

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA “JÚLIO DE MESQUITA FILHO”
FACULDADE DE CIÊNCIAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA DO
DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM

TAMIRES GIORGETTI COSTA

**A SEXUALIDADE NA EXPERIÊNCIA DE PESSOAS
GORDAS: ANÁLISE QUALITATIVA SOBRE RELATOS
DE UNIVERSITÁRIOS (AS)**

Bauru

2021

TAMIRES GIORGETTI COSTA

**A SEXUALIDADE NA EXPERIÊNCIA DE PESSOAS
GORDAS: Análise qualitativa sobre
relatos de universitários (as)**

Dissertação apresentada como requisito para título de Mestre junto à Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, sob orientação da Prof^ª Assoc. Ana Cláudia Bortolozzi.

Bauru

2021

Costa, Tamires Giorgetti.

A sexualidade na experiência de pessoas gordas:
análise qualitativa sobre relatos de
universitários(as)/ Tamires Giorgetti Costa, 2021
136 f. : il.

Orientadora: Ana Cláudia Bortolozzi

Dissertação (Mestrado)-Universidade Estadual
Paulista. Faculdade de Ciências, Bauru, 2021

1. Corpo gordo. 2. Sexualidade. 3. Estigma. I.
Universidade Estadual Paulista. Faculdade de Ciências.
II. Título.



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA

Câmpus de Bauru



ATA DA DEFESA PÚBLICA DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO DE TAMIRES GIORGETTI COSTA, DISCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM, DA FACULDADE DE CIÊNCIAS - CÂMPUS DE BAURU.

Aos 27 dias do mês de maio do ano de 2021, às 09:45 horas, no(a) Faculdade de Ciências (UNESP/Bauru), realizou-se a defesa de DISSERTAÇÃO DE MESTRADO de TAMIRES GIORGETTI COSTA, intitulada **A sexualidade na experiência de pessoas gordas: análise qualitativa sobre relatos de universitários (as)**. A Comissão Examinadora foi constituída pelos seguintes membros: Profa. Dra. ANA CLAUDIA BORTOLOZZI (Orientador(a) - Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / Faculdade de Ciências de Bauru, Profa. Dra. ELISABETE FIGUEROA DOS SANTOS (Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / Centro Universitário Estadual Paulista, Profa. Dra. MARCELA PASTANA (Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / Instituto Municipal de Ensino Superior de São Manuel. Após a exposição pela mestranda e arguição pelos membros da Comissão Examinadora que participaram do ato, de forma presencial e/ou virtual, a discente recebeu o conceito final APROVADA. Nada mais havendo, foi lavrada a presente ata, que após lida e aprovada, foi assinada pelo(a) Presidente(a) da Comissão Examinadora.

Profa. Dra. ANA CLAUDIA BORTOLOZZI

AGRADECIMENTOS

Este trabalho diz muito sobre mim. Em cada relato vi uma história que se repete na vida de muitas pessoas. Encontrei-me em choros, dores, sorrisos, lutas, que atentamente ouvi dos(as) participantes dessa pesquisa. Agradeço primeiramente a vocês, que voluntariamente se dispuseram e contribuíram com a ciência. Que essa leitura provoque sensações diferentes, e que transforme de alguma maneira, assim como me transformou. Muito obrigada!

Agradeço à minha orientadora Cau (Ana Cláudia Bortolozzi), por ser um modelo de pesquisadora e professora, por acreditar na ciência e na educação e por me ensinar tanto nesse período. Obrigada!

Meus pais, Francisca e Joaquim, que sempre reconheceram a importância de um ensino de qualidade na criação de seus filhos e me deram o privilégio de estudar e escolher minha profissão. Sou imensamente e eternamente grata a vocês!

Agradeço meus irmãos mais velhos, Ivan e Tiago, por me incentivarem a concluir e não desistir dos meus sonhos e objetivos. Ao meu irmão de coração Marcelo, por mostrar que nunca é tarde para começar e ser exemplo de dedicação. Obrigada!

Agradeço à minha amiga, psicóloga, Lívia Pessin, por desde a graduação compartilhar momentos singulares, por estar presente em períodos de crises e decisões, por apoiar minha trajetória acadêmica e literalmente estar comigo na entrevista (uma das provas de avaliação) do mestrado. Por mesmo longe e após nossa formação se fazer tão presente e ler com muita cautela e carinho meus textos. Obrigada por ser tão reforçadora e paciente!

Minhas queridas professoras da graduação e hoje colegas de pesquisa e laboratório: Ana e Tati. Pelo incentivo, por serem exemplos de mulheres fortes e educadoras, por ao final da graduação em meio a tantos caminhos e incertezas, me ajudarem a escolher o melhor para mim. Obrigada!

Agradeço à banca examinadora. À professora Marcela, por ser tão prestativa e cuidadosa com as críticas e elogios, por todas as indicações de textos e auxílio na construção dessa dissertação. Agradeço à professora Bete, orientadora da minha Iniciação Científica durante a graduação e hoje banca de mestrado. Muito obrigada por me ensinar a fazer pesquisa, por instigar o pensamento crítico e continuar me inspirando tanto nessa caminhada. Obrigada!

Agradeço às amigas que fiz durante esse percurso: Leila e Mirela. Obrigada por dividirem as mesmas angústias, por segurarem a barra e as ansiedades que nos tomaram muitas vezes. Vocês foram essenciais para que essa experiência se tornasse mais leve e divertida. Obrigada!

Agradeço ao GEPESEC (Grupo de estudos e pesquisa em sexualidade, educação e cultura) e ao Lasex (Laboratório de ensino e pesquisa em sexualidade humana), por todas às leituras, produções acadêmicas e eventos, cafés e afeto. Mesmo em meio à pandemia conseguimos nos reunir de forma online e dividir anseios e conhecimentos. Obrigada!

À UNESP e ao programa de Pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem. À todas e todos os(as) professores(as) que me acompanharam e me auxiliaram em minha formação enquanto psicóloga e pesquisadora.

Agradeço aos que ficaram e aos que se foram durante o percurso. A trajetória só foi completa com vocês ao meu lado.

O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de financiamento 001.

*Eu via meu corpo como a única moeda de troca que eu tinha para conseguir “amor”
[...].*

(TOVAR, 2018, p. 65)

COSTA, T. G. **A sexualidade na experiência de pessoas gordas: análise qualitativa sobre relatos de universitários (as)**. 2021. 136f. Dissertação (Mestre em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Unesp, Faculdade de Ciências, Bauru, 2021.

RESUMO

O corpo é uma construção social e nele se operam relações de poder que visam o controle e a disciplina. Pessoas gordas são estigmatizadas e estão expostas a situações de discriminação e preconceito na sociedade contemporânea e podem ter dificuldades emocionais e sociais na vivência da sexualidade. Esta pesquisa qualitativa, tipo descritiva-exploratória, teve como objetivo geral investigar, a partir de relatos de jovens que foram considerados(as) gordos(as) na adolescência, os aspectos da sua sexualidade no desenvolvimento humano, sobretudo, a relação entre perceber-se e ser percebido como uma pessoa gorda e os relacionamentos sociais, afetivos e sexuais vivenciados. Participaram 10 jovens de uma entrevista com questões abertas. Os relatos foram gravados e transcritos na íntegra, para posterior análise de conteúdo. Os resultados foram agrupados em categorias temáticas a partir de seis eixos (1) Fatores que contribuíram para percepção pessoal de ser gordo(a) na adolescência; (2) Processo de Emagrecimento: motivações, procedimentos e consequências; (3) Sentimentos e atitudes de auto cuidado em relação ao próprio corpo gordo; (4) Percepção sobre situações de preconceito social relacionados à vivência do corpo gordo: gordofobia; (5) Experiências sexuais de pessoas gordas e (6) Enfrentamento diante das dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a). Situações de preconceito explícitas e veladas foram percebidas em diferentes contextos, o corpo gordo na adolescência foi lembrado como alvo de discriminação e piada e também como sinônimo de doença e patologia. Como consequências dessas experiências, podemos citar: dificuldades nas relações interpessoais, baixa autoestima, sentimentos de vergonha e insegurança com o próprio corpo, sentimentos de não merecimento de afeto ou sexo; bloqueio nos relacionamentos afetivos e a necessidade de transformação para ser aceito (emagrecimento). A relação entre sexualidade e o corpo gordo indicada pelos(as) participantes apareceu nos relatos de tratamentos diferenciados recebidos pelos(as) parceiros(as), sentimentos negativos causados pela evitação, estigma da assexualidade, a fetichização e a solidão da mulher gorda, “ocultação” das relações afetivas, falta ou limitação de opções na escolha de parceiros(as). Além disso, diferenças de gêneros foram ressaltadas, quando a gordura tornava homens másculos, viris ou afeminados, e masculinizava ou objetificava as mulheres. Os dados reiteram a ideia de que a estigmatização da pessoa gorda é um fenômeno social que tem raízes em conceitos de normalidade e em saúde e isso influencia o modo como as pessoas tratam e como se constrói a subjetividade dessas pessoas. Os relatos também desvelam a vulnerabilidade aliada ao corpo gordo, quando se consideram as interseccionalidades, tais como: regionalidade, classe, orientação sexual, identidade de gênero etc. nas vivências diversas e plurais. Poucos estudos abordam as dificuldades vivenciadas por adolescentes gordos(as) ao longo do desenvolvimento humano e suas implicações para a sexualidade e, por isso, acreditamos que outros estudos devem ampliar esta discussão além de incluir esses dados e outros em propostas práticas de educação sexual que possam minimizar situações de exclusão e discriminação.

Palavras-chave: Corpo gordo. Sexualidade. Estigma.

COSTA, T. G. **Sexuality in the experience of fat people: qualitative analysis of university students reports**. 2021. 136f. Dissertation (Master in Developmental and Learning Psychology) – Unesp, Faculdade de Ciências, Bauru, 2021.

ABSTRACT

The body is a social construction and power relations operate within it that intended at control and discipline. Fat people are stigmatized and exposed to situations of discrimination and prejudice in contemporary society and may have emotional and social difficulties in the experience sexuality. This qualitative research, descriptive-exploratory type, had the general objective of investigating, from reports of young people who were considered fat in adolescence, aspects of their sexuality in human development, especially, the relation between perceiving oneself and being perceived as a fat person and the social, affective and sexual relationships experienced. 10 young people participated in an interview with open questions. The reports were recorded and fully transcribed, for content analysis. The results were organized into thematic categories from six axes: (1) factors that contributed to personal perception of being fat in adolescence; (2) Weight Loss Process: motivations, procedures and consequences; (3) Self-care feelings and attitudes towards one's fat body; (4) Perception about situations of social prejudice related to the experience of the fat body: fatophobia; (5) sexual experiences of fat people; (6) Coping with the difficulties of being a fat teenager. Explicit and veiled prejudice situations were perceived in different contexts, the fat body in adolescence was remembered as a target of discrimination and joke and also as a synonym for disease and pathology. As consequences of these experiences, we can mention: difficulties in interpersonal relationships, low self-esteem, feelings of shame and insecurity with the body itself, feelings of not deserving affection or sex; blockade in the affective and the need for transformation to be accepted (weight loss). The relationship between sexuality and the fat body determined by the participants appeared in the reports of different treatments received by the partners, negative feelings caused by avoidance, stigma of asexuality, fetishization and loneliness of fat women, “covering up” affective relationships, lack or limitation of options when choosing partners. In addition, gender differences were highlighted when fat made men masculine, virile or effeminate and women masculinized or objectified. The data reiterate the idea that stigmatization of the fat person is a social phenomenon that has its roots in concepts of normality and health and this influences the way people treat and how the subjectivity of these people is built. The reports also reveal the vulnerability allied to the fat body, when it is considered as intersectionality, such as: regionality, class, sexual orientation, gender identity etc. in diverse and plural experiences. Few studies address the difficulties experienced by fat teenagers throughout human development and its implications for sexuality, and therefore we believe that other studies should expand this discussion in addition to including these data and others in practical proposals for sexual education that can minimize situations of exclusion and discrimination.

Keywords: Fat body. Sexuality. Stigma.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Caracterização dos(as) participantes.....	56
Quadro 2 - Questões para o roteiro da entrevista, organizadas a partir dos eixos temáticos e seus objetivos.....	57
Quadro 3 - Fatores que contribuíram para a percepção pessoal do corpo gordo.....	62
Quadro 4 - Motivações e procedimentos para o emagrecimento na adolescência.....	68
Quadro 5 - Consequências do emagrecimento para o(a) adolescente e/ou jovem.....	72
Quadro 6 - Sentimentos e atitudes de autocuidado em relação ao corpo gordo.....	76
Quadro 7 - Percepção do preconceito social (gordofobia).....	80
Quadro 8 - Concepções de sexualidade.....	90
Quadro 9 - Relação da sexualidade e o corpo gordo.....	91
Quadro 10 - Enfrentamento diante das dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a).....	107

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CID: Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento

DSM: *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* ou Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais

IMC: Índice de Massa Corporal

TCLE: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	10
1 INTRODUÇÃO: REVISÃO TEÓRICA	12
1.1 O corpo e o belo: aspectos históricos e culturais.....	12
1.2 O corpo gordo: relação saúde e doença.....	25
1.2.1 <i>A relação do “Eu” comigo mesmo(a) e a busca pela autoestima</i>	35
1.3 Corpo gordo e sexualidade.....	38
1.3.1 <i>Notas sobre o ativismo gordo</i>	38
1.3.2 <i>O que é sexualidade?</i>	46
1.3.3 <i>A sexualidade da pessoa gorda</i>	50
2 JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS	54
3 MÉTODO	55
3.1 Natureza do estudo.....	55
3.2 Participantes.....	55
3.3 Instrumentos de coleta de dados	56
3.4 Procedimentos.....	58
3.4.1 <i>Procedimentos éticos</i>	58
3.4.2 <i>Procedimento de coleta de dados</i>	59
3.4.3 <i>Procedimento de análise de dados</i>	60
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	61
4.1 Fatores que contribuíram para percepção pessoal de ser gordo(a) na adolescência.....	61
4.2 Processo de Emagrecimento: motivações, procedimentos e consequências.....	66
4.3 Sentimentos e atitudes de auto cuidado em relação ao próprio corpo gordo.....	75
4.4 Percepção sobre situações de preconceito social relacionados à vivência do corpo gordo: gordofobia.....	80
4.5 Experiências sexuais de pessoas gordas	89
4.6 Enfrentamento diante das dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a).....	107
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	121
REFERÊNCIAS	126
APÊNDICE	135

APRESENTAÇÃO

Acredito que minha graduação foi um momento de descobertas. Descobri diversas áreas e abordagens da Psicologia, e tive uma certa dificuldade em escolher apenas uma para seguir. Ainda considero recente a minha formação, que foi em 2018. Logo, ingressei no mestrado acadêmico e não tive dúvidas de que Sexualidade Humana seria meu interesse de pesquisa, já que em todas as produções na faculdade o assunto era articulado de alguma forma e meu grupo de amigos era apontado como o “grupo da diversidade”. Em 2017 fui bolsista de Iniciação Científica¹ e pesquisei maternidade solo em adolescentes negras², o que aguçou ainda mais o meu desejo pela pesquisa científica, apesar das dificuldades durante o percurso e as dúvidas sobre a carreira.

Ao final da graduação algumas professoras me indicaram o GEPESEC (Grupo de Estudos e Pesquisa em Sexualidade, Educação e Cultura), fundado pela Cau, hoje minha orientadora de mestrado. Participar das reuniões do grupo foi um “divisor de águas”, além das discussões e estudos criei vínculos, e conheci melhor o programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, da Unesp, Bauru.

Chegar nesse projeto de pesquisa foi revisar uma série de vivências pessoais e compreender o meu lugar, enquanto mulher que sofreu com a pressão estética desde a infância, por não performar os ideais de feminilidade e não corresponder ao corpo magro padrão. De alguma forma, compreender como o meu corpo era lido socialmente e as inúmeras tentativas de dietas frustradas, me fizeram relacionar o corpo gordo com a sexualidade, e conversando com algumas amigas percebi que era uma vivência que poderia ser generalizada.

Surge então, o meu problema de pesquisa. Com as reuniões do GEPESEC e os aperfeiçoamentos da minha orientadora, construímos o método e os objetivos da pesquisa, que logo foi desmembrada para um estudo quantitativo em formato de uma Iniciação Científica, desenvolvida pelo Dani, aluno de graduação da Psicologia Unesp e bolsista PIBIC³. Em 2019, a temática do corpo gordo e sexualidade foi levada até Portugal, em um congresso internacional sobre sexualidade e educação sexual. Desde então, as

¹ Pesquisa financiada pela FAPESP, processo nº 2016/17940-4.

² Sob orientação da professora Dr^a Elisabete Figueroa dos Santos.

³ Número do Parecer: 3.391.313.

produções não cessaram e mesmo em meio à Pandemia e no formato Online, caminhamos para a finalização desta dissertação.

Apresento agora a você, leitor, a pesquisa, “A sexualidade na experiência de pessoas gordas: análise qualitativa sobre relatos de universitários(as)”.

A primeira parte introdutória do estudo, será dividida em seções, com os seguintes temas: 1.1 O corpo e o belo: aspectos históricos e culturais; 1.2 O corpo gordo: relação saúde e doença; 1.3 Corpo gordo e sexualidade.

Após a revisão teórica, apresentaremos os objetivos e justificativa do estudo, seguidas pelo método, natureza da pesquisa, participantes, instrumentos de coleta e análise dos dados.

Os resultados foram divididos em eixos temáticos: 4.1 Fatores que contribuíram para percepção pessoal de ser gordo(a) na adolescência; 4.2 Processo de emagrecimento: motivações, procedimentos e consequências; 4.3 Sentimentos e atitudes de autocuidado em relação ao próprio corpo gordo; 4.4 Percepção sobre situações de preconceito relacionados à vivência do corpo gordo: gordofobia; 4.5 Experiências sexuais de pessoas gordas; 4.6 Enfrentamento diante das dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a).

As categorias foram organizadas em quadros, analisadas e discutidas por meio da técnica de análise de conteúdo descrita por Bardin (2009). Por fim, apresentamos as considerações finais e conclusões do estudo, pontuando possíveis lacunas para pesquisas futuras.

1 INTRODUÇÃO: REVISÃO TEÓRICA

1.1 O corpo e o belo: aspectos históricos e culturais

Para compreender as noções de corpo presentes na contemporaneidade se faz necessário traçar uma linhagem histórica e descrever os principais elementos que auxiliaram na construção do corpo como fenômeno biocultural, que pode ser interpretado por diferentes vertentes como a medicina, arte, antropologia e a moda. Neste capítulo, abordaremos a construção cultural do corpo, que muitas vezes fora estigmatizado por uma concepção errônea e biologizante, que de certo modo, justificaram a supremacia de alguns grupos sobre outros pelas características físicas, como o fato de biologicamente possuir um pênis, ser branco e não deficiente.

Em cada época histórica, há semelhanças que evidenciam o controle e disciplina dos corpos para evitar o surgimento de doenças e manter o padrão de beleza, estética e normalidade, seja na antiguidade, idade média, moderna ou contemporânea (SANT’NNA, 2001). Perpassaremos pelos diferentes períodos da história, sinalizando as distintas interpretações do corpo humano, seus padrões, estigmas e ideais de beleza.

Como palco da exibição e exaltação do corpo como sinônimos de perfeição e superioridade, encontramos a civilização Grega, que se tornou base para o surgimento das culturas ocidentais ao difundir o modelo democrático. Na antiguidade, o corpo do homem grego pode ser compreendido como um corpo “produzido”, que revela uma série de interesses por trás dessa imagem: o físico esbelto para favorecer nas guerras e na exploração de novos territórios. Apenas os homens eram considerados cidadãos gregos dotados de inteligência, força e beleza, enquanto mulheres ocupariam o mesmo nível hierárquico que os escravos, reclusas ao espaço privado-doméstico, não exercendo posição política ou social e não sendo cobradas pelo formato estético de seus corpos, que serviria unicamente para a reprodução. Já as crianças, quando nasciam com alguma deficiência em seu corpo eram abandonadas ou mortas, consideradas seres “subumanos” (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; CARVALHO, 2001; CABALLERO, 1999; MAIA, 2011; SANT’NNA, 2001; TUCHERMAN, 1999).

Sant’anna (2001, p. 14) complementa a respeito da moral grega: “sociedade essencialmente viril, na qual, a mulher, ser passivo por natureza e por estatuto, assim como o escravo, deveria se manter sob a proteção e a dominação de um homem”. A extrema valorização do homem livre e de seu corpo, era expressa pela exibição do corpo nu ou com pouca vestimenta, que serviria para aclamar o corpo “saudável”. Destacam-se nesse período concepções filosóficas que mantinham regras, costumes e valores da população grega, da mesma forma que se preocupavam com seus corpos fomentavam a alma através do conhecimento: “a perfeição só podia ser alcançada com a união da beleza e virtude” (CARVALHO, 2001, p. 173).

O mesmo ideal estético esteve presente em Roma. As estruturas corpóreas determinavam as relações de poder e força e, segundo Tucherman (1999, p. 31): “o poder do imperador devia ser exibido, tornado grande e evidente, em monumentos e obras públicas”. Com a queda do Império Romano e do sistema escravocrata, iniciou-se a Idade Média e ocorre a separação entre corpo, alma e a ideia de “corpo belo e perfeito” é substituída pelo “corpo pecaminoso e culpado”, além da preocupação excessiva com a salvação da alma e renúncia da carne. Jesus, filho de Deus e santo, materializado como homem, foi oferecido e crucificado para salvar a humanidade do pecado, pecado esse que simbolicamente foi conduzido por Eva no paraíso por desobedecer a Deus ao comer do “fruto proibido”, isso culminou para que diferentes concepções sobre a mulher fossem disseminadas, como a maior propensão à sedução e a capacidade de conduzir o homem ao pecado (GÉLIS, 2008; BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; CASSIMIRO; GALDINO; SÁ, 2012; TUCHERMAN, 1999).

Com a ascensão do Teocentrismo, o corpo foi representado como aquele que precisaria ser domado e punido para se “libertar” das tentações, isso faria com que o homem revivesse o período da *paixão de cristo*, em que o espírito santo dominou a carne para se aproximar de Deus e aguentou todo o sofrimento para libertar a humanidade do pecado (GÉLIS, 2008; TUCHERMAN, 1999). Os fiéis castigavam e controlavam seus corpos privando-se de alimento por meio do jejum e se autoflagelando, “essa capacidade tão proclamada de viver sem alimentar-se, ou até sem dormir e sem evacuar, fascina o ambiente que vê naturalmente neste domínio uma prova de santidade” (GÉLIS, 2008, p. 59).

As diferenças sexuais contribuíam para que as mulheres fossem representadas como “sujeitos invisíveis” e foi por meio do discurso que os homens legitimaram sua força e estabeleceram relações de poder, produzindo corpos e naturalizando formas de

“ser mulher”. O corpo feminino passa a ser vislumbrado por sua sexualidade e sensualidade, que conduziria o homem ao pecado e o desviaria do caminho divino, figuras como Eva e Dalila exemplificam e reforçam esse estereótipo de sedução e descontrole feminino, em que a mulher precisa ser governada, guiada e protegida por um homem para não desobedecer a Deus (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; COLLING, 2014; MARTINS, 2013).

Nessa perspectiva, outros estereótipos como o da menstruação – sinônimo de impureza –, assolavam as mulheres (SANTA’NNA, 2001, p. 17): “os leprosos eram tidos como filhos daqueles que mantiveram relações sexuais quando a mulher estava menstruada”. Esse fato evidencia a ideia de castigo divino.

A sexualidade da mulher aparece como forma do mal que se apropria do seu corpo; instintivamente a mulher seria o “símbolo do pecado” e, por isso, deveria entregar sua vida a Deus para alcançar a liberdade em Cristo. Por outro lado, aos homens, práticas como a poligamia e a liberdade sexual eram permitidas (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; GÉLIS, 2008; MARTINS, 2013). Posteriormente, a imagem da mulher como “pecadora” é substituída por Maria, mãe de Jesus, virgem, santa e pura, “modelo ideal de mulher” e o casamento passa a ser um sacramento da Igreja Católica. Neste sentido, Colling (2014, p. 73) esclarece: “quando instala-se o casamento monogâmico, torna-se necessário a criação do mito da Virgem Maria, porque não é possível englobar todas as mulheres no mito de Eva”.

