

PATRÍCIA DE SOUZA NASCIMENTO LISBOA

**A representação das mulheres gordas na
internet: uma análise das redes sociais**

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

Escola de Comunicação e Artes

Departamento de Relações Públicas, Propaganda e Turismo

Curso de Especialização em Estética e Gestão de Moda

São Paulo

Agosto de 2021

PATRÍCIA DE SOUZA NASCIMENTO LISBOA

A representação das mulheres gordas na internet: uma análise das redes sociais

Monografia apresentada ao Departamento de Relações Públicas, Propaganda e Turismo da Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo, em cumprimento parcial às exigências do Curso de Especialização, para obtenção do título de Especialista em Estética e Gestão de Moda, sob a orientação da Prof^ª. Claudia Garcia

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

Escola de Comunicação e Artes

São Paulo

Agosto de 2021

Nome: LISBOA, Patrícia de Souza Nascimento

Título: A representação das mulheres gordas na internet: uma análise das redes sociais

Monografia apresentada ao Departamento de Relações Públicas, Propaganda e Turismo da Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo, em cumprimento parcial às exigências do Curso de Especialização, para obtenção do título de Especialista em Estética e Gestão de Moda, sob a orientação da Prof^a. Claudia Garcia

Aprovado em: ____/____/____

Banca Examinadora

Prof. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Prof. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Prof. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho às pessoas que vivem sob o preconceito e julgamento de uma sociedade influenciada por padrões definidos pelas mídias sociais.

AGRADECIMENTOS

Chega ao fim um ciclo de muito aprendizado e felicidade. Dedico esse trabalho a todos que fizeram parte desta etapa na minha vida. Agradeço a Deus por ter me dado forças para enfrentar todos os obstáculos e persistir no meu objetivo.

Às minhas amigas Mayara e Gabriela, que estiveram juntas comigo em todos os trabalhos. Sem a parceria e ajuda delas eu jamais conseguiria.

Agradeço também ao meu marido e melhor amigo Tiago, pois sem ele nada disso seria possível.

Aos grandes exemplos da minha vida, minha irmã e minha mãe, que sempre foram inspiração e que me incentivam a estudar e crescer como profissional.

Ao meu pai e à minha avó, por terem me ensinado a ser mais humana com as pessoas, a viver a vida com mais leveza e amor em tudo o que eu faço e em todas as minhas relações.

Aos meus sogros, que são a melhor rede de apoio na minha maternidade.

À amiga, Dr.^a Emily Silva, que me ajuda a cada pesquisa e tanto me ensina.

À Aila Menezes, que se disponibilizou para contar sobre sua história de vida de uma forma tão linda e sincera.

Agradeço também à minha filha, que fez eu me tornar, além de mãe, uma mulher ainda mais forte do que eu já era.

“Me senti livre quando me dei conta de que nunca caberia nos modelos pequenos que a sociedade queria que eu coubesse.”

Ashley Graham
Modelo *Plus Size*

LISBOA, Patrícia de Souza Nascimento. **A representação das mulheres gordas na internet: uma análise das redes sociais**. 2021. 40 f. Monografia (Especialização) – Curso de Especialização em Estética e Gestão de Moda do Departamento de Relações Públicas, Propaganda e Turismo da Escola de Comunicação e Artes, Universidade de São Paulo – USP, São Paulo, 2021

RESUMO

As mulheres constantemente buscam estar dentro do conceito do que é belo. As roupas e a moda mudaram no decorrer dos séculos. Antigamente era possível utilizar enchimentos para aumentar o quadril e espartilhos para afinar a cintura, porém, com o decorrer dos anos, as roupas antes feitas sob medida passaram a ser vendidas com tamanhos padrões. O vestuário também foi sendo simplificado e as mulheres começaram a ter que modelar seu corpo nas academias e fazer dietas, de acordo com o que é considerado um ideal de beleza. A partir daí a busca pela magreza passou a ser incansável. As revistas, que eram umas das grandes influências do século XX, tinham mulheres expondo seus corpos em suas capas e, em seu conteúdo, tinham dicas de como emagrecer ou ficar com a barriga de uma atriz da novela. Tanto as revistas quanto a televisão, eram usadas como parâmetros para as mulheres estarem no padrão. Hoje, além desses canais de comunicação, existem as redes sociais, onde as pessoas postam fotos em seus perfis em tempo real. Esse novo veículo passa ditar as tendências de moda tornando-se o novo ambiente de comparação, trazendo problemas para o público feminino como a não aceitação do próprio corpo, depressão e, em alguns casos, o suicídio. A representatividade das mulheres gordas nas redes sociais hoje ainda é pequena, porém é preciso falar sobre esse assunto que afeta a saúde mental desse grupo. As influenciadoras gordas estão se colocando à disposição da sociedade, com ensinamentos, para ajudar as pessoas que sofrem por não se sentirem dentro do padrão estabelecido pela população. O resultado é positivo, quando mulheres se reconhecem umas nas outras que estão nas redes sociais, no movimento que se inicia a favor do corpo livre e da mudança de um conceito antigo.

Palavras-chave: Moda. Gordofobia. Padrão. Beleza.

LISBOA, Patrícia de Souza Nascimento. **The representation of fat women on the Internet: an analysis of social networks.** 2021. 40 f. Monografia (Especialização) – Curso de Especialização em Estética e Gestão de Moda do Departamento de Relações Públicas, Propaganda e Turismo da Escola de Comunicação e Artes, Universidade de São Paulo – USP, São Paulo, 2021.

ABSTRACT

Women constantly try to fit in the beauty concept. Apparel and fashion have changed over the centuries. In the past, women used accessories to increase their hips and corsets to reduce their waist. Over the years, clothes, that were previously custom-made, came to be sold in standard sizes. Clothing was also simplified and women began to have to shape their bodies in gyms and go on diets, according to what is considered an ideal of beauty. From then on, the search for thinness became tireless. Magazines, which were one of the great influences of the 20th century, had women showing their bodies on covers and, in their content, had many tips on how to lose weight or to have this perfect shape. Both magazines and television were used as parameters for women to be up to standard. Nowadays, besides these communication channel, there are social networks, where people post photos on their profiles in real time. This new kind of communication starts to dictate fashion trends, becoming the new environment for comparison, bringing problems for the female audience, such as non-acceptance of their own bodies, depression, and, in some cases, suicide. The representative of the fat women on social media is still small, but it necessary to talk about this issue that affects the mental health of this group. Fat influencers are making themselves available to society, trying to share their experience, to help people who suffer because they do not feel up to the standard established by the population. The result is positive, when women recognize each other on social media, in the motion in favor of the free body and the change of an old concept.

Keywords: Fashion. Fatphobia. Standard. Beauty.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - (A) “O Nascimento de Vênus” (1485), de Botticelli.....	13
Figura 2 - Pintura de Maria Antonieta, por Élisabeth Le Brun (1778)	13
Figura 3 - Imagem da atriz Greta Garbo	14
Figura 4 - Exemplos de vestuário utilizados no período renascentista	16
Figura 5 - Exemplos de vestuário utilizados no século XIX	17
Figura 6 - Modificações das roupas entre as décadas de (A) 20, (B) 40, (C) 60 e (D) 80	18
Figura 7 - Exemplos de vestuário utilizados no início do século XXI	19
Figura 8 - Exemplos de capas de revista dos anos de (A) 2000 e (B) 2015, com destaque para notas relacionadas com perda de peso	20
Figura 9 - Exemplos de postagens em rede social dos anos de (A) 2017, (B) 2018 e (C) 2021	21
Figura 10 - Exemplos de capas de revistas e postagens em rede social dos anos de (A) 2015, (B) 2017, (C) 2020 e (D) 2021	22
Figura 11 - Capas das revistas (A) Godey’s Lady’s Books e; Harper’s Bazaar dos anos de (B) 1867 e (C) 2015	24
Figura 12 - Capas da revista Vogue dos anos de (A) 1893 e (B) 2015	25
Figura 13 - Exemplo de postagem no Facebook	26
Figura 14 - Exemplo da página do Youtube	27
Figura 15 - Perfil do Instagram da modelo Ashley Graham	30
Figura 16 - <i>Post</i> no Facebook da modelo Ashley Graham falando sobre a manipulação das fotos	30
Figura 17 - <i>Post</i> no Instagram relacionado ao uso de um vestido conhecido como “Strawberry Dress” por (A) Tess Holliday e por (B) Sandra Duran	31
Figura 18 - (A) Postagem no Instagram de Jari Jones comemorando a sua participação na campanha da "Calvin Klein" e (B) foto da campanha	32
Figura 19 - Postagem no Instagram de Alexandra Gurgel sobre o movimento corpo livre	33
Figura 20 - Postagem no Instagram de Raíssa Galvão	33
Figura 21 - Postagens no Instagram relacionadas com a (A) capa de Rita Carreira na "Vogue Brasil" e com (B) seu título de modelo do ano pela revista "ELA"	34
Figura 22 - Postagens no Instagram de Aila Menezes, dançando (A) e (B) posando para foto	35

LISTA DE ABREVIATURAS

% – Porcentagem

OMS – Organização Mundial de Saúde

IMC – Índice de massa corpórea

kg/m² – quilograma por metro quadrado

@ – arroba

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
1. O PADRÃO DE BELEZA: HISTÓRIA E EVOLUÇÃO	12
2. AS TRANSFORMAÇÕES NO VESTUÁRIO E NA MODA	15
3. O CRESCIMENTO DA MÍDIA E OS NOVOS CANAIS DE COMUNICAÇÃO	24
4. AS MULHERES GORDAS NAS REDES SOCIAIS	27
5. ENTREVISTA COM A CANTORA E <i>INFLUENCER</i>: AILA MENEZES	36
CONSIDERAÇÕES FINAIS	38
REFERÊNCIAS	38

INTRODUÇÃO

Há séculos atrás, as mulheres mais bonitas eram as gordas como, por exemplo, na Pré-História, pois era sinal de fertilidade. No Renascimento, também eram as mais belas, por demonstrar que essas eram as moças de posses e que desfrutavam do ócio. Na época da Revolução Industrial, a mulher gorda era enaltecida, pois estava bem nutrida e não passava fome, o que era um problema social e afetava grande parte da população. Com o passar dos anos, no início do século XX, o padrão de beleza passou a ser do corpo magro, com a influência da mídia e da televisão propagando esse modelo a ser seguido. Esse conceito se aplica até os dias atuais. Com o surgimento das redes sociais, as pessoas passaram a se exigir ainda mais e algumas plataformas digitais viraram um ambiente de parâmetro do corpo ideal. (HESS, 2017)

Atualmente, no século XXI, as pessoas ainda vivem sob uma pressão estética em relação ao corpo. Nas redes sociais, a pessoas mostram seus corpos sem defeitos e ideais estabelecidos pela sociedade. Porém, no mundo todo, quase 30% da população é gorda e, mesmo com uma grande diversidade dos tipos de corpos existentes, há apenas um modelo que é considerado bonito, que é o magro.

