

Gordofobia: discursos e estratégias de empoderamento de mulheres gordas ao preconceito

Joseanne de Oliveira Nery

Orientação: Alexandre Santiago

1. Introdução

O presente artigo é uma investigação inicial de caráter qualitativo e de pesquisa bibliográfica acerca da temática da gordofobia e que será parte de um documentário sobre tal tema e faz parte de meu trabalho final do curso de Jornalismo. Apresento a seguir as primeiras discussões dessa temática.

Nas redes sociais, no trabalho, na escola, no ambiente familiar, ou seja, em todas as esferas, a gordofobia ou lipofobia é uma realidade cada vez mais presente na vida das pessoas que estão acima do peso. Em 2016, Dani Mathers, modelo da revista Playboy, se envolveu em uma polêmica após fotografar uma mulher nua em uma academia e ter compartilhado a foto nas redes sociais, ridicularizando-a por ser gorda. A gordofobia nasce justamente de atitudes preconceituosas, onde o acusador inicia uma série de argumentações e chacotas na tentativa de ridicularizar as pessoas que estão acima do peso.

Concomitantemente com o discurso que associa magreza à vida saudável, a mídia, através de suas publicações, reforça ainda mais a ditadura da magreza. Revistas como "Glamour" e "Means Health" fazem, frequentemente, matérias em que mulheres magras e/ou musculosas aparecem como exemplo a serem seguidos. É através dessas publicações que o corpo magro vai sendo, cada vez mais, sinônimo de perfeição e as pessoas acima do peso se sentem obrigadas a mudar seu estilo de vida para se encaixar nos padrões de beleza.

As pesquisas sobre o tema ainda são restritas e rasas, concentrando-se em alguns documentários sobre gordas na web e livros voltados à questão do corpo, mas não propriamente à gordofobia. Uma das maiores referências do tema hoje em dia é a

escritora Joana Novaes que retrata nas suas obras o preconceito vivenciado pelas mulheres que estão acima do peso.

A temática nos dá a possibilidade de enxergar uma problemática social que atinge grande parte da população brasileira. O assunto contribui para que haja uma discussão ampla do que é o preconceito, o feminismo, o empoderamento da mulher gorda., tudo isso se utilizando do modo jornalístico de fazer a pesquisa, tendo como base outras disciplinas como psicologia, ciências sociais e até medicina.

De acordo com a autora Joana Novaes (2005, p.10), as mulheres, principalmente, abstraem os discursos da ditadura da beleza e lutam constantemente para manter um corpo esteticamente perfeito e sem vestígios de envelhecimento:

“Nada mais cruel do que lutar contra um inimigo implacável e inexorável. Contra a ação do tempo, as mulheres lutam, tentando manter-se sempre jovens e belas. Frenéticas e enlouquecidas, consumindo compulsivamente toda sorte de produtos que prometam retardar o seu envelhecimento e manter sua beleza, essas mulheres lutam na verdade contra si, perdendo-se no espelho, à procura de si mesmas. (NOVAES, 2005, p.10)

Apesar das redes de pertencimento virtual serem, muitas vezes, ferramentas utilizadas por aqueles que se escondem em perfis para praticarem a gordofobia, ao mesmo tempo elas podem ser um instrumento essencial para o empoderamento das mulheres gordas. A criação de páginas no facebook e instagram são práticas cada vez mais comuns para compartilhar o cotidiano, bem como para combater o preconceito da gordofobia, identificando usuários gordofóbicos e encorajando as mulheres a aceitarem seu próprio corpo.

Um exemplo de página no facebook que faz o trabalho de criar rede de pertencimento é o "Voz das Gordas". O grupo tem o intuito de abordar a gordofobia e o ativismo gordo dentro do feminismo. Com mais de 18 mil curtidas, a página recebe denúncias, posta notícias que elevam a imagem da pessoa obesa e fazem diariamente o trabalho de dar visibilidade à mulher gorda.

Outro fato que contribui para a desmistificação dos padrões de beleza impostos pela mídia e para a elevação do perfil da mulher gorda é o concurso Miss Plus Size. A

disputa, que ocorre desde 2011, surgiu após os realizadores perceberem o crescimento da moda Plus Size em todo o mundo. O concurso dá a oportunidade para mulheres que vestem a partir do tamanho 44 mostrarem seu corpo na passarela. Segundo o organizador, as grandes lojas de moda já estavam sentindo necessidade de colocar modelos com corpo mais real, que se parecessem com a clientela.

Porém, por outro lado, uma das maiores inquietações nessa temática é que, muitas vezes, as gordas não se sentem representadas pelas modelos Plus Size e até repudiam o termo utilizado. Também estão sempre em constante conflito com a mídia, que impõe constantemente o que deve ou não ser padrão de beleza.

O gosto pela moda *plus size* fez mulheres que antes pareciam querer esconder o corpo mostrar-se para o mundo. É o caso da modelo Juliana Romano, dona de um blog de moda plus size que recebe cerca de 500 mil visualizações por mês. Em recente declaração ao Estadão, Juliana frisa que a mentalidade da mulher gorda está mudando.