Em passagem Bíblica, Timóteo versa sobre como os homens e as mulheres devem se comportar na assembleia. O trecho valida a posição de passividade e mutismo feminino, abdicando de acessórios que ressaltam seu corpo e induzem a riqueza ou beleza, submissão ao marido e a Deus e culpa pela sedução marcada pelo ato cometido por Eva, no paraíso. Também é sinalizado como esse “destino” poderá ser mudado caso a mulher entregue sua vida a Deus e se destine a reprodução gerando filhos, o que marca o início da nova representação de mulher para igreja, a figura de Maria (BÍBLIA SAGRADA, Timóteo 2-3, 2012, p. 1462):

[...] quero que as mulheres se vistam decentemente e se enfeitem com modéstia e bom senso. Nada de penteados complicados nem de jóias de ouro ou de pérola, nem de vestes luxuosas. Mas que se enfeitem com boas obras, como convém a mulheres que fazem questão de uma vida piedosa. Durante a instrução, a mulher fique escutando em silêncio, com toda submissão. Não permito que a mulher ensine, nem que mande no homem. Ela fique em silêncio. Com efeito, Adão foi formado

primeiro; Eva, depois. E não foi Adão que se deixou seduzir, mas a mulher que foi seduzida e se tornou culpada de transgressão. No entanto, ela será salva pela geração de filhos, se perseverarem na fé, no amor e na santidade, com bom senso unido à modéstia.

Segundo Le Goff e Truong (2006), o Cristianismo reprimiu a sexualidade com a finalidade de impor seus valores e transformou o pecado original, em “pecado sexual” com a imposição de “regras” e castigos, como o jejum e a penitência. Durante o matrimônio não era permitido: “deitar-se com o marido durante a menstruação, antes do parto ou ainda no dia do Senhor”, assim como “beber o esperma do marido” (p.44), práticas como a masturbação, sexo anal, homossexualidade e adultério, principalmente o feminino também eram recriminadas pela igreja. Muitas práticas consideradas “erradas” eram realizadas secretamente, ao mesmo tempo em que se reprimia a sexualidade em teoria, mas aqueles que detinham o poder a praticavam sem pudor, inclusive membros do próprio Clero. Segundo autores a Idade Média, “[...] oscila entre a repressão e a liberdade sexual aceita ou reencontrada” (p. 46).

As mulheres que não profetizavam a fé cristã eram consideradas bruxas ou feiticeiras, merecendo ser queimadas na fogueira para combater a “heresia”, práticas contrárias ao que era pregado pela religião (TUCHERMAN, 1999).

Gevehr e Souza (2014) comentam que, além das mulheres, pessoas com deficiência física ou intelectual eram consideradas “obras do demônio” e também foram condenadas à fogueira da Santa Inquisição. As Bruxas eram identificadas pela utilização de chás e ervas como instrumentos curativos, e comportamentos como “possuir o hábito de ir frequentemente à igreja, baixar os olhos quando fosse falado sobre bruxaria ou ser possuidor de uma cruz com um dos braços quebrados já era suficiente para desconfiança das autoridades” (p. 120). Importante salientar que muitas curandeiras e parteiras foram acusadas de bruxaria por exercerem “funções médicas” e, àquela altura, exclusivamente masculinas.

Como estrutura política, a igreja detinha o poder e controlava o destino das mulheres que não concordavam com os padrões estabelecidos na época, ou que se “comportavam” como homens, questionando seus direitos e se impondo:

A igreja recolhe nos seus conventos muitas mulheres privadas do apoio masculino, envolvidos pelas numerosas guerras. Por outro lado, persegue impiedosamente como “feiticeiras” todas as mulheres que procuram aprofundar seus conhecimentos e enveredam pelo perigoso caminho da magia. Milhares de mulheres foram torturadas e mortas durante as terríveis “caça às bruxas” que, sob a capa da religião,

esconderam muitas vezes perseguições políticas (COLLING, 2014, p. 68).

A história da humanidade foi contada por homens, o que retirou o protagonismo feminino e camuflou a representatividade de suas vivências, os homens “escreveram a história dos homens, apresentada como universal, e a história das mulheres desenvolveu-se à sua margem” (COLLING, 2014, p. 21). Em contraponto, o “Calibã e a Bruxa” da autora Silvia Federici (2017) elucida como as mulheres lutavam por relações igualitárias, como sociedades desenvolvidas por mulheres “hereges” foram criadas durante o Feudalismo e como esse sistema foi confrontado por elas.

O movimento herético confrontou diversas vezes a Igreja, que utilizava de “recompensas” para “prestar serviços” à comunidade. As diferenças sociais eram extremas: “as coisas degeneraram a tal ponto que o clero não enterrava os mortos, nem batizava ou dava absolvição aos pecados, se não recebesse alguma compensação” (FEDERICI, 2017, p.72). Aqueles(as) que se opunham a esse movimento, que questionavam a doutrina e a forma que as relações eram estabelecidas, formavam comunidades paralelas e mais “igualitárias”, principalmente para as mulheres, que produziam sua própria força de trabalho e se libertaram do controle masculino, criando os primeiros métodos contraceptivos e decidindo sobre o aborto e o controle do seu próprio corpo. Tais práticas, ainda segundo Federici (2017, p.86), corroboraram para que o Clero acusasse as hereges de sacrificar as crianças e os animais e de adorar o Diabo: “a figura do herege se tornou, cada vez mais, a de uma mulher, de forma que, no início do século XV, a bruxa se transformou no principal alvo de perseguição aos hereges”.

Diversas condições na Europa, como a Peste Negra e a diminuição da população, aumento da miséria, ascensão da classe trabalhadora e menor controle social levaram a situações de “libertinagem sexual”, com ocorrências de estupro coletivo e a criação de bordéis. A violência sexual acontecia principalmente contra mulheres camponesas, que após o ato não poderiam mais ocupar um “lugar na sociedade”, precisando se dedicar à prostituição; os bordéis eram geridos e incentivados pelo Estado e pela Igreja a fim de “curar” a prática homossexual e incentivar a reprodução: “acreditava-se que o bordel administrado pelo Estado provia um antídoto contra as práticas sexuais orgiásticas das seitas hereges, e que era visto como um meio para proteger a vida familiar” (FEDERICI, 2017, p. 106).

A ideologia religiosa ao mesmo tempo que referencia a virgindade e castidade feminina, permitia a sua violação, tanto no ambiente público, quanto no privado. A demonização da mulher não esteve presente apenas no período de “caça às bruxas”, mas em toda a Idade Média em que o discurso cristão se fez presente; além disso, mulheres eram consideradas mais propensas a hesitar em sua fé sendo um “alvo fácil” para encarnação do Diabo e, em casos de “desobediência”, o patriarca da família poderia agredi-la fisicamente para evitar seu instinto “dominador”. Outras representações como “ser vaidosa”, “leviana” e “mentirosa” eram designadas ao sexo feminino, símbolo da “luxúria” um dos pecados capitais, essencialmente feminino que sinaliza sensualidade e desejo (GEVEHR; SOUZA, 2014).

O período Renascentista ao final da Idade Média trouxe maior valorização à Arte e à Ciência, o poder religioso é descentralizado e uma nova percepção de homem é adotada por meio do Antropocentrismo: o homem e a razão eram o centro da existência e não mais Deus. Com o conhecimento científico o corpo pode ser estudado em sua estrutura biológica e as diferenças entre os dois sexos reforçavam a superioridade masculina e a ocupação social dos gêneros (GARCIA, 2011, p. 25): “deve-se considerar que apesar de o Renascimento trazer um novo paradigma sobre o humano, o da autonomia, esta não se estendia às mulheres”. Entretanto, os ideais de beleza e inteligência presentes na cultura Greco-romana, revividos na época, possibilitaram que algumas mulheres tivessem acesso à Educação e pautas consideradas feministas foram iniciadas (GARCIA, 2011).

Artistas trazem a figura da mulher em seu aspecto natural, olhares harmoniosos e dóceis, corpos nus, cabelos loiros ou quase ruivos, pele branca e expressões serenas e cheias de realidade. Para Eco (2013, p. 196), o corpo da mulher renascentista “é feito para ser exaltado pelos produtos da arte dos ourives, que também são objetos criados segundo cânones de harmonia, proporção e decoro”. Ao mesmo tempo que a estrutura corpórea dos homens simboliza grandeza, riqueza e força quanto maior for seu corpo maior a disponibilidade de alimentos e fartura deste (ECO, 2013, p. 200): “não escondem a força nem os efeitos do prazer; o homem de poder, gordo e maciço, quando não era musculoso, porta e ostenta os sinais do poder que exerce”.

A representação do corpo feminino como “livre e belo” logo é reprimido na Arte com o início da “Contrarreforma Religiosa”, período em que os princípios religiosos voltam a ganhar força e buscam disseminar a doutrina em outras regiões do mundo, como

por exemplo, nos países da América Latina. Segundo Eco (2013, p. 106): “[...] a mulher volta a se vestir e torna-se dona-de-casa, educadora, administradora”.

O mundo moderno foi marcado pela realidade científica, o corpo não é mais interpretado como espaço material da alma, mas sim como matéria pensante, racional e subjetiva. Os ideais filosóficos do Iluminismo apresentados por René Descartes enfatizaram a liberdade do ser humano e de seu corpo juntamente com a liberdade política e econômica. Se constrói uma corrente de pensamento junto à Medicina que responsabiliza o homem pelo cuidado do seu corpo de forma individual, cuidar da “alma” e preservar o "divino" não seria mais suficiente para manter a saúde e bem-estar do homem. A “despreocupação” com o ambiente presentes no período medieval é substituída pelo cuidado e a limpeza, já que a falta de higiene seria um fator determinante para a ocorrência de doenças, que poderiam interferir diretamente no estado de saúde do corpo (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; CASSIMIRO; GALDINO; SÁ, 2012; TUCHERMAN, 1999, p. 62): “[...] agora, numa sociedade cada vez menos religiosa e mais secular, a saúde passa a ser vista, e cada vez mais, como uma responsabilidade individual, em vez de uma dádiva de Deus”.

A mudança na percepção do corpo também trouxe uma nova organização para as cidades e novos hábitos e cuidados foram criados pela classe média, como por exemplo a utilização de vestimentas mais leves, banhos diários e perfumes, já que de nada serviria a natureza se o ambiente e a cultura pudessem transformar sua estrutura corpórea. Nesse sentido, o corpo é lido socialmente como propriedade e responsabilidade do próprio homem e seu dever é “tomar vitaminas para conservá-lo preventivamente, fazer exercícios e controlar o colesterol, os triglicérides e a osteoporose, fazer uma alimentação saudável” (TUCHERMAN, 1999, p. 73).

O cientificismo médico contribuiu para que papéis fossem marcados na sociedade patriarcal, as diferenças biológicas entre os sexos determinavam funções e espaços que seriam ocupados por homens e mulheres. Da mesma forma que o discurso sobre educação atingia as mulheres burguesas durante o Iluminismo, o espaço doméstico e familiar era apontado como seu único destino, assim como a maternidade, reprodução e o cuidado. O comportamento feminino seria medido pelas alterações biológicas trazidas em seu corpo, que também determinariam sua personalidade: “para o discurso médico, o útero é o órgão que dá identidade à mulher, que explica as características de uma fisiologia e de uma psicologia vulneráveis” (COLLING, 2014, p. 82; SANTOS, 2015).

Nesse sentido, a histeria seria apontada como um transtorno psicológico essencialmente feminino, associado à ideia de descontrole, violência e loucura, que seria “explicado a partir da negação ou repressão dos instintos sexuais frente às imposições morais da sociedade e da civilização” (SANTOS, 2015, p. 93). Esta representação modificou-se ao decorrer dos tempos, no entanto, ainda percebemos que certas atitudes que fogem do “padrão feminino”, como ser dócil, sensível, pacata e passiva, são explicadas pela “Tensão pré-menstrual – TPM”, quando uma mulher se impõe como um homem, ela automaticamente não está em seu estado “natural” e seu corpo está sofrendo com o deslocamento uterino durante o período menstrual – o que explicaria seu comportamento dominante (COLLING, 2014; SANTOS, 2015).

O Capitalismo, nova forma de produção e mercado fez com que o corpo se tornasse um meio para atingir o lucro, gerando competitividade e individualidade. Com a expansão comercial na Europa, a exploração de outros povos fez do corpo um produto que poderia ser controlado por “corpos dominantes”, de forma opressiva homens brancos europeus se apropriaram de corpos não-brancos e iniciaram o período de escravidão e violência com a intenção de “conquistar” novos territórios e produzir “novas forças de trabalho” (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; CASSIMIRO; GALDINO; SÁ, 2012).

Federici (2017, p. 178) salienta como o Capitalismo apropriou-se do corpo feminino: “O corpo feminino foi transformado em instrumento para a reprodução do trabalho e para a expansão da força do trabalho, tratado como uma máquina natural de criação [...]”. Nesse contexto, destaca-se a vivência de mulheres negras-escravas, o recorte racial se faz necessário na medida em que a cor de pele transpôs superioridade entre as raças, as opressões sofridas pelas mulheres brancas divergem do sistema de opressão a que as negras foram e estão submetidas.

Compreender a história do corpo no Brasil, é percorrer uma série de caminhos e períodos que fizeram do corpo europeu um padrão hegemônico, as referências e os ideais de conduta e beleza sofreram inferência histórica desde a colonização, elementos da cultura greco-romana com o Cristianismo da Idade Média foram agregados para o que hoje representamos e entendemos como “belo”. Quando chegaram ao Brasil os Portugueses foram surpreendidos pela cultura indígena, por um lado percebiam os índios como povos inocentes e que precisavam ser ensinados e disciplinados, por outro, julgavam suas práticas como diabólicas e “ofensivas a Deus” e por isso, teriam a missão de catequizá-los e vesti-los. Além disso, a nudez e a liberdade sexual dos corpos indígenas eram para os europeus sinônimos de vergonha, falta de moral e humanidade, muitos

indígenas se rebelavam contra a imposição e domínio europeu sendo mortos ou escravizados (AMANTINO, 2011; BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011; CASSIMIRO; GALDINO; SÁ, 2012; SCALIA, 2014).

A história dos(as) índios(as) foi marcada pelo controle de sua cultura e de seus corpos. As índias assumiram a representação pecaminosa e sedutora de Eva, o Brasil seria de fato, o paraíso que levaria o homem ao pecado, segundo Castro e Pinto (2014) o primeiro escrito sobre o Brasil, a carta de Pero Vaz de Caminha “descreve o país como o paraíso onde viveriam Adão e Eva. Suas impressões sobre as índias já exaltam a sensualidade e falta de vergonha” (p.37). A falta de mulheres brancas para legitimar o casamento e povoar a nova terra fez das índias um instrumento de satisfação de desejos sexuais para os homens brancos, e, mesmo com a chegada de mulheres “dignas para o casamento”, - de acordo com os valores portugueses para formação da família, as índias ainda seriam mantidas em relações extraconjugais e/ou poligâmicas (SCALIA, 2014).

De acordo com Scalia (2014) “as mulheres brancas se tornaram mais numerosas, esposas ‘legítimas’, o hábito da poligamia já estava adotado e os patriarcas semearam mamelucos [mestiço de branco e índio] por quase todo o solo brasileiro” (p.47). A autora ainda aponta que “os jesuítas para deterem o processo miscigenatório se esforçaram para a vinda de algumas órfãs e outras brancas da metrópole a fim de se casarem aqui” (p.88).

Além dos(as) índios(as), corpos pretos também foram “importados” de diversas regiões da África e comercializados como mão de obra barata através do Tráfico Negreiro. Os corpos negros foram violentados, estigmatizados, desumanizados e inferiorizados pela ideia de supremacia da raça ariana, que provocou séculos de escravidão justificados pelo conceito de diferença entre raças e controle social. Assim, o conceito de raça desenvolvido na Europa serviu para “fragmentar e hierarquizar os homens e permitir a morte dos homens considerados inferiores” (SOUZA; ROBOTOM, 2012, p. 305).

Paiva (2011) reflete como a história dos(as) negros(as) nem sempre esteve marcada por submissões e estereótipos negativos, alguns achados comprovam que africanos eram elogiados por sua cultura e descritos como “corajosos, bravos, empreendedores, engenhosos e industriais” (p.71). Explorar o continente Africano esteve sempre atrelado ao interesse econômico e domínio de suas riquezas, já que o tráfico negreiro se manteve lucrativo por muito tempo “os africanos de todo continente foram alvo de descrições e especulações de europeus e povos da Ásia. A cor negra da pele das

populações de várias partes da África sempre intrigou e despertou admiração, desprezo e cobiça” (p. 69).

“Nascidos para submissão e escravidão” - esta foi a ideologia que sustentou e manteve a ordem do sistema político e econômico escravocrata. A produtividade e o lucro excluíram e animalizaram os(as) negro(as) “os cativos africanos eram comprados como gado, iguados aos equipamentos domésticos do escravocrata e tratados como membros de uma espécie inferior” (p. 303). Os corpos das mulheres negras além de servirem para o trabalho eram destinados à procriação de novos escravos, como animais reprodutores as negras eram submetidas a uma série de violências físicas e sexuais por homens brancos e não-brancos (SOUZA; ROBOTOM, 2012).

As mulheres sofreram com a objetificação de seus corpos e solidão nas relações afetivas, como mencionado por Paiva (2011) e Pacheco (2008), enquanto as mulheres brancas atingiriam os critérios e ideias de beleza e recato para o casamento, mulheres negras estariam destinadas ao trabalho e cuidados domésticos e, com a mestiçagem de cores surgiria uma nova categoria de mulher – a Mulata, promovida a um símbolo sexual e de sensualidade, já o homem negro retinto foi colocado como símbolo de virilidade pela “vantagem natural” do tamanho do seu pênis.

O branqueamento racial – provocado pela miscigenação, favoreceria para que novos padrões estéticos fossem assimilados como parte da cultura europeia, promovendo uma nova posição social dotada de privilégios por biologicamente possuir a “pele mais clara”, “boca e nariz mais finos”, “corpo mais magro”, “cabelo mais liso”. Assimilar-se ao branco, promoveria “elevação social e intelectual”, e amenizaria preconceitos (PAIVA, 2011; PACHECO, 2008)

Os estereótipos que marcaram o(a) negro(a) também foram conduzidos e firmados pelo “racismo científico” vertentes da psicologia, medicina e antropologia tentaram provar biologicamente a “pureza” da raça branca. Corpos negros foram utilizados e submetidos a uma série de experimentos e, pela lógica europeia-branca não seriam considerados humanos e não racionalizariam o sofrimento. Como exemplo do domínio e manipulação do corpo negro em prol à ciência podemos citar a história de Sarah Baartman, mulher negra-escrava retirada da África do Sul e levada até a Europa para ter sua anatomia “estudada” e exibida devido seu físico exótico e “anormal”; Sarah era mostrada como um animal em um circo, suas genitais e seu corpo considerados “grandes” ressaltavam a supremacia do corpo feminino branco europeu (MARTINS, 2012; MOTHOGAE, 2016).

Para Martins (2012), houve uma naturalização do racismo no Brasil. Conteúdos históricos que deveriam ser questionados e problematizados foram incorporados em nosso vocabulário e cultura: “tornou-se então natural que o branco figure em posições de prestígio e negros apareçam em posições subalternizadas, de modo que as desigualdades passaram a serem vistas como algo inato, normal, e não como uma faceta conflitiva da sociedade” (p. 280). O autor, continua refletindo sobre a interferência da mídia na reprodução de certos padrões e lugares sociais ocupados por negros e brancos que retratam a realidade e “[...] gira sempre em torno do trabalhador não qualificado (empregadas domésticas, motoristas, seguranças), do entertainer (cantores, dançarinos, atores), do atleta (jogador de futebol), do carente social (moradores de rua e favelados, menores abandonados) e da mulata (objeto sexual)” (p. 280).

Todo esse cenário contribuiu para que os ideais de beleza no Brasil estivessem pautados em corpos padronizados, por mais que tivéssemos uma diversidade de estruturas e cores. Ser belo seria uma referência de status social e riqueza produzidos pela indústria do consumo que começou a investir em produtos de beleza – sinônimo de saúde e limpeza, para amenizar o envelhecimento e evitar doenças. Às mulheres cabiam este cuidado, que não poderia ser “excessivo”, mas sim, ideais para conseguirem pretendentes e, conseqüentemente, casamentos. A beleza feminina tornou-se uma forma de agradar e conquistar os homens, divulgados pelos jornais e revistas da época republicana: “uma silhueta muito gorda ou uma ‘estica’ – ou seja, alguém magro ao extremo – eram considerados feios porque habitavam os extremos de uma linha imaginária cujo maior valor era o meio termo” (SANT’ANNA, 2014, p. 30).

Experienciar o próprio corpo e ter domínio sobre ele “fugindo dos padrões” seria uma atitude considerada promíscua realizada por grupos homossexuais, prostitutas e a “elite mundana”. A maquiagem e o uso de batons também se enquadrariam como símbolo de higiene e pecado, tatuagens e roupas revelavam profissões e classes sociais e diferenciavam gêneros e idades. O corpo assumiu uma característica produtiva, que precisaria ser movimentado e exercitado como uma máquina e neste período a mídia apropriou-se juntamente com a indústria farmacêutica, de um corpo que necessitaria do emagrecimento para ser belo e saudável e, esse ideal poderia ser atingido com a utilização de medicamentos. Mais adiante produtos e maquiagens – como pós brancos para o rosto e o alisamento dos cabelos ingressaram no mercado, assim como as cintas para “prender o corpo” afinar a cintura e aparentar ser mais magra; a imagem divulgada e estampada

nas propagandas era a de uma mulher branca, com traços finos, cabelos lisos e louros (SANT'ANNA, 2014).

De acordo com Sant'anna (2014), a potência Estadunidense e as concepções Eugenistas inspiradas em uma raça pura, saudável e bela – como na Grécia Clássica, contribuíram para que esta representação fosse reforçada no Brasil: “a exigência do emagrecimento recaía mais sobre as moças do que sobre os rapazes. Para o sexo masculino, o maior problema era a falta de peso, e não o seu excesso” (p. 60). A beleza masculina nem sempre esteve relacionada ao corpo gordo ou magro, mas sim à performance de virilidade, força e masculinidade que o deixavam mais ou menos belos, aponta-se que haveria maior aceitação da “feiura” do homem – associada ao “charme” masculino, do que da mulher.

Naomi Wolf (1992) abordou em “O mito da beleza” a forma como os ideais de beleza se adequaram em cada período histórico e como o fator cultural é determinante para as concepções de beleza e boa forma, o mito da beleza surgiu para controlar mulheres que o patriarcado não estava conseguindo mais controlar, para a autora a ideologia da beleza: “[...] Se fortaleceu para assumir a função de coerção social que os mitos da maternidade, domesticidade, castidade e passividade não conseguem mais realizar” (p.13).

O emagrecimento como sinônimo de beleza tornou-se foco de desejo para a maioria das mulheres, já que neste período produtos relacionados à beleza e à estética foram direcionados a elas como potenciais consumidoras e, por consequência, a pressão social causada pelos meios de comunicação aumentaram a procura de cirurgias estéticas e a ocorrência de transtornos alimentares (WOLF, 1992).

As pressões sociais, estéticas e a soberania do corpo magro foram solidificadas ao passar dos tempos, aquilo que “se deve ser” é instaurado desde o nascimento através do discurso e nos impõe formas de ser homem, mulher, saudável, belo, produtivo, normal, heterossexual e cristão (ANDRADE, 2004). Os corpos de homens e mulheres historicamente construídos, são representados e significados pela cultura que produz um culto excessivo ao corpo na contemporaneidade. Segundo Castro (2007, p. 44) “esta verdadeira obsessão com a aparência pode ser explicada como estratégia de construção da identidade, numa sociedade em que a fragmentação e a efemeridade tomam lugar de referências um pouco mais estáveis [...]”.

Andrade (2004, p. 112) reitera que “emagrecer parece ser, hoje, uma das grandes preocupações da humanidade e ela envolve homens e mulheres, jovens e adultos”. Ao

contrário do que nos é apresentado como símbolo do sucesso que deverá ser alcançado, encontramos uma diversidade de corpos enquadrados como desviantes e muitas vezes, apontados como “símbolos do fracasso” e como exemplos que não deverão ser seguidos. Hoje, uma série de recursos são utilizados para “camuflar” a real aparência e “embelezar”, como harmonizações faciais, preenchimento labial, produtos para rejuvenescer, remédios para emagrecer, dietas restritivas, exercícios físicos em excesso etc.

Ao relacionarmos a beleza/feitura dos corpos ao longo da história, percebemos que nos diferentes períodos ocorre a repetição da superioridade masculina em um sistema controlado pelo patriarcado. A mulher existiu em função do homem e recursos foram criados para que essa submissão fosse mantida. Cabe ressaltar que o recorte étnico racial é necessário quando analisamos a cultura ocidental, percebe-se que o “título de humano” só é reconhecido quando fazemos referência à pessoa branca, em grupos subjugados precisamos categorizar e especificar sua existência, como por exemplo, as mulheres, as pessoas negras, indígenas, com deficiências, com orientação sexual ou identidades dissidentes. É como se a condição humana fosse “natural” apenas ao homem branco, assim como a cidadania.