Diante dessa problemática, esse trabalho tem o objetivo de analisar a representatividade das mulheres gordas nas redes sociais, promover a autoaceitação e falar sobre a quebra dos padrões de beleza. Serão apresentados o conceito do que é belo e da moda no passado, sua trajetória até o presente e como se encontra atualmente. Também é o nosso objetivo, entender a influência da mídia e das plataformas digitais no comportamento das pessoas, em relação a esse assunto.

1. O PADRÃO DE BELEZA: HISTÓRIA E EVOLUÇÃO

Sempre existiram padrões de beleza, desde a pré-história, onde os corpos considerados bonitos eram os curvilíneos, com seios e quadris grandes, o que mostrava ser a mulher apta a conceber filhos saudáveis. No período Renascentista, o padrão estabelecido do belo era o corpo “gordo”, pois eram as pessoas ricas e de posses que viviam o ócio. Nessa época, o padrão de beleza era diretamente ligado à riqueza, como é possível observar na obra de arte “O Nascimento de Vênus” (1485), de Botticelli, onde as mulheres são apresentadas com seus corpos e curvas em evidência (Figura 1). Eram vistos também como padrão os cabelos loiros, a pele branca e testa grande (HESS, 2017).



Figura 1. “O Nascimento de Vênus” (1485), de Botticelli.

No século XVII, surgem os espartilhos, para modelar as cinturas, pois neste momento o padrão exigia delicadeza e cinturas finas. No século XVIII, novamente as mulheres de corpos grandes voltam a ser o ideal de beleza, sendo Maria Antonieta o maior referencial da época (Figura 2) (HESS, 2017).



Figura 2. Pintura de Maria Antonieta, por Élisabeth Le Brun (1778).

Por um curto período, o espartilho foi deixado de lado, mas, logo após, voltou a ser usado, com a descoberta das barbatanas de baleia. Visto que era um material mais flexível, a peça foi usada novamente pela maioria das mulheres, para afinar a cintura.

Com a vinda da revolução industrial, houve uma grande diferença social e a fome se espalhou pelo mundo. Por isso, as pessoas que estavam com os corpos curvos eram as que

comiam bem, tinham posses e pertenciam a uma classe alta, voltando ao padrão renascentista, dessa vez com os espartilhos marcando as cinturas e aumentando os quadris. As pessoas magras eram pessoas que estavam passando fome e com dificuldades financeiras (HESS, 2017).

Em meados do século XIX, o padrão de beleza começou a alternar entre a magreza e o corpo curvilíneo, onde houve uma mudança marcante, pois se iniciou a relação de beleza com saúde e passaram a ser distribuídos manuais de saúde ensinando a fazer exercícios físicos e falando sobre a necessidade dos mesmos. Essa imagem da magreza foi reforçada pelas mídias e, principalmente na televisão, passou a ser considerada padrão em todo mundo. Neste momento, foi iniciada a busca pelo corpo considerado ideal (HESS, 2017).

Essa imagem do corpo reto foi ganhando espaço e na primeira década do século XX o espartilho foi sendo abandonado, na década de 1920, o modelo a ser seguido era o de mulheres magras, com cabelos bem curtos, sobrancelhas finas, lábios que deveriam imitar um coração e roupas no estilo melindrosa, com vestidos retos deixando os seios e a bunda sem definição. Uma das maiores referências da época era a atriz do cinema mudo Greta Garbo (Figura 3) (DENCK, 2018).



Figura 3. Imagem da atriz Greta Garbo.

Ainda no ano de 1920, o termo *Plus Size* foi utilizado pela primeira vez por Lane Bryant, uma norte-americana que abriu sua primeira loja em 1904. Ela vendia roupas para gestantes e suas peças mais vendidas eram um vestido com elástico na cintura e uma saia plissada. Sua marca, lojas físicas e *website* funcionam e faturam até hoje, um século depois. Porém, nesse período, os fornecedores deixavam as produções da mesma de lado e ela precisou pedir ajuda aos ateliês para fazer as roupas sob medida para suas clientes. O seu desejo maior era vestir as mulheres fora do padrão com roupas de qualidade. Após Lane Bryant, surgiu a marca "Evans", no Reino Unido, também vendendo roupas *Plus Size* e oferecendo moda para suas clientes, alcançando um sucesso ainda maior do que Bryant. Porém, até então, o termo *Plus Size* era

usado apenas para falar sobre as roupas. Foi só em 1953 que ele foi usado se referindo a uma pessoa, como é dito até hoje (HESS, 2017).

Entre as décadas de 70 e 90, nos Estados Unidos, os *babys boomers* haviam crescido e adquirido bastante peso, devido a uma mudança de alimentação e consumo desenfreado de alimentos industrializados. Isso gerou um crescimento forte na moda *Plus Size*, aumentando em até dois tamanhos o manequim. As marcas passaram a enxergar essa mudança e o movimento dentro da indústria da moda e, aos poucos, começaram a se adequar, oferecendo qualidade e uma boa modelagem, para atender a esse público (HESS, 2017).

2. AS TRANSFORMAÇÕES NO VESTUÁRIO E NA MODA

Em relação ao tipo de vestuário do período renascentista, percebemos o uso de tecidos caros e elegantes, onde as roupas das mulheres acentuavam as formas do corpo com um corpete em V e eram utilizadas saias com bastante tecido e mangas características da época. Os corpetes não eram tão apertados, pois o objetivo era apenas destacar a cintura e elevar o peito, mostrando o colo. Os decotes eram arredondados ou quadrados e os ombros também apareciam um pouco. As saias eram colocadas por cima de uma armação que se abria em formato de cone e deixava a peça com pouco movimento. As mangas bufantes ou com aberturas eram peças separadas e podiam ser presas ao corpete com laços ou botões. Na época, ornamentos e acessórios passaram a ter mais importância e as mulheres os usavam em excesso. Adereços, como luvas, leques e joias, passaram a ser usados também nas roupas e nos cabelos. Portanto, as roupas do período renascentista escondiam e modelavam o corpo utilizando apetrechos para aumentar o quadril, afinar a cintura e elevar os seios. Então, todas as mulheres usavam as mesmas roupas, independente do seu tamanho (Figura 4) (MENEHINI, 2013).

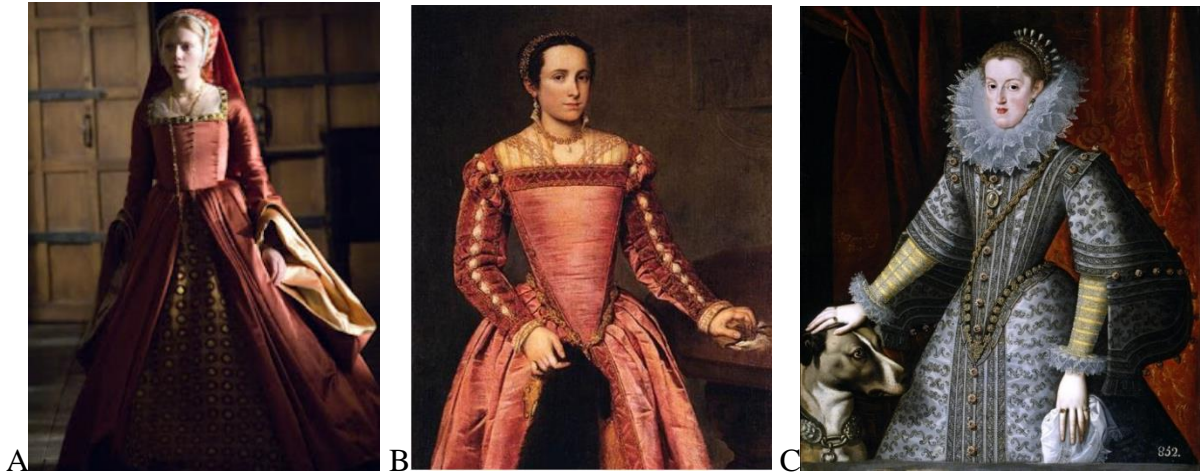


Figura 4. Exemplos de vestuário utilizados no período renascentista.

No século XIX, as mulheres, tanto magras quanto gordas, também vestiam as mesmas roupas. O Período Vitoriano foi marcado pela cinturinha de vespa, bem fininha, porém os espartilhos não eram bastante apertados e a crinolina dava o formato das saias e aumentavam os quadris, fazendo uma ilusão de ótica. Nesta situação, parecia que a cintura estava mais fina, mas, na realidade, o quadril era aumentado com uma armação. Nessa época, as pessoas costumavam e mandavam fazer seus trajes em modistas ou nos ateliês de costura. As peças eram feitas sob medida e, por isso, não importava o tamanho da mulher, todas elas usavam o mesmo estilo de roupa. Tanto nesse período, quanto no período renascentista, as vestimentas auxiliavam as mulheres a estarem dentro do padrão (Figura 5). O corpo ideal era "criado" através de enchimentos e espartilhos onde, por exemplo, se o bonito era a bunda grande, então se colocava a crinolina ou anáguas para dar volume na região. Desta forma, a roupa fazia a mulher estar dentro desse padrão (QUEIROZ, 2021).



Figura 5. Exemplos de vestuário utilizados no século XIX.

Na metade do século XIX, houve um grande desenvolvimento no maquinário de costura e padronização das medidas. Por isso, as roupas deixaram de ser "sob medida" e começaram a ser comercializadas no novo modelo chamado "Pronto a vestir". Então, as pessoas passaram a comprar roupas comercializadas nas lojas, com tamanhos padrões, lembrando que foi justamente nesse mesmo momento que se iniciou a busca pela magreza (QUEIROZ, 2021).