"A mulher está mudando. Ela não quer mais esconder suas curvas embaixo de vestidos escuros e peças que cubram todo o corpo".
(Juliana Romero em entrevista ao Estadão, no dia 11 de outubro de 2016)

Depois do sucesso na internet, a modelo foi convidada a posar para a revista Playboy. Sendo a primeira mulher gorda a fazer um ensaio sensual para uma revista de moda, que antes era reproduzida apenas por mulheres que tinham o corpo considerado padrão. A conquista representa mais uma quebra de paradigmas relacionados às mulheres que estão acima do peso. A edição circulou em outubro de 2016, na seção "mulheres que amamos".

Como citado anteriormente, a internet pode ser um importante elemento para o empoderamento da mulher gorda, mas também é palco para frequentes agressões feitas por gordofóbicos. Após sair a notícia que a Playboy teria uma modelo acima do peso em sua edição, o perfil do facebook do jornal "Estadão" ficou repleto de comentários que refletem o que chamamos justamente de gordofobia. Um dos comentários encontrados é reproduzido por um jovem chamado Lucas Oliveira:

"Sei que vai lotar de feministas me criticando aqui, mas foda-se, se eu vou comprar uma revista da PlayBoy vou querer gastar meu dinheiro para ver umas gostosas, com corpo de avião e tal e não para ver umas gordas que só tem rosto bonito e se acham as gostosonas, neh kkkkkk" (comentário de Lucas Oliveira, na página do facebook do Estadão, no dia 11 de outubro)

Infelizmente, a gordofobia não está presente apenas nas redes sociais e nem é feita somente por desconhecidos. Muitas vezes, até os próprios familiares contribuem para essa prática do preconceito, quando obrigam seus filhos desde pequenos a fazerem dietas, quando reproduzem frases do tipo "você é muito bonita de rosto filha, mas deveria emagrecer para ficar mais bonita ainda". Assim como a educação pode vir de berço, o preconceito também. Portanto, é necessário analisar as diversas práticas gordofóbicas e como a mulher gorda lida com essa problemática.

2. Referencial Teórico

Gordofobia: o peso do preconceito

Nos últimos anos, a obesidade vem sendo amplamente discutida nas redes sociais, nas conversas em família e nos grupos de amigos. Afinal, ser obeso é sinal de doença? Ser gordo é sinônimo de feiura? Esse tipo de pensamento tomou força na década de 90 e início dos anos 2000, quando ser magra tornou-se um objetivo das mulheres, graças a expansão da comunicação e do corpo "ideal".

Na década de 90, a obesidade passou a ser vista como um mal a ser combatido pela medicina e o corpo magro começou a ser reconhecido como sinônimo de beleza e saúde, hipótese que perdura até os dias atuais. A ditadura da magreza trouxe consigo um preconceito contra as pessoas gordas. Intitulado hoje de gordofobia ou lipofobia, o preconceito contra obesos nasce justamente de atitudes onde o acusador inicia uma série de argumentações e chacotas na tentativa de ridicularizar e causar mal-estar naqueles que estão acima do peso.

Conforme citado no artigo um peso na alma: o corpo gordo e a mídia, durante a entreguerra (1918 - 1938), deu-se início à exposição do corpo. Este período representa para a burguesia uma época de liberação do corpo onde é travada uma outra relação

entre o físico e as roupas. Não há mais lugar para roupas que escondam os corpos, a mudança é ainda mais visível em relação ao vestuário feminino. Saem as cintas e corpetes, entram em cena as calcinhas e sutiãs. As roupas se encurtam, as pernas são valorizadas pelas meias.

A expressão gordofobia e a temática tomaram força no Brasil em 2009, quando surgiu a personagem gorda Perséfone, interpretada pela atriz e comediantes Fabiana Karla, na novela global "Amor à Vida". O objetivo da personagem na trama era perder a virgindade já na faixa dos 30 anos. Perséfone tinha uma vida financeira e profissional estável, mas para se manter incluída na sociedade e conseguir um relacionamento amoroso ela tinha o objetivo de emagrecer a todo custo, fazendo dietas mirabolantes.

Situação parecida aconteceu na vida real com a modelo Plus Size, Bia Gremion. Antes de se aceitar como gorda, Bia conta que tentou fazer várias dietas, inclusive a dieta do TIC TAC. "A minha vida inteira eu fiz dieta. Teve uma dieta que eu só comia TIC TAC, outra dieta que eu só comia sopa, a dieta para fazer a cirurgia bariátrica, que eu comia apenas bolacha e chazinho", comenta.

O fato acontece em todas as partes do mundo e nas mais diversas esferas. Em 2016, Dani Mathers, modelo da revista *Playboy*, envolveu-se em uma polêmica após fotografar uma mulher nua em uma academia e ter compartilhado a foto nas redes sociais, ridicularizando-a por ser gorda.

De acordo com a autora Joana Novaes (2005, p.10), as mulheres, principalmente, abstraem os discursos da ditadura da beleza e lutam constantemente para manter um corpo esteticamente perfeito e sem vestígios de envelhecimento:

“Nada mais cruel do que lutar contra um inimigo implacável e inexorável. Contra a ação do tempo, as mulheres lutam, tentando manter-se sempre jovens e belas. Frenéticas e enlouquecidas, consumindo compulsivamente toda sorte de produtos que prometam retardar o seu envelhecimento e manter sua beleza, essas mulheres lutam na verdade contra si, perdendo-se no espelho, à procura de si mesmas”. (NOVAES, 2005, p.10)

Por meio de dietas, cirurgias, procedimentos estéticos, muitas vezes, o ser humano tenta se incluir na sociedade e encontrar sua identidade, mas, ao mesmo tempo, pode entrar numa ditadura do corpo ideal. Segundo Castro (2007,p.16) “ o corpo pode ser o elemento central na busca de sentidos e referências mais estáveis, talvez por constituir-se em um único domínio ainda controlável pelos indivíduos”.