Por um lado, a busca pela representatividade de corpos tornou-se uma discussão pertinente na atualidade. Os movimentos sociais minoritários ganharam força e novos formatos de corpos e cores começaram a ser estampados nas capas de revistas e nas redes sociais. Apesar disso, “marcadores sociais” trazem diferenças na vivência do “ser gordo(a)”, opressões singulares ocorrem nos homens gordos, mulheres gordas, transexuais gordos(as), travestis gordas, lésbicas gordas, gays gordos, héteros gordos, negros(as) gordos(as), índios(as) gordos(as), pessoas com deficiência gordas. O tema não se esgota e há sempre outros marcadores sociais, embora nesta pesquisa, apresenta-se como objeto de estudo e análise o corpo gordo de homens e mulheres cisgêneros.

Após a apresentação sobre a noção do corpo e da beleza, a partir de um viés social e cultural, em diferentes momentos históricos, partimos para discorrer sobre o “corpo gordo” como um fenômeno que gera estigma social e suas repercussões na subjetividade humana, a partir de uma leitura crítica sobre o modelo médico que entende a obesidade como doença e se pauta na culpabilização do sujeito.

1.2 O corpo gordo: relação saúde e doença

A patologização do corpo gordo também é questionada pela terminologia utilizada ao referir-se a esse público. Muitos estudos citados ao decorrer deste texto falam sobre obesidade partindo de uma perspectiva médica e biológica; os autores Meadows e Danielsdóttir (2016) abordam a importância de incluir a expressão “pessoa com obesidade” assim como utilizamos “pessoa com deficiência”, para não reproduzir discursos reducionistas, capacitistas e amenizar os estigmas. Uma pessoa não é constituída apenas pelo o que a faz diferente. O termo pessoa gorda ou gordo(a) também são frequentemente utilizados como forma de empoderamento e resistência dos grupos ativistas, que lutam pela causa antigordofobia e libertação dos corpos gordos (MEADOWS; DANIELSDÓTTIR, 2016; RANGEL, 2018). Os termos obesidade e obeso utilizados nesta dissertação foram os adotados pelos autores, correspondentes aos estudos citados.

As associações magro-saudável e gordo-doença não estão diretamente relacionadas. Responsabilizar o gordo pela sua condição é uma forma de estigmatizar seu peso e enquadrá-lo como doente, visto que o peso corpóreo e a estética física nem sempre condizem com os hábitos individuais e a visão integral de saúde, que promove qualidade de vida. Conteúdos históricos exemplificam diferentes representações para o corpo, que se modificaram ao decorrer das épocas, como fora apresentado no capítulo anterior.

A pré-história nos sinaliza por meio da Arte e da Vênus de Willendorf⁴ um padrão de beleza feminino um tanto “atípico” para o que conhecemos hoje. Dizendo de outro modo, antigamente, o corpo gordo representava saúde e beleza. Esculturas de mulheres gordas em pedras simbolizavam a fertilidade, a reprodução, a saúde e a beleza em um corpo que seria útil para a procriação (LEMOS; OLIVEIRA; MIHY, 2015): “a fartura aliada à adiposidade ligava a expressão estética ao seu desempenho familiar, e nele a mulher/mãe teria papel destacado nessa função que lhe era precípua” (p. 142).

Além disso, se pensarmos na realidade brasileira atual, a obesidade nem sempre foi colocada como um “problema de saúde” já que a miséria e a fome mostravam a importância de uma mesa farta e de um corpo farto, robusto, principalmente para às mulheres, que comumente eram erotizadas por possuírem curvas mais “acentuadas”. Sant’anna (2016, p.32) demonstra esse fato: “em uma época em que o drama da desnutrição e a realidade da fome ameaçavam a vida de milhares de brasileiros, a

⁴ Estatueta esculpida no período paleolítico.

associação entre saúde e corpulência possuía valor e mérito”. Em contraponto, a atualidade nos comprova outro fato, existe uma relação entre obesidade e países economicamente menos desenvolvidos. No Brasil, o aumento do sedentarismo e do peso, foram observados em regiões como norte, nordeste e centro-oeste, regiões que também refletem um cenário de pobreza e miséria da população brasileira (FLORES-ORTIZ; MALTA; VELASQUEZ-MELENDZ, 2019; POULAIN, 2013).

Por um momento, a indústria alimentícia procurou combater a desnutrição com uma grande oferta de alimentos e medicamentos para “engordar” a população, o que posteriormente acabou trazendo diferentes cenários: por um lado, a necessidade de “combater à obesidade” e por outro a comercialização de produtos e práticas físicas para atingir o emagrecimento (SANT’ANNA, 2016). Sant’anna (2016) faz a seguinte analogia – o corpo humano antes seria como um armazém, que deveria armazenar e estocar comida. No entanto, a visão do corpo como algo para “estocar comida” e “gordura” foi substituída com a chegada das indústrias que venderam a imagem de um corpo que deveria ser produtivo, como uma máquina – a comida então, passa a servir como fonte de energia para manter o trabalhador produzindo.

A partir do exposto, evidencia-se que existe uma relação entre o aumento de peso/obesidade e o acesso a recursos – viabilizados pelo “poder aquisitivo”, que favorecem práticas consideradas “mais saudáveis”, como uma nutrição de qualidade, exercícios físicos, médicos etc. Tais recursos não são acessíveis para a maioria da população brasileira e a obesidade além de patológica passou a ser representada pela pobreza (SANTA’ ANNA, 2016). Para Paim e Kovaleski (2020) “[...] possuir um corpo magro e malhado é uma conquista bem mais acessível para as classes ricas, pois o estilo de vida saudável garante certo status social” (p. 07). O consumo de alimentos rápidos e ultraprocessados – antes inacessíveis para as classes populares, tornou-se hoje motivo de comemoração, uma vez que, ingerir esses alimentos, para muitos, ainda representa abundância e mesa farta: “não admira portanto que esses brasileiros, fatigados diariamente, esperem da comida e da bebida tudo o que o dia lhes roubou” (p. 159). Ou seja, a estética é uma mercadoria, assim como a saúde, por isso são comercializadas no sistema capitalista.

Poulain (2013) complementa, partindo do pressuposto de que a obesidade não é representada apenas pelos hábitos individuais, mas também pelo imaginário coletivo e os padrões corporais: “o impacto do social sobre a obesidade não se refere unicamente aos

modos de vida (atividade física e alimentação); pode ser visto, igualmente, como os sistemas de representações relativas ao corpo e à corpulência” (p. 36).

Percebemos com a história ocidental que durante a idade média o gordo era um ser prestigiado, assim como mostra Vigarello (2012, p. 21) “a saúde supõe barriga cheia”. O contexto social da época também foi passível de estereótipos, que estabeleciam critérios e classificavam o “gordo saudável” e o “muito gordo”. Os muito gordos seriam aqueles que não conseguiam se movimentar e eram condenados pela sociedade, por sua “condição extrema”. Com a ascensão do Clero, houve uma mudança na forma de perceber a gordura e a gula foi inserida como um dos pecados capitais. O modelo médico, no século XVIII também contribuiu para essa mudança, é neste momento que surge o termo “obesidade”, que sugere vulnerabilidade e doença “a gordura não é mais simples excesso quantitativo que a sobriedade deve evitar, mas sim desordem, degradação interna, com seus estágios e focos. É desequilíbrio e teria suas particularidades, supondo desenvolvimentos, acelerações, recuos” (VIGARELLO, 2012, p. 164).

Santolin e Rigo (2015) complementam Vigarello (2012) ao discutirem o momento da história em que a obesidade passou a ser considerada doença, considerando que essas concepções não foram construídas cientificamente, mas sim por valores morais de uma sociedade em que a medicina estabelecia normas sistematizadas pelas relações de poder. Os autores sugerem que

esta fonte tão importante para a história da obesidade a ponto de ser incontornável aos historiadores o fato de que o primeiro enunciado de patologização foi motivado por um julgamento estético e não por evidências científicas, epidemiológicas, laboratoriais, empíricas. Sabe-se que tanto aquele quanto estas podem se constituir como dispositivos equivalentes de legitimidade, operando discursos diversos de normalidade (p. 89)

Em meados do século XX, o emagrecimento e os alimentos dietéticos tomaram conta das propagandas brasileiras; o desejo pelo corpo magro e esbelto somado a uma série de atividades físicas estampavam as revistas e os ideais de felicidade, autorrealização e aceitação social (SANT’ANNA, 2016): “exercícios, dietas e cirurgias conseguiriam combater a obesidade e conquistar, segundo a propaganda, um reino de autoestima” (p. 130). Tais perspectivas perduram até hoje e diferentes estudos abordam as consequências negativas da obesidade e sobrepeso para a saúde.

Como um estado de excesso de gordura corpórea prejudiciais à saúde física, estudos recentes pautando-se no IMC (índice de massa corporal) investigam a prevalência da

obesidade, caracterizada como um risco, que pode reduzir a expectativa de vida e acarretar diferentes doenças crônicas como diabetes, hipertensão, infarto e câncer (BATRAKOULIS et al., 2019; CHRISTOFOLETTI et al., 2018; ZANINOTTO; HEAD; STEPTOE, 2020).

Quando a obesidade é associada a outros fatores de risco comportamentais, ou seja, hábitos “adquiridos” como tabagismo, inatividade física e consumo alcoólico, a expectativa de vida dos sujeitos diminui em média até 12 anos, quando comparados a outros indivíduos que possuem hábitos “mais saudáveis” como apontado por Zaninotto, Head e Steptoe (2020).

Segundo Poulain (2013, p.177), a obesidade nem sempre foi avaliada pelo índice de massa corporal (IMC), pois antes usava-se “diferentes métodos mais ou menos complementares, tais como o peso ideal, a relação da altura com os quadris, as pregas cutâneas, o índice de massa corporal e diferentes versões da relação peso/altura”. O autor mostra que essa classificação só foi reconhecida nos anos dois mil pela Organização Mundial da Saúde e que ainda há controvérsias, pois existem diferentes contextos de análise e, nem sempre é possível a generalização das informações já que cada pessoa possui um tipo físico.

Atualmente, a saúde não está relacionada com o peso corporal. Nem sempre indivíduos com obesidade serão mais propensos a terem doenças ou complicações metabólicas. Em pesquisa com a população chinesa, foi investigado a prevalência da “obesidade metabólica” em indivíduos considerados com peso normal para o IMC. Concluíram que 34,1% da amostra, mesmo com o “peso adequado” possui alterações metabólicas e diferentes fatores como o gênero, idade, alimentação e histórico familiar contribuem para essa prevalência (ZHENG et al., 2020).

Outro detalhe sobre as pesquisas que associam o aumento do peso com doenças cardiovasculares é a falta de ampliação da amostra para outros grupos, com diferentes tipos corpóreos e raças (POULAIN, 2013): “a validação da relação entre corpulência e os fatores de risco cardiovasculares foi feita a partir de pesquisas realizadas com populações ditas caucasianas e não é totalmente válida quando aplicada a populações que possuem outro tipo físico” (p.182). Sendo assim, o IMC acaba por justificar práticas extremas e a busca excessiva pelo “corpo perfeito” e pela magreza, seja por indivíduos classificados com sobrepeso ou obesidade, ou por aqueles que se enquadram na norma.

Paim e Kovaleski (2020) analisaram um documento que embasa a atuação de profissionais da saúde para o “combate à obesidade”. Colocada como uma “epidemia

mundial” – termo criticado pelos autores, visto que não existe contágio entre pessoas, as *Diretrizes Brasileiras de Obesidade* reproduzem discursos gordofóbicos e legitimam a patologização de pessoas gordas, o emagrecimento é apontado como única e ideal estratégia para melhorar a saúde, e os meios para atingi-lo (dietas restritivas, medicamentos controlados e cirurgias) nem sempre são eficazes e promovem o bem estar desta população: [...] “há um discurso que reforça a saúde inerente aos corpos magros, que reproduz estereótipos relacionados ao corpo gordo e que relaciona diretamente quilos perdidos com melhor nível de saúde” (p.10). Ademais, os autores citam estudos que comprovam a ineficiência das dietas e como o reganho de peso é comum para esses casos: “os estudos acabam abordando apenas as melhorias a curto prazo e não acompanham o que acontece quando o peso é recuperado” (p.08).

As concepções baseadas em saúde, contribuíram para que diferentes estigmas fossem vivenciados pelas pessoas com obesidade, como a responsabilização pelo peso adquirido, ser uma pessoa preguiçosa, gulosa, “que não se cuida” e sem força de vontade para emagrecer. Essas concepções, muitas vezes, são generalizadas em diferentes contextos, como no trabalho, escola e nos serviços de saúde que negligencia o cuidado com a pessoa gorda e justifica “outras queixas” pelo peso corpóreo, pautando-se no IMC (RUBINO et al., 2020).

Para Goffman (2004), o termo estigma surge com os gregos, em uma época em que marcas eram traçadas nos corpos para evidenciar um sinal da diferença. As sinalizações corporais separavam os moralmente “corretos” dos incorretos; “os sinais eram feitos com cortes ou fogo no corpo e avisavam que o portador era um escravo, criminoso ou traidor [...]” (p. 05). A crucificação e as chagas de Cristo são exemplos de estigmas, que simbolizam na atualidade para o cristianismo a ressurreição, fé e prova do amor de Jesus pela humanidade (GÉLIS, 2008).

O estigma foi evoluindo nas sociedades, a “marca” não é mais física, mas sim socialmente e moralmente construída; enquanto alguns grupos são colocados como desviantes outros são normalizados e compreendidos como humanos. Apenas um atributo é o bastante para definir o todo, uma característica, para que diferentes percepções e representações sejam instauradas e compartilhadas pelo senso comum, e pela maioria. As concepções de normalidade e o contato com certos “modelos sociais”, também influenciam na autopercepção da pessoa estigmatizada, gerando aversão e desprezo por si mesmo (GOFFMAN, 2004). Poulain (2013) inteira que “o estigmatizado se fecha em

um círculo vicioso quando acha normal o julgamento feito pelos outros e acaba por aceitá-lo" (p.116).

Uma pessoa estigmatizada, é considerada dotada de inferioridade e indesejada pelos demais. Ser possuidor de um corpo com excessos é esperar que a sociedade determine seus comportamentos, desejos, posturas e limites; é não ser notado por suas singularidades, mas sim pelo desvio – a gordura. As atribuições dadas a esse corpo, são passíveis de vergonha e culpa, o próprio sujeito percebe-se diferente e ao mesmo tempo, a estigmatização sofrida o tendência para a “correção” em sua aparência, como forma de reivindicação e busca pela aceitação social. Em outras situações, o estigma (GOFFMAN, 2004) (peso/gordura) acaba por justificar situações frustrantes e de insucesso vivenciadas pelos estigmatizados (MATTOS, 2012).

Como resultado desse processo acontecem alterações em sua autoimagem e os preconceitos são compreendidos como naturais e tomados como verdade. A mudança de vida deve partir exclusivamente da pessoa gorda, culpada por “não se cuidar e chegar a este ponto”, todas essas variáveis provocam o “julgamento moral” e geram restrições e extremos ao se alimentar. Além disso, evidencia-se que “a estigmatização da obesidade, tem, no entanto, um impacto muito mais forte sobre as mulheres do que sobre os homens, pelo fato de que estes estão menos submetidos aos imperativos da estética corporal” (POULAIN, 2013, p. 118).

Lutar contra a estigmatização da obesidade é compreender que muitos são vítimas de preconceitos e que isso afeta o seu desenvolvimento pessoal, gera impactos na saúde, alimentação, e reforça práticas extremas para “prevenir” a obesidade (POULAIN, 2013). Poulain (2019) descreve que a obesidade é enfrentada na contemporaneidade como algo negativo e destaca o termo “deficiência social”, uma vez que a acessibilidade e o direito das pessoas gordas, muitas vezes, são limitados. Matos, Zoboli e Mezzaroba (2012) também discorrem sobre a pessoa com obesidade ter um corpo deficiente, este não se encaixa nos padrões de normalidade sendo um corpo improdutivo e doente. Diferente de uma deficiência adquirida ou genética, a obesidade é colocada como uma escolha e “a partir dessas marcas, sejam elas físicas ou ideológicas, a sociedade modela os preconceitos e estigmas” (p. 108). A seguir, alguns estudos comprovam essa ideia demonstrando as consequências da estigmatização em diferentes contextos.

Em um estudo qualitativo participantes do gênero masculino e feminino descreveram os diferentes estigmas presentes em seu cotidiano. Em algumas situações, a ideia de emagrecimento foi reforçada pelos membros da família e pessoas próximas,

como no caso de uma médica que ouvia o tempo todo que deveria perder peso para ser “respeitada” em sua profissão. Para as mulheres, o estigma do peso também favoreceu para que seu exercício materno fosse questionado. Lojas de vestimentas “não apropriadas” para o seu tipo de corpo despertaram sentimentos de vergonha nos(as) participantes, ambientes inacessíveis como cadeiras de consultórios médicos e no trabalho, foram descritos como humilhantes; os autores apontaram essas situações como exemplos de “estigma ambiental”. Os “estigmas indiretos” como sentir olhares preconceituosos quando estavam comendo, fazendo compras e até mesmo serem excluídos de eventos sociais, como frequentar restaurantes e bares, foram elencados pelos(as) participantes. Todas essas situações comprovam que as experiências estigmatizantes trazem impactos na autoestima e saúde emocional das pessoas gordas (LEWIS et al., 2011).

Na pesquisa quantitativa de Friedman; Simona; Philip e Gerar (2005) homens e mulheres obesos(as) relataram as experiências negativas sofridas por serem estigmatizados. Os números sugeriram, em complemento ao estudo supracitado que: o estigma do peso é expresso por meio de comentários desagradáveis dos familiares (89,1%), comentários inapropriados de médicos e profissionais da saúde (89%), comentários inapropriados de crianças (78, 3%) e o sentimento de que a pessoa amada/querida estava envergonha pelo seu tamanho (76,3%), alguns entrevistados também relataram sofrer alguma discriminação no trabalho (33,3%). O estudo também comprovou que mulheres sofrem mais com a imagem corporal e a depressão do que os homens, o que nos sugere uma maior cobrança social para que o gênero feminino atinja determinado padrão estético; essa diferença entre os gêneros também é demonstrada por Poulain (2013).

Em revisão bibliográfica Lima, Ramos-Oliveira e Barborsa (2017) cruzaram os descritores “obesidade”, “sobrepeso” e “estereótipo” e, observaram que existe uma lacuna nos estudos brasileiros em relação à temática. Não foram citadas pesquisas nacionais que trouxessem os estereótipos e estigmas vivenciados pelas pessoas gordas. Por meio da análise, algumas conclusões foram apontadas: os estereótipos negativos do peso não acarretam em emagrecimento; profissionais da saúde possuem preconceitos e estigmatizam a pessoa obesa, o que diminui a procura e adesão ao tratamento e “[...] podem afetar os cuidados que esses profissionais prestam. Experiências ou expectativas negativas podem gerar estresse, desconfiança e baixa adesão ao tratamento pelos

pacientes com obesidade” (p. 693); os principais estereótipos utilizados para se referir à pessoa gorda foram:

“preguiçosos”, “sem força de vontade”, “pouco atraentes”, “pouco inteligentes”, “compulsivos”, “desmotivados”, “gulosos”, como tendo “má higiene pessoal”, “auto-permissivos”, “descontrolados”, “inativos”, “inseguros”, “frustrados”, “estúpidos” e “indisciplinados” (p. 695)

O estudo de Bombak (2014) discorre como a perda de gordura de forma abrupta – com a utilização de remédios, cirurgias e dietas extremas, dispara uma resposta endócrina que ativa a Grelina, considerado o hormônio da fome. Por isso, em muitos casos, após um período de emagrecimento o aumento da fome faz com que a gordura antes “eliminada” seja recuperada, em proporções muito maiores.

O estudo mostra que de fato, as pessoas que perderam peso relatam maior satisfação e melhora na “saúde” e “qualidade de vida”, no entanto, níveis de estresse, depressão e insatisfação também foram apontados devido à dificuldade em manter-se no peso “adequado” como mostrado pelo IMC. Ressalta-se que o cálculo do IMC não engloba os hábitos alimentares e práticas físicas dos indivíduos, impossibilitando que aconteça uma visão integral da saúde. Por mais que exista possibilidade da obesidade predispor doenças crônicas, não podemos descartar que pessoas com peso considerado normal também podem desenvolver essas doenças (BOMBAK, 2014).

Além disso, a inatividade física está mais relacionada ao aumento da mortalidade, do que a obesidade. Nesse sentido, obesos que praticam atividades físicas moderadas possuem menores taxas de doenças cardiovasculares do que pessoas com peso considerado “normal” pelo IMC e não fazem atividade física. Considera-se que o peso não é uma boa “medida” para classificar a saúde de uma pessoa, mas sim, seu estilo de vida e práticas cotidianas (BOMBAK, 2014).

Bombak (2014) considera que o peso atrelado à saúde pode desencadear comportamentos extremos e ineficazes, e sugere práticas de alimentação intuitiva com atividades físicas independentemente do tipo corpóreo. Observa-se que exercitar-se também traz benefícios para a saúde mental, o que depende diretamente da frequência e duração do exercício, o excesso – mais de seis horas por semana, pode ser associado ao agravamento da saúde mental como mostrado no estudo de CHEKROUD et al. (2018). Compreende-se que situações extremas para emagrecer o corpo, não condizem com as concepções de saúde física e bem estar psicológico.

Nesse sentido, questiona-se: a obesidade predispõe outras doenças ou o não acesso a atividade física, alimentação, profissionais adequados, rotina e excesso de trabalho seriam fatores determinantes para o agravamento da saúde, independentemente do peso corpóreo? É possível ser gordo(a) e ter saúde, a relação peso e saúde nem sempre prediz os hábitos individuais dos sujeitos, o que nos sugere maiores complicações quando pensamos na “obesidade” são os “estigmas do peso”, ou seja, a gordofobia, que contribui para que a pessoa com “obesidade” aumente a ingestão de alimentos e evite situações “promotoras de saúde e bem estar”, como a prática de atividade física, frequentar médicos e profissionais da saúde, o que por consequência agravaria o seu estado de saúde física e emocional (ABU-ODEH, 2014; BOMBAK, 2014; RUBINO et al., 2020).

A ideia de que o peso corporal pode ser controlado apenas com exercícios físicos e uma alimentação balanceada é apontada como solução para combater a obesidade. Precisar apenas inserir esses novos hábitos nos induz a pensar que “ser saudável” depende unicamente de nós mesmos e as noções de “força de vontade” e “mérito pessoal” aparecem constantemente na atualidade e nos discursos midiáticos. O que não se sabe ou não se fala, é que a obesidade não é causada apenas pela alimentação excessiva ou inatividade física. Fatores genéticos, privação do sono, estresse, desregulação hormonal e utilização de medicamentos podem explicar o excesso de peso ou a não redução do mesmo (RUBINO et al., 2020).

As pressões estéticas, a constante busca pela “saúde” - reforçadas pela cultura *fitness* e as práticas de dietas, podem desencadear transtornos alimentares (SOIHET; SILVA, 2019). De acordo com a Classificação de transtornos mentais e de comportamento – CID 10, os transtornos alimentares são divididos em: anorexia nervosa, anorexia nervosa atípica, bulimia nervosa, bulimia nervosa atípica, hiperfagia etc.

A Anorexia Nervosa caracteriza-se pela “perda de peso induzida e/ou mantida pelo paciente” (p. 173), o manual aponta para maior propensão em mulheres adolescentes, jovens e com idade intermediária, o que inclui peso corporal abaixo do considerado “normal”, dietas restritivas, excesso de exercícios físicos e distorção da imagem corporal.

Já a Anorexia Nervosa atípica, critérios da anorexia nervosa são incluídos no diagnóstico, exceto “amenorreia ou perda de peso significativa” (p. 175). Como Bulimia Nervosa compreende-se “repetidos ataques de hiperfagia [ingestão excessiva de alimentos em curto período de tempo] e uma preocupação excessiva com o controle do peso corporal, levando o paciente a adotar medidas extremas” como a provocação de

vômitos e tentativas de evacuação (p. 175); e a bulimia nervosa atípica exclui alguns critérios, mas o caso pode ser considerado típico (Organização Mundial da Saúde, 1993).

