e algum padrão básico.
Eu talvez me identifico com... Quando eu via novela, as protagonistas, as pessoas que moram bem... As pessoas que tem empregados na novela... Então assim, eu também me identifico com, sei lá... A personagem tá indo viajar de avião, eu também viajo de avião. Ah, ela tá com tal roupa, eu tenho acesso a usar essa roupa... É esse tipo de identificação eu acho também, do estilo de vida da personagem. Não tô só falando do corpo, acho que é mais esse tipo de identificação.
É que eu acho que assim, como o padrão ele é um pouco irreal - irreal no sentido de que ele não é uma coisa muito natural, têm photoshop... Se você for a fundo nas pessoas que tem aquele corpo tipo muito padrão, zero gordura, provavelmente elas fazem tratamentos estéticos que você precisa de dinheiro pra pagar! Não é só, tipo, "faz dieta, faz academia", geralmente tem um monte de... Talvez drenagem, talvez aquelas maquininhas que... Eu não sei o nome daquelas coisas (risos)! Mas eu sei que geralmente isso entra junto, então eu acho que, tipo, pra você alcançar esses corpos, você precisa também de dinheiro, entendeu, e não só um controle alimentar...
Apesar de que provavelmente na novela até quem é de classe baixa tem esse corpo padrão.

Talvez pela genética, não sei... Mas se elas não tiverem é mais difícil delas alcançarem. Se elas tem, elas tem por genética, mas se elas não tem talvez seja mais fácil de continuar não tendo.

6.6.9. Quadro 9: Indicador I

Mídia e redes sociais: Só há corpos magros (padrão) à vista
se eu quisesse eu seria (próxima de mídias que cultivam o estilo de vida saudável), eu tenho todo o acesso a essas informações, mas eu não gosto.
Então, da onde ele vê acho que representação de revista, de vida em Instagram - que é o que a gente mais entra em contato hoje em dia, né? E televisão, assim... Você não vê uma pessoa que não seja magra mostrando o corpo em lugar nenhum, então tá aí o padrão. Só tem corpo magro a vista. Acho que vem muito de representatividade na mídia mesmo.
E qual que eu acho que é (o padrão): pessoa branca, magra... Provavelmente com o cabelo liso... É, pra mim é esse o padrão.
Televisão eu particularmente não entro em contato, eu vejo tipo "De férias com o ex", que é um programa que só tem gente padrão mesmo assim, os caras nem disfarçam, né! Mas então, a minha referência da TV é essa e é Instagram, Facebook.
Recentemente eu postei uma foto no Instagram mostrando a minha barriga, que tinha uma dobra ali e...Ah, eu gostei da foto... "Talvez eu não postaria pela minha barriga mas eu vou postar!".
E aí eu mandei mensagem para as minhas amigas, falei "gente, eu estou com um pouco de vergonha. Não sei, pra mim foi um esforço postar aquela foto, então... Sei lá, só queria compartilhar com vocês".

Mas ao mesmo tempo uma pessoa que eu não conheço e que não me segue comentou "dobrinhas" e um coração! Na minha foto. Então assim, não é uma foto normal, senão não teria esse tipo de comentário

Alguma pessoa que postou uma foto de verdade, né?! No Instagram... Tipo, existem mais outras vinte que eu to com a minha barriga chapada? Sim, porque quando eu fico em pé ela é reta, mas quando eu sento ela dobra! E aí foi muito legal postar a foto do momento da barriga dobrada. Uma amiga minha veio me mandar mensagem falando "eu me senti mais confortável agora de que eu vi sua barriguinha dobrada no Instagram, estou mais feliz", então eu me senti super-poderosa (risos).

6.6.10. Quadro 10: Indicador J

Beleza como processo/movimento e construção social: é necessário haver representatividade

Hum... Eu acho que eu não vejo a beleza... Eu não consigo ver a beleza parada. Tipo, eu não consigo muito ver uma foto e ver uma mulher bonita, pra mim a beleza tem muito a ver com como a mulher se porta e se sente. Então se eu vejo que uma menina tá confortável, que ela tá feliz, se sentindo bem, aquilo vai ser beleza pra mim. Eu acho a beleza geralmente... No comportamento - tirando a beleza padrão que aí eu reconheço como beleza. Tipo, se eu vejo uma menina que é padrão, às vezes eu reconheço a beleza dela só na aparência, mas geralmente eu procuro tipo um conjunto pra achar a beleza, sabe? Ah, uma das minhas amigas que eu acho mais bonita é a que sorri mais, que é mais alegre.

Eu acho que é representatividade. Não importa se ela vem do feminismo, se ela vêm da TV... Eu acho que precisam mostrar esses corpos como bonitos. Porquê a gente aprende o que é beleza. Acho que a gente aprende. Se a gente aprender que o corpo gordo é bonito, a gente vai achar ele bonito sem esforço nenhum. Então eu acho que

é qualquer lugar que tenha representação.