A mídia também entra como contribuinte para com o preconceito da gordofobia. Ao associar magreza à vida saudável, os meios de comunicação recorrem ao corpo magro como sinônimo de perfeição. Algumas revistas como Means Health, Glamour e Boa Forma fazem, frequentemente, matérias com mulheres magras e musculosas, e, dessa forma, contribuem para que as pessoas que estão acima do peso se sintam obrigadas a mudar seu estilo de vida para se encaixarem nos padrões de beleza impostos. Esses canais comunicativos também estimulam o emagrecimento quando citam dicas de dieta para emagrecer rapidamente e exercícios de academia visando a diminuição de peso.

Muitos filmes também alimentam uma visão deturpada das mulheres gordas, colocando-as em situações humilhantes e criando uma imagem pejorativa destas. Um exemplo disso é a trama ‘O Amor É Cego’, na qual o personagem principal Jack Black é visto como herói por ter escolhido namorar com Rosemary, uma mulher gorda. Durante todo o filme, ele a enxerga como uma mulher magra. Além do título e da história da trama serem completamente ofensivos para com a figura feminina da mulher gorda, em diversas situações a personagem passa por situações constrangedoras - como o episódio em que ela quebra uma cadeira por conta do seu peso – que solidificam ainda mais o preconceito da gordofobia na TV e sociedade.

Para a filósofa Márcia Tiburi, vivemos hoje num mundo que considera o corpo sem gorduras como ideal, ou seja, temos uma sociedade que criou uma ideologia contra a celulite. As mulheres estão fazendo exercícios para eliminar as gorduras do corpo, a fim de ter o corpo magro e musculoso. Os padrões atuais se aproximam do padrão geométrico da racionalidade da Grécia Antiga.

Outra vertente a ser discutida é a moda, afinal, o corpo também é influenciado pelas tendências da moda. Antigamente, as mulheres gordas precisavam vestir maiô na

praia, roupas pretas que "escondessem as gorduras" ou roupas que as deixassem mais magras, afinal, na opinião de grande parte da sociedade, as mulheres gordas precisam esconder seus corpos. De acordo com Goldenberg (2002), na atualidade, com base na moral da boa forma, são ditadas as noções do que é decente e indecente ou do que é considerado apropriado ou não com relação ao vestuário, com isso o ser humano assume como parâmetro a adequação física aos padrões estéticos.

Sodré demonstra três modelos tecnoculturais de Baudrillard para ressaltar a mudança nos padrões corporais de sensualidade. Para ele, três personalidades resumem bem essas mudanças: Cicciolina, que seria o exagero do discurso sexual; Madonna, que seria um produto de aeróbica e duma estética glacial, sem qualquer charme ou sensualidade e Michael Jackson, que seria um mutante solitário, andrógino e frankensteiniano.

Em uma linguagem mais simples, o Coletivo Gordas Livres explica o que a gordofobia significa na visão da mulher gorda. Gordofobia é o sentimento de medo, não só do indivíduo gordo, mas da gordura, o medo irracional de se tornar gordo e assim se tornar aquilo que você repele, o medo de se transformar na figura do gordo, isso é lipofobia, A Gordofobia é a repulsa, o nojo, o asco, o sentimento de raiva e necessidade de afastamento do indivíduo gordo, da gordura e de tudo que a cerca.

Ainda existem poucos coletivos de mulheres gordas no Brasil, apesar de estar em crescente ascensão e as vertentes políticas como o feminismo ainda não conseguem administrar muito bem a problemática. Normalmente, o feminismo tem um olhar superficial a respeito da gordofobia, fato este que é criticado pelas mulheres gordas, que muitas vezes precisam resistir dentro do próprio movimento feminista.

A gordofobia pode ser praticada por parentes, amigos ou desconhecidos. Ela pode ocorrer pessoalmente ou virtualmente, em casa ou nas redes sociais, na televisão ou nas bancas de jornais. Como analisado, os padrões de beleza impostos pela mídia e sociedade contribuem efetivamente para uma propagação ainda maior desse preconceito. Por outro lado, ao ser discutida, a gordofobia também vem sendo

amplamente combatida por mulheres gordas que são empoderadas e que vem ocupando espaço na sociedade ao ignorar julgamentos e preconceitos.

Justificativas e consequências da gordofobia

A gordofobia, muitas vezes, vem atrelada de justificativas e dá para ser percebida nos pequenos detalhes . Atitudes como piadinhas de gordo ou até mesmo comentários que, aparentemente, não são maldosos podem afetar a vida de pessoas obesas. A gordofobia vem disfarçada de justificativas, onde o acusador parte do princípio de que sempre há um malefício em ser gordo(a).

A gordofobia médica é uma das argumentações mais utilizadas, pois o acusador parte do princípio de que as pessoas que estão acima do peso têm problemas de saúde, muitas vezes, sem ao menos conhecer a realidade em que o outro vive. O fato é que o tamanho da barriga ou o valor do peso não justifica o quão saudável a pessoa é, o que vai determinar se ela está saudável ou não são exames médicos, como o que detecta o colesterol e percentual de gordura. Nesse sentido, a própria Organização Mundial da Saúde (OMS) considera a obesidade como uma doença epidêmica do século 21, mas, afinal, conforme citado no texto, nem todo obeso é doente.