O peso corporal é usado muitas vezes como o principal critério para o diagnóstico da anorexia nervosa. No entanto, a pesquisa de Gama (2020) nos mostra que mulheres gordas (obesas pela classificação do IMC) são negligenciadas quanto ao diagnóstico e possíveis tratamentos. Os comportamentos frequentes e, então, percebidos como “disfuncionais” são reforçados e naturalizados para este grupo. Uma mulher gorda que abruptamente emagrece quarenta quilos será lida socialmente como uma mulher que se cuida e se preocupa com sua saúde, em nenhum momento é questionado os “meios e caminhos” utilizados para o emagrecimento ou a percepção de seu corpo e o sofrimento psicológico decorrente desse processo. A antropóloga, posiciona-se quanto ao diagnóstico “atípico” da anorexia presentes nos manuais (DSM e CID), que de fato pode abarcar outros tipos corpóreos para além do esquelético, porém: [...] “afirmar uma atipicidade parte do princípio que não é a apresentação usual da doença” (p. 43).

A Ortorexia e Vigorexia são apontadas como transtornos alimentares contemporâneos, mas que ainda não foram reconhecidos pelos manuais clínicos. Como Ortorexia, caracteriza-se a necessidade por ingerir alimentos sempre “puros” e considerados “saudáveis” e, por consequência acabam por excluir os sujeitos do convívio social e a falta de alguns nutrientes podem causar déficits alimentares, além de serem propensos a desenvolverem ansiedade e transtornos de humor. Já a Vigorexia engloba a obsessão pelo corpo escultural, definição dos mesmos e diminuição excessiva da gordura corporal, o que pode desencadear problemas orgânicos como desregulação hormonal e desgaste muscular, visto que o excesso de exercícios físicos pode provocar lesões. Poucos estudos abordam a temática, a mídia auxilia na disseminação de conteúdos que reforçam esses ideais, o que muitas vezes acaba camuflando o problema (BRESSAN; PUJALS, 2015).

Toda essa invisibilização médica e social nos indica a repulsa e deslegitimação do corpo gordo, aprendemos em nossa cultura o que devemos aclamar e o que devemos evitar. É por meio do padrão hegemônico – branco, esbelto, hétero e cristão, que identificamos os desviantes e excluídos. Tovar (2018) relata em seus escritos sua trajetória, muito cedo percebeu o “ódio gratuito” vindo de muitas pessoas e pôde identificá-lo como gordofobia: “[...] é uma ideologia intolerante que inferioriza pessoas gordas e as torna objeto de ódio e escárnio. Os alvos e bodes expiatórios da gordofobia são as pessoas gordas, mas ela acaba magoando todo mundo” (p. 16-17).

Ao mesmo tempo em que a gordofobia traz sofrimentos para as pessoas que são vítimas da exclusão, a reprodução desta serve como “modelo regulatório” para outras pessoas, que vigiam seus corpos para não chegarem ao “excesso”: “por causa da forma como as pessoas gordas são retratadas em nossa cultura, as pessoas aprendem a temer a gordura. Elas temem a discriminação e o ódio” (p. 17).

O “fazer dieta” tornou-se sinônimo para o “cuidar da saúde” e obter “melhora na autoestima”. Mas o que compreendemos como saúde? A saúde está relacionada à estética? Está relacionada ao *fitness*? Mattos (2012) nos responde essa questão: “a saúde é vitalidade e harmonia. Da mesma forma, a extensão e a revitalização da saúde se identificam com a ludicidade, com a alegria, com os laços sociais e redes afetivas” (p. 69). A saúde implica em bem estar, e diferentes ações podem ser promotoras de saúde, seja na prática esporádica de atividades físicas, comer um bolo com café ao final da tarde em boa companhia, ler um livro e reconhecer as situações que trazem prazer ou desprazer. Salientamos que a saúde não é um recorte que se dá apenas pelo físico e a ausência de doenças, mas sim pela relação entre os sistemas que nos envolvem e provocam equilíbrio.

Mas, por que muitas vezes a dieta está relacionada com a melhora na autoestima e como uma “regra” para o autocuidado? Abordaremos essa questão trazendo a construção científica e histórica do termo, que passou a ser divulgado e discutido no senso comum, com os livros de autoajuda e nas redes sociais. Brevemente, utilizaremos uma perspectiva teórica da Psicologia – Análise Experimental do Comportamento, e falaremos sobre a relação da pessoa consigo mesmo(a) e a incessante busca pela autoestima elevada.

1.2.1 A relação do “Eu” consigo mesmo(a) e a busca pela autoestima

Percebemos que hoje há um discurso popular sobre a “autoestima elevada” como consequência de algo positivo, que precisa ser desenvolvido e exercitado por todos os seres humanos, para “sanar” os problemas individuais e também sociais – trazidos pelas pressões e modelos de ser, aparecer e estar no mundo (WARD, 1996).

O conceito está presente tanto nas pesquisas das ciências humanas quanto nos recortes do senso comum. Dentro da psicologia surgiu a partir das reflexões sobre “self”, como algo que todos possuímos, podemos desenvolver e aprimorar com as vivências, assim como o autoconhecimento, autoconceito, autocuidado, autoimagem etc. (WARD, 1996). Posteriormente, de acordo com Ward (1996, p. 09) alguns estudos experimentais clínicos do psicólogo americano Abraham Maslow, relacionaram a autoestima com outras

variáveis, como: “comportamento homossexual, posição sexual e frequência e tipo de orgasmo. Maslow também conectou autoestima com felicidade e sucesso matrimonial [tradução nossa]”⁵.

O conhecimento popular sobre autoestima também se tornou acessível com a publicação dos livros de autoajuda, e por consequência, uma nova representação foi criada em nosso cotidiano, por meio dos diálogos e divulgação na mídia. Ter uma melhora na autoestima seria uma forma de estar bem consigo mesmo(a), ser mais confiante e desenvolver relações mais seguras, e quando, por algum motivo essa “autoavalição positiva” não acontece, os sujeitos estabelecem relações frustrantes com o “eu”, e acabam por não perceber sua real identidade, estabelecendo processos de rigidez consigo mesmo (SCHULTHEISZ; APRILE, 2013; WARD, 1996).

Os autores Schultheisz e Sprile (2013) comentam que “a identificação que o indivíduo estabelece com o mundo exterior interfere na formação de sua autoestima” (p. 37). Além disso, ainda segundo esses autores, não existe consenso na literatura acadêmica sobre a relação do termo com o conceito, muitos estudiosos compreendem a autoestima como um termo “guarda-chuva” que abarca o autoconceito e autoimagem.

A diferenciação dos termos é apresentada no manual de desenvolvimento humano, descrito por Papalia e Feldman (2013). Segundo essas autoras a autoestima é o: “julgamento que um indivíduo faz sobre seu valor pessoal” (p. 275), enquanto o autoconceito: “senso de identidade; quadro mental descritivo avaliativo das próprias capacidades e traços” (p. 284). Schultheisz e Sprile (2013) complementam: “o autoconceito está diretamente relacionado à autoestima. A autoestima é uma forma de medir o autoconceito” (p. 39); já a autoimagem, está relacionada a imagem – física, social, identitária, que temos de nós mesmos.

Para a Análise Experimental do Comportamento, uma das abordagens da Psicologia, o “mentalismo” compreende os sentimentos como algo intrínseco e natural do ser humano, que se aloja em um local em nosso cérebro chamado “mente”. No entanto, os sentimentos são provocados pelo ambiente e desencadeiam eventos privados, que ativam respostas no organismo. O nome dado a essas respostas é modelado pelo grupo

⁵ "homosexual behavior," sexual position, and frequency and type of orgasm. Maslow also connected self-esteem with marital happiness and success.

social de convivência que estamos inseridos e o comportamento-sentimento passa a ser “significado”, ou seja, a ação é atrelada ao conceito. A mesma lógica equivale para quando utilizamos o termo autoestima, que nessa perspectiva teórica pode ser caracterizada como um comportamento aprendido (GUILHARDI, 2002).

À medida em que somos expostos às situações, desenvolvemos nossa autoestima e esse processo, ocorre nos diferentes períodos da vida. No caso da beleza, uma pessoa que é reforçada em seu comportamento, com menos históricos de punições, terá uma melhor autoestima do que uma pessoa que se encontra distante dos padrões de beleza (ZANELLO, 2018). Meyer (2011) apresenta um estudo de caso clínico, em que a queixa da paciente seria sua autoestima baixa, durante a avaliação foi identificado que em seu histórico de vida diferentes situações e contextos, produziram esse sentimento, como: o bullying na escola por ser gorda, a punição dos amigos e a super proteção por parte dos pais.

A autoestima se tornou comercial. Dicas e guias de como “melhorar a sua autoestima” são lançadas nas mídias e redes sociais para firmar a sua importância social. Essa melhora pode ser adquirida com a aceitação do seu corpo ou mudando seus hábitos, as autoras Santos e Sanchotene (2017) esclarecem essa ideia afirmando que

[...] no caso específico do corpo, a autoestima pode ser usada de pretexto tanto para o indivíduo que escolhe se submeter a uma rotina de exercícios, dietas e procedimentos estéticos para melhorar a aparência e ser mais feliz, quanto para aquele que opta por rejeitar estes padrões de beleza e deseja ser feliz no próprio corpo. Em nome da própria felicidade, cada vez mais, vale tudo. Seja qual for o método escolhido, a recuperação da autoestima é tida como algo socialmente desejável (p. 07).

O que nos provoca, é quando pensamos na busca incessante para “conquistar” a melhora da autoestima. Aceitar o corpo e/ ou provocar a mudança para atingir “o corpo ideal” garantirão esse acesso? Nem sempre! Como explicitado acima, a autoestima está relacionada ao histórico de vivências, que dependerão do reforçamento e punição. Os processos e vivências aprendidos não serão esquecidos, por isso, muitas vezes a pessoa que emagrece e atinge o seu “ideal” ainda não se encontra satisfeita com o seu corpo, o mesmo raciocínio pode ser feito com a pessoa que decide aceitar o seu corpo imediatamente. Precisamos pensar no processo, e como a ampliação de novos repertórios podem favorecer para aos poucos melhorar esse sentimento-comportamento chamado autoestima (GUILHARDI, 2002; MEYER, 2011; SANTOS; SANCHOTENE, 2017).

O termo acaba por responsabilizar os sujeitos do seu fracasso e sucesso, voltamos novamente para as concepções e representações do “mérito pessoal”, visto que, hoje, ter autoestima é socialmente lido como um processo individual, único, da sua relação consigo mesmo(a) (GUILHARDI, 2002; MEYER, 2011; SANTOS; SANCHOTENE, 2017). Responsabilizamos os sujeitos, e não nos atentamos para como os pais, familiares, escola e educadores, contribuem na maioria das vezes, de forma negativa para a construção de uma autoestima disfuncional que trará consequências na relação *eu – comigo mesmo(a)*.

Enfim, não podemos deslocar toda a capacidade de ser “feliz” das pessoas em ter ou não o que chamamos de “autoestima”, desconsiderando que o mundo insiste em manter artefatos culturais sobre padrões estéticos inatingíveis e que o ser humano é construído a partir de suas aprendizagens anteriores e constantes em diferentes e complexos contextos.

Na próxima seção partiremos de uma concepção social crítica e utilizaremos o termo “corpo gordo” ou “pessoa gorda” como referência ao objeto de pesquisa. O ativismo e a importância da identificação do grupo para construção do sentimento de “pertencimento” em nossa sociedade serão abordados, juntamente com a relação entre corpo gordo e sexualidade.

1.3 Corpo gordo e sexualidade

1.3.1 Notas sobre o ativismo gordo

A atualidade e as redes de informação nos mostram dois polos distintos, que medem forças entre si: por um lado, as concepções de saúde pautadas em dietas, alimentos *Diet e Light*, suplementos e atividades físicas e, por outro, a aceitação e naturalização dos corpos. O espaço para essa discussão foi viabilizado pela mídia nos perfis *fitness, fatness e body positive*, muito se fala sobre a “romantização da obesidade” e a importância da saúde para evitar o adoecimento, concepções contestadas por ativistas no *ciberativismo* e estudiosos dos chamados *fat studies*.

O ativismo gordo foi iniciado nos Estados Unidos com as problematizações nos movimentos identitários e os estudos feministas, que tiveram grande influência na forma de questionar e resistir às “amarras sociais” que ditam “regras” sobre os corpos e controlam pessoas, principalmente as mulheres (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020; RANGEL,

2018). Militantes gordas trouxeram o termo *fatphobia* e reivindicaram por acessibilidade e despatologização da pessoa gorda, diferente da pressão estética que controla e atinge todas às mulheres, a gordofobia impede o direito de ir e vir e atinge gordos e gordas de formas distintas,

pessoas gordas sofrem com o impedimento da acessibilidade (em ônibus, aviões, restaurantes, cinemas, etc.), sofrem para encontrar roupas de seu tamanho nas lojas, sofrem de olhares de valor de juízo quando se alimentam publicamente, dentre diversas outras violências (RANGEL, 2018, p. 52).

Por mais que o movimento feminista tenha dado o *Start* para discutir essas questões, hoje o tema ainda é debatido timidamente. A pressão estética é colocada como questão central para o debate sobre os corpos femininos, que teve como marco a obra “O mito da beleza” da autora Naomi Wolf (1992).

Por outro lado, para além dos corpos que sofrem com a imposição de padrões, existem aqueles que são excluídos dos espaços sociais e de convivência pela chamada gordofobia, que nem sempre é referenciada nos movimentos feministas, como apontado nos textos de Piñeyro (2016), Rangel (2018) e Jimenez-Jimenez (2020). Essa é uma das críticas das gordoativistas: a falta do protagonismo *gorde* nos feminismos. Jimenez-Jimenez (2020) ainda problematiza em seus estudos, se seria possível uma pauta feminista gorda, e esclarece que “o ativismo gordo luta dentro do feminismo para ocupar e validar essa luta, mas infelizmente existem feminismos que, em sua maioria, não percebem a importância dessa discussão dentro deles” (p. 177).

É importante ressaltar que o movimento de aceitação corporal – *body positive*, questiona os padrões de beleza e estética construídos socialmente e não exclui as práticas promotoras de qualidade de vida. Com isso, os meios para atingi-los e se adequar são, em sua maioria, lesivos para o bem-estar físico, emocional e psicológico. A aceitação e a positividade ao perceber o corpo não expressam “desleixo” ou “despreocupação” com a saúde e, não são excludentes para uma boa percepção corporal seguidas de autoestima e autocuidado. O *body positive* é um movimento para todos os tipos corpóreos e não é apenas direcionado às pessoas gordas, a principal diferença entre os movimentos (*body positivity* – termo em inglês e gordoativismo) são as pautas de resistência, representatividade e luta.

Rangel (2018) esclarece que o ativismo gordo é “[...] pelos direitos específicos das pessoas gordas como acessibilidade, emprego, saúde, etc. enquanto o movimento

body positivity envolve principalmente questões subjetivas como o amor-próprio e a autoestima elevada” (p. 123-124). Jimenez-Jimenez (2020) complementa essa ideia, enfatizando que muitas vezes as lutas são confundidas: “definitivamente não são as mesmas lutas. O *body positive* foca em todos os corpos e na quebra do padrão único de beleza e as ações estão muito ligadas a moda, autoestima, belezas diversas, etc.” Enquanto para a autora, o ativismo gordo: “está focado em contrapor a estigmatização dos corpos gordos socialmente, na despatologização desses corpos e na acessibilidade quase inexistente por causa da gordofobia” (p. 174).

A pressão estética é vivenciada por todas as mulheres, já que sua base é o machismo e o patriarcado que buscam controlar os corpos femininos; já a gordofobia é uma forma de aversão, discriminação e preconceito que apenas *gordes* enfrentam e suas consequências diferem quando apontamos outros marcadores sociais, como raça, gênero, regionalidade, geração, classe etc. (PIÑEYRO, 2016; JIMENEZ-JIMENEZ, 2020). Rangel (2018) problematiza a relação do ativismo gordo com o feminismo, apontando para: “há inclusive ativistas que questionam se o ativismo gordo deveria ser vinculado ao feminismo, uma vez que homens também sofrem gordofobia de maneira diferenciada” (p. 52-53).

A diferença entre os gêneros também é discutida por Piñeyro (2016) e Tovar (2018); as autoras ressaltam que a gordura masculina é uma questão feminista, a gordofobia vivenciada pelo homem gordo está vinculada aos “traços gordos” considerados femininos. Esta opressão está relacionada à aversão ao feminino (TOVAR, 2018): “o tratamento cultural aos corpos de homens gordos centra-se fortemente na retórica sexista. Homens gordos geralmente são considerados femininos” (p. 86). A autora ainda complementa que “então acredito que é o profundo ódio cultural do feminino que levam alguns dos casos de gordofobia que os homens vivenciam” (p. 86). O fato da gordura “suprimir” os genitais masculinos e acentuar o volume das mamas também traz a ideia de “castração gorda”, prevalecendo ainda mais a ideia do homem feminino.

Piñeyro (2016) pontuou aspectos que elucidam as diferenças entre os gêneros, como o fato de homens serem valorizados por sua “beleza interior” enquanto mulheres são rejeitadas por sua aparência, ao mesmo tempo em que qualidades internas como inteligência e razão são colocadas como predominantemente masculinas. Quando o homem é gordo, alguns adjetivos são relacionados como “ser um homem forte e protetor”, ao contrário disso, quando há o excesso de gordura em mulheres elas se tornam “grotescas” e sem feminilidade e essa “função protetiva” é realizada por elas mesmas.

A partir desses fatores, comprova-se que homens e mulheres sofrem com a gordofobia, mas devido ao machismo, sexismo, a opressão vivenciada por mulheres gordas provoca diferenças: “podemos afirmar que a intersecção dessas opressões gerará uma situação específica em cada corpo, o mesmo que faria em combinação com outras experiências⁶” [tradução nossa] (p. 77).

A pesquisa de Rangel (2018) buscou compreender como o ativismo gordo se consolidou no Brasil e quais significados perpassam por essa luta. A internet foi um grande facilitador para a formação do movimento, que vem sendo discutido no país em torno de uma década e seu início também se atrelou à comercialização de roupas *Plus Size*. Para os(as) participantes da pesquisa, reivindicar pelos direitos da pessoa gorda na internet (também chamado de *ciberativismo*) estava relacionado com a representatividade e identificação das mesmas vivências e situações, como as diversas tentativas de emagrecimento e o bullying no período escolar.

As problematizações dos(as) ativistas no Brasil apontaram para questões como o conceito de gordo(a) maior e gordo(a) menor, quem realmente pode se identificar como gordo(a), e qual o espaço que determinados corpos ocupam em sociedade. Definir ou classificar uma pessoa como gordo(a) ou não gordo(a) dentro do ativismo, é muito mais que um simples cálculo de IMC; a multiplicidade dos corpos faz com que seu tamanho e a forma que é compreendido socialmente, determine “níveis de opressões”. Uma “gordinha que veste 44/46” não sofrerá a mesma violência nos espaços que frequenta como uma “obesa mórbida”, mesmo que os corpos sofram repulsas por serem dissidentes. Esclareço que as aspas foram utilizadas para referenciar como gordas menores e maiores são retratadas com termos pejorativos, cobertos de eufemismo e utilizados erroneamente, mas que são validados e reproduzidos pelo senso comum.

Muitas vezes, vivências de gordos(as) menores são deslegitimadas, assim como as de gordos(as) maiores, mas é importante salientar que ambos sofrem gordofobia, em níveis distintos (RANGEL, 2018; JIMENEZ-JIMENEZ, 2020). Para abarcar essas diferenças Rangel (2018) e Jimenez-Jimenez (2020) exemplificam sobre os termos “gordo(a) maior e gordo(a) menor”. Para Rangel (2018, p.74) “essa classificação busca evidenciar o lugar de opressão maior em que está localizada a gorda maior”. E ainda,

⁶ “podemos afirmar que la intersección de estas opresiones generará una situación específica en cada cuerpo, lo mismo que lo haría en combinación con otras experiencias” (p. 77).

relaciona com o termo *colorismo*, uma das pautas do movimento negro: “[...] quanto mais escura a pigmentação da pele da pessoa, mais preconceito e racismo ela sofrerá, em especial, em países colonizados por europeus” (p. 74). Jimenez-Jimenez (2020) relata sua percepção a partir do lugar que ocupa enquanto mulher gorda: “Fui entendendo na pele, com experiências nada prazerosas, que o corpo gordo acima dos 56 vai sofrer mais com acessibilidade e patologização na sociedade do que os outros corpos gordos, porém menores” (p. 178).

Outra discussão trazida pelo movimento e apresentada nos resultados de Rangel (2018) foram as diferenças entre “pessoas magras” e “pessoas não-gordas” e a representação dos chamados “ex-gordos”. Entende-se por “pessoas magras” aquelas que não sofrem nenhum tipo de opressão por seu tipo físico e tamanho, não são patologizadas e não possuem dificuldades de acesso nos ambientes públicos; já a pessoa “não-gorda”, “são pessoas que não são consideradas magras, mas também não se encaixam como gordas” (p. 75), muitas vezes são colocadas como “gordinhas”, “fofinhas” e “cheinhas”.

O corpo em sua estrutura biológica é passível de mudanças, com isso, o termo “ex-gordo” apresenta a ideia de “transição”, já que muitas pessoas podem ser consideradas gordas em um determinado período do desenvolvimento e emagrecer, seja por indução (dietas, exercícios, medicamentos, cirurgias) ou fatores “naturais” (mudanças hormonais); é nesse momento, que a identidade do “ser gordo” é questionada dentro do ativismo, devido seu aspecto mutável, já que a categoria “ex” instiga que todos podem emagrecer em algum momento: “[...] enquanto há ativistas que entendem que a vivência das pessoas que foram gordas e hoje são magras é de grande valia para o ativismo gordo, outras pessoas entendem que essas pessoas já não tem mais nada a ver com a militância gorda” (RANGEL, 2018, p. 75-76).

As críticas e problematizações sobre as “novas nomenclaturas” não cessam, eventos de moda nomeados como *Plus Size* também são apontados como reprodutores de novos padrões sociais, visto que, nem sempre o divulgado pela indústria representa corpos gordos reais e diversos (RANGEL, 2018): “[...] pessoas gordas consideradas gordas maiores protestam pois são excluídas da acessibilidade às roupas proporcionadas pelos eventos” (p. 108). Além disso, os altos custos das roupas “maiores” não são acessíveis e não permitem que aconteça uma moda gorda inclusiva. A não existência de produtos para pessoas maiores reforça a ideia de que esse corpo deve se adequar ao que é ofertado pelo mercado, ou seja, o que é colocado como “corpo gordo aceitável”; enquadrar-se nesse novo padrão é instigar novamente o emagrecimento para uma nova categoria econômica

que se forma, o *Plus Size*. Para Jimenez-Jimenez (2020, p. 103) “é anunciada uma repetição da padronização feminina, porém disfarçada por um corpo com ‘curvas’” (JIMENEZ-JIMENEZ, p. 103).

A moda *Plus Size* pode de fato ser representativa em alguns contextos, mas para quem esse mercado é destinado? Quais mulheres? Mesmo que a diversidade seja atualmente um grande nicho de publicidade, ainda é mostrado o “desviante” semelhante ao que temos como referência de padrão belo. “[...] corpos padronizados, aquilo que se pode permitir socialmente em ser gorda, sem barriga, com cinturas finas, corpos firmes, altas, brancas.” (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020, p. 104). A categoria “boa gorda” (RANGEL, 2018) ou “gordibuenas” (PIÑEYRO, 2016) surge para normalizar e classificar as então apontadas como “gordinhas”.

A “boa gorda” possui excesso de gordura, não atinge os ideais de magreza, mas cumpre critérios que a tornam uma boa mulher, que performa feminilidade e sensualidade: [...] “com traços finos e branca, demarcando aspectos eurocêntricos na identificação de beleza. Se maquia e se cuida. Não é ‘relaxada’ e geralmente não tem celulites ou estrias” (RANGEL, 2018, p. 111). O excesso de gordura dessas mulheres é então “perdoado”, uma vez que, cumpre outros critérios da beleza eurocêntrica “é uma gorda que cumpre certos padrões de beleza oficialmente estabelecidos, cuja a gordura é perdoada e por essa razão – por atender todos os outros critérios – ela está autorizada a entrar no clube das belas”⁷ [tradução nossa] (PIÑEYRO, 2016, p. 96).

As classificações e termos apresentados nos mostram diferentes pautas debatidas pelo movimento gordo, mas que ainda são divergentes. Definir quem pode ser representado e possuir do seu “lugar de fala” é deslegitimar a pluralidade de corpos e a singularidade de vivências. Como trazido por Djamila Ribeiro (2020) “[...] todas as pessoas possuem lugares de fala, pois estamos falando de localização social. E, partir disso, é possível debater e refletir criticamente sobre os mais variados temas presentes na sociedade (p. 85). A autora ainda complementa dizendo que o grupo social privilegiado precisa atentar-se para as diferenças de vivências e dar voz aos marginalizados.