No século XX, os espartilhos deixaram de ser usados, livrando as mulheres das silhuetas em formato de ampulheta, e houve uma enorme simplificação no traje feminino, com o desuso dos enchimentos nos quadris, corpetes e demais armaduras rígidas. Porém, a forma de corpo ideal para o padrão da época era o da silhueta em formato de "S". Neste momento, sem os truques do século passado, o bonito passou a ser a cintura curva, que teria que ser modelada através de exercícios físicos, causando uma busca pelos cuidados ao corpo (ANDREA, 2016). Apesar de mais confortáveis, a vestimenta começou a revelar as formas das mulheres e a mostrar o desenho do corpo. Além disso, os tamanhos das roupas foram padronizados por uma média de tamanhos da população, ou seja, era necessário que as pessoas tivessem o tamanho correto para as roupas do modelo "pronto a vestir". As mulheres que buscavam estar dentro do padrão da época, para conquistar o corpo ideal, faziam dieta e exercícios físicos, não havendo mais os apetrechos que as fizessem sentir dentro dos padrões, como antigamente (SANT'ANNA, 2021).

Por um período de 100 anos, a moda ficou mais democrática, começando a atingir todas as classes sociais. Além disso, mudava numa velocidade maior, comparada aos séculos

anteriores, pois começaram a existir vários tipos de vestimentas e as informações passaram a circular de maneira rápida, levando as tendências de um continente ao outro, através das revistas e da televisão. O desnudamento do corpo também fez parte dessa mudança, mas sempre esteve atrelado às polêmicas. No início do século XX, o decote em V foi condenado pela igreja e pelos médicos, que o diziam ser prejudicial à saúde. Nos anos 60, houve um escândalo pelo surgimento da minissaia e, logo em seguida, o fio dental entrou em cena causando um grande alvoroço. Na Figura 6, é possível observar as modificações das roupas entre as décadas de 20, 40, 60 e 80 (ANDREA, 2016).



Figura 6. Modificações das roupas entre as décadas de (A) 20, (B) 40, (C) 60 e (D) 80.

No início do século XXI, a moda continuou oferecendo uma variedade de roupas e as mudanças conseguiram ser ainda mais rápidas do que no século anterior. Foi o momento do surgimento da Internet e das redes sociais, onde tudo era copiado e muitas tendências se

disseminaram, após um tempo, saíram de moda, voltando a ser utilizadas anos depois. Nesse momento, o jeans foi um grande protagonista, junto com as camisetas e jaquetas. É difícil definir qual o estilo mais usado na época, porque as roupas eram bem diversificadas, sendo talvez mais fácil falar em tendências que marcaram o período, como: deixar a barriga à mostra, calça cintura baixa, jeans rasgado, bandana, veludo, blusa regata e calça cargo (Figura 7). Algumas dessas tendências voltaram e continuam a ser utilizadas de tempos em tempos (ROCHA, 2011).

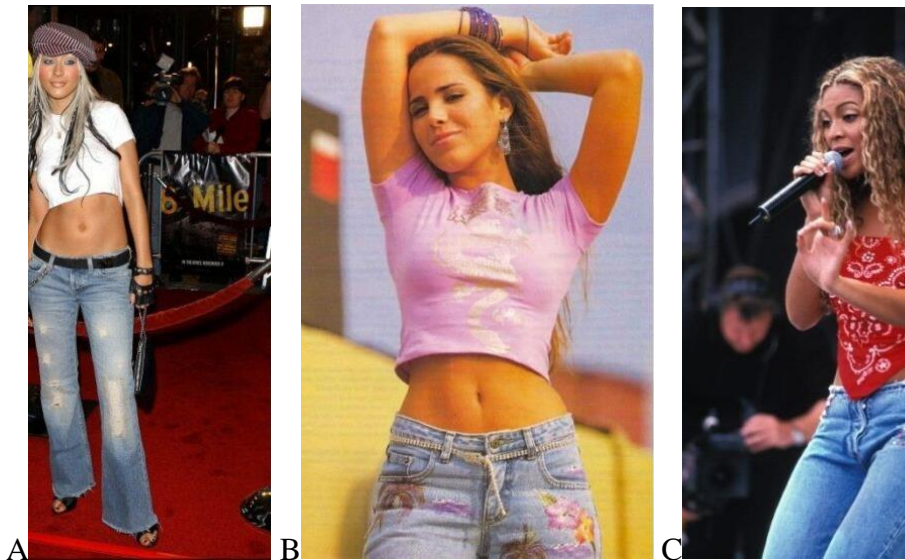


Figura 7. Exemplos de vestuário utilizados no início do século XXI.


A partir da Figura 7, é possível perceber que, a partir dos anos 2000, o momento foi marcado pela exposição do corpo, com roupas justas e blusas deixando a barriga à mostra. A intenção era chamar a atenção para o corpo e, por isso, nessa época havia o padrão estabelecido da magreza, sem muitas curvas (Figura 8). Inicialmente, os seios deveriam ser pequenos, o nariz bonito era fino e delicado e o cabelo deveria ser liso ou com algumas ondas, de forma que os mais diversos tipos de cirurgias plásticas eram realizados para alcançar o corpo ideal, tornando esses procedimentos comuns nessa época (ROCHA, 2011).




Figura 8. Exemplos de capas de revista dos anos de (A) 2000 e (B) 2015, com destaque para notas relacionadas com perda de peso.

Com o passar do tempo, a exigência pelo corpo considerado ideal ficou ainda maior, pois o padrão de beleza mudou, do corpo apenas magro para o corpo magro e malhado. Esse novo modelo exige pernas, bunda e braços torneados, abdômen chapado e peitos grandes, na maioria das vezes, com próteses de silicone. Além do aspecto relacionado ao corpo, foi iniciada uma busca pelo rosto com traços padronizados com: boca grande, maxilar marcado, bochechas preenchidas e sem marcas de expressão ou rugas. As pessoas, neste momento, além de precisarem malhar, fazer dieta regrada e tomar suplementos alimentares, também precisam fazer intervenções estéticas, injetando ácido hialurônico e aplicando toxina botulínica para ficarem com traços faciais semelhantes aos das pessoas que estão na mídia. O que mais uma vez, mostra que aquela que pode dispor de tempo e dinheiro para atingir estes padrões, pertence a classes socioeconômicas privilegiadas (Figura 9) (FEKSA,2020).


A



B



C



jujusalmemi • Seguindo

jujusalmemi 198 sem

wivlla.brito @mamaedamelinda_ 190 sem 1 curtida Responder

vitor_tokar @deniseurban eu sei que não é o que vc quer mas não acha bonito???

190 sem 1 curtida Responder

Curtido por marcellmotta e outras 435.673 pessoas

3 DE NOVEMBRO DE 2017

Adicione um comentário... Publicar

hugogloss • Seguindo

hugogloss Toma essa dominação mundial! A @anitta plena na capa da Harper's Bazaar Vietnam (@bazaarietnam), a nossa poderosa é uma das capas de aniversário da revista! Foto: @riabrahao

161 sem

silvestregab Larissa o mundo te notou 161 sem Responder

marciafrancisco Penso que ela deve pagar para aparecer aqui

Curtido por milenachinen e outras 78.893 pessoas

20 DE JULHO DE 2018

Adicione um comentário... Publicar

ellebrasil • Seguindo

que seja escutado com atencao pelo seu público. Nele, ela apresentará músicas que trazem referências às suas raízes gaúchas, o pop dos anos 2000 e ainda rock e Elis Regina. Pela primeira vez, ela também decidiu expor suas vulnerabilidades nas canções, aquelas com as quais ela precisa lidar desde os 17 anos.

Nem toda a experiência de anos aguentando haters da internet, porém, conseguiu prepará-la para o que ela teve que lidar quando começaram a culpá-la pela morte do filho do seu ex-marido. Como contou para a jornalista Angelica Santa Cruz, ela desabou e precisou tirar um tempo para se recompor. Na entrevista, é a primeira vez que ela

Curtido por sophialadeira e outras 25.998 pessoas

18 DE JUNHO

Adicione um comentário... Publicar

Figura 9. Exemplos de postagens em rede social dos anos de (A) 2017, (B) 2018 e (C) 2021.

Atualmente, é possível ver mais apelo para a normalização dos vários tipos de corpos e rostos. As redes sociais e as revistas começaram a expor negras, mulheres mais experientes, corpos reais e mulheres gordas, iniciando a quebra de um padrão (DENIM ZERO, 2021).

O ano de 2015 foi um momento de transição, onde o conteúdo apenas de dietas e exercícios aos poucos foi perdendo sua força. A mídia passou a falar também sobre a diversidade, posicionamento social da mulher, sua vida profissional, autoestima e foi iniciado o enaltecimento da força que cada uma possui e o discurso também das suas vulnerabilidades, para se entender que todas são humanas, independente do corpo ou status social (Figura 10).