Este tipo de crítica, muitas vezes, é internalizado pelas pessoas que sofrem o preconceito da gordofobia, e, a partir daí estas começam a reproduzir discursos baseados no "estilo de vida saudável", mesmo sem ter nenhum problema de saúde. Após a internalização do discurso, elas iniciam a saga pelo corpo perfeito por meio de dietas e exercícios mirabolantes.

Segundo Azevedo & Abuchaim esta insatisfação o corpo é influenciada por essa ditadura da magreza

“Sentimentos de baixa auto-estima correm paralelos à constante insatisfação com a forma corporal, ou seja, a auto-estima depende da eficiência de seus métodos para alcançar o corpo desejado. Tudo funciona como se os outros valores pessoais não existissem ou fossem secundários, pois só conseguem se sentir socialmente aceitos se

estiverem fisicamente dentro dos padrões desejados pela sociedade” (Azevedo & Abuchaim, 1998, p.35).

Dando continuidade as justificativas para o preconceito, comumente escutamos falar sobre a gordofobia do desejo, onde o preconceituoso afirma que as pessoas gordas não tem auto-estima, bem como não são desejadas por ninguém. Para Alexandrina Vitória em gordofobia não é questão de saúde, a auto-estima é um trabalho diário inesgotável e ainda se torna mais difícil quando as pessoas precisam constantemente lidar com o preconceito diário, fato este que ocorre diariamente com mulheres gordas. Além disso, ainda podemos esbarrar com a gordofobia da culpa, a qual o acusador se baseia no relato de que gordos não tem disposição e força de vontade.

Outro exemplo classifico de preconceito ocorre quando alguém pratica a gordofobia social, onde a vítima é surpreendida com frases como: "nada fica bom em uma pessoa gorda, não existem roupas bonitas." Conforme dito pela modelo Alexandrina Vitoria em gordofobia não é questão de saúde, isso ocorre porque é muito difícil achar roupas em tamanhos maiores, já que a indústria da moda ainda impõe padrões de belezas que não enquadram pessoas gordas. Goffman (1963/1988) comenta que devido a gordura, as pessoas gordas são vistas como seres humanos estranhos:

“(...) um atributo que o torna (o estranho) diferente dos outros que se encontram numa categoria em que pudesse ser incluído, sendo, até, de uma espécie menos desejável - num caso extremo, uma pessoa completamente má, perigosa ou fraca. Assim, deixamos de considerá-lo criatura comum e total, reduzindo-o a uma pessoa estragada e diminuída. Tal característica é um estigma, especialmente quando o seu efeito de descrédito é muito grande - algumas vezes ele também é considerado um defeito, uma fraqueza, uma desvantagem (...)” (Goffman, 1963/1988, p.12).

Algumas revistas e sites estavam fazendo listas para denunciar o preconceito da gordofobia por meio de frases. Um exemplo disso foi a revista M de mulher, que em março de 2015 publicou uma matéria com 11 frases infelizes que toda gorda já ouviu. Dentre as principais frases estavam: você tem que emagrecer por saúde; você não

deveria comer tanto, faz mal; ela está ótima, mas engordou; ela é bonita, mas é gordinha; mas tudo bem, porque homem gosta de ter onde pegar.

Vale ressaltar que a gordofobia não acontece somente com adultos, mas também com crianças, principalmente na escola. Segundo pesquisa realizada em julho de 2015 nos Estados Unidos, Canadá, Islândia e Austrália ao menos 70% dos participantes de todos os países viam o bullying com crianças obesas como um problema comum, e 69% dos entrevistados acreditavam que o problema era "grave" ou "muito grave". As crianças magras reproduzem os discursos escutados pelos pais e adultos, e, dessa forma, fazem distinção entre os amigos magros e gordos, iniciando a prática do preconceito desde a infância. A obesidade infantil afeta a autoestima e a sociabilidade da população infanto-juvenil.

Em 2012, alguns portais noticiaram um caso trágico de uma menina americana, de 13 anos, chamada Nailani Buccholtz. A garota morreu após tentar se enforcar, simplesmente porque não aguentava mais sofrer *bullying* e, conseqüentemente, gordofobia, por causa da aparência física. Nailani era insultada diariamente pelos colegas de escola, pois era considerada feia e gorda. A Universidade de Yale dos Estados Unidos analisou 37 pesquisas mundiais que relacionam o *bullying*, conseqüentemente a gordofobia está inserida nesses números, como uma das principais causas do suicídio de crianças e adolescentes.

Todo esse preconceito pode gerar danos psicológicos irreparáveis a vítima. No caso da criança, são notadas alterações no comportamento, gerando transtornos alimentares como bulimia e comportamentos de risco como tabagismo, alcoolismo, e práticas nutricionais erradas, a fim de obter o emagrecimento. Além disso, o *bullying* de forma geral também pode influenciar no desempenho da criança na escola. Os danos se estendem para a vida adulta. Muitas pessoas gordas preferem se esconder em casa para evitar olhares estranhos, não gostam de comprar roupa porque se sentem mal ao pedir os tamanhos necessários. Outro fato relatado é ter vergonha de ir a restaurantes, de comer em público porque se sentem vigiados e julgados. Esses fatos podem acarretar em depressão, crise do pânico ou crise de ansiedade.