A gordura, efetivamente, torna as pessoas mais vulneráveis, no entanto, outras características podem minimizar ou aumentar o processo de exclusão social. Rangel (2018) aborda o quão problemático é definir quem é gordo e que isso “dificulta o avanço

⁷ “es una gorda que cumple ciertos cánones de belleza oficialmente establecidos a la que se le perdona su gordura y por eso -por cumplir todos los demás criterios- le es permitido entrar al club de las belas” (PIÑEYRO, 2016, p. 96).

de pautas gordas e promove os ‘rachas’, a divisão entre grupos com concepções diferentes sobre o ativismo” (p. 77). Os corpos são diversos e as intersecções também, uma das preocupações do ativismo gordo é segregar o grupo, por isso, fala-se em ativismos gordos. Sobre esta questão, Jimenez-Jimenez (2020) esclarece:

São muitas as interseccionalidades que formam o ativismo gordo, não somos um bloco fechado em que todos os corpos gordos são iguais e sofrem das mesmas exclusões e sofrimentos; apesar de termos identificações de sofrimentos, outros existem e se somam a mais estigmas e dores (p. 179).

Os(as) ativistas também discutem a exclusão de pessoas gordas nos relacionamentos interpessoais, afetivos e sexuais: “ser gordo é afastar de perto de você as pessoas, a família, os amigos, e os relacionamentos podem ser relações de sofrimento, tristeza e culpa” (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020, p. 86). Corpos magros são legitimados como padrão de beleza, estética, saúde e atratividade, enquanto os gordos são tolhidos amorosamente e não atingem as expectativas para serem escolhidos como parceiros. A estética gorda provoca repulsa e o que nos é apresentado como normal atinge negativamente os desviantes, seja nas relações sexuais, padrões de gênero, orientação sexual, classe, religião, cor, etc. Performar o normal – magro, branco, heterossexual, de certo modo, favorece na vivência da sexualidade e na aprovação social.

A solidão da mulher gorda é demonstrada na tese de Jimenez-Jimenez (2020) que conclui: “[...] a maioria das mulheres gordas com quem conversei contam que, geralmente, os relacionamentos são carregados de exclusão e prejulgamentos difíceis de lidar, levando esse corpo ao isolamento e à solidão” (p. 87).

Abaixo, trago alguns relatos de livros autobiográficos escritos por mulheres gordas ou que sofreram com a pressão estética. Os textos nos comprovam os impactos negativos no “mercado afetivo” e sentimentos como “não merecimento do amor”, culpa, repulsa pelo próprio corpo e repressão da sexualidade.

A jornalista Daiana Garbin, criadora do canal “eu vejo” no *youtube* conta em seu livro “fazendo as pazes com o corpo” (2017) como a pressão estética refletiu em sua relação com a comida e com seu corpo, para além disso, no capítulo 4 intitulado “o terror dos relacionamentos” descreve sentimentos como medo e vergonha ao se envolver sexualmente com parceiros

[...] Lembro de sentir vergonha e medo. Levei muitos anos para entender por que as pessoas dizem que sexo é uma coisa boa, que proporciona prazer. Demorei muito para me sentir à vontade sem roupa na frente de um homem porque, para mim, aquilo não tinha nada de prazeroso (GARBIN, 2017, p. 53).

A também jornalista, *youtuber* do canal “Alexandrismos”, idealizadora do movimento Corpo livre no Brasil, Alexandra Gurgel, discorre em seu livro “pare de se odiar” (2019) como a gordofobia e a pressão estética influenciou em suas vivências e como esse processo foi transformado em “ódio” contra o próprio corpo, trazendo impactos negativos para autoestima, desencadeando transtornos alimentares e psicológicos. Sobre seus relacionamentos, Xanda conta que não sabia o que era ser desejada e sempre esperava atingir o “corpo ideal” para poder ser “escolhida” por outra pessoa:

[...] Eu não sabia o que era ser desejada. Já tive um namorado, ok, mas mais ninguém vai gostar de mim? O que eu tenho que fazer? Parecia que nada resolvia. Fora que o problema com a falta de roupas permanecia, fazendo com que eu estivesse insatisfeita com meu corpo ainda mais, achando que as coisas só dariam certo quando estivesse magra” (GURGEL, 2019, p. 22).

A gordoativista, pesquisadora e escritora do livro “meu corpo, minhas medidas”, Virgie Tovar (2018) discute como “ficar magra” poderia proporcionar o acesso aos homens e ao amor e, como isso é aprendido culturalmente:

Em vez de aprender que você merece amor simplesmente por ser uma pessoa, você aprende que o amor é algo que as pessoas devem conquistar por meio de métodos socialmente sancionados. Para muitas mulheres, esse método é o controle do peso (TOVAR, 2018, p. 70-71)

O controle do peso significa ter acesso há “posições” públicas que mulheres gordas não podem atingir, como ser assumidas como esposas e namoradas:

Mulheres muito magras estão posicionadas em cargos mais públicos (como esposas e namoradas), enquanto mulheres gordas estão em posições mais privadas (como amantes ou namoradas secretas) (TOVAR, 2018, p. 71).

Por meio dos relatos, verifica-se que existe uma relação entre sexualidade e corpo gordo. As discussões foram trazidas recentemente por mulheres que experienciaram

situações de exclusão e violência de gênero. Em minhas leituras, não encontrei livros autobiográficos contando a vivência da sexualidade de homens gordos, me arrisco a dizer, que esse debate foi facilitado e iniciado por mulheres.

Neste sentido, partiremos agora para uma discussão sobre sexualidade ao longo do desenvolvimento humano e como aprendemos e reproduzimos padrões de normalidade e estética. Durante a adolescência, é comum existir a necessidade de enquadrar-se a um grupo social. As mudanças físicas e o amadurecimento das glândulas reprodutivas acontecem nesse período do desenvolvimento, além da “paquera” e muitas vezes, o início das práticas sexuais. O que se pretende abordar é: como jovens gordos(as) experienciam a sua sexualidade? Mas, antes disso,

1.3.2 O que é sexualidade?

A sexualidade humana atravessou e atravessa, ao longo da história, períodos pró sexual e de repressão. Como um movimento cíclico, historicamente o comportamento sexual humano esteve presente em culturas, épocas e civilizações distintas e sempre existiu para fins de reprodução e/ou prazer (RIBEIRO, 2005). Para Maia (2010) essas funções que envolvem a sexualidade sofreram diferentes mudanças, o que nos comprova a alternância “ideológica”: [sobre o prazer] “ora foi cultuado, relacionado à fertilidade e à riqueza ou condenado, como sujeira e pecado” (p. 03). A religião, em grande parte, exerceu essa função de controle moral e sexual, que posteriormente foi substituído pela medicina e outras agências de poder, como apontado por Foucault (1988) em a “história da sexualidade”. O sexo, estaria restrito ao ambiente privado, para fins de reprodução e constituição da família “tradicional-monogâmica” e heteronormativa.

Histórica e socialmente construída, a sexualidade não se restringe apenas às práticas sexuais, mas como um conjunto de interações que envolvem o corpo, desejo, emoções, sentimentos e a identidade de cada pessoa. É um conceito amplo, modelado e influenciado pelas relações, alterações biológicas e o contexto social, ou seja, pode ser compreendida como biopsicossocial e está presente em todas as fases do desenvolvimento, como a infância, adolescência, vida adulta e velhice (MAIA, 2010).

Civilizações e normas sociais delimitaram o que poderia ser aceito e não aceito; o mesmo podemos falar sobre a sexualidade, partindo de uma visão construtivista das relações sociais. Práticas consideradas “comuns” em um determinado período histórico foram tachadas como pecaminosas, errôneas e modificadas com o tempo (HEILBORN,

2006). Como exemplo desse movimento, podemos citar a chegada dos portugueses ao Brasil, que se depararam com o nu e a troca de parceiros sexuais entre os indígenas; com o processo de aculturação, a cultura dominante impôs seus valores por meio de uma ótica cristã, em que o sexo estaria relacionado ao matrimônio e ao amor romântico.

As práticas sexuais, são diversas e aprendidas pelos “roteiros sexuais” (HEILBORN, 2006, p. 46), assim como outros comportamentos no processo de socialização. O ato sexual também se diferencia na performance entre os gêneros, homens são cobrados a adotarem uma postura mais ativa e máscula, enquanto mulheres devem ser dominadas e passivas. Todo esse processo e os “papéis sexuais” são modelados por instituições como a família, escola, relações interpessoais e mídia, e são reproduzidos por jovens e adolescentes no período de iniciação sexual e em suas relações (HEILBORN, 2006).

Da mesma forma que a sexualidade é influenciada pelo contexto, o corpo e a aparência física sofrem as mesmas pressões em busca de “adequação” e, desviar desse padrão pode desencadear consequências na vivência/expressão da sexualidade. Isso nos demonstra que não pertencer ao padrão hegemônico, seja nas atribuições de beleza ou nos modelos sexuais, pode influenciar na forma em que se é desejado e escolhido por parceiros(as) afetivos-sexuais: [...] “há uma apreciação social dos corpos que intervém diretamente sobre as oportunidades relativas ao exercício da sexualidade, tais como a atração exercida sobre outras pessoas, a qual possibilita obter parceiros (HEILBORN, 2006, p. 47).

Os padrões são aprendidos para “manter a ordem natural das coisas, o status quo” (MAIA, 2010, p. 06). É por meio da educação sexual formal ou informal, que aprendemos como devemos vivenciar a sexualidade, o que é ser homem e ser mulher, discursos machistas e sexistas, e os processos de repressão sexual. As formas de repressão sexual são diversas e nos ditam modos de ser, agir e estar no mundo, nem sempre é possível identificar as repressões, já que acontecem de forma sutil e são veladas de imposições e naturalizadas pela cultura. Ensinaamentos do que seriam comportamentos “normais” em nossa sociedade podem ser considerados formas veladas de repressão sexual, como: incentivar a perda da virgindade, uso de pornografia e virilidade aos homens, e a imposição do casamento, maternidade, beleza e magreza como funções e deveres exclusivamente femininos (MAIA; MAIA, 2005; MAIA, 2010).

O que nos é mostrado, é que existe uma diferença entre o que é permitido para homens e mulheres e que essas “regras” foram construídas baseadas no sexo biológico,

em uma cultura falocêntrica, em que mulheres estão em constante desvantagem devido ao sistema patriarcal e homens ocupam o topo da “cadeia alimentar”.

Para Parker (2006) os brasileiros estruturaram suas relações por uma “autoridade patriarcal”, é pela linguagem que se manifesta essa discrepância entre os sexos, o pênis é representado como potência (pau, duro, pica) e a vulva como algo “inferior” e “passivo” (buraco, racha) que pode ser penetrado. Whitaker (1995) complementa, essas distinções entre o masculino e feminino são introjetadas antes mesmo do nascimento da criança, com acessórios, roupas, cores, e atribuições de “personalidade”: meninos são mais espertos e aventureiros enquanto meninas são mais tranquilas e sensíveis. Ou seja, os papéis sexuais são bem definidos desde a infância, juntamente com os estereótipos de feminilidade e masculinidade.

Sobre essas questões, a categoria gênero foi criada para compreender o que é ser homem e o que é ser mulher, desconstruindo binarismos e atribuições baseadas no sexo biológico e na ideia de “essência” masculina ou feminina. O gênero, então, seria o “título” que recebemos ao nascer: “se você nasce com pênis, você é um menino e automaticamente precisa se comportar como um menino”. Tal afirmativa, descarta o processo de formação do ser ao longo de toda vida e reafirma que para “ser homem” basta nascer com um pênis. Nem sempre o sexo de nascença vai corresponder a identidade de gênero, pois “não é o momento do nascimento e da nomeação de um corpo como macho ou fêmea que faz deste um sujeito masculino ou feminino” (LOURO, 2008, p. 18).

Simone de Beauvoir (1980) foi uma das precursoras ao desconstruir funções femininas como inatas, e sim como produto de uma construção social que o homem é referenciado como “modelo”. Louro (2019) apresenta o conceito de “identidade social”, que são formas de constituir o sujeito a partir de seu contato com o mundo e com o outro, existem diferentes identidades sociais como a de gênero, sexualidade, geração, raça e classe. As formas são diversas e são inscritas nos corpos para diferenciar uns dos outros e, também atuam como “marcadores sociais”:

Em nossa sociedade, a norma que se estabelece, historicamente, remete ao homem branco, heterossexual, de classe média urbana e cristão, e essa passa a ser a referência que não precisa mais ser nomeada. Serão os “outros” sujeitos sociais que se tornarão “marcados”, que se definirão e serão denominados a partir dessa referência. Dessa forma, a mulher é representada como “o segundo sexo”, e gays e lésbicas são descritos como desviantes da norma heterossexual (LOURO, 2019, p. 18).

Os compreendidos como “normais” atuam tão fortemente que acabam por representar “os outros”, é por meio da identidade subjugada que os padrões se findam, é pela discrepância dos dissidentes que as relações de poder se concretizam. Quanto maior o desvio, maior a força e visibilidade do “normal”. A sociedade busca reforçar uma única forma de performar o masculino e o feminino, e uma única identidade sexual: a heterossexualidade (FOUCAULT, 1992; LOURO, 2019).

Louro (2019) reitera Heilborn (2006), ao pontuar que as agências sociais, como a família, igreja, escola, exercem disciplina sobre os corpos e exercitam “uma pedagogia da sexualidade e do gênero” (p.31), pois, reafirmam a todo tempo o que é normal e o que é desviante e ditam formas de viver a sexualidade e o gênero: “curiosamente, no entanto, as instituições e os indivíduos precisam desse ‘outro’. Precisam da identidade ‘subjugada’ para se afirmar e para se definir, pois sua afirmação se dá na medida em que contrariam e a rejeitam” (p. 38).

Gênero e sexualidade se relacionam, ambos são construídos socialmente, aprendidos e influenciados pelas agências sociais e discursos de poder, que reproduzem padrões definidores de normalidade e estética corporal (ANDRADE, 2004; FELIPE, 1998; FOUCAULT, 1988; MAIA, 2011; WHITAKER, 1988). Nesse sentido, as intersecções dos marcadores sexuais: gênero, orientações sexual, geração, posição geográfica, raça, classe, deficiência e corpo gordo, nos mostram formas distintas de vivenciar relações e estar em sociedade, e simboliza o “afastamento” do padrão normativo, como pontuado por Louro (2003), “afastar-se desse padrão [masculino, branco, magro, heterossexual, jovem, belo e produtivo] significa buscar o desvio, sair do centro, tornar-se excêntrico (p. 44).

A vivência da sexualidade enquanto adulto vai depender das experiências anteriores, se houve processos de repressão, como a autoestima e autoimagem se desenvolveram, relacionamentos interpessoais etc. Os padrões de normalidade, beleza e estética atingem principalmente jovens no período da adolescência, em que ocorrem as mudanças corpóreas e na aparência, forma-se a identidade pessoal e social, e acontecem muitas vezes, os primeiros relacionamentos amorosos e sexuais (BLACKBURN, 2002; HEILBORN, 2006). Os sujeitos considerados “fora da norma” vivenciam dupla repressão, pois são estigmatizados, marginalizados, oprimidos, sofrem violências e preconceitos, dificultando ainda mais o processo de expressão de sua sexualidade.

Ao entrelaçar os conteúdos expostos com o corpo gordo e a vivência da sexualidade, podemos supor haver forte influência entre essas variáveis. O corpo físico teve investimentos da sociedade capitalista para que fosse produtivo (FOUCAULT, 1992), construindo uma imagem de beleza e saúde que exclui e patologiza o gordo. Alguns estudos a seguir, serão apresentados e demonstram os impactos negativos da vivência da sexualidade da pessoa gorda e como essa representação se dá em alguns espaços e contextos, desencadeando processos de exclusão.

1.3.3 A sexualidade da pessoa gorda

Sentimentos de vergonha durante as relações sexuais, insatisfação com a imagem corporal e insegurança foram evidenciados em alguns estudos, em que mulheres gordas relataram suas experiências sexuais (SILVA, 2012; GAUTÉRIO; SILVA, 2014; GAILEY, 2014).

Silva (2012) investigou a satisfação com a imagem corporal, satisfação conjugal e sexual de mulheres consideradas pelo IMC com peso “normal”, “sobrepeso” e “obesidade”. Mulheres com corpos maiores indicaram altos índices de insatisfação corporal quando comparadas com mulheres com o IMC “mais baixo”. Sentimentos de vergonha e desvalorização do próprio corpo também foram mais evidentes em mulheres gordas.

Os dados complementam a pesquisa de Gautério e Silva (2014) e Gailey (2014) em que mulheres gordas identificaram o “corpo magro” como representação de saúde, beleza e feminilidade. Nas relações sexuais, sentimento de insegurança ao despir-se para os cônjuges e vergonha foram destacados (GAUTÉRIO; SILVA, 2014). 94% das mulheres entrevistadas na pesquisa de Gailey (2014) relataram ter vivenciado humilhações e sentirem vergonha do próprio corpo, além das inúmeras tentativas de emagrecimento não sucedidas. Algumas mulheres, citaram que o sexo com homens ocorria após a ingestão de álcool, em ambientes privativos e sem manifestação de afeto em público. O estudo investigou que 72% das participantes indicaram melhora nas relações sexuais e menos vergonha do próprio corpo após conhecerem o “orgulho gordo”; além de favorecer na identificação de relacionamentos abusivos e desrespeitosos.

As pesquisas sugerem que socialmente os corpos gordos não são colocados como atrativos sexualmente (CHEN; BROWN, 2005; OSWALD; CHAMPION; PEDERSEN, 2020). Evidencia-se nas pesquisas citadas (SILVA, 2012; GAUTÉRIO; SILVA, 2014; GAILEY, 2014) questões de gênero, na medida em que as mulheres são duplamente

estigmatizadas, pelo seu gênero, por não performarem os ideais de feminilidade e pelo corpo considerado desviante.

O estereótipo da assexualidade da pessoa gorda foi observado no estudo de Oliveira-Silva (2017). Santolin e Rigo (2015) citam que a “obesidade” seria um fator desencadeante para o desinteresse sexual e a falta de excitação pelo outro; Costa, Machado e Cordas (2010) e Silva et al. (2012) pontuam a incidência de “disfunção sexual” em pessoas “obesas”. Estes estudos não concluem se de fato, a disfunção sexual seria ocasionada por fatores biológicos, devido ao excesso de gordura ou por questões sociais - estigmas vivenciados e a exclusão do(a) gordo(a) como um corpo indesejável e não atraente.

Cecílio et al. (2014) pontuam em sua pesquisa que o desmerecimento do parceiro, insatisfação com o corpo e os ideais de magreza, interferem no modo em que mulheres vivenciam sua sexualidade e que isso pode provocar uma vivência sexual negativa. Com o emagrecimento, foi observado melhora nas relações sexuais. O que se questiona, é se de fato, a “obesidade” estaria associada às disfunções sexuais ou se a aceitação do corpo (seja ele gordo ou magro) traria melhoras no desenvolvimento sexual, como demonstrado por Gailey (2014), em que mulheres gordas após conhecerem o gordoativismo vislumbraram suas relações sexuais como mais positivas.

Chen e Brown (2005) analisaram a preferência sexual de um grupo de participantes sobre potenciais parceiros(as) a partir da escolha de categorias de características pessoais. Entre as condições de ser saudável, não ter um braço, cadeirante, viver algum transtorno mental, ser obeso e ter histórico de infecções sexualmente transmissíveis, a obesidade foi apontada como a “menos desejada” por homens e mulheres, sendo os homens os que mais se preocuparam com os atributos físicos e a gordura corpórea do(a) parceiro(a). O(a) gordo(a) também é referenciado como preterido sexualmente e amorosamente na pesquisa de Oswald, Champion e Pedersen (2020).

Por um lado, a pessoa gorda é colocada como não desejável, mas por outro, verifica-se uma certa procura de homens e mulheres gordas em sites de relacionamento e pornografia (BARROS, 2017; FIGUEIROA, 2014; VIEIRA JUNIOR, 2018; KULICK, 2012). O que se discute, é que o desejo sexual também é direcionado por regras sociais, e o corpo gordo por ser colocado como desviante e fora dos “padrões” é recluso ao ambiente privado, ao “desejo encoberto” e que não pode ser revelado. Sugere-se que a preferência sexual por pessoas gordas é muitas vezes fetichizada, o que provocaria solidão afetiva e exclusão no “mercado amoroso”. Zanello (2018) apresenta o termo “prateleira

do amor”, lugar o qual mulheres são colocadas de acordo com seus “atributos”, para serem escolhidas como potenciais parceiras afetivo-sexuais: “[...] essa prateleira é profundamente desigual e marcada por um ideal estético, que atualmente, é branco, louro, magro e jovem” (p. 84). [...] “negras, gordas, e velhas foram vistas, progressivamente como pouco desejáveis, ‘encalhadas’, ocupando um lugar desfavorável na prateleira do amor” (p. 86).

Ao longo do desenvolvimento humano, outra questão que deve ser pontuada é a exclusão e dificuldades vivenciadas por crianças e adolescentes gordos(as) (GONÇALVES, 2004; FERRIANI; DIAS; SILVA; MARTINS, 2005; PETROSKI; PELEGRINI; GLANER, 2012), podendo resultar impactos negativos em sua relação com o próprio corpo, formação da identidade e expressão da sexualidade (BLACKBURN, 2002; HEILBORN, 2006).

Um participante da pesquisa de Gonçalves (2004), conta que durante sua infância vivenciou exclusão nas brincadeiras e atividades físicas na escola por ser gordo. Já o estudo de Petroski, Pelegrini e Glaner (2012) demonstrou ser a estética, a autoestima e a saúde como os principais motivos de insatisfação corporal apresentados pelos(as) adolescentes. Segundo os autores, esse fato se deve aos padrões de normatividade presentes na sociedade contemporânea, definindo o que é considerado belo e saudável, e por consequência, estigmatizando os desviantes. Além disso, também ressaltam que as mulheres jovens estão mais propensas à insatisfação corporal e apresentam maior índice de autoimagem disfuncional.

Ferriani, Dias, Silva e Martins (2005) chamam a atenção como o ambiente escolar pode ser punitivo para pessoas com o corpo gordo, após observarem durante encontros e atividades realizadas em um programa interdisciplinar para perda de peso com adolescentes, relatos sobre o uso de apelidos ofensivos que destacam a gordura dos adolescentes, olhares de desprezo e atitudes de afastamento por parte das pessoas magras, deliberadamente justificadas pelo fato das pessoas serem gordas. Tura (2005) demonstra que participantes gordos relatam a importância de conversar sobre suas angústias corporais com o grupo, ocorrendo muitas vezes o processo de aceitação em que a perda de peso não é o principal objetivo.

Finda essa revisão da literatura é importante ressaltar que não seguimos nenhuma abordagem teórica psicológica como uma opção, pois entendemos que com isso poderíamos limitar a amplitude do fenômeno estudado. O corpo gordo, assim como a sexualidade tem seu conceito social e histórico e sua vivência vai se refletir na vida das

peças como uma questão biopsicossocial. Além disso, nossa intenção não era realizar um levantamento de artigos sobre a prática clínica ou sobre como as teorias psicológicas compreendem a relação do corpo gordo e a sexualidade, mas sim apresentar uma compreensão teórico-crítica da relação deste fenômeno a partir de diferentes referenciais teóricos: históricos, filosóficos e antropológicos, biológicos, etc.

2 JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS

Nossa argumentação sustenta-se na ideia de que os controles sobre os corpos envolvem relações de poder que disciplinam e estigmatizam os desviantes (FOUCAULT, 1992), focalizando aqui os padrões de estética vigentes. A literatura indica que tais padrões relacionados à cultura do emagrecimento contribuem de forma negativa para a patologização e para a exclusão de pessoas gordas, podendo gerar conflitos de ordem emocional e social, em sua autoimagem e na vivência de sua sexualidade.

Diante do exposto, este estudo teve como **objetivo geral** investigar, a partir de relatos de jovens que foram considerados gordos na adolescência, os aspectos da sua sexualidade no desenvolvimento humano, sobretudo, a relação entre perceber-se e ser percebido como uma pessoa gorda e os relacionamentos sociais, afetivos e sexuais vivenciados. De modo mais específico:

- (a) Levantar os aspectos que interferem na auto declaração de ter sido gordo(a) e outras questões relacionadas ao corpo e à autoimagem;
- (b) Identificar as situações e os sentimentos diante de preconceitos oriundos do estigma de ser gordo(a);
- (c) Analisar possíveis relações entre o corpo gordo e as vivências afetivas, amorosas e sexuais.