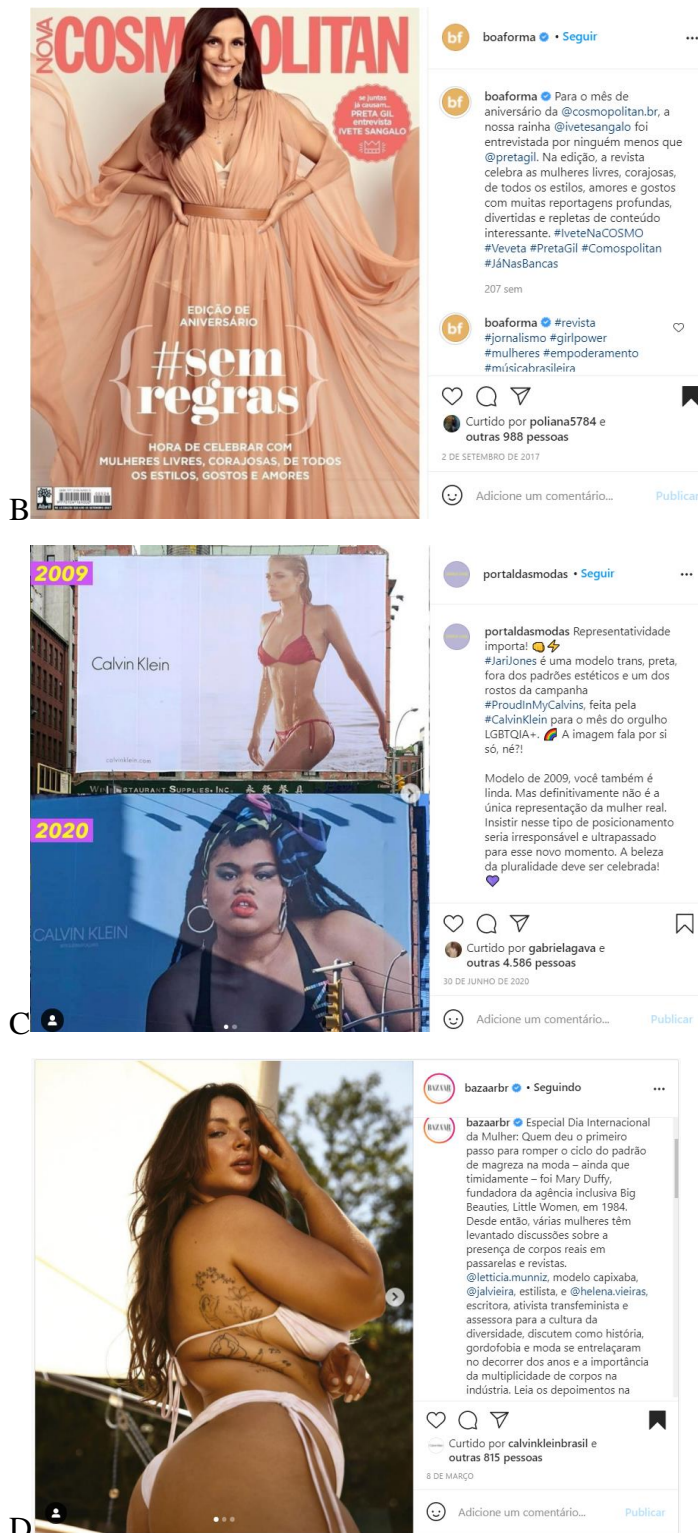


Figura 10. Exemplos de capas de revistas e postagens em rede social dos anos de (A) 2015, (B) 2017, (C) 2020 e (D) 2021.

Os corpos dentro do modelo padrão que a sociedade estabeleceu ainda são muito presentes e aparecem o tempo todo nas redes sociais. Infelizmente, continua existindo muito

preconceito e gordofobia, que se faz presente através de comentários de ódio que as pessoas fazem para ferir as mulheres gordas. Porém, desde 2020, as mídias estão entendendo que é necessário falar sobre todos os diferentes tipos de mulheres que existem no mundo e do seu poder, sendo que é o empoderamento que está em voga no momento (GOMES, 2018).

3. O CRESCIMENTO DA MÍDIA E OS NOVOS CANAIS DE COMUNICAÇÃO

A primeira publicação voltada para moda aconteceu na Inglaterra, no ano de 1693, na "Lady's Mercury". Seu conteúdo era sobre dicas de como se vestir, até poesias e moldes. Em 1770, surgiu a "Lady's Magazine", que foi também uma das pioneiras a falar sobre figurino.

Em 1820 a "Godey's Lady's Books", que inicialmente publicava artigos franceses, se tornou a maior revista feminina do século XIX, com destaque para os editoriais de moda ilustrados, que traziam as tendências do momento em Paris. No ano de 1867, foi lançada a "Harper's Bazaar" nos Estados Unidos, que tinha conteúdos de moda, literatura, decoração e vida doméstica. Com o passar dos anos, passou a ditar tendências para outras publicações e hoje é uma das mais importantes revistas de moda do mundo (Figura 11) (SOARES, 2016).

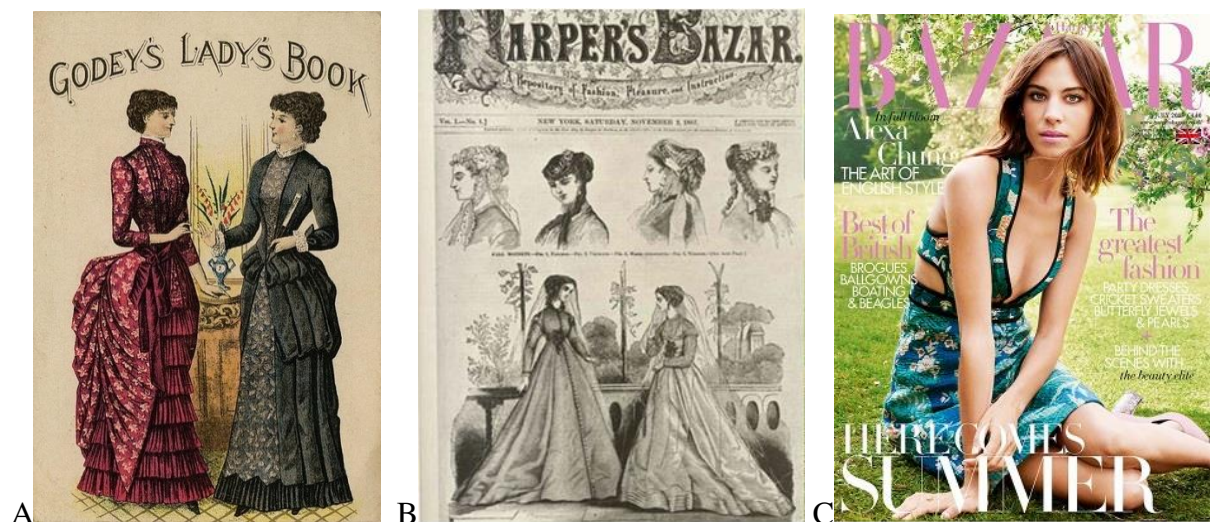


Figura 11. Capas das revistas (A) Godey's Lady's Books e; Harper's Bazaar dos anos de (B) 1867 e (C) 2015.

A "Vogue" foi criada em 1892, com o título de "Bíblia da Moda". No início, possuía tiragens semanais sobre a sociedade e tinha como público a alta sociedade de Nova York. No início do século XX, com Diana Vreeland como editora da revista, a "Vogue" conquistou o

título de publicação de moda mais importante do mundo e se mantém até hoje (Figura 12) (SOARES, 2016).



Figura 12. Capas da revista Vogue dos anos de (A) 1893 e (B) 2015.

Em 1945, foi lançada a primeira revista de moda na França, a "Elle", que também possuía uma publicação semanal, atendendo ao público feminino do pós-guerra, composto por mulheres de classe média, que viram a necessidade de entrar no mercado de trabalho. A revista mostrava os *looks* da alta costura e ensinava como adaptá-los para vida real, com peças de menor custo (SOARES, 2016).

No Brasil, a primeira revista de moda foi lançada em 1827, com publicações periódicas, e se chamava "O Espelho Diamantino", tinha conteúdos literários e políticos, assim como temas relacionados à arte, ciência e moda. Até que, em 1952, foi lançada a primeira edição da "Capricho", que teve a circulação impressa até junho de 2015, quando passou a existir apenas no seu portal da Internet. Em 1960, surgiu a "Manequim", que está até hoje em circulação com edições bimestrais (SOARES, 2016).

Em 2004, surgiu o Facebook, para revolucionar a comunicação no mundo todo. O que inicialmente era apenas um site para que os alunos de Harvard ficassem sabendo quem era solteiro ou comprometido, foi se espalhando por outras faculdades, até chegar aos alunos do ensino médio, que tiveram acesso para fazer o cadastro. Por fim, passou a ser liberado para toda e qualquer pessoa com interesse em se conectar à rede, ganhando o conhecimento mundial. Hoje, o Facebook é a maior rede social existente, com 2.797 bilhões de usuários que utilizam a

página. No site, é possível criar um perfil pessoal, interagir com outras pessoas da rede através de mensagens instantâneas, compartilhar fotos, vídeos, curtir as postagens dos outros, fazer anúncios, pesquisa e ainda jogar dentro da plataforma. O botão “curtir”, que surgiu em 2009 para movimentar ainda mais as redes sociais, tem como objetivo engajar as postagens. Por meio dele, os usuários podem interagir e os *posts* podem ter suas curtidas contadas, para que todos enxerguem o alcance da publicação (Figura 13) (KLEINA, 2018).

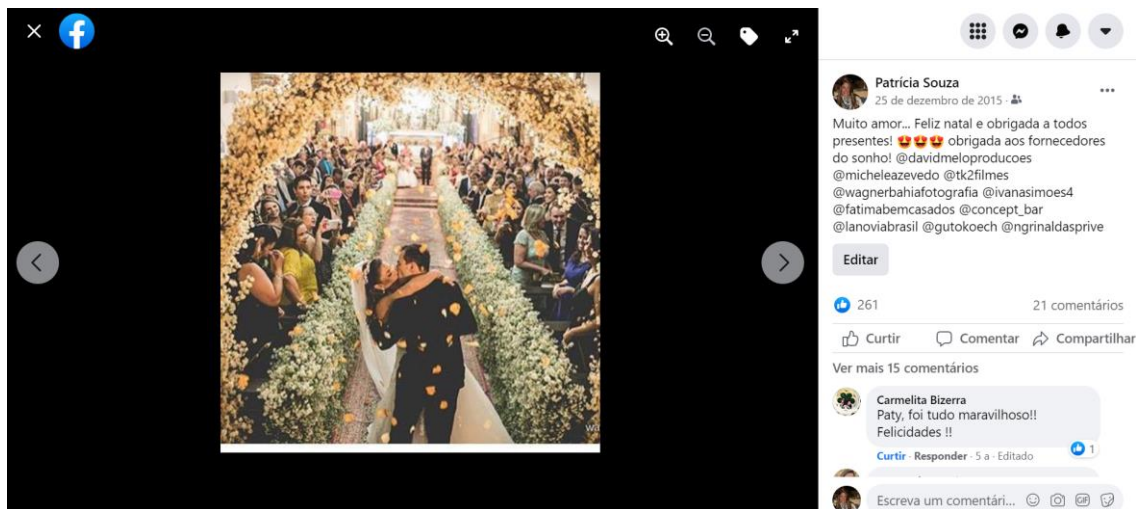


Figura 13. Exemplo de postagem no Facebook.

Enquanto o Facebook iniciava seu sucesso, em 2005, também surgiu uma rede social, que hoje é a 2º mais utilizada no mundo, o Youtube, uma plataforma de compartilhamento de vídeos. A rede social contém também o botão de “curtir”, o de “não curtir” e tem a contagem de quantas vezes o vídeo já foi visualizado. Isso criou uma disputa entre os *youtubers*, como são chamadas as pessoas que tem um canal ou fazem postagem de vídeos. Os artistas também passaram a fazer vídeo clipes para postar na rede, onde as 2,29 bilhões de pessoas cadastradas podem ter acesso ao conteúdo a qualquer momento. Dessa forma, as postagens alcançam números gigantescos de visualizações (Figura 14) (WIKIPEDIA, 2021).