Para os pesquisadores Ashmore et al. (2008), há uma ligação entre o padrão social baseado no peso corporal, estresse psicológico e desenvolvimento de transtornos alimentares em adultos obesos. Os pesquisadores analisaram que o preconceito possui um significativo potencial para fomentar problemas alimentares e psicológicas, demonstrando que os aparecimentos dessas questões estão vinculados a negativos pensamentos psicológicos provocados por atitudes gordóforicas.

As pessoas gordas também sofrem para conseguir emprego. O preconceito também está enraizado no mercado de trabalho, mesmo que este não tenha relação nenhuma com a moda, os empregadores também fazem suas escolhas com base na aparência física. Uma pesquisa chamada **Profissionais Brasileiros - Um Panorama sobre Contratação, Demissão e Carreira, realizada pela Catho em 2013, mostra que 6,2% dos empregadores assumiram não contratar obesos.** Uma das justificativas das empresas, segundo o site beleza sem tamanho, é que os obesos não conseguem se equiparar na agilidade motora dos magros em cargos que exigem isso, bem como profissionais obesos têm maiores índices de comorbidade ao trabalho relacionadas a problemas de saúde e maiores índices de licenças médicas.

Toda essa perseguição com pessoas obesas faz com que estas se sintam culpadas e, muitas vezes ao invés de se unirem e buscarem direitos, essas pessoas tentam fazer cirurgias e dietas perigosas para se livrarem dos traumas que a obesidade traz. Muitos meios de comunicação ajudam a potencializar essas justificativas, como se ser gordo fosse um grande erro irreparável. Ser gordo ou morrer? Eis a questão.

Para se encaixar nos padrões de belezas impostos pela sociedade, mulheres se submetem a procedimentos estéticos que podem custar a própria vida. Foi o caso da jovem Amanda Rodrigues, de apenas 19 anos, veio a falecer no último dia 28 de março, no Rio de Janeiro, após sofrer uma embolia pulmonar depois da cirurgia bariátrica. A irmã da jovem, Mayara Rodrigues, elaborou um texto no Facebook após o ocorrido, expondo que a irmã teria se submetido ao procedimento porque não aceitava o próprio corpo, já que era vítima de gordofobia desde a adolescência.

Uma reportagem sobre a cirurgia bariátrica, onde ocorre a diminuição do estômago, a apresentadora do programa Fantástico, da emissora Rede Globo, trará o tema com a seguinte frase: “O que fazer quando todas as dietas falharem?” Ou seja, parte do princípio de a obesidade só causa infelicidade e que a única saída é se encaixar nos padrões de beleza impostos pela sociedade. pode ser feliz obeso e que o padrão de beleza é a única saída para encontrar a felicidade e o equilíbrio.

No artigo “A lipofobia nos discursos de mulheres praticantes de exercício físico”, os autores ressaltam que há três tipos de pensamento sobre o corpo gordo: o medo do adoecimento, fenecimento da beleza e perda de autocontrole. Estes fatos revelam três entendimentos sobre a lipofobia que são o “medo da gordura”, o “medo de engordar” e o “medo de ser improdutivo”. No primeiro caso, a gordura está associada à doença. No segundo caso, engordar está associado ao medo de se tornar feio, desproporcional, desalinhado. No terceiro caso, a gordura está relacionada ao temor de se perder o auto-controle, que está vinculado à incapacidade de produzir.

As mulheres gordas são mais afetadas a esse tipo de preconceito do que os homens. Além do machismo já enfrentado diariamente, o homem ainda pratica a gordofobia. Muitos homens – até mesmo homens gordos – deixam de ficar com mulheres porque estas estão fora dos padrões de beleza impostos pela sociedade, quando querem irritar uma menina as chamam de gordas na tentativa de irritá-las e fazem chacota e ridicularização da mulher gorda entre os amigos e até mesmo familiares.

Infelizmente, muitas vezes, até os próprios familiares contribuem para essa prática do preconceito, quando obrigam seus filhos desde pequenos a fazerem dietas, quando reproduzem frases do tipo "você é muito bonita de rosto filha, mas deveria emagrecer para ficar mais bonita ainda". Assim como a educação pode vir de berço, o preconceito também. Portanto, é necessário analisar as diversas práticas gordofóbicas e como a mulher gorda lida com essa problemática. Apesar do preconceito ainda ser forte, a realidade está mudando e as mulheres estão encaminhando para um empoderamento feminino da mulher gorda.

Empoderamento: um novo olhar sob a mulher gorda

A medida que as discussões sobre 'ser gordo' vão crescendo nas rodas de conversas reais e virtuais, o empoderamento da mulher gorda também se consolida cada vez mais. Nos últimos anos, além do crescimento da moda Plus Size no mundo, as pessoas gordas encontraram na internet - nos blogs, coletivos virtuais de gordas e canais no YouTube - uma forma de mostrarem sua força e expressarem seus sentimentos. De acordo com o autor Chris Anderson (2006, pág.26), esses novos veículos vieram com a intuição de juntar as pessoas no tempo e no espaço, expandindo seus horizontes e interligando a sociedade através da tecnologia digital.