Este estudo se justifica por se tratar de um tema atual e relevante para a Psicologia do Desenvolvimento. Discussões sobre a “obesidade” como um problema de saúde pública têm sido repetidamente vinculadas nos meios de informação e nas redes sociais. A “obesidade” de crianças e jovens é relacionada à problemas físicos, mas ainda são escassas as pesquisas que aprofundam as questões subjetivas relacionadas à própria vivência de ser estigmatizado por ser gordo(a) na nossa sociedade e sofrer gordofobia. Além disso, implicações psicossociais evidenciadas, principalmente na adolescência, tais como situações de violência, suicídio, depressão, etc. ressaltam a importância dessa temática para a elaboração de futuras propostas de intervenção.

Buscou-se explorar esse fenômeno de um modo mais aprofundado, ressaltando a importância de considerar a influência do controle dos corpos para atenderem aos padrões sociais e das condições estigmatizantes que levam as situações de exclusão e discriminação que podem gerar comprometimento no desenvolvimento psicossocial.

3 MÉTODO

3.1 Natureza da pesquisa

Esta pesquisa teve uma abordagem qualitativa, caracterizada como descritiva e exploratória. O estudo qualitativo tem uma base teórica e busca agregar a realidade social do sujeito e seus significados, por meio de procedimentos científicos diante de um objeto de estudo: a coleta e a interpretação de dados e, como exploratória e descritiva tais resultados concentram as características de uma população, um grupo ou um fenômeno, sem controle ou interferência de variáveis (BORTOLOZZI, 2020; GUNTHER, 2006; SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2006; SPATA, 2005).

3.2 Participantes

Participaram da pesquisa dez jovens estudantes universitários. Os critérios de inclusão para a seleção dos(as) participantes foram: a) autodeclaração de ser hoje gordo(a) e/ou de ter sido gordo(a) na adolescência e na juventude. b) Possuir Ensino Superior ou ser estudante universitário, e ter acima de 18 anos de idade. A escolha de universitários ocorreu, por um lado, para tentar atingir um público jovem que se lembre da adolescência com maior precisão e, por outro lado, para homogeneizar outras variáveis como a do contexto educacional.

Dos(as) jovens participantes, cinco se identificaram como “mulher” e cinco como “homem”. Em relação à autoidentificação racial, cinco (5) se declararam brancos, dois (2) pretos, dois (2) pardos e um (1) como amarelo. A idade dos(as) participantes(as) variaram entre 19 e 30 anos. Quanto à orientação sexual, quatro (4) se autodeclararam heterossexuais, quatro (4) como homossexuais, um (1) como bissexual e um (1) como pansexual. Sobre os relacionamentos afetivos, três (3) participantes relataram estar em um relacionamento afetivo-sexual e sete (7) afirmaram não possuir um(a) parceiro(a) no momento da entrevista. Oito (8) participantes declararam estudar em universidade pública e dois (2) participantes em instituição privada. Os cursos variaram entre: educação física, psicologia, ciência da computação, pedagogia e administração. O Quadro 1 mostra a caracterização dos(as) participantes.

Quadro 1. Caracterização dos(as) participantes

Participantes	Gênero (*)	Idade (anos)	Auto identificação racial	Orientação Sexual (**)	Relacionamento	Universidade/Curso
1	Fem	21	Branco	Hetero	Não	Pública/Psicologia
2	Fem	30	Preto	Homo	Sim	Pública/Graduação em Psicologia
3	Masc	22	Branco	Homo	Sim	Privada/Psicologia
4	Masc	22	Pardo	Pan	Não	Pública/Ed. Física
5	Masc	20	Preto	Homo	Não	Pública/Ciência da Computação
6	Fem	19	Amarelo	Bi	Não	Pública/Pedagogia
7	Masc	21	Pardo	Hetero	Não	Pública/ Ed. Física
8	Fem	20	Branco	Hetero	Sim	Pública/Ed. Física
9	Fem	22	Branco	Hetero	Não	Pública/ Ed. Física
10	Masc	25	Branco	Homo	Não	Privada/ Graduação em Administração

Elaborado pelas autoras

Legenda:

(*) Fem- feminino; Masc- masculino

(**) Hetero- heterossexualidade; Homo- homossexualidade; Pan- pansexualidade; Bi-bisexualidade

A amostra foi caracterizada como sendo de conveniência em que o critério de saturação foi considerado no momento da interrupção da captação das informações, quando a categoria esteve saturada (BORTOLOZZI, 2020; FONTANELLA; RICAS; TURATO, 2008; FONTANELLA; LUCHESI; SAIDEL; RICAS; TURATO; MELO, 2011).

3.3 Instrumentos de Coleta de Dados

Como instrumento para coleta de dados, um roteiro de entrevista semiestruturada foi formulado pelas autoras. A entrevista, em um primeiro momento reuniu informações básicas dos participantes, para compor o quadro de identificação da amostra (ver quadro 1). Essa entrevista foi elaborada a partir de eixos temáticos: (a) Autoimagem, (b) Estigma, corpo gordo e preconceito, (c) Corpo gordo e Sexualidade, (d) Enfrentamento diante de dificuldades. Os eixos temáticos, seus objetivos e as questões encontram-se no Quadro 2. O instrumento foi aplicado em situação piloto, com participantes semelhantes a amostra e, antes da coleta aperfeiçoamentos necessários foram realizados.

Quadro 2. Questões para o roteiro da entrevista, organizadas a partir dos eixos temáticos e seus objetivos.

EIXOS TEMÁTICOS	Objetivos	Questões
Autoimagem	<p>Identificar o que faz a pessoa se identificar como gordo(a) - se é pela medida da massa corporal, ou outras físicas, se é relacionada a sintomas ou consequências de doenças, se é pelo discurso social (amigos, família, mídia), se é pessoal-intervalização subjetiva de um padrão de estético), etc.</p> <p>Identificar se ter emagrecido ou não foi uma ação individual ou com a ajuda de outros (amigos, médicos, psicólogos), de medicamentos, por cirurgias; dificuldades e barreiras, etc.</p>	<p>Você considera que tenha sido um(a) adolescente gordo(a) ou que é gordo(a) até hoje? Por que você pensa desta forma? O que faz você achar que era ou é gordo(a)?</p> <p>Por que e como você emagreceu? ou por que e como você nunca emagreceu?</p> <p>Você era satisfeito com seu corpo quando era adolescente? Por quê? E hoje? Está satisfeito com seu corpo? Por que pensa assim?</p>
Estigma, corpo gordo e preconceito	<p>Identificar relatos de percepção de discriminação relacionada a ser gordo(a), seja na família, na escola, em serviços de saúde, em situações de lazer ou outros locais, bem como sentimentos e ações decorrentes disso.</p>	<p>Você considera que as pessoas reagiam diferentemente com você pelo fato de ser gordo(a)? De modo positivo ou negativo? Por quê?</p> <p>Você identifica situações que tenha vivenciado preconceito social? Como? Dê exemplos.</p> <p>Se não, por que você acha que isso nunca aconteceu?</p> <p>Se sim, o que sentiu? O que fez?</p> <p>Como você acha que essas situações interferiram na sua vida?</p>
Corpo gordo e Sexualidade	<p>Investigar os sentimentos e as relações afetivas e sexuais pregressas e atuais - se já namorou e/ou ficou, quantas vezes, se foram relações heterossexuais ou homossexuais, como foi a primeira relação sexual e como é a vida sexual atual? Etc.</p> <p>Analisar se há no discurso relações entre as vivências afetivas e sexuais e o corpo gordo.</p>	<p>Como você define sexualidade?</p> <p>Como avalia a sua sexualidade hoje? Por quê?</p> <p>Conte um pouco sobre a sua história da vivência amorosa e sexual.</p> <p>Já teve relações sexuais? Como foi a primeira vez? Se não teve, por que ainda não teve? É uma escolha pessoal ou não?</p> <p>Você acha que ser gordo(a) influenciou nessas vivências que comentou? Em que sentido? Explique como percebe a relação entre o corpo gordo e suas vivências amorosas e sexuais.</p>
Enfrentamento diante de dificuldades	<p>Avaliar o repertório pessoal e ou suporte social para o enfrentamento de dificuldades diante da relação corpo gordo x sexualidade;</p>	<p>Se você sentiu algum tipo de dificuldade na vivência da sexualidade sendo gordo(a), como lidou com isso?</p> <p>O que você fez (ou não fez) diante das dificuldades? Por que você acha que agiu assim?</p>

	Levantar sugestões de possíveis intervenções a partir das opiniões dos suportes sociais (família, escola, etc).	<p>Quem e que fatos mais te ajudaram a lidar com essas dificuldades?</p> <p>Se não teve dificuldades, imagine se tivesse, quem e o que mais te ajudaria?</p> <p>O que você proporia para ajudar uma pessoa que vive hoje a mesma situação que você viveu?</p> <p>Como a escola poderia ajudar?</p> <p>Como a família poderia ajudar?</p> <p>Como a própria pessoa poderia se ajudar?</p>
Encerramento	Proporcionar um espaço para manifestações espontâneas e complementares.	<p>Sentiu-se confortável em responder as questões?</p> <p>Gostaria de falar mais alguma coisa sobre o assunto?</p>

Fonte: elaborado pelas autoras

3.4 Procedimentos

3.4.1 Procedimentos éticos

Para a pesquisa ser realizada, um projeto foi submetido, avaliado e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da UNESP⁸. Todos(as) os(as) participantes foram informados sobre a pesquisa e seus objetivos, todos os procedimentos éticos foram respeitados, sua participação anônima, riscos e benefícios, bem como outras informações e só mediante delas, o(a) participante consentiu livremente participar do estudo, registrando pela assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), cujo modelo encontra-se no Apêndice A.

Como toda pesquisa qualitativa, principalmente que envolve relatos pessoais, pode haver riscos emocionais envolvidos, tais como desconforto, sofrimento, etc. A pesquisadora esteve atenta a quaisquer manifestações de incômodo dos(as) participantes, acolhendo-os(as) e, em casos necessários, encaminhando-os(as) a um serviço de atendimento psicológico. Todavia, todos os procedimentos para minimizar tais efeitos foram providenciados.

Vale ressaltar que os benefícios do estudo não foram diretamente relacionados a cada participante, mas estratégias no combate ao preconceito podem beneficiar toda a população estigmatizada por uma diferença, no caso, relacionada ao padrão estético magro.

⁸ (nº CAEE 13758619.0.0000.5398).

3.4.2 Procedimentos de Coleta de Dados

O procedimento de coleta de dados aconteceu no período de novembro de 2019 a janeiro de 2020, de acordo com as etapas a seguir:

a) Os(as) universitários(as) foram convidados(as) pessoalmente ou via *internet*, abordados(as) ou diretamente pela pesquisadora, ou por terceiros. Um *flyer de divulgação* contendo os critérios para participação na pesquisa foi disponibilizado nas redes sociais da pesquisadora e compartilhado por outros(as) pessoas. Esta ferramenta, inicialmente serviu para identificação da amostra, na técnica que chamamos de “bola de neve”. Um(a) potencial participante foi identificado e posteriormente sinalizou demais potenciais participantes do estudo.

b) Cada participante, foi contatado pela pesquisadora totalizando quinze potenciais participantes para a entrevista. Cinco recusaram a participação voluntária e/ou não responderam a mensagem enviada via *Whatsapp*. As entrevistas foram realizadas com dez participantes, a captação das informações foi interrompida na medida em que a categoria analisada se encontrou saturada.

c) Os(as) participantes foram convidados(as) a participarem presencialmente da entrevista em data e horário acordado de maneira mais conveniente para as(os) participantes. O local das entrevistas foi prioritariamente o LASEX, - Laboratório de Ensino e Pesquisa em Sexualidade Humana da UNESP - Bauru, sob a coordenação da orientadora. No referido laboratório, há uma sala reservada, com o mínimo ruído sonoro e total privacidade para a interação verbal. Em poucas exceções (dois participantes) houve casos em que o(a) participante não pôde dirigir-se a UNESP e a pesquisadora deslocou-se até a universidade em que eles(as) estudavam e as entrevistas foram realizadas em uma sala reservada dentro da biblioteca da universidade, garantindo a privacidade para as interações verbais.

As entrevistas foram realizadas individualmente (apenas pesquisadora e participante), após a assinatura do TCLE, garantindo a privacidade necessária. Todas as entrevistas foram gravadas na íntegra, com a anuência dos(as) participantes. A duração das entrevistas foi de 14 minutos o mínimo e máximo de 1 hora e 6 minutos, com média de 30 minutos. Após a entrevista, foi solicitado a indicação de algum colega ou conhecido para compor o grupo de entrevistados.

3.4.3 Procedimentos de Análise de Dados

Os dados foram analisados por meio da técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2009). Toda a interação verbal foi transcrita na íntegra em documento Word. Após as transcrições, a análise se deu da seguinte forma: leitura flutuante e pré-análise, organização das categorias temáticas emergentes ou decorrentes dos eixos previamente elaborados, mutuamente exclusivas, inferência e interpretação dos dados (BORTOLOZZI, 2020; SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2006; SPATA, 2005).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Fatores que contribuíram para percepção pessoal de ser gordo(a) na adolescência

Os fatores que apareceram para que as pessoas se reconhecessem como gordos(as) na adolescência foram relacionados ao contexto familiar e social mais amplo. Comentários de pessoas no geral, amigos, e principalmente por parte dos pais, ressaltavam a diferença entre gordos e magros em diversas situações: quando o corpo maior era comparado com outras pessoas da mesma idade; quando ser gordo resultaria em “morte precoce” e datas comemorativas como aniversários eram eventos cobertos de insultos e humilhações; quando ameaças para ser levado ao nutricionista eram feitas como forma de punição para comer menos e ser mais saudável, etc.

O comentário da mãe de uma das participantes, ressalta o que é mostrado por Lewis et al. (2011), em que familiares e pessoas mais próximas aparecem como principais reprodutores dos estigmas relacionados ao corpo gordo, principalmente quando se trata da “necessidade de emagrecimento”. O relato exemplifica: *“ah, se você não quiser pular corda, tudo bem, mas quando você tiver a sua roda de amigas e todas elas estiverem magras, só vai tá você de gorda”* (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos). Além de compará-la, a mãe coloca a magreza como um símbolo de ascensão, que precisa ser alcançado para pertencer a determinado grupo social e automaticamente ser aceita; o exercício físico nesse cenário, enquadra-se como uma atividade de punição, que deve ser realizada para chegar ao corpo magro-padrão.

Por outro lado, aspectos orgânicos e mensuráveis por um padrão biomédico também contribuíram para que os(as) participantes se enxergassem como gordos(as). Um participante apontou que o desvio também era expresso nos tamanhos das roupas e nos números da balança, principalmente:

A balança, principalmente a balança, os números de roupas, tudo... não estar intitulado no padrão também (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Os(as) participantes demonstraram compreender a existência de um certo padrão social de beleza, a partir dessa referência construíram sua “identidade gorda” e muitas vezes, desejaram a mudança para se enquadrar ao corpo “ideal” e “saudável”. O considerado saudável para o participante 5 esteve relacionado a uma “nutrição adequada”

e a prática de exercícios físicos para melhorar a saúde, visto que o excesso de peso não facilitaria a adesão desses novos hábitos e estaria atrelado a doença e falta de cuidado consigo mesmo:

(...) talvez seja mais atrelado com uma doença porque eu acho que sou mais uma questão de que eu não cuido de mim nenhum pouco (...) nunca liguei ‘pra’ comer direito e eu basicamente não faço nenhum exercício físico, nunca fiz, mas eu era sim bastante gordo e continuo mais ou menos na mesma (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

De modo geral, a percepção pessoal de ser gordo(a) não pode ser compreendida apenas por um fator determinante, diferentes construções e instâncias sociais contribuíram para que nossos(as) participantes se identificassem como gordos e gordas e na maioria das vezes, foram de cunho negativo e pejorativo, sempre pensando em enfatizar a diferença e proporcionar uma mudança por meio de dietas e emagrecimento: seja pelos comentários do pais, amigos, familiares e terceiros; seja pelo índice de massa corporal e peso, as concepções de saúde e padrões de corpos.

Friedman, Simona, Philip e Gerar (2005) apontam em seu estudo que além de disseminarem comentários desagradáveis, 89,1% das pessoas gordas entrevistadas relataram receber comentários negativos de seus familiares e logo em seguida, de médicos e profissionais da saúde (89%) por não serem considerados “saudáveis”.

Exemplos dos relatos nas categorias encontram-se no Quadro 3.

Quadro 3. Fatores que contribuíram para a percepção pessoal do corpo gordo.

Categorias	Relatos
<p>Relacionados aos aspectos sociais, como a influência da família e de amigos(as)</p>	<p>Eu comecei a perceber que meu corpo era diferente quando eu ouvia comentários das pessoas (...) meus pais sempre fizeram muita pressão ‘pra’ eu emagrecer (...) acho que desde que eu tenho uns nove, dez anos (...) achavam que eu era mais gorda do que as outras pessoas da minha idade (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) entrei no Ensino Médio eu comecei a (...) me perceber, perceber que eu estava acima do peso e que depois eu me encontrava abaixo do peso. E...eu não recebia muitos comentários a respeito do meu corpo, inclusive quando eu estava acima do peso eu recebia apenas por parte dos meus pais, alguns comentários que até hoje eu tenho levado em terapia (...) acredito também que tanto a minha questão da autoimagem tanto quanto uma percepção das outras pessoas (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p> <p>Porque eu não me ‘encaixava’ ninguém queria falar comigo, ninguém queria estar perto de mim, quando eu beijei uma pessoa a pessoa não queria falar ‘pra’ ninguém que beijou... ‘aí’ eu me sentia muito mal por</p>

conta de tudo isso (...) ‘aí’ desde criança sempre falaram que eu sou gordo, ‘aí’ essa imagem ficou intitulada na minha cabeça, que eu sou gordo...que eu cresci como gordo e sou gordo até hoje (...) a família, a pressão...falando que eu tenho que emagrecer, que eu ia morrer, isso acabou destruindo toda a minha autoestima (...) Família me humilhar em datas comemorativas como aniversário tudo, fez...[pausa] um inferno, foi terrível na vivência. Falavam coisas negativas do meu corpo e de mim, isso me destruí muito (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Sim, e na verdade minha mãe bate muito nessa tecla, ela fica falando que eu sou gordo e ‘tal’, e ‘aí’ eu vejo mesmo também é mais... porque me falam bastante também. (...) hoje eu acho que eu gosto bastante do meu corpo (...) na verdade eu não ligo muito das coisas mais, tem umas horas que pega ainda principalmente porque minha mãe ainda briga comigo toda vez, (...) ela [a mãe] sempre me ameaçou muito, a vida inteira: ‘eu vou te levar no nutricionista, você não vai comer mais desse jeito descontrolado que você come’. (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

(...) quando eu tinha por volta de uns dez, oito anos, como minha mãe é da parte de beleza, ela é cabeleireira e tudo mais a questão do corpo magro era muito forte dentro de casa, então desde pequena por mais que eu não ligasse em questão do meu corpo e tudo mais, sempre foi reiterado que assim: ‘Ah, olha só como que você tá gorda, você tem que emagrecer’ (...) então, eu tinha um corpo gordo dentro daquilo que eu via ao meu redor, comparando por exemplo, amiga, comparando com dia a dia na escola e tudo mais, o meu corpo ele era gordo e eu sentia (...) a forma como me tratavam as vezes era diferente, a forma como minha mãe era incisiva na questão do corpo também, então, eu acredito que na adolescência eu tive um corpo gordo mas aí em um processo da adolescência mesmo eu perdi esse corpo. (...) eu lembro de várias frases assim, de várias pessoas que é por exemplo: ‘ah, se você não quiser pular corda, tudo bem, mas quando você tiver a sua roda de amigas e todas elas estiverem magras, só vai tá você de gorda’ e isso foi algo muito forte ‘pra’ mim porque ‘tipo’ ficou na minha mente assim: ‘a [seu nome] gorda e todas minha amigas magrinhas assim, uma foto’(Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

(...) depois da puberdade, no começo ainda era estranho principalmente na escola, no meio social, que eu via que eu era diferente geralmente eu era a maior, que as outras meninas e isso afetava sim, mas nada muito significativo porque eu ‘tava’ mais focada na escola mesmo, eu não ‘tava’ lá ‘pra’ fazer amigo, entendeu? (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)

(...) era muito ‘gordinha’ e aí nada ficava bom, o pessoal é... reforçando que eu era feia, na escola, daí não conseguia ficar satisfeita não [...] porque todo mundo falava que eu ‘tava’ [gorda], por um tempo eu realmente era, mas isso era mais na pré-adolescência, até uns quatorze ‘aí’ depois eu fui emagrecendo até vejo foto agora e penso ‘nossa, eu não era do tamanho que eu imaginava mesmo’ mas não sei, por trauma mesmo do pessoal falar, daí não conseguia (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

<p>Relacionados aos aspectos orgânicos, como a medição do índice de massa corporal</p>	<p>(...) pela aquela questão é... <u>quantitativa, então, tem aquele cálculo do IMC, da massa corporal</u> então pelas aquelas contas eu estou, no caso, alguns quilos acima do meu peso ideal. Então, eu acho que esse ponto seria um fator utilizado ‘pra’ definir se alguém está acima do peso ou não (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p> <p><u>A balança, principalmente a balança, os números de roupas, tudo...não estar intitulado no padrão também.</u> [...] índice de massa corpórea que levam em consideração não estar, ‘normal’. (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>[considera-se gorda?] principalmente por causa desses parâmetros, em Educação Física a gente pesquisa muito condicionamento, é, recentemente <u>eu fui fazer um exame de bioimpedância que verifica a porcentagem de massa magra, massa gorda, de líquido e osso no corpo, toda a porcentagem certinho, já fiz alguns testes também por causa disso e eu, principalmente o meu IMC eu ‘tô’ fora do padrão de normalidade, ‘tô’ acima, não chego a ser obesa mas é, eu sei que eu ‘tô’ acima por causa disso e porque a gente fica muito nessa coisa de: condicionamento, corpo, né?</u> (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)</p>
<p>Relacionados às pressões estéticas e padrões sociais</p>	<p>Sim, eu fui uma adolescente gorda, mas eu fiquei um tempo emagrecendo, no começo da minha vida adulta, jovem...depois eu voltei a engordar. Mas na adolescência, predominantemente gorda. <u>Pelo peso e pela aparência, pela construção social que a gente fez do corpo gordo, considero que eu fui gorda na adolescência</u> (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p>Concordo, me considero gordo até hoje. <u>Pelo padrão de beleza imposto na sociedade,</u> (...) O padrão seria ‘M’, corpo ‘sardinho’, magro, sem barriga, sem gordura nos braços, nas pernas e, eu tenho tudo isso que ‘sai fora’ do que a sociedade considera comum nesse momento (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>Sim, considero porque <u>eu fiquei fora dos ‘padrões’ até os meus dezessete anos. ‘Aí’ eu sofria Bullying, ‘aí eu falei: ‘para com isso, eu vou mudar!’ e eu mudei drasticamente</u> (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Ah, na verdade...eu não posso dizer que foi por Bullying até porque eu não me recordo de ter sofrido Bullying por isso, mas desde a adolescência <u>sempre houve um padrão, sempre houve, então eu sempre tive, estive acima do meu peso e...’sei lá’ visualmente falando, coisa de olhar mesmo e ter certeza que eu era gordo</u> (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
<p>Relacionados às concepções de saúde e cuidado</p>	<p>(...) eu acho que estou relativamente bem o que me preocupa mais é que <u>eu ‘tô’ notando que a minha saúde não ‘tá’ legal por conta disso</u> (...). eu acho que (...) tem exemplos (...) piores entre aspas (...) talvez seja mais atrelado com <u>uma doença porque eu acho que sou mais uma questão de que eu não cuido de mim nenhum pouco (...)</u> <u>nunca liguei ‘pra’ comer direito e eu basicamente não faço nenhum exercício físico, nunca fiz, mas eu era sim bastante gordo e continuo mais ou menos na mesma,</u> eu acho que eu acabei emagrecendo um pouco na faculdade</p>

	<p>porque eu não tenho mais minha mãe me fazendo tudo mas ainda sim, eu ainda como só besteira e não faço nenhum exercício ‘aí’ fica ruim mesmo (...) <u>geralmente não precisa de muito pra eu ficar ofegante, ‘morrendo’</u> (...) quando eu preciso correr pra pegar um ônibus é um quarteirão e eu já não ‘tô’ mal conseguindo respeitar mais e [pausa] é bastante isso, as vezes eu não me sinto muito bem ‘sabe’? (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p>
--	--

Estudos nos comprovam que a representação do(a) gordo(a) é uma construção histórica e social, nem sempre a pessoa gorda foi entendida como doente e fora do padrão de beleza e estética. O discurso baseado em saúde, se deu com a comercialização de produtos para emagrecer e embelezar a população, automaticamente beleza e a perda de peso foram associadas ao corpo magro, reproduzidos e internalizados pelo senso comum e a mídia (POULAIN, 2013; SANT’ANNA, 2016; SANTOLIN; RIGO, 2015; VIGARELLO, 2012).