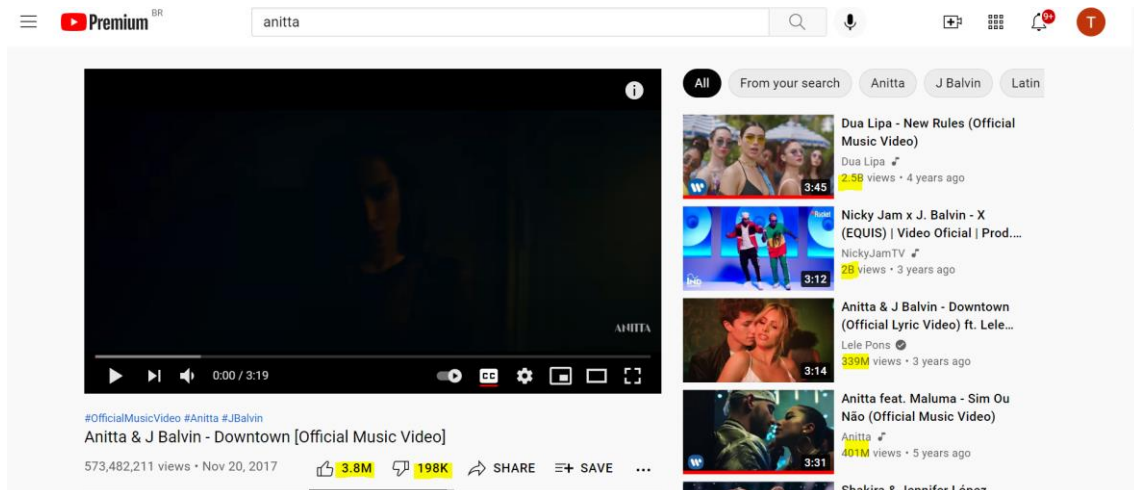


Figura 14. Exemplo da página do Youtube.

O Instagram surgiu em 2010, sendo inicialmente uma rede social em que era possível tirar fotos e fazer vídeos com o celular, aplicando efeitos, compartilhando com seus amigos ou com todos os outros usuários da plataforma, a depender da sua configuração de privacidade na rede. Atualmente, já é possível colocar, além de textos, *gifs* e *emojis* nas publicações, fazer publicidade, comercializar produtos e ter conversas instantâneas, tanto por mensagens quanto por vídeo, com outras pessoas. No Instagram, seus 1,22 bilhões de usuários, podem comentar e curtir as fotos do *feed*, que é atualizado a cada nova postagem (BELING, 2021).

Hoje já existem muitas redes sociais além do Facebook, Youtube e Instagram, porém essas são as 3 maiores do mundo. Diferente das revistas, esses passaram a ser canais de comunicação *online*, onde qualquer um pode expor o conteúdo que quiser e todos podem opinar sobre tudo, sejam com elogios ou críticas. Então, se antes havia conteúdos semanais com dicas de beleza e emagrecimento nas revistas, agora existem mulheres com corpos considerados perfeitos para o padrão estético; peles, cabelos e roupas impecáveis e; um estilo de vida ideal. Esse conteúdo é quase imposto para as pessoas em tempo real. Entre tantas redes sociais existentes hoje, o Instagram é a mais nociva à saúde mental das pessoas. Além das pessoas que só querem compartilhar a “vida perfeita”, quem consome conteúdo da rede também acompanha a vida de artistas, pessoas famosas, grandes empresários e pessoas com condições exorbitantes, que claramente só mostram o lado bom da vida (OGNIBENI, 2019).

4. AS MULHERES GORDAS NAS REDES SOCIAIS

Atualmente, a população mundial tem cerca de 30% das pessoas acima do peso. A Organização Mundial de Saúde (OMS) considera que quem possui o índice de massa corpórea (IMC) acima de 30 kg/m² é uma pessoa obesa. Ou seja, na sociedade atual, toda pessoa gorda é considerada doente. Não bastando estar fora do padrão estabelecido por revistas, Internet, televisão e estigmas sociais, as mulheres gordas, além de feias, também se sentem doentes. As pessoas não aceitam a diversidade dos vários tipos de corpos existentes, de forma que quem está acima do peso sofre pressão estética desde o início do século XX, seja em casa, na vida profissional, pessoal ou amorosa (JIMENEZ, 2018).

É dócil um corpo que pode ser submetido, que pode ser utilizado, que poder ser transformado e aperfeiçoado. [...] Nesses esquemas de docilidade, em que o século XVIII teve tanto interesse, o que há de tão novo? Não é a primeira vez, certamente, que o corpo é objeto de investimentos tão imperiosos e urgentes; em qualquer sociedade, o corpo está preso no interior de poderes muito apertados, que lhe impõem limitações, proibições ou obrigações. (FOUCAULT, 1986, p. 126).

A mulher gorda é, muitas vezes, vista como preguiçosa e sedentária, pessoa que come muito mal e, em excesso, uma pessoa desleixada e que não cuida da própria saúde e bem-estar. Todos esses conceitos são formados de pessoas que fazem julgamentos ao ver uma mulher que está acima do peso, porém o excesso de peso não está diretamente ligado a um estilo de vida. Em alguns casos, podem existir distúrbios mentais, situações traumáticas, herança genética e uma série de fatores que podem acarretar o ganho dos quilos ao longo da vida. Por trás de um corpo grande, podemos encontrar histórias de dificuldades enfrentadas. É importante ouvir essas pessoas, além da necessidade de naturalizar a existência dos diversos tipos de corpos (JIMENEZ, 2018).

Nesse contexto, entendemos que é no corpo onde estão tatuados as marcas e os controles sociais e culturais, uma vez que, no corpo ocorrem os controles da sociedade, as relações de poder, não por ideologias “sobrevolantes”, mas por um discurso, que reconstrói e amplia os conhecimentos (FOUCAULT, 1979, p 132).

Até o momento, foram analisadas as angústias da "vida real" destas mulheres, porém é preciso fazer uma análise de como elas vivem nas redes sociais, no mundo virtual. Com a constante rejeição e críticas dos familiares e amigos, um lugar encontrado como refúgio para muitas mulheres serem livres e terem apoio de outras pessoas são as redes sociais. Apesar do Instagram ser um ambiente repleto de padrões de beleza, o movimento de “corpo livre” veio para acolher essas pessoas e ensinar a todos sobre a naturalização dos corpos e diversidade. Por

isso, são encontradas hoje nas páginas do Instagram, mulheres gordas e com corpos reais que se expõem e falam sobre o assunto, dando coragem e mostrando para as outras que é permitido ser feliz com seu corpo, independente do tamanho dele. Entretanto, existem também pessoas agindo no movimento contrário, fazendo ataques gordofóbicos, com comentários negativos e ofensivos, esquecendo que do outro lado da tela existe uma pessoa com sentimentos e que vai ser ferida com essas palavras e ofensas.

De acordo com os dados analisados para a execução do presente estudo, na mídia e nas redes sociais, a quebra de padrão se tornou um assunto importante em 2015, quando a capa de uma das revistas mais importantes do mundo da moda, a *Elle*, estampou a imagem de uma modelo *Plus Size*. Porém, a representatividade desses corpos nas redes sociais como, por exemplo, no Instagram, ainda é muito pequena. A predominância é de mulheres magras que, inclusive, ainda usam efeitos, Photoshop e edições nas fotos, para esconder o que é considerado feio pela sociedade, como celulite, estrias, espinhas, cicatrizes, imperfeições e, algumas vezes, fazem também modificações nas imagens em busca do ideal de beleza (ROMANO, 2015).

Por conta dessa pressão estética, muitas mulheres gordas ficam com vergonha e não tem coragem de se expor postando fotos ou fazendo vídeos, porque elas não se acham bonitas, podendo chegar a extremos atentando contra a própria vida. Em 2016, uma menina irlandesa se matou em sua própria casa, após publicar uma mensagem no seu perfil dizendo que não aceitava a sua própria aparência. Numa cidade do interior do Pará, em 2019, uma menina de 17 anos se suicidou no banheiro da escola, porque sofria ataques gordofóbicos dos colegas. Esse é o retrato de uma sociedade doente e precisando de orientação, para que as pessoas entendam que existem vários tipos de corpos e que cada um é bonito do seu jeito (OTTO, 2019; REDAÇÃO HYPENESS, 2017).

As *digitais influencers*, pessoas que tem muitos seguidores nas redes sociais, fazem a representatividade desse grupo de mulheres gordas nas plataformas digitais, de certa forma, estão prestando um serviço social à população quando falam sobre diversidade, processo de desconstrução e autoestima. Elas ainda dão dicas de moda e compartilham como sofrem com ofensas dos “haters”, do inglês “aquele que odeia”, que em sua maioria, usam perfis falsos para agredir e ofender outros usuários.

Abaixo serão apresentados um pequeno elenco das mulheres que representam esse grupo, levantando uma bandeira de forma inteligente para ensinar a desconstruir o conceito de beleza, aprender a conviver e respeitar as diferenças, sabendo que todos são seres humanos. A modelo Ashley Graham é uma das grandes representantes das mulheres de tamanhos grandes, com 14 milhões de seguidores no Instagram (Figura 15). Desde 2015, ela fala sobre aceitação,

autoestima e diversidade em suas redes sociais. Na Figura 16, é apresentado um *post* dela falando sobre a manipulação das fotos para “aperfeiçoar” os corpos, técnica que era utilizada pelas revistas e passou a ser usada de forma comum entre os usuários das plataformas digitais, para editar suas fotos antes de postar (ATTN, 2019).

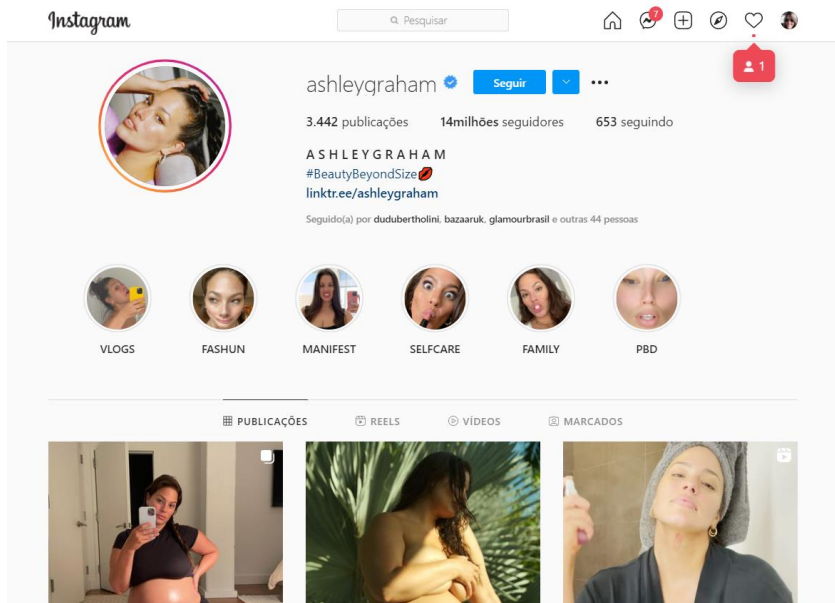


Figura 15. Perfil do Instagram da modelo Ashley Graham.