Um exemplo claro das redes de pertencimento é a Youtuber, Claudia Santos, de 35 anos. A modelo tem um canal chamado Gordivah, com cerca de 3 mil inscritos. Ela conta as experiências da vida e fala sobre diferentes temas relacionados as mulheres gordas. Em entrevista ao portal G1, Claudia explica que as mídias sociais ajudam a combater à gordofobia. "Fãs de gordinhas enviam suas perguntas sobre como lidar com determinadas situações que acontecem com as gordinhas deles, como convencê-las a vencer o preconceito que sofrem, etc. As pessoas se identificam comigo, pois meu discurso é diferente do que vemos na maioria dos blogs plus size. Eu as estimulo a não aceitarem o preconceito e lutarem por respeito e ter o espaço que merecem", disse.

Outro exemplo de página no facebook que faz o trabalho de criar rede de pertencimento entre as mulheres é o "Voz das Gordas". O grupo tem o intuito de abordar a gordofobia e o ativismo gordo dentro do feminismo. Com mais de 20 mil curtidas, a página recebe denúncias, posta notícias que elevam a imagem da pessoa obesa e fazem diariamente o trabalho de dar visibilidade à mulher gorda.

Em conversa com a ativista e mulher gorda, Samara Lopes, 33 anos, ela cita que as redes sociais trouxeram consigo referências de mulheres. "As meninas de hoje conseguem ter várias referências para se admirarem, conversarem sobre o tema e se empoderarem cada vez mais. Esse fato há dez anos não existia para mulheres da minha geração, nós tínhamos que conviver com revistas, televisão e sociedade que só nos mostrava mulheres e modelos que seguiam a ditadura da magreza", revela.

Segundo Chris Anderson (2006, pág.33), graças as redes sociais, não existe mais apenas uma estrela solitária, agora são várias. Cada uma tem seu público que, muitas vezes, é pequeno, mas engajado.

Em entrevista ao UOL, a designer de moda e professora de gênero e diversidade da Universidade Federal da Bahia (Ufba), Carol Barreto, comenta que esse processo de empoderamento não seria possível sem a internet. “A internet, as redes sociais e os espaços independentes de produção de si mesmo são locais onde a gente consegue perceber a maneira como outras mulheres ‘fora do padrão’ passam a se expressar e dizer: ‘*sim, sou gorda*’, ‘*sou maravilhosa*’ e ‘*sim, eu existo*’”.

Ao mesmo tempo que a internet pode ser um importante elemento para o empoderamento da mulher gorda, também é palco para frequentes agressões feitas por gordofóbicos. Após sair a notícia que a *Playboy* teria uma modelo acima do peso em sua edição, o perfil do facebook do jornal "Estadão" ficou repleto de comentários que refletem o que chamamos justamente de gordofobia. Um dos comentários encontrados é reproduzido por um jovem chamado Lucas Oliveira:

"Sei que vai lotar de feministas me criticando aqui, mas foda-se, se eu vou comprar uma revista da PlayBoy vou querer gastar meu dinheiro para ver umas gostosas, com corpo de avião e tal e não para ver umas gordas que só tem rosto bonito e se acham as gostosonas, neh kkkkkk" (comentário de Lucas Oliveira, na página do facebook do Estadão, no dia 11 de outubro)

O fato, além de se enquadrar em uma atitude gordofóbica, também faz parte do que chamamos de *Ciberbullying*, que consiste em maltratar ou violentar o outro através de redes sociais, sendo assim uma agressão psicológica. Apesar de não estar ligado a agressões físicas, o *cyberbullying*, tem consequências tão ou mais graves quanto as do *bullying* físico, pois as acusações sofridas pela vítima de *cyberbullying* são geralmente direcionados a características pessoais da vítima e feitas em meio público, denegrindo a imagem pública da vítima e afetando sua autoestima. As agressões psicológicas podem tomar abranger outras esferas e grandes proporções, já que no mundo virtual tudo corre mais rápido e, na maioria das vezes, não conseguimos controlar a informação.

Segundo a autora Raquel Recuero (2004), apesar de muitos comentários efetivamente gerarem novas conexões e relações sociais, existem também comentários negativos, no sentido de ocasionar uma retração do indivíduo e, muitas vezes um exílio da comunidade. Portanto, nem todo o comentário representa uma nova conexão, uma relação aditiva de links.

Outro fato que contribui para a desmistificação dos padrões de beleza impostos pela mídia e para a elevação do perfil da mulher gorda é o concurso Miss Plus Size. A disputa, que ocorre desde 2011, surgiu após os realizadores perceberem o crescimento da moda *Plus Size* em todo o mundo. O concurso dá a oportunidade para mulheres que vestem a partir do tamanho 44 mostrarem seu corpo na passarela. Segundo o organizador, as grandes lojas de moda já estavam sentindo necessidade de colocar modelos com corpo mais real, que se parecessem com a clientela.

Porém, por outro lado, uma das maiores inquietações nessa temática é que, muitas vezes, as ativistas gordas não se sentem representadas pelas moda Plus Size e até repudiam o termo utilizado, pois estas afirmam que a moda Plus Size não abrange os corpos extremamente gordos, por exemplo, acima do tamanho 56. Também estão sempre em constante conflito com a mídia, que impõe constantemente o que deve ou não ser padrão de beleza.