Os(as) autores(as) (POULAIN, 2013; SANT’ANNA, 2016; SANTOLIN; RIGO, 2015; VIGARELLO, 2012) também nos mostram que a obesidade é um termo patologizante e o cálculo do IMC contribui para que sujeitos sejam classificados de acordo com seu peso corpóreo, o que nem sempre prediz os hábitos individuais e a visão integral de saúde, que pressupõe qualidade de vida. De acordo com Zhein et al. (2020) a “obesidade metabólica” também é evidenciada em pessoas com o peso considerado “normal”, o que desconstrói as noções de peso “saudável” e nos comprova que pessoas magras também podem desenvolver doenças crônicas, como apontado por Bombak (2014).

Mattos e Luz (2009) discutem sobre os modelos de corpos belos e não belos, que são representados como “puros” enquanto a gordura seria a “sujeira”, que deve ser retirada/excluída do corpo. Vivemos em busca constante pelo “Eu socialmente valorizado” e automaticamente somos responsabilizados por nosso “estado corporal”, pela estagnação ou tentativa de mudança (MATTOS; LUZ, 2009). O que nos é mostrado nos relatos, é que ser gordo gera incômodos pessoais e sociais e que algumas estratégias foram utilizadas para evitar sofrimentos, bullying e rejeição como referido pelos autores “a responsabilidade com a aparência passa a ser cada vez mais do próprio indivíduo, na medida em que ele mesmo deve se vigiar e controlar seu comportamento, a fim de evitar constrangimentos morais e sociais” (p. 495).

4.2 Processo de Emagrecimento: motivações, procedimentos e consequências

Os(as) participantes relataram que o processo de emagrecimento, em geral, ocorreu, em média, depois dos 15 anos. As motivações foram relacionadas aos sentimentos emocionais difíceis, sofrimento, quadros depressivos. Em outro momento, tais motivações foram relacionadas às questões da sexualidade, como os relacionamentos afetivos e sexuais, e a auto aceitação da homossexualidade.

O participante 10 relata que o seu processo de emagrecimento foi influenciado por conflitos em um relacionamento afetivo considerado abusivo, o ex-companheiro tinha uma certa preferência sexual por homens gordos e o estimulava a engordar cada vez mais.

França (2010) discute como alguns estilos e expressões de gênero foram categorizadas por homossexuais como atraentes ou não-atraentes. A categoria “urso” – homens gordos, masculinos e barbudos, surge como figura desejável e atraente. A pesquisadora esclarece que, os períodos da infância e adolescência foram conflituosos, visto que o corpo gordo era fonte de desconforto, mas que foi desaparecendo na medida em que se tornavam homens gordos-desejáveis.

Além disso, para ser um urso desejável pela comunidade gay, é necessário performar masculinidade que, de certa forma, é expressa pela estética dos pelos no rosto e corpo; enquanto um homem gay e gordo, sem pelos não promove a mesma ascensão social, gerada pela masculinidade: “a valorização da gordura parece ser mais distintiva nas festas do que os pelos, já que homens gordos aparentemente sofrem mais rejeição no contexto do mercado do que os homens peludos (FRANÇA, 2010, p. 163).

A gordura relacionada ao homem ocuparia dois significados: quando atrelado a masculinidade, um potencial símbolo de desejo, quando performado feminilidade, rejeição. A rejeição ao feminino também é evidenciada por Piñeyro (2016) e Tovar (2018), França (2010) esclarece a respeito das intersecções entre gênero, gordura e orientação sexual:

A rejeição aos “afeminados” teria o efeito de desviar o preconceito e promover um afastamento dos “viris” da associação entre homossexualidade e feminilidade, em parte responsável por outras associações da homossexualidade com pecado, doença e desvio (p. 182).

Para o nosso entrevistado, emagrecer foi uma forma de provocar uma mudança estética que não agradava o seu ex-companheiro, e ao mesmo tempo, encerrar o vínculo afetivo e superar o término do relacionamento,

(...) era uma pessoa que me sabotava, uma pessoa que não me colocava 'pra' cima, então, ela tinha interesse em continuar me engordando, me deixar gordo...acredito que seja uma insegurança por parte dessa pessoa, não sei se seria gosto ou algum critério pra relacionamento, mas eu decidi perder, eliminar peso 'pra' insultar mesmo, então, foi quando terminou o nosso relacionamento que foi muito abusivo (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

A gordofobia vivenciada em ambientes de convivência, como na escola e família contribuíram para que os(as) participantes desejassem o corpo magro/emagrecimento, para evitar situações de sofrimento e ser aceito pelo grupo social, como apontado por Mattos e Luz (2009) que “a busca da forma perfeita se torna um meio de adquirir distinções e honras sociais” (p. 496). O relato a seguir, exemplifica que quando gorda, a participante 6 era excluída dos trabalhos da escola, não tinha contato com outros colegas e, quanto mais próxima ficava do corpo magro, mais relações e vínculos eram construídos,

E aí 'tipo' essa questão do corpo também foi uma forma de ser aceita socialmente, né? Então conforme eu fui emagrecendo, conforme eu fui ficando mais próxima do corpo magro, eu consegui estabelecer mais relações com as pessoas, então eu comecei 'tipo', a conversar com mais gente, teve mais gente que começou a conversar comigo, comecei a fazer mais trabalhos em grupo e tudo mais (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Outro motivo que levou um dos participantes a perder peso, foram as complicações orgânicas. Percebe-se que alguns hábitos individuais adquiridos, como o consumo de álcool, nicotina e drogas também favoreceram para complicações em seu estado de saúde física e nem sempre essas complicações estão atreladas apenas a gordura, mas sim ao conjunto de hábitos que podem predispor doenças (ZANINOTTO; HEAD; STEPTOE, 2020).

A mudança de rotina e prática da corrida, contribuíram para uma melhora em sua qualidade de vida de modo geral (CHEKROUD et al., 2018; BOMBAK, 2014), o relato elucidado:

(...) depois que eu quase morri. Eu tive uma experiência, uma Doença Crônica, hipertensão que levou meu corpo a quase falha total, pesava 165 quilos na época, 'aí' hábitos errados, cigarro e álcool, 'aí' tive que parar e após eu parar eu emagreci e cheguei a 90 quilos e na época eu me tornei corredor.... 'aí' após dois anos eu voltei a engordar, estou novamente gordo (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Buscar uma atividade física ou exercício faz parte, muitas vezes, dos critérios para atingir uma estética adequada. Nem sempre essa procura é pela saúde, através da fala dos entrevistados de um programa de extensão voltado para a prática de atividades físicas para um grupo de pessoas gordas, os autores Mattos e Luz (2009) concluíram que “a insatisfação com o próprio corpo, ou com a imagem que se tem dele, talvez seja um dos motivos principais que levem as pessoas a iniciar um programa de atividade física” (p. 496).

Quanto aos procedimentos para o emagrecimento, foram citados os exercícios físicos em excesso, dietas com restrições calóricas, mas em muitos casos a perda de peso foi grande, mas não houve manutenção, mas sim o reganho do peso, que é ativado por uma resposta endócrina como discutido por Paim e Kovaleski, (2020), e chamamos de efeito “sanfona”.

Os dados nos sugerem que dietas restritivas e exercícios físicos em excesso não predizem hábitos considerados “saudáveis” (BOMBAK, 2014; PAIM; KOVALESKI, 2020; RUBINO et al., 2020). Para os(as) participantes, atingir o emagrecimento e o corpo “ideal” foi um processo doloroso, de abdições, mudança extrema de rotina, que duraram pouco tempo, já que os meios utilizados pra atingir o corpo “mais magro” foram nocivos a longo prazo. Bombak (2014) complementa, que após o emagrecimento despertar níveis de satisfação com o corpo, as dificuldades para mantê-lo geraram estresse e depressão nos participantes do estudo. Estes comportamentos, mostram a ineficiência de dietas e as diferentes formas para atingir o emagrecimento, nem sempre correspondem ao saudável.

Exemplos dos relatos nas categorias encontram-se no Quadro 4.

Quadro 4. Motivações e procedimentos para o emagrecimento na adolescência.

Categorias	Relatos
Relacionados a um quadro depressivo; dificuldades emocionais	<p>(...) quando eu tinha dezesseis anos, é... eu <u>meio que tive um episódio de depressão</u> assim, ‘aí’ eu mudei de escola e quando eu mudei de escola, eu comecei a fazer muito exercício físico e ‘aí’ eu emagreci ‘tipo’ uns 15 quilos. Mas ‘aí’ depois eu engordei tudo, muito rápido depois, depois de um ano, por ‘aí’ (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Sim, considero que até os quatorze anos de idade eu fui, eu era bem acima do peso depois eu emagreci muito, ‘né’, porque eu <u>passei por um período bem difícil da minha vida</u>, então, eu perdi bastante peso, questão de ficar praticamente acho que uns cinco quilos abaixo do peso e depois que eu me recuperei eu fui ganhando esse peso novamente (participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p>

	<p>Então, <u>eu passei por uma fase difícil de questão de enfrentamento de episódios depressivos</u>, então, nessa época eu regulava muito, muito, regravava o que eu comia. Então, nessa época eu cheguei a perder dez, quinze quilos em dois meses. Então, foi... ‘aí’ depois eu fiquei assim uns cinco anos, ‘aí’ quando eu tinha dezessete, dezoito, eu com a ajuda da psicoterapia eu consegui retomar, ‘né’, isso, e ‘aí’, eu voltei a me alimentar normalmente e não me preocupar tanto assim com a questão do meu corpo (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p>
<p>Relacionados às questões de relacionamentos afetivos, sexuais, corporais</p>	<p>Eu não tenho certeza de uma idade exata, foi quando eu comecei a ter mais consciência, não digo do meu corpo, mas acerca de algumas vivências, eu comecei a explorar a minha sexualidade, sozinho na época.... e, foi quando eu me tornei vegetariano também naquela época. Eu não sei se isso foi um fato que contribuiu ‘pra’ minha ‘perca’ de peso, mas eu passei por <u>uma fase muito difícil com alguns problemas de autoaceitação, autoestima, mais por conta da orientação sexual mesmo</u>. (...) (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p> <p>[...] foi por um <u>relacionamento abusivo</u> que eu passei, uma pessoa que se encaixa dentro dos padrões mas é...era uma pessoa que me sabotava, uma pessoa que não me colocava ‘pra’ cima, então, ela tinha interesse em continuar me engordando, me deixar gordo...acredito que seja uma insegurança por parte dessa pessoa, não sei se seria gosto ou algum critério pra relacionamento, mas eu decidi perder, <u>eliminar peso ‘pra’ insultar mesmo</u>, então, <u>foi quando terminou o nosso relacionamento que foi muito abusivo</u>, não durou muito, mas foi intenso porque ele é o meu vizinho então, foi uma vida de casado, então, depois que a gente terminou eu decidi fazer essa mudança (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
<p>Relacionados às pressões sociais e ao preconceito: motivação para emagrecer para ser aceito ou esquivar de sofrimento</p>	<p>Porque como a gente sabe, <u>existe toda uma pressão social em cima de um padrão de beleza</u>, então, por muito tempo, por muito tempo não, desde sempre, <u>ser gordo sempre foi uma questão talvez não naturalizada por mim, mas que depois foi naturalizada por mim como uma coisa não desejada</u>. Então, eu fiz várias dietas, e a última que não foi uma dieta foi uma reeducação alimentar que aí eu comecei a me alimentar de outra forma, mas o objetivo era sempre emagrecer e não ter uma vida saudável (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p>(...) quando eu entrei na escola eu tinha um corpo gordo e isso já era falado ‘pra’ minha mãe então (...) <u>minha mãe queria porque queria que eu emagrecesse porque eu ‘tava’ muito gorda, que não sei o que...aí, ela fazia eu pular corda por exemplo dentro de casa, só que eu não gostava era como se fosse uma punição ‘pra’ mim, sabe?</u> (...) Eu me sentia meio isolada e eu associava isso ao meu corpo, associava isso a ‘tipo assim’: ah, eu devo ser chata, devo ser...ah, acho que ela não levam porque eu canso rápido, eu suco, eu não sou agradável’ (...) Então eu ia na academia pra ficar ‘aí eu vou ficar bonita, <u>eu vou ficar magra, eu vou ser mais aceita</u>’ e tudo mais, e tinha uma outra parte da escola também que <u>eu tinha acabado de entrar em uma escola nova que eu não conhecia ninguém e eu ‘tava’ fazia uns três meses sem conversar com ninguém porque ninguém veio conversar comigo, ninguém quis ter um diálogo comigo, até porque eu era mais fechada</u>. E aí ‘tipo’ essa questão do <u>corpo também foi uma forma de ser aceita socialmente, né?</u> Então conforme eu fui emagrecendo, conforme eu fui ficando mais</p>

	<p><u>próxima do corpo magro, eu consegui estabelecer mais relações com as pessoas então eu comecei ‘tipo’, a conversar com mais gente, teve mais gente que começou a conversar comigo, comecei a fazer mais trabalhos em grupo e tudo mais.</u> Então, foi meio que isso, sabe? Veio como algo positivo ‘pra’ mim, por isso eu fui emagrecer (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p><u>Eu emagreci porque eu sofria Bullying, ‘aí’ eu falei: ‘chega, não quero mais ganhar esses nomes’.</u> ‘Aí’ eu fui ‘pra’ academia ‘tipo’, treinava, só que eu não era regrado, ‘aí’ que ‘bateu’ um ‘choque’ de consciência e eu falei: ‘não, vou ficar regrado’. ‘Aí’ ‘tipo’ em... dois meses eu fiz o que eu não fiz em dez anos de vida, ‘tipo’, eu, reprimi minhas calorias e aumentei muito meu gasto energético, absurdamente, ‘aí’ ‘tipo’... não foi saudável, eu sei disso, mas eu mudei muito, eu consegui perder [pausa] vinte e seis quilos em dois meses e pouco (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p>
<p>Relacionados às complicações orgânicas e pela “saúde”</p>	<p>(...) <u>depois que eu quase morri.</u> Eu tive uma experiência, uma Doença Crônica, hipertensão que levou meu corpo a quase falha total, pesava 165 quilos na época, ‘aí’ hábitos errados, cigarro e álcool, ‘aí’ tive que parar e após eu parar eu emagreci e cheguei a 90 quilos e na época eu me tornei corredor.... ‘aí’ após dois anos eu voltei a engordar, estou novamente gordo (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>(...) oitava série eu tive apendicite e ‘daí’ eu fiz a cirurgia e como demorou muito pra fazer a cirurgia foi uma recuperação um pouco chata porque eu fui em um médico na minha cidade e eles falaram que não era nada, ‘daí’ <u>eu demorei muito tempo pra ver o que era, depois eu fiz a cirurgia e fiquei muito tempo no hospital comendo sopa só e...então, eu acabei emagrecendo muito nesse tempo</u> e eu fiquei até que relativamente magro na época. Só que, ‘tipo’ assim, não mudei o jeito que eu me alimentava depois e ‘aí’ acabou voltando, normalizando depois de uns meses (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>(...) <u>era mais de saúde mesmo</u> porque é a minha genética se eu não me controlar eu realmente posso ficar ‘enorme’ e foi só mudando a alimentação, foi bem tranquilo, só comia menos do que eu comia normalmente e cortei algumas coisas e eu perdi cinco quilos em um mês, eu acho, mas foi tranquilo... <u>E hoje em dia eu ‘tô’ tentando novamente, mas principalmente porque eu estou com uns problemas no coração, inclusive hoje eu fui fazer um exame e assim ‘pra’ me ajudar é mais ‘pra’ melhorar o cardiorrespiratório do que ‘pra’, ‘pra’ estética</u> (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos).</p>

Em geral, as motivações para o emagrecimento foram oriundas de um processo pessoal de sofrimento e as consequências foram físicas e psicológicas. Podemos considerar que o emagrecimento surge como um marco na adolescência para a “solução dos problemas”.

Quanto às consequências do emagrecimento, foram citados sentimentos de “confiança” e “coragem” para engajar em relacionamentos amorosos e sexuais o que corrobora com a pesquisa de Cecílio et al. (2014). Atingir determinado padrão de beleza, transformou o “ex gordo” em um potencial parceiro afetivo e mais próximo do “normal”, já que ser gordo simbolizaria o desviante (LOURO, 2003; MAIA, 2010; MATTOS, 2012; HEILBORN, 2006).

(...) sou meio ‘padrãozinho’, sou branco e ‘tal’, hétero, emagreci, ‘ai’, mudou! Muita gente começou: ‘oi, tudo bem?’ conversar e eu fui perdendo um pouco [a timidez] ‘ai’ meio que continuou isso, até hoje tenho muito mais, (...) pessoas que antes (...) nem olhavam ‘pra’ minha cara, (...) começaram a ter ‘segundas intenções’, aí ‘tipo’, ficou nítido isso (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

Procurar sempre adequar-se ao padrão de beleza, trouxe certa influência negativa na autoestima e autoimagem, que são desenvolvidas pelo histórico de aprendizagem e relações sociais (GUILHARDI, 2002; MEYER, 2011; SANTOS; SANCHOTENE, 2017). Mesmo que o peso estivesse no considerado “normal”, o relato demonstra a insatisfação da participante e o reganho de peso,

(...) sempre me via muito gorda, mais acho até do que o pessoal falava ‘ah, você não é tudo isso assim’, não conseguia me enxergar, cheguei até pesar cinquenta e nove que é, bem pouco, pra minha altura e não conseguia perceber que ‘tava’ magra. Aí, engordei tudo de novo, mas é isso (...) (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

Ser um adolescente gordo e emagrecer proporcionou o auto controle nos exercícios físicos e refeições, desencadeados pelo medo/receio de engordar novamente. O relato, assemelha-se a vivência de Tovar (2018) “Eu me exercitava até a exaustão. Eu me recusava a comer as coisas que amava. Eu ficava tão nervosa em ganhar peso ao comer, que enjoava o tempo todo” (p. 65),

(...) Na verdade eu, na minha reeducação mesmo fazendo acompanhamento eu acabo me restringindo de coisas que talvez não, não precisaria, então, eu acabo deixando de comer coisas que eu gosto, que eu posso...que o meu nutricionista libera, então eu acabo deixando de comer por medo, eu acabo deixando de sair porque eu sei que eu vou ter que comer, eu acabo treinando em excesso, as vezes me lesionando por conta disso, ou quando eu como alguma coisa, eu fico me culpando, eu fico me julgando (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

Ao emagrecer, sugere-se que nossos jovens se aproximaram de um corpo considerado mais “desejável” e “aceitável”, o que provocou maior satisfação em um curto período de tempo (BOMBAK, 2014); nesse cenário, o emagrecimento pode ser compreendido como forma de controle, que é exercida sobre as pessoas gordas (MATTOS, 2012). Em um dos relatos foi evidenciado estigmas trazidos pelos extremos: por ser gordo e após o emagrecimento ser entendido como “magro não saudável”, visto que, o emagrecimento imediato também trouxe uma imagem sugestível a julgamentos:

(...) aí’ depois quando eu emagreci o Bullying continuou, mas de outro lado, falavam: ‘ah, tá usando crack né moleque!’ tanto peso que sumiu (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

Quadro 5. Consequências do emagrecimento para o(a) adolescente e/ou jovem.

Categorias	Relatos
<p>Sentimento de auto confiança como vantagem para relacionamentos afetivo-sexuais</p>	<p>Olha...pensando bem eu acho que nessa época (...) como eu havia emagrecido muito eu estava voltando a recuperar meu peso eu acho que foi <u>nessa época que eu tive mais confiança, mais...eu tive coragem, ‘pra’ me expor mais, pra me abrir mais.</u> (...) porque antes eu nunca tinha (...) tido nenhum tipo de experiência ‘né’, em questão que fosse...de um teor sexual (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p> <p>(...) quando eu emagreci, ele voltou a falar comigo perguntando se eu queria ficar com ele. Aí eu fiquei bonita, né? <u>Fiquei magra, fiquei bonita.</u> E eu fiquei muito brava porque como assim, sabe? Por eu ter emagrecido alguns quilos eu fiquei bonita (...) <u>quando eu emagreci começou a chegar mais gente conversar comigo, começou a chegar mais convite ‘pra’ ir em algum lugar, começou a ter mais gente conversando comigo, dialogando comigo,</u> sabe? Eu comecei a sair mais, eu comecei a namorar (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p>(...) sou meio ‘padrãozinho’, sou branco e ‘tal’, hétero, <u>emagreci, ‘aí’, mudou!</u> Muita gente começou: ‘oi, tudo bem?’ conversar e eu fui perdendo um pouco [a timidez] ‘aí’ meio que continuou isso, até hoje <u>tenho muito mais,</u> (...) <u>pessoas que antes (...) nem olhavam ‘pra’ minha cara, (...) começaram a ter ‘segundas intenções’, aí ‘tipo’, ficou nítido isso.</u> (...) só depois que eu fiquei magro, fiquei no padrão, que a sociedade fala (...) até lá que eu vivenciado beijado uma menina, depois disso, sei lá quantas...então ‘tipo’ muda muito (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p>

	<p>(...) <u>depois que eu emagreci é, eu acabei criando um pouco mais de segurança, saindo com pessoa que no passado eu não sairia, fazendo coisas que talvez, dois anos atrás eu jamais pensaria em fazer, e...então, agora, eu ainda tenho minhas limitações os meus bloqueios porém eu acabo, cada vez eu acabo cedendo um pouco mais (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</u></p>
<p>Influência na Autoimagem e desenvolvimento de uma autoestima disfuncional</p>	<p>(...) <u>sempre me via muito gorda, mais acho até do que o pessoal falava ‘ah, você não é tudo isso assim’, não conseguia me enxergar, cheguei até pesar cinquenta e nove que é, bem pouco, pra minha altura e não conseguia perceber que ‘tava’ magra. Aí, engordei tudo de novo, mas é isso (...) Porque que eu emagreci, porque realmente eu não conseguia me olhar no espelho, não me sentia bem comigo mesma e fui, é, melhorei minha alimentação e comecei a ir na academia certinho mas eu consegui emagrecer mesmo só agora que eu mudei ‘pra’ [nome da cidade] esse ano e ‘aí’ eu faço minha comida e eu vou ‘regradinho’ na academia porque quando eu morava com a minha mãe, por ela não ter facilidade de engordar sempre comprava bastante ‘porcaria’ e eu ia junto, daí não emagrecia (...) Mas o motivo era mesmo porque eu não gostava da minha imagem do jeito que estava (...) eu me achava muito feia, em tudo...o cabelo, o braço, a perna, a barriga, o rosto, tudo.</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p> <p>(...) Então, eu tenho muito o que mudar ainda, eu acredito que a <u>imagem que eu tenho de mim não é a mesma que as pessoas têm, entendeu? Então, eu acabo as vezes me sabotando (...) eu meio que me sacrifico ‘pra’ certas coisas. (...) Eu acredito que seja um pequeno trauma, acho que meu maior medo (...) é engordar, ser quem eu era fisicamente, então, eu tenho esse trauma e eu acabo sacrificando muitas coisas ‘pra’ que isso não aconteça novamente, então eu acredito que as vezes não tenho nem um limite quanto a isso (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</u></p>
<p>Auto Controle constante com o peso em relação aos comportamentos com a alimentação e aos exercícios físicos</p>	<p>Aí eu comecei a me sentir pressionada a ‘tipo’, emagrecer mais rápido, emagrecer de uma forma mais eficaz. Aí o que aconteceu, <u>eu comecei a comer um ‘pratinho’ de sobremesa, aí nisso, eu ‘tava’ fazendo a musculação, academia...eu ‘tava’ fazendo musculação, natação e aeróbica, então eu ficava a tarde toda na academia e junto com isso eu comia pouco</u> e eu comecei esse processo de junho ‘pra’ julho então, eu tive um mês, foi até quase esquematizado assim, sabe? <u>Tive um mês ‘pra’ emagrecer e nesse um mês de férias eu emagreci ‘tipo’ nove quilos e quando eu voltei das férias todo mundo achava que eu tinha Bulimia</u> ou alguma coisa assim, porque eu tinha emagrecido muito rápido, então, eu fui de um corpo gordo ‘pra’ um corpo muito magro, assim...tinha momentos que eu me olhava no espelho e ficava: ‘nossa, eu to muito magra’. Só que aí a minha mãe, ela super apoiou (...) ‘olha só a sua cintura, a sua cintura tá super fininha, olha que lindo’ (...) eu tentava manter e eu tinha aquela ‘nóia’ de sempre que passava num lugar que eu <u>pudesse medir (...) o meu peso, eu passava lá (...)‘é, engordei um quilo e meio, eu tenho que tirar esse um quilo e meio’ se</u></p>