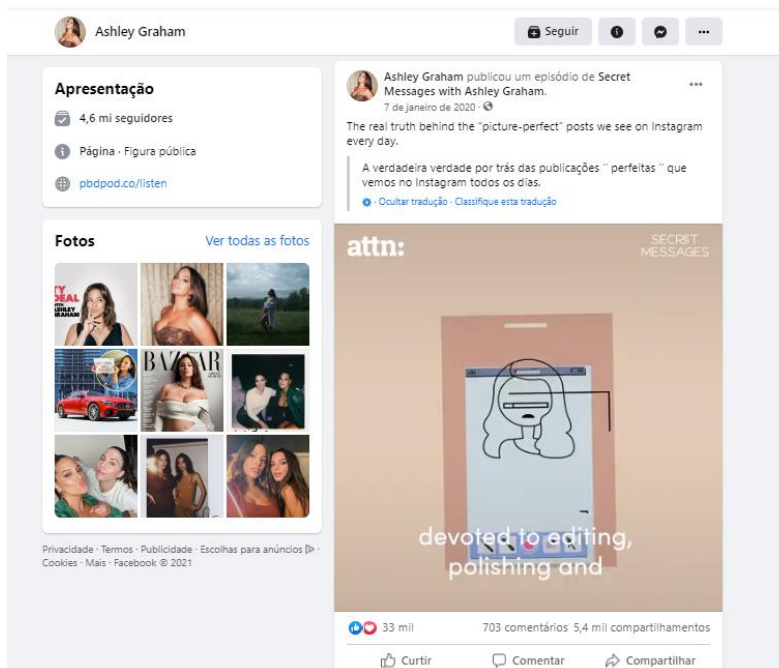


Figura 16. *Post* no Facebook da modelo Ashley Graham falando sobre a manipulação das fotos.

Outra grande modelo e ativista é a Tess Holliday, criadora da *hashtag* #effyourbeautystandards, que quer dizer “que se danem os padrões de beleza”; ela é a porta voz do movimento de autoaceitação. A Figura 17 ilustra Tess utilizando um vestido no Grammy que gerou polêmica, pois ela foi criticada por estar malvestida, mas que posteriormente virou a sensação na Internet. Conhecido como “Strawberry Dress”, o vestido ganhou elogios quando as mulheres magras postavam a peça. Sobre o ocorrido, Tess fez um *post* criticando e falando sobre a sociedade gordofóbica (QUEIROZ, 2021).

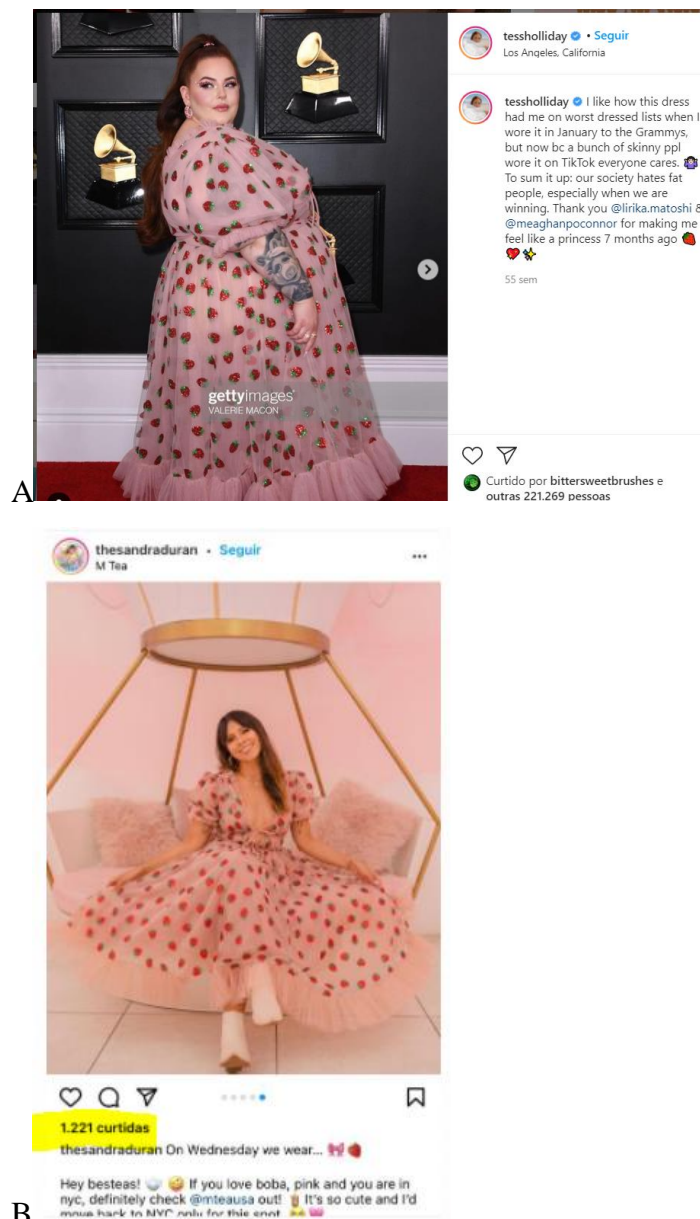


Figura 17. *Post* no Instagram relacionado ao uso de um vestido conhecido como “Strawberry Dress” por (A) Tess Holliday e por (B) Sandra Duran.

Em 2020, aconteceu um dos marcos de representatividade no mundo, quando Jari Jones, mulher negra, atriz, modelo, ativista e transexual estrelou a campanha da "Calvin Klein". Em seu Instagram, ela comemorou com um *post*, estourando uma garrafa de *champagne* em frente ao *outdoor* com sua foto na cidade de Nova York (Figura 18). A marca que se consagrou com o rosto da Kate Moss, em 2017, começou a falar sobre diversidade nas suas campanhas e a comercializar peças com tamanhos *Plus Size* (ESTEVÃO, 2020).



Figura 18. (A) Postagem no Instagram de Jari Jones comemorando a sua participação na campanha da "Calvin Klein" e (B) foto da campanha.

No Brasil, a escritora, jornalista e *digital influencer*, Alexandra Gurgel criou o movimento “Corpo Livre” (@movimentocorpolivre), com uma página no Instagram que atualmente tem 452 mil seguidores. Alexandra ressalta no perfil que não está incentivando o sedentarismo ou falta de cuidado com a saúde, pois o movimento é sobre se aceitar e não sentir vergonha do seu corpo (Figura 19) (DENIM ZERO, 2021).



Figura 19. Postagem no Instagram de Alexandra Gurgel sobre o movimento corpo livre.

A Raissa Galvão, *influencer* e fashionista, com seus 306 mil seguidores, cabelos coloridos e *looks* extravagantes, conta no seu perfil como está sendo o processo de desconstrução, exhibe seu corpo, fala sobre seu dia a dia e recria *looks* de influenciadoras magras (Figura 20) (GIMENEZ, 2020).

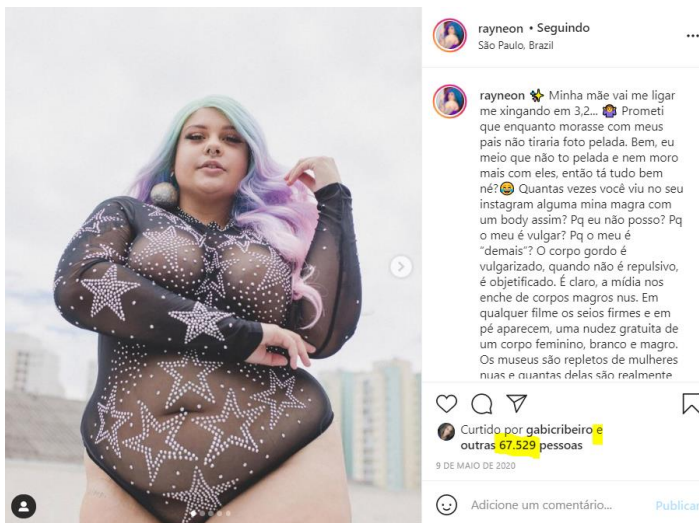


Figura 20. Postagem no Instagram de Raíssa Galvão.

Em 2020, Rita Carreira, modelo e criadora do workshop “Stand Out”, que tem como objetivo de profissionalizar modelos *Plus Size*, foi a primeira mulher gorda a estampar a capa da "Vogue Brasil", com o título “Ode ao corpo livre”, dando uma entrevista sobre preconceito racial, gordofobia e autoaceitação. Nesse mesmo ano, Rita também foi considerada a modelo do ano pela revista "ELA" e foi o 3º lugar de destaque da "Forbes Brasil Under 30" (Figura 21) (PINHEIRO, 2020).