Algumas mulheres conseguem estar dentro do ativismo e ser modelo. É o caso de Bia Gremion, primeira mulher gorda a desfilar no São Paulo Fashion Week em 2016, representando a marca LAB, do rapper brasileiro Emicida. Após o seu desfile, a modelo recebeu algumas críticas e se pronunciou nas redes sociais.

“Antes de modelo Plus size, eu sou gorda, resistindo e ocupando espaço(...) SPFW foi resistir do momento em que andei pelos corredores do evento com a barriga de fora até a hora que pisei na passarela, com sangue nos olhos tomando um lugar que é meu, cara fechada por cada mina doente ou morta pelo padrão de beleza e fazendo eles engolir a seco todas as vezes que me disseram que moda não é para um corpo gordo(...)”

Por outro lado, o gosto pela moda *plus size* fez mulheres - que antes pareciam querer esconder o corpo - mostrar-se para o mundo. É o caso da modelo Juliana Romano, dona de um blog de moda plus size que recebe cerca de 500 mil visualizações por mês. Em recente declaração ao Estadão, Juliana frisa que a mentalidade da mulher gorda está mudando. "A mulher está mudando. Ela não quer mais esconder suas curvas embaixo de vestidos escuros e peças que cubram todo o corpo". (Juliana Romero em entrevista ao Estadão, no dia 11 de outubro de 2016)

Depois do sucesso na internet, a modelo foi convidada a posar para a revista *Playboy*. Sendo a primeira mulher gorda a fazer um ensaio sensual para uma revista de moda, que antes era reproduzida apenas por mulheres que tinham o corpo considerado padrão. A conquista representa mais uma quebra de paradigmas relacionados às mulheres que estão acima do peso. A edição circulou em outubro de 2016, na seção "mulheres que amamos".

Os bazars de moda *Plus Size*, eventos e desfiles relacionados às pessoas gordas também estão ganhando cada vez mais espaço. As roupas são importantes no processo de construção de uma identidade e podem ser fortes aliados ao empoderamento. É o que diz ao portal UOL a grafiteira e feminista vegana Sista Kátia **“As pessoas se sentem no direito de julgar esses outros corpos que não se encaixam nesses padrões. Tomar um banho de mar pode ser um ato revolucionário, se você tiver disposta a estar com outras mulheres que estão nesse processo de empoderamento e autoestima”**.

O mundo da música também ganhou uma referencia de empoderamento de mulher gorda. A funkeira MC Carol, gorda e negra, ganhou repercussão nos últimos anos nos meios reais e virtuais. Hoje é um dos maiores símbolos do feminismo e ativismo gordo e negro do mundo da música. Em junho de 2016, a Avon, uma das principais marcas mundiais de cosméticos, a convidou para participar de uma campanha de maquiagem para o público brasileiro. MC Carol "negra, gorda e da favela" foi parar na TV como modelo de beleza.

As publicações literárias também estão abordando a temática da gordofobia e o empoderamento da mulher gorda. Um exemplo é o livro "Gordelícias: crônicas de quatro mulheres felizes com seu próprio corpo". O livro foi escrito com o propósito de combater a gordofobia e defender a felicidade. A publicação conta a história de quatro

atrizes gordas brasileiras Mariana Xavier, Fabiana Karla, Cacau Potássio e Simone Gutierrez. A ideia da publicação surgiu quando as atrizes leram um artigo que dizia que mulheres gordas só deveriam ir à praia se fossem enterradas na areia.

Estes fatos revelam que apesar das redes de pertencimento virtual serem, muitas vezes, ferramentas utilizadas por aqueles que se escondem em perfis para praticarem a gordofobia, elas podem ser um instrumento essencial para o empoderamento das mulheres gordas. A criação de páginas no facebook e instagram são práticas cada vez mais comuns para compartilhar o cotidiano, bem como para combater o preconceito da gordofobia, identificando usuários gordofóbicos e encorajando as mulheres a aceitarem seu próprio corpo.

3. Considerações Finais

Portanto, a gordofobia vem sendo amplamente discutida e problematizada nos três últimos anos, graças às redes de pertencimento da web, como facebook e instagram, mas o preconceito e a discriminação contra pessoas com sobrepeso surgiram na década de 80 do século XX. Nesta época, a obesidade passou a ser vista como um mal a ser combatido pela medicina e o corpo magro começou a ser reconhecido como sinônimo de beleza e saúde, hipótese que perdura até os dias atuais.

Como na maioria dos casos em que há atitudes preconceituosas, a gordofobia também vem disfarçada de justificativas. A gordofobia médica é uma das argumentações mais utilizadas, pois o acusador parte do princípio de que as pessoas que estão acima do peso têm problemas de saúde, muitas vezes, sem ao menos conhecer a realidade em que o outro vive. O fato é que o tamanho da barriga ou o valor do peso não justifica o quão saudável a pessoa é, o que vai determinar se ela está saudável ou não são exames médicos, como o que detecta o colesterol e percentual de gordura.

Este tipo de crítica, muitas vezes, é internalizado pelas pessoas que sofrem o preconceito da gordofobia, e, a partir daí estas começam a reproduzir discursos baseados no "estilo de vida saudável", mesmo sem ter nenhum problema de saúde. Após

a internalização do discurso, elas iniciam a saga pelo corpo perfeito por meio de dietas e exercícios mirabolantes.

Portanto, o empoderamento é o melhor mecanismo de tentar minimizar as consequências desse processo que traz sofrimento e causa graves problemas psicológicos a muitas pessoas que estão fora do padrão social, construído pelo apelo consumista e pautado em elementos que são prejudiciais a saúde física e mental.

Referências Bibliográficas

ANDERSON, Chris. **A Cauda Longa: de mercado de massa para o mercado de nincho**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.

ASHMORE, A.; FRIEDMAN, K.; REICHMANN, S.; MUSANTE, G. Weight-based stigmatization, psychological distress, & binge eating behavior among obese treatment-seeking adults. **Eating Behaviors**, New York, v. 09, n, 02, p. 203-209, 2008.

Azevedo, A. de M. C., & Abuchaim, A. L. G. (1998). **Bulimia nervosa: Classificação diagnóstica e quadro clínico**. In M. A. A. Nunes, J. C. Appolinário, A. L. G. Abuchaim & W. Coutinho. *Transtornos Alimentares e obesidade* (pp. 31-39). Porto Alegre, RS: Artmed.

CASTRO, A. L. **Culto ao corpo e sociedade – mídia, estilos de vida e cultura de consumo**. São Paulo: Annablume, 2007

GOFFMAN, E. (1988). **Estigma: Notas sobre a manipulação da identidade (4a ed.)** Rio de Janeiro: LTC. (Originalmente publicado em 1963)

GOLDENBERG, Mirian. **Nu&Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. Rio de Janeiro: Record, 2002

NOVAES, Joana. **Com que corpo eu vou?** 1. ed. RIO DE JANEIRO: PUC-RIO, 2005.

RECUERO, Raquel (2004). **Redes sociais na internet: considerações iniciais**. Porto Alegre, RS: Intercom.

SODRÉ, Muniz. **Reinventando a cultura: a comunicação e seus produtos**. Petrópolis:Vozes, 1996

TEIXEIRA, F.L; FREITAS, C.M; CAMINHA.I.O.(2012) **A lipofobia nos discursos de mulheres praticantes de exercício físico**. Rev. educ. fis. vol.18 no.3 Rio Claro.

TIBURI, Márcia. (2002). **As Mulheres e a Filosofia**. Porto Alegre, RS: Ed. Unisinos.

VASCONCELOS, N. A. de; SUDO, I; SUDO, N. (2004). **Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia**. Rev. Mal-Estar e Subj. Fortaleza , v. 4, n. 1, p. 65-93.

Sites e notas

Revista Fórum. **Gordofobia como questão política e feminista**. Disponível em < <http://www.revistaforum.com.br/digital/163/gordofobia-como-questao-politica-e-feminista/>>

Jornal Estadão. **‘Vai ter gorda na playboy!’**, diz Juliana Romano sobre fotos **sensuais**. Disponível em < <http://www.revistaforum.com.br/digital/163/gordofobia-como-questao-politica-e-feminista/>>

Portal G1. **Após vencer câncer modelo Plus Size carioca luta contra gordofobia na web**. Disponível em: <http://g1.globo.com/rio-de-janeiro/noticia/2014/08/apos-vencer-cancer-modelo-plus-size-carioca-luta-contr-gordofobia-na-web.html>

ZH vida e estilo. **Gordofobia: quando o sobrepeso é alvo de intolerância e preconceito**. Disponível em: <http://zh.clicrbs.com.br/rs/vida-e-estilo/noticia/2014/08/gordofobia-quando-o-sobrepeso-e-alvo-de-intolerancia-e-preconceito->

FOCO, UOL. **Gorda sim**. Disponível em: <http://foco.atarde.uol.com.br/gordasim/>

M de Mulher. **11 frases infelizes que toda gorda já ouviu.** Disponível em <http://mdemulher.abril.com.br/estilo-de-vida/11-frases-infelizes-que-toda-gorda-ja-ouviu/>

REGINA, Alexandrina. **Gordofobia não é questão de saúde.** Disponível em: <https://ayrtonbecalle.files.wordpress.com/2014/03/gordofobia-n-o-c3a9-uma-quest-o-de-sac3bade.pdf>

Gordas Livres. **O que é gordofobia? Isso existe?** Disponível em: <https://gordaslivres.wordpress.com/2015/11/30/o-que-e-gordofobia-isso-existe/>

LOPES, Janara. **As cirurgias estéticas na sociedade de consumo: análise psicossocial das metamorfoses do corpo.** 1. ed. FORTALEZA: UFC, 2008.

NOVAES, Joana. **Com que corpo eu vou?** 1. ed. RIO DE JANEIRO: PUC-RIO, 2005.

PEREIRA, Bruna. **Gordofobia: mocinha só magrinha: valores do corpo feminino nas telenovelas.** CUIABÁ, MT, INTERCOM. Disponível em <http://portalintercom.org.br/anais/nacional2016/resumos/R11-1719-1.pdf>

Revista Fórum. **Gordofobia como questão política e feminista.** Disponível em <http://www.revistaforum.com.br/digital/163/gordofobia-como-questao-politica-e-feminista/>

Jornal Estadão. **‘Vai ter gorda na playboy!’, diz Juliana Romano sobre fotos sensuais.** Disponível em <http://www.revistaforum.com.br/digital/163/gordofobia-como-questao-politica-e-feminista/>

Blogueiras Feministas. **Gordofobia: um assunto sério.** Disponível em <http://blogueirasfeministas.com/2012/09/gordofobia-um-assunto-serio/>