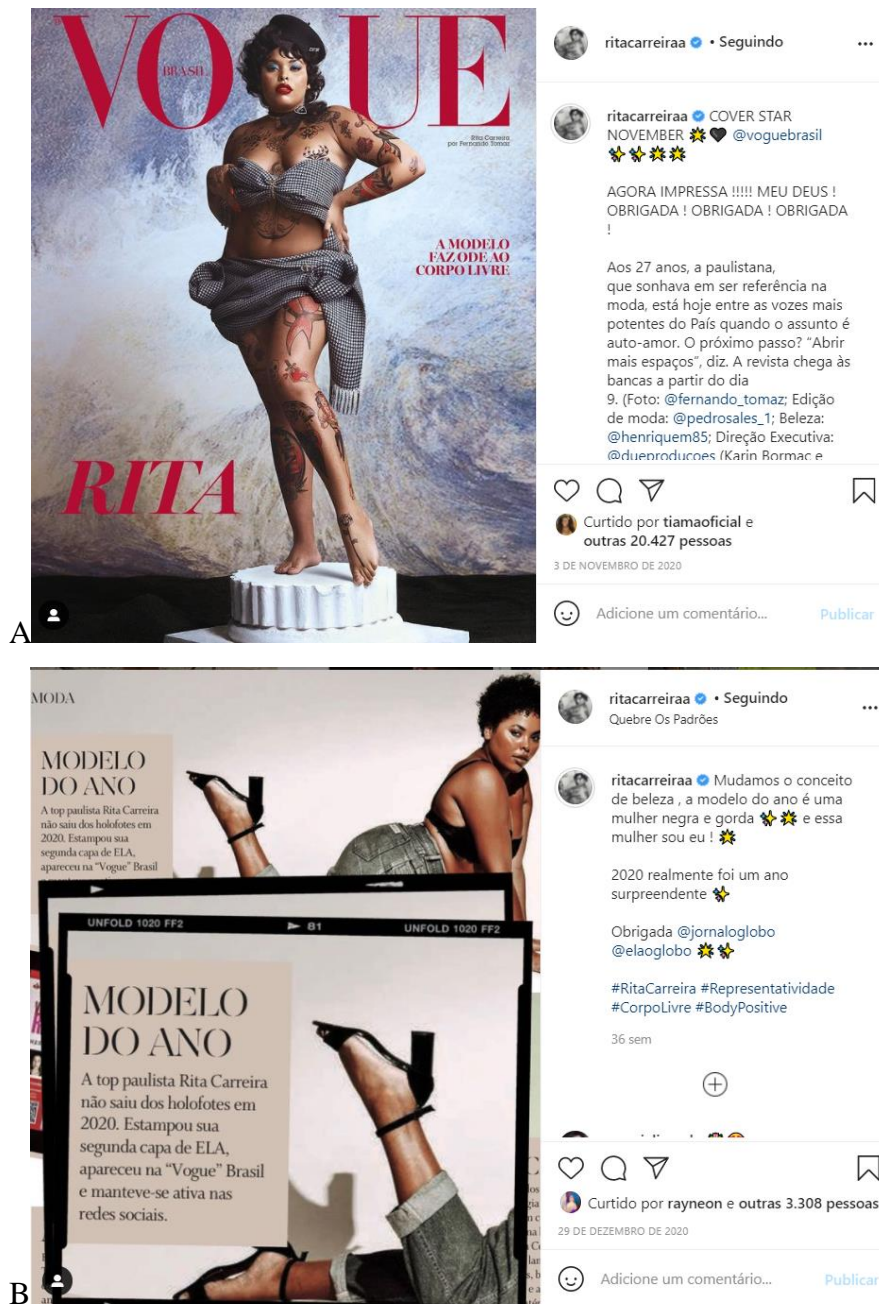


Figura 21. Postagens no Instagram relacionadas com a (A) capa de Rita Carreira na "Vogue Brasil" e com (B) seu título de modelo do ano pela revista "ELA".

A cantora baiana Aila menezes, com seus 161 mil seguidores, mostra que não há limites para o corpo gordo. Ela posta vídeos dançando, cantando e se apresentando em shows no seu perfil. Ela conta também como enfrentou a mudança do corpo magro, para o gordo, após engordar 35 quilos. Aila é uma grande representante das mulheres gordas nas redes sociais e fala sobre o movimento do corpo livre e autoaceitação (NEVES, 2019).



Figura 22. Postagens no Instagram de Aila Menezes, dançando (A) e (B) posando para foto.

Essas mulheres representam a força de um novo conceito de beleza, com uma visão humanizada das pessoas. Elas estão tentando ensinar que cada um pode ser aceito e se amar como realmente é, independente do seu corpo. Vale ressaltar, que o dia 10 de setembro, que era conhecido como o “Dia do Gordo”, passou a ser da luta contra a Gordofobia, pois o assunto está ganhando a devida importância. Se as pessoas sofrem, estão entrando em estado de depressão e chegam a se matar, por se sentirem desenquadradas do padrão, esse conceito precisa ser revisto com atenção (SOUZA, 2021).

5. ENTREVISTA COM A CANTORA E *INFLUENCER*: AILA MENEZES

Segue abaixo a entrevista realizada com a cantora e *digital influencer*, Aila Menezes, ela conta um pouco sobre a sua história, o quanto sofria e como fazia para se manter dentro dos padrões. Agora ela aceita seu corpo gordo e não sofre mais com a pressão estética.

Pergunta: Eu vejo que você expõe seu corpo, sua dança, sua arte e seus pensamentos nas suas redes sociais e eu te admiro muito por você ser um exemplo belíssimo e por dar uma grande contribuição para autoestima das mulheres de corpos grandes. Podemos dizer que hoje você presta um serviço para a sociedade. Nos conte um pouco sobre sua história de vida e quais são as suas dores como influenciadora?

Resposta: Eu sempre fui magra a vida minha vida inteira, eu engordei a partir de 2015 e sempre estive em busca desse padrão incessante de beleza, as pessoas sempre me diziam que estava precisando perder uns quilinhos e é incrível como eu ia a profissionais que também compartilhavam dessa ideia, sendo que eu vestia, 36, 38, meu biotipo era de uma “Barbie girl”, dentro do padrão da própria boneca, que impõe esse conceito estético. Porém, mesmo estando magra eu me achava gorda, eu não assumia meu cabelo, eu alisava o cabelo, usava alongamento, tinha o cabelo bem loiro, trazendo o estereótipo de uma “Barbie” e conceito estético que a sociedade nos diz que é ideal, principalmente quando você é artista, que “te entregam uma cartilha” do que você deve fazer, de como se comportar, principalmente sendo mulher e eu fui vendo que eu estava fora de um monte de coisas, então eu tinha que correr atrás para me enquadrar de alguma forma nesse perfil. A minha primeira depressão foi aos 11 anos de idade, a partir daí, eu desenvolvi a Síndrome do Pânico, tive mais outras quatro depressões, tive transtorno de distorção de imagem, eu não conseguia ver meu corpo efetivamente como ele era, eu sempre me via gorda e tomava medicação pra tudo: pra acordar, pra dormir, pra não sentir fome, pra emagrecer. Fiz dietas totalmente irresponsáveis, encontrava profissionais que reiteravam esses complexos e esses problemas com dietas de chegar a comer só, maçã, queijo e presunto, que era a alimentação para estar dentro desse padrão. Eu me lembro que eu tinha um empresário, que quando eu estava vestindo 38 e ele dizia, “você está gorda! Desse jeito você não faz sucesso, ninguém vai querer te contratar, vai ser difícil trabalhar com você desse jeito!”, dito isso eu fui para academia, malhei muito, passei fome, depois de 1 mês eu voltei e falei para ele “olha só, emagreci, eu estou vestindo 36! Eu estou boa?”, ele olhou para mim e falou: “Deixa eu te dizer uma coisa, quando você estiver com cara de anêmica, de doente, que as pessoas na rua estiverem perguntando o que está acontecendo com você, vai estar bom, porque na televisão, vai aparentar que você vai estar um pouquinho mais gordinha do que você está, aí vai estar no padrão estético que a gente precisa”. Aquilo me doeu tanto e me fez refletir naquele

momento, hoje eu vejo o quanto eu não tive maturidade e não tinha o conhecimento, nem a instrução para dizer para ele que não tinha nada errado com meu corpo, nem comigo, que quem não quisesse me contratar por conta do meu corpo, que se dane! Não merecia a minha voz, me dom, a minha arte, o meu talento. A minha arte não tem forma, não tem corpo, não tem cor, minha arte é livre, nossa arte é livre! Então, aquilo me deprimiu muito, aos 18 anos eu cheguei a tentar o suicídio e nunca me via feliz com meu corpo, sofria pressão dentro da própria família, pessoas que as vezes deixavam de falar comigo, porque eu faltava 1 dia de academia ou porque eu comia algum doce, porque eu comia alguma coisa que a pessoa achava que não estava dentro da dieta e fui vivendo, resistindo e sobrevivendo a esses abusos diários. São abusos todos os dias e lixamentos todos os dias e olhe que eu ainda não era uma mulher gorda, eu ainda era uma mulher dentro dos padrões. Então eu comecei a revolucionar dentro de mim, primeiro foi deixar os cachos crescerem, com meu cabelo original vim à tona, que foi a melhor transformação que eu fiz, jamais voltarei a deixar esses cachos sem vida, porque conta uma história sobre mim, sobre minha ancestralidade, minha etnia, sobre quem eu sou. Seguindo o tempo, eu tive mais algumas depressões, com eu havia dito e em 2015 eu decidi com a equipe médica que me acompanhava que eu iria “desmamar” as medicações, os antidepressivos, os ansiolíticos, eu queria conhecer quem era essa Aila que tanto sofria. Por que tanta dor? Desespero? Se incomodar tanto consigo mesma? Eu preciso ser apresentada a essa mulher, se ela quer brotar e eu estou impedindo ela que venha! Então fiz o desmame das medicações com o acompanhamento da minha psicóloga e psiquiatra, consegui ficar sem tomar nada, tirando todas as medicações e aconteceu que tive um efeito rebote, que é um efeito colateral da abstinência dos remédios engordando cerca de 35 quilos do peso que eu tinha antes. Foi muito nítido, porque como eu sou uma pessoa pública, eu estava exposta de frente para as câmeras, o que não é nada fácil você engorda 35 quilos, sendo que eu ocupava o espaço de mulher sexy e sensual, cantar pagode, mexer a minha bunda e mostrar meu corpo da forma em que ele estava. Foi aí que eu tive esse momento de uma nova Aila, nascendo dentro de mim, vou te dizer que foi um momento da minha vida de virada de chave, foi o grande momento de minha vida! Porque esse corpo me oportunizou a enxergar coisas que eu nem sabia que existiam, me oportunizou a enxergar as pessoas de uma maneira diferente, a mostrar quem eu efetivamente sou sem tantos escudos, me disse porque ele veio, me mostrou que muitas vezes, eu me mantive dessa forma pra evitar a quantidade de assédios que eu vivi, assédio sexual mesmo, de pessoas no meio do caminho da música, eu sofri um estupro e meu corpo veio como uma forma de distrair as pessoas para que elas não me vissem, só que eu comecei a entender que esse corpo, também era visto, mas de outra forma e como que eu ia fazer para continuar na minha carreira, se tudo que me disseram até então, eu estava fora de todos os padrões dos pés à cabeça, então eu rasguei a “cartilha” e decide reformular a cartilha toda! Vou fazer tudo do meu jeito e ver no que é que dá, vai precisar de coragem? Vai precisar de coragem! Vamos precisar recomeçar muita coisa do zero? Vamos precisar recomeçar tudo do zero! Inclusive um casamento, que existia e depois que eu engordei, terminou, graças a deus! (risos). Eu fui casada há 8 anos e me separei, exatamente em 2016, no período em que eu estava engordando e a vida me oportunizou a ser outra mulher, a compreender que eu sou muito mais linda do que eu imaginava, porque o que eu tenho dentro de mim é inigualável, não existe um corpo que possa personificar a beleza, as flores que existem dentro de mim e de nenhuma outra mulher. Todos os corpos contam histórias, eles contam nossas vitórias, nossas derrotas, nossas lágrimas, nossos sorrisos e esse nosso corpo é um templo, é um lar, a gente vai viver dentro dele até o dia da gente ir embora e a gente precisa cuidar dele, porque não adiante você ir para academia 3 vezes ao dia, beber 2 litros de água e manter uma dieta equilibrada se você não está bem por dentro, se você não está em paz, o seu corpo precisa refletir o que você está sentindo por dentro e corpo ideal é o corpo que tem uma pessoa feliz dentro dele. Então essa sou eu, Aila, mulher nordestina, mulher gorda, mulher pansexual, LGBTQIA+, mulher livre e mulher feliz.

Nessa entrevista com a cantora e influencer Aila Menezes, observamos que a busca pelo padrão de beleza pode afetar o psicológico das pessoas e como o processo de desconstrução é

importante. No caso de Aila, depois de engordar 35 quilos, ela se sente mais livre para ser quem é, aceita seu corpo e percebe que ele é bonito independente do seu tamanho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A mulher gorda é alvo de gordofobia em vários segmentos da sua vida, seja pessoal, profissional ou amorosa. Dentro das redes sociais, esse preconceito acontece e a maioria delas não se sente livre para se expor nas plataformas digitais. Porém, uma pequena parte desse grupo luta para vencer essas barreiras e ensina sobre autoaceitação nas redes sociais. A quebra de padrão é um processo de desconstrução intenso e vai contra todo um conceito formado há séculos pela mídia e replicado por todos na sociedade. No decorrer dessa análise, foi percebido que uma mudança positiva vem acontecendo dentro da Internet, com mulheres gordas, que são influenciadoras digitais, expõem seus corpos reais, se aceitam e compartilham também das dificuldades e preconceitos enfrentados.

REFERÊNCIAS

ANDREA, L. **Um relato compacto da moda no século XX**. 2016. Disponível em: <<https://audaces.com/um-relato-compacto-da-moda-no-seculo-xx/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

ATTN. **Filter fatigue**. 2019. Disponível em: <<https://www.facebook.com/attn/videos/2401314556790132>>. Acesso em: 12 set. 2021.

BAZAARBR. **Especial Dia Internacional da Mulher**. 2021. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CMKNaAHFcV9/?utm_medium=copy_link>. Acesso em: 12 set. 2021.

BELING, F. **As 10 maiores redes sociais em 2021**. 2021. Disponível em: <<https://www.oficinadanet.com.br/post/16064-quais-sao-as-dez-maiores-redes-sociais>>. Acesso em: 12 set. 2021.

DENCK, D. **Relembre os padrões de beleza feminina e masculina de cada década**. 2018. Disponível em: <<https://www.megacurioso.com.br/estilo-de-vida/106617-relembre-os-padroes-de-beleza-feminina-e-masculina-de-cada-decada.htm#:~:text=Anos%201920,deveria%20parecer%20com%20um%20coração.&text=Era%20o%20auge%20do%20jazz,penteados%20e%20o%20rosto%20lisinho>>. Acesso em: 12 set. 2021.

DENIM ZERO. **Movimento Corpo Livre.** 2021. Disponível em: <<https://www.denimzero.com.br/movimento-corpo-livre>>. Acesso em: 12 set. 2021.

DIÁRIO GAÚCHO. **Gisele Bündchen mostra corpo perfeito em capa de revista.** 2015. Disponível em: <<http://diariogaucha.clicrbs.com.br/rs/entretenimento/noticia/2015/09/gisele-bundchen-mostra-corpo-perfeito-em-capa-de-revista-4844716.html>>. Acesso em: 12 set. 2021.

ESTEVAO, I. **Modelo trans e negra comemora destaque em campanha da Calvin Klein.** 2020. Disponível em: <<https://www.metropoles.com/colunas/ilca-maria-estevao/modelo-trans-e-negra-comemora-destaque-em-campanha-da-calvin-klein>>. Acesso em: 12 set. 2021.

FEKSA, L. **Como definir um padrão de beleza em um mundo de diversidades?** 2020. Disponível em: <<https://www.osul.com.br/como-definir-um-padrao-de-beleza-em-um-mundo-de-diversidades/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

FOUCAULT, M. **Vigiar e punir, histeria da violência nas prisões.** 4. ed. Petrópolis: Vozes, 1986.

FOUCAULT, M. **Microfísica do poder. Tradução de Roberto Machado.** 22ª ed. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1979.

GIMENEZ, I. **Ray Neon: “Não sei se foi mais difícil aceitar meu corpo ou meus cachos”.** 2020. Disponível em: <https://capricho.abril.com.br/beleza/ray-neon-nao-sei-se-foi-mais-dificil-aceitar-meu-corpo-ou-meus-cachos/>. Acesso em: 12 set. 2021.

GOMES, S. **Conheça oito influencers plus size que vale a pena seguir.** 2018. Disponível em: <<https://www.metropoles.com/sarah-gomes/conheca-oito-influencers-plus-size-que-vale-a-pena-seguir-ja>>. Acesso em: 12 set. 2021.

HESS, F. **A história da moda plus size e a evolução dos padrões de beleza.** 2017. Disponível em: <<http://www.sindicatodaindustria.com.br/noticias/2017/08/72,115466/a-historia-da-moda-plus-size-e-a-evolucao-dos-padroes-de-beleza.html>>. Acesso em: 12 set. 2021.

INCRÍVEL.CLUB. **20 capas curiosas de revistas antigas que nos encheram de nostalgia.** 2021. Disponível em: <<https://incrivei.club/inspiracao-gente/20-capas-curiosas-de-revistas-antigas-que-nos-encheram-de-nostalgia-1217710/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

JIMENEZ, M. **Gordofobia, mercado e representatividade da mulher gorda.** 2018. Disponível em: <<https://www.todasfridas.com.br/2018/08/25/gordofobia-mercado-e-representatividade-da-mulher-gorda/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

KLEINA, N. **A história do Facebook, a maior rede social do mundo.** 2018. Disponível em: <<https://www.tecmundo.com.br/mercado/132485-historia-facebook-maior-rede-social-do-mundovideo.htm#:~:text=A%20hist%C3%B3ria%20do%20Facebook%20come%C3%A7a,es%20tudantes%20da%20universidade%20de%20Harvard.&text=O%20nome%20%C3%A9%20bem%20simples,ou%20participantes%20de%20alguma%20coisa>>. Acesso em: 12 set. 2021.

MENEGHINI, B. **Moda renascentista.** 2013. Disponível em: <<https://modaehistoriadaarte.wordpress.com/2013/03/15/moda-renascentista/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

NEVES, C. **Ex-'The Voice' ganha 35 kg depois de depressão: "Era prisioneira de medicações"**. 2019. Disponível em: <<https://revistaquem.globo.com/Entrevista/noticia/2019/11/ex-voice-ganha-35-kg-depois-de-depressao-era-prisioneira-de-medicacoes.html>>. Acesso em: 12 set. 2021.

OGNIBENI, N. **O Instagram é a rede que mais causa depressão**. 2019. Disponível em: <<https://medium.com/clubedanic/instagram-%C3%A9-a-rede-que-mais-causa-depress%C3%A3o-e92866e8a5e>>. Acesso em: 12 set. 2021.

OTTO, I. **O suicídio da adolescente Dielly Santos e o falso *body positivity***. 2019. Disponível em: <<https://capricho.abril.com.br/comportamento/o-suicidio-da-adolescente-dielly-santos-e-o-falso-body-positivity/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

PINHEIRO, A. C. **De vendedora à top model: confira a história inspiradora de Rita Carreira**. 2020. Disponível em: <<https://claudia.abril.com.br/moda/rita-carrera-plus-siza-negra/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

QUEIROZ, E. **Padrões de beleza – moda *plus size* no século XIX (parte 1)**. 2021. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=sdfhbvxjDU8&t=1273s>>. Acesso em: 12 set. 2021.

REDAÇÃO HYPENESS. **‘Garotas bonitas não comem’: menina de 11 anos se suicida e expõe crueldade dos padrões de beleza**. 2017. Disponível em: <<https://www.hypeness.com.br/2017/12/garotas-bonitas-nao-comem-menina-de-11-anos-se-suicida-e-expoe-crueldade-dos-padroes-de-beleza/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

ROCHA, M. **De 1960 a 2009: a evolução dos padrões corporais a partir das tendências de moda**. 2011. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/10483/2521/1/2011_MarinaHelenadaSilvaRocha.pdf>. Acesso em: 12 set. 2021.

ROMANO, J. **Plus size na ELLE Brasil de maio com gorduras e sem Photoshop**. 2015. Disponível em: <<https://juromano.com/moda/plus-size-na-elle-brasil-de-maio-com-gorduras-e-sem-photoshop-sim-sou-eu/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

SOARES, T. **Conheça a história das revistas de moda no mundo**. 2016. Disponível em: <<https://audaces.com/conheca-a-historia-das-revistas-de-moda-no-mundo/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

SANT’ANNA, J. **Como surgiu a tabela de tamanhos da confecção e por que a padronização é importante**. 2021. Disponível em: <<https://soudealgodao.com.br/como-surgiu-a-tabela-de-tamanhos-da-confeccao-e-por-que-a-padronizacao-e-importante/>>. Acesso em: 12 set. 2021.

SOUZA, R. **Dia oficial da luta contra a gordofobia: “sofri preconceito de uma médica”**. 2020. Disponível em: <<https://www.agazeta.com.br/colunas/rayane-souza/dia-oficial-da-luta-contra-a-gordofobia-sofri-preconceito-de-uma-medica-0920>>. Acesso em: 12 set. 2021

WIKIPÉDIA. **Youtube**. 2021. Disponível em: <<https://pt.wikipedia.org/wiki/YouTube>>. Acesso em: 12 set. 2021.