	<p><u>não vou ficar gorda, vou perder controle e tudo mais.</u> E isso até hoje (...) eu vou pesar, e eu me sinto muito culpada quando (...) os dígitos sobem, querendo ou não, por mais que meu peso esteja normal (...) a nutricionista (...) falou (...) você está com um corpo normal, não precisa alterar (...) <u>Mas mesmo assim eu me sinto culpada se eu como alguma coisa e aí eu engordo, e isso é muito péssimo porque é um sentimento de culpa constante.</u> (...) <u>Eu não tenho rotina de alimentação, mas (...) toda vez que eu vejo que eu ‘tô’ engordando eu vou lá e eu recomeço a fazer aeróbica, começo a fazer as coisas dentro de casa ‘pra mim’ (sic) emagrecer, reduzo comida e tudo mais</u> (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p>Eu passava na nutricionista, só que ‘tipo’ ela viu as mudanças pouco diferente ‘tipo’ ela falou assim: ‘não, você precisa comer direito e treinar’, ‘aí’ <u>eu não comia direito</u> ‘aí’ de um mês pro outro caiu tanto peso, ‘aí’ ela ficou ‘tipo’: ‘o que você fez?’ falei não, ‘tô’ treinando, ‘tô’ comendo menos, e ela, acreditou que era isso que eu ‘tava’ fazendo. <u>Só que eu reprimi muito meu consumo diário, ‘aí’ eu perdi mais ainda, continuei perdendo, ‘aí’ no outro mês chegava com menos ainda.</u> ‘aí’ ela falou: ‘você perdeu muito peso mesmo em tão pouco tempo, o que você fez? Fala a verdade’, ‘aí’ eu: ‘ah, meu consumo foi baixíssimo e meu gasto foi alto, muito alto mesmo’, ‘aí’ ela falou: ‘você não pode fazer isso, você só perdeu gordura, você perdeu também massa magra, outras coisas, isso não é saudável’ (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Então, eu realmente fui emagrecendo, tentei várias dietas, ficar sem comer, várias coisas, comecei a fazer academia e ‘aí’ agora que eu consegui ver o resultado que eu queria (...) (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p> <p>(...) <u>Na verdade eu, na minha reeducação mesmo fazendo acompanhamento eu acabo me restringindo de coisas que talvez não, não precisaria, então, eu acabo deixando de comer coisas que eu gosto, que eu posso...que o meu nutricionista libera, então eu acabo deixando de comer por medo, eu acabo deixando de sair porque eu sei que eu vou ter que comer, eu acabo treinando em excesso, as vezes me lesionando por conta disso, ou quando eu como alguma coisa, eu fico me culpando, eu fico me julgando</u> (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
<p>De ex gordo para magro não saudável</p>	<p>Algumas tratavam bem ‘tipo’ o problema era mais o Bullying do que algumas pessoas, que machuca muito... ‘aí’ depois quando eu emagreci <u>o Bullying continuou, mas de outro lado, falavam: ‘ah, tá usando crack né moleque!’ tanto peso que sumiu, mas ‘tipo’ as pessoas que tinham mais relação comigo mesmo continuando e chamando que falou: ‘toma cuidado, ou, você mudou muito, fica esperto que isso não é tão bem, não é saudável’</u> (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p>

4.3 Sentimentos e atitudes de autocuidado em relação ao próprio corpo gordo

Os(as) participantes relataram um processo de aceitação do corpo, oscilando em insegurança e momentos de bem-estar com sentimentos positivos em relação ao corpo gordo, esse processo também foi influenciado pela mídia, como vemos no relato da Participante 1. É interessante que a mídia, ao mesmo tempo em que propaga modelos de estética relacionado a um corpo magro como desejáveis, bonitos e saudáveis (BRESSAN; PUJALS, 2015; HEILBORN, 2006; MARTINS, 2012; SANT'ANNA, 2014) também foi um meio pelo qual a participante encontrou pares que cuja representação do corpo gordo fosse legitimada como “normal”, assim como apresentado no estudo de Rangel (2018), em que pessoas gordas vislumbraram na internet uma ferramenta para expor suas histórias e compartilhar vivências, no chamado *ciberativismo*.

Os(as) participantes normalizaram a estética gorda e a possibilidade de novas experiências, sem restrições ou impedimentos. O que se ressalta, é a possibilidade de desenvolver uma melhora na autoestima sem a necessidade de emagrecimento, pois entende-se que não é necessário ser magro(a) para ser saudável e/ou belo(a). Santos e Sanchotene (2017) interpretam a conquista da autoestima de duas formas: como aquela que pode ser atingida por meio de recursos para alcançar o corpo magro, ou quando o corpo “fora do padrão” é aceito. Essa dualidade nos faz refletir sobre como o conceito é representado pelo senso comum e como nem sempre os processos garantirão, de fato, a autoaceitação.

O participante 5, trouxe uma discussão sobre a beleza da pessoa gorda, que não é apenas o ideal magro que pode ser considerado belo, mas que de certa forma, esse reconhecimento é um processo difícil, para Jimenez-Jimenez (2020) “A aceitação do próprio corpo com a concomitante despadronização da concepção de beleza é um processo que dura a vida inteira e nunca é algo fácil ou indolor (p. 182),

eu acabei conhecendo pessoas que me achavam bonito do jeito que eu sou, então ‘aí’ acabou que eu vi que ‘sei lá’, não é só o ideal magro que é bonito (...) não pode perder à vista independente disso que, que você não precisa ter um corpo perfeito ‘pra’ se achar bonito, ‘sabe’? ‘Pra’ saber que você merece alguém legal, que te ache bonito também, que você ache a pessoa bonita e eu acho que a pessoa... ‘sei lá’, tenta entender isso acho que é difícil, ‘sabe’? (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

Permanecer gordo(a), é um direito (TOVAR, 2018), que foi descoberto por nossos(as) participantes ao decorrer de suas trajetórias e com uma certa “aprovação externa” ou pelo acesso a novos conhecimentos, que foram emancipatórios e trouxeram

reflexões sobre a aceitação do próprio corpo, a construção da beleza e seu reconhecimento e a liberdade ao comer.

Para a participante 6, as discussões trazidas pelo movimento feminista foram essenciais para provocar tais questionamentos, o que se assemelha com a pesquisa Gaylei (2014), em que as participantes relataram maior liberdade nas relações sexuais após conhecerem o gordoatvismo,

Aí, aos poucos eu fui vendo que eu também tive contato com amigas que tiveram o mesmo processo só que aí no caso, elas não conseguiram manter, elas voltaram 'pro' corpo gordo que elas tinham antes e aí 'tipo' elas foram me contando coisas voltadas 'pro' 'Feminismo', coisa voltado 'pra' aceitação do próprio corpo e aí com isso eu fui aceitando mais o meu corpo e aceitando que ah, eu posso comer! (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Exemplos sobre as categorias relacionadas aos sentimentos sobre o corpo gordo encontram-se no Quadro 6.

Quadro 6. Sentimentos e atitudes de autocuidado em relação ao corpo gordo.

Categorias	Relatos
Processo de Aceitação	<p>(...) minha autoimagem influenciou isso muito o exterior (...) eu só comecei a perceber que não tinha nada de errado comigo com <u>mídia, instagram, 'tipo', modelo Plus Size</u> que 'tá' mais em alta agora, mas antes era muito raro e...enfim, eu acho que é isso mais autoimagem assim (...) <u>porque eu entrei em contato com outras pessoas que tinham o corpo parecido, mídia, (...), enfim...me ajudou nesse sentido (...)</u> de entrar em contato com isso mas (...), ainda sinto que eu sou bem insegura com o meu corpo (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) depende, do dia (risos). Tem dia que a 'gente' 'tá' um pouco mais crítico, a 'gente' está um pouco mais pra baixo, angustiado, parece que tudo se torna um problema nesse sentido. Então, tem vezes que eu me importo muito com o meu corpo, que eu me incomodo, <u>mas tem outros dias que eu não ligo...que eu falo: "Ah, não, eu sou assim"</u>. Não tenho feito nada pra perder peso ou pra ganhar peso, apenas tenho tido outras preocupações, então, eu não...embora eu me considere hoje acima do peso, é uma coisa que eu...que depende muito do dia, <u>mas eu acho que na maior parte do tempo eu estou feliz, estou satisfeito com o meu corpo.</u> Não tenho feito esforços no caso, pra perder peso. (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p> <p>Bom...eu, hoje em dia eu não me preocupo mais com a minha aparência em questões estéticas, eu me preocupo com a questão da saúde, porque tenho muito 'pra' viver ainda e se eu não cuidar da saúde eu não vou viver. <u>A questão estética do corpo gordo hoje em dia pra mim é normal...hoje em dia eu vi que mesmo tendo o corpo assim eu posso fazer tudo o que eu quero, não me impede de fazer nada, nada,</u></p>

nada, na vida, então...pra mim é a coisa mais comum do mundo, é só um corpo como todo outro (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

(...) eu recuperei minha autoestima com o corpo gordo e hoje em dia eu tenho ela com o mesmo corpo gordo, então, hoje em dia os pensamentos negativos não me abalam só de família que às vezes ‘pesa’ um pouco (...) enfrentar primeiro ela mesma, ela saber que ela consegue, que não tem nada demais ter um corpo gordo que não é isso que vai destruir ela, que é um corpo como todo outro. E... aprender a conviver com ele, aceitar seu corpo primeiro, se você não tiver uma autoaceitação você não tem nada, porque se você se odeia como que alguém pode gostar de você? A pessoa pode demonstrar, mas você se odiando, você não vai querer ouvir (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

(...) mas, eu acho que ‘tipo’ ‘assim’ de aparência eu realmente...eu gosto, ajudou que quando eu fiquei mais adulto eu acabei conhecendo pessoas que me achavam bonito do jeito que eu sou, então ‘aí’ acabou que eu vi que ‘sei lá’, não é só o ideal magro que é bonito (...) não pode perder à vista independente disso que, que você não precisa ter um corpo perfeito ‘pra’ se achar bonito, ‘sabe’? ‘Pra’ saber que você merece alguém legal, que te ache bonito também, que você ache a pessoa bonita e eu acho que a pessoa... ‘sei lá’, tenta entender isso acho que é difícil, ‘sabe’? (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

(...) quando eu cheguei na [universidade] é que teve uma diversidade de corpos e teve uma diversidade de pessoas, é, mostrando esses corpos, formas diferentes de se vestir, formas diferentes de se expor como pessoa (...) querendo ou não são cursos que questionam esse corpo (...) eu acredito que o curso tenha impacto na criticidade em relação ao corpo, então, a forma como eu vejo o meu corpo tem total correlação ao questionamento que eu faço desse corpo (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Aí, aos poucos eu fui vendo que eu também tive contato com amigas que tiveram o mesmo processo só que aí no caso, elas não conseguiram manter, elas voltaram ‘pro’ corpo gordo que elas tinham antes e aí ‘tipo’ elas foram me contando coisas voltadas ‘pro’ ‘Feminismo’, coisa voltado ‘pra’ aceitação do próprio corpo e aí com isso eu fui aceitando mais o meu corpo e aceitando que ah, eu posso comer! (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

(...) Mas querendo ou não eu tento olhar ‘pro’ lado dê: é uma história sua, foi um processo seu, você não tem que eliminar isso, sabe? Mas é muito difícil (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Mas você só tem que se entregar ‘pra’ uma pessoa que aceita te receber do jeito que você é, não tem que se sentir frustrado, não tem que se sentir menos que os outros por causa de aparência, apesar do que é propagado hoje em dia a aparência é uma coisa muito fútil, tem muito mais coisa ‘pra’ explorar, tem muito mais coisa ‘pra’ fazer, ‘pra’ aprender nessa vida que vai nos construir, vai nos agregar muito mais do que o exterior, então, digo por conhecimento, experiência, conhecer

	<p>coisas novas, novas culturas, novas pessoas, e, sexualidade é uma parte importante sim principalmente de um adolescente ou de uma criança em fase de desenvolvimento mas não é o principal (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)</p> <p>(...) não sinto pelo fato de ter emagrecido, até porque eu queria emagrecer um pouco mais, <u>mas eu consegui lidar comigo mesma, que não preciso que os outros aceitem como tem que ser o meu corpo, e agora eu consigo aceitar.</u> Tanto que eu aceitei o meu corpo antes até de eu emagrecer tudo o que eu emagreci agora, parei um pouco de ligar pro que as outras pessoas ficavam achando (...) <u>de corpo, de me aceitar, de me ver de outra maneira foi acho que esse ano, pouquíssimo tempo.</u> (...) de tá feliz do jeito que eu tô (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>
<p>Atitudes promotoras de Autocuidado</p>	<p>Hoje <u>eu faço exercício assim porque eu gosto,</u> faço ‘Muay Thai’ e ‘tipo’ é porque eu gosto mesmo não tenho intuito nenhum de emagrecer, é porque ‘tipo’, ‘sei lá’, já tive problema de insônia também ‘aí’ me ajuda mais a dormir e ‘tals’. E hoje em dia eu vejo ‘tipo’ esporte como uma coisa boa, sabe? (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) <u>não necessariamente ‘pra’ emagrecer, mas ‘pra’ provocar prazer e lazer também é bom. O exercício físico não é uma forma só de ‘exercício’ hoje em dia ele é visto como lazer.</u> (...) basquete por lazer, e caminhadas e corridas por prazer (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>(...) por muito tempo eu disse que eu não gosto muito de ir em academia e fazer exercícios assim, esporte com outras pessoas, por me sentir um pouco ‘embaraçado’, essas coisas. Mas uma coisa que eu sempre acabei fazendo com os meus amigos desde sempre que acho que ajudaria se eu fizesse com mais <u>empenho, era ‘tipo’ caminhar, correr, que a gente meio que conversava e acabava sendo um lazer legal</u> (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>Porque é aos poucos, é uma coisa que você tem que criar uma rotina, então às vezes o pessoal mostra uns jeitos de emagrecer que é muito, é uma coisa muito rápida que aí acaba trazendo dor porque treinar dói mesmo, você ‘tá’ estressando o corpo. De um <u>jeito mais amável assim, de treinar, achar um exercício que você goste e ser bem aos ‘pouquinhos’ ensinar que você tem que se amar antes do jeito que você ‘tá’ ‘pra’ você conseguir lidar e chegar no corpo que você gostaria</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>

Podemos considerar que a percepção pessoal e insatisfação do corpo quando adolescente geraram consequências na vida adulta de inseguranças e busca por representatividade. Alguns estudos discorrem sobre esse evento durante a adolescência e

apontam para maior insatisfação corporal entre os jovens e a interferência negativa em suas relações sociais (FERRIANI; DIAS; SILVA; MARTINS, 2005; PETROSKI, PELEGRINI; GLANER, 2012), verifica-se uma maior propensão a insatisfação corporal em adolescentes do gênero feminino (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005).

Para alguns participantes, o processo de autocuidado se deu com uma nova percepção do esporte e da prática de exercícios físicos, que não precisa ser executado de maneira imposta e com a finalidade de emagrecimento. Bombak (2014), sugere que a prática de atividades físicas está mais relacionada a melhor qualidade de vida – independente do peso, do que o emagrecimento.

Hoje eu faço exercício assim porque eu gosto, faço ‘Muay Thai’ e ‘tipo’ é porque eu gosto mesmo não tenho intuito nenhum de emagrecer, é porque ‘tipo’, ‘sei lá’, já tive problema de insônia também ‘aí’ me ajuda mais a dormir e ‘tals’. E hoje em dia eu vejo ‘tipo’ esporte como uma coisa boa, sabe? (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).

(...) não necessariamente ‘pra’ emagrecer, mas ‘pra’ provocar prazer e lazer também é bom. O exercício físico não é uma forma só de ‘exercício’ hoje em dia ele é visto como lazer. (...) basquete por lazer, e caminhadas e corridas por prazer (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

O ambiente em que o exercício físico é realizado também influenciou na adesão de novas práticas. A academia aparece como um ambiente não muito agradável, mas quando atividades como caminhada/ corrida foram praticadas com amigos proporcionou novas identificações, lazer e bem-estar. Mattos (2012) exemplifica em sua pesquisa sobre a adesão de pessoas gordas ao exercício físico, que não está atrelado unicamente a estética ou emagrecimento, mas sim aos fatores que a envolvem, “pelo caráter lúdico das aulas que lhes permitem vivenciar novos valores e sentidos” (p. 124). Nosso entrevistado, expõe:

(...) por muito tempo eu disse que eu não gosto muito de ir em academia e fazer exercícios assim, esporte com outras pessoas, por me sentir um pouco ‘embaraçado’, essas coisas. Mas uma coisa que eu sempre acabei fazendo com os meus amigos desde sempre que acho que ajudaria se eu fizesse com mais empenho, era ‘tipo’ caminhar, correr, que a gente meio que conversava e acabava sendo um lazer legal (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

A participante 9, complementa essa ideia e relata a importância de achar um exercício que provoque identificação, sobre respeitar o processo e, caso exista o desejo de mudança amar a si mesmo(a) em qualquer corpo que esteja,

De um jeito mais amável assim, de treinar, achar um exercício que você goste e ser bem aos 'pouquinhos' ensinar que você tem que se amar antes do jeito que você 'tá' 'pra' você conseguir lidar e chegar no corpo que você gostaria (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

De modo geral, os(as) jovens relataram como percebem seu corpo atual, os níveis de satisfação e o que fazem atualmente para “se cuidar”. Em suma, podemos concluir sobre o processo de autoaceitação, que:

Aceitar o corpo como ele é e/ou está, ou produzi-lo de modo criativo, pode provocar mudanças nas concepções de beleza, saúde e felicidade, e podemos considerar esse processo uma expressão de resistência diante da corporeidade capitalística, já que transfere o indivíduo para outra lógica de estar e ser no mundo (JIMENEZ-JIMENEZ, p. 184)

4.4 Percepção sobre situações de preconceito social relacionados à vivência do corpo gordo: gordofobia

Os(as) participantes, na maior parte dos relatos, denunciam situações de preconceito, sejam estas explícitas ou não. A gordofobia é desvelada em vários relatos, em comentários e ações explícitas e também outras formas sutis que não deixam de serem ações de discriminação e preconceito (ARRUDA, MIKLOS, 2020; PIÑEYRO, 2016; RANGEL, 2018; JIMENEZ-JIMENEZ, 2020).

Para Jimenez-Jimenez (2020, p. 52) em relato pessoal sobre a gordofobia vivenciada, a autora expõe que a frequência das situações de preconceito iria aumentando com o tamanho do seu corpo: “Ela acontecia, mas, depois de chegar aos 100 quilos, a gordofobia era muito mais agressiva e frequente, e com 120 quilos, você já é considerada um monstro que não merece ser respeitada como qualquer outro ser humano” (Ver Quadro 7).

Quadro 7. Percepção do preconceito social (gordofobia)

Categorias	Relatos
Gordofobia: situações e comentários de discriminação na escola e família	(...) as minhas primas (...) <u>sempre comeram muito pouco, então (...) minha família inteira incentivava elas comerem muito e eu, se eu ia repetir um prato era um absurdo assim (...) a família inteira ficava policiando,</u> então, acho que até uma criação diferente, ‘né’? Minha irmã também, ela é muito magra ‘aí’ eu sentia essa diferença também (...) minha escola (...) <u>a cada seis meses a gente tinha que se pesar na frente de todo mundo e o professor gritava pra anotar em uma prancheta quanto você pesava,</u> e, (...), nossa eu sonhava com aquilo, de

pesadelo mesmo (...): *“nossa vai chegar o dia em que o pessoal se pesa na Educação Física”* (...) teve um dia que eu faltei da aula e o professor passou um documentário sobre obesidade e ‘aí’ fizeram um comentário: *“ah, a [seu nome] não sei o quê”*. E começaram a dar muita risada, e ‘aí’ no outro dia eu cheguei e fiquei sabendo que um menino tinha sido suspenso por minha causa, e, ele me culpou o resto do ano (...) eu tinha uns onze, doze anos. (...) tinha uma academia no meu prédio e tinha uma academia do lado da minha casa e eu ia nas duas. E eu sentia ‘tipo’, olhares...e também gente comentando: *“nossa, isso que você tá fazendo é muito corajoso”*. De ir na academia? ‘sei lá’, e... enfim, acho que mais esses preconceitos mais pontuais (...) na infância e na adolescência (...) (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).

(...) no fundamental eu era meio que ‘excluído’ não falava muito com ninguém, e tinha ‘tipo’ alguns amigos só. ‘Aí’ no colegial quando eu comecei a mais conversar com todo mundo da minha sala e ‘tal’ é... eles me chamavam ‘pra’ ir nadar, por exemplo, e eu morria de medo de ir e tirar a camiseta e nadar com todo mundo, ‘sabe’? mesmo quando eu ia eu ficava ‘tipo’ de braço cruzado no canto e [pausa], demorou um pouquinho pra eu realmente me acostumar e meio que deixar isso de lado um pouco (...) eu tinha muito medo de ser ‘zoadado’ (...) eu via que tinha um pessoal da minha sala que eles ‘zoavam’ bastante outras pessoas e eu tinha medo de ser ‘zoadado’ também e eu não era muito satisfeito com a minha aparência também (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

(...) aí’ porque sempre os apelidos ‘gordinho’, ‘gordo’, ‘nhônho’, é... ‘rola que é mais fácil que correr’ e ‘tipo, machuca, mesmo assim me machuca. ‘Aí’ ‘numa’ época eu até que aceitava ‘aí’ bateu o estopim que eu falei: ‘chega!’. Eles podem continuar me chamando de ‘gordinho’ hoje em dia, que ficou, até hoje, mas...hoje eu dia eu sei que foi o que pegou, mas não dá tanta importância quanto antes quando eu chegava no espelho e falava: ‘tá foda! (...) Ah ‘tipo’ os apelidos, ‘tipo’ ficava na mente... *‘barril de poço, não sei o que... Free Willy’* (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

(...) na adolescência, ninguém queria ser meu amigo, os meninos todos me ‘zoavam’, ficavam sempre reforçando: ‘ah, não quero falar com você, porque você é gorda, você é feia’. Das meninas eu também sentia isso e eu era de uma escola particular e eu era meio que a única ‘gordinha’ da sala, e aí eu sentia que era meio excluída do resto. (...) Por ser gorda, eu acho (...) sofri muito preconceito, de falar na minha cara assim... *‘ai, você é feia, você é gorda, não fala comigo’*. (...) Os meninos da minha sala, os meninos da catequese (...) era mais dos meninos do que das meninas, mas um exemplo que eu lembrei é que na época passava aquela novela “Rebelde” e daí faziam uma listinha de quem era quem, aí eu falei lá um nome aleatório e as meninas marcaram uma que era obesa, era a única da novela, e daí colocaram que meu nome era aquela. (...) Ah, eu me senti muito mal é... hoje eu vejo que não tem problema nenhum, mas nossa, tá na pele ali, é muito ruim. [na novela] ela era excluída, tudo ela comia, ‘tava’ triste, ‘tava’ estressada, comia, e que os menininhos ninguém queria ficar com ela (...) Fico muito triste, dá até vontade de chorar de novo. Eu ficava muito triste, eu chegava em casa todo dia da escola e chorava...chorava e minha mãe sem entender, ‘aí’ teve uma vez que ela até chegou

	<p>mandar uma ‘cartinha’ ‘pra’ professora explicando tudo isso, só que não deu nome, aí a professora falou: ‘oh, recebi uma cartinha falando disso, disso e disso’, <u>aí quando foi falando que foi preconceito por ser gordo todo mundo da sala já olhou ‘pra’ mim porque já sabia que era sobre mim mesmo</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>
<p>Gordofobia e trabalho: preconceito em situações de seleção para emprego ou de escolhas de curso</p>	<p>(...) em entrevista de emprego também eu percebo, hoje em dia ‘né’? que existe um olhar diferente também, em ônibus também...essas coisas (...) (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>A família na hora <u>que eu falei que ia fazer Educação Física com um corpo gordo começaram: ‘não existe isso, um educador físico gordo’ e ficaram julgando</u>, sabe? E muitas pessoas que se diziam amigos julgam, mas [pausa] eu ‘to’ provando ‘aí’ que eu consigo fazer tudo mesmo assim. [eu ouvia] ‘<i>Como você vai trabalhar com esse corpo? Como você vai ajudar alguém a emagrecer com esse corpo?</i> (...) O pessoal sempre falou coisas negativas ‘<i>como você vai dar essas aulas, tendo esse corpo?</i>’ <u>mas, o educador físico não é uma pessoa forte porque se qualquer pessoa forte fosse educador físico não precisaria do curso! As vezes a mente da pessoa porque aquilo deu certo ‘pra’ ela e você acaba machucando e destruindo uma outra pessoa por conta disso</u>, não é valido esse argumento do educador físico gordo é diferente do educador físico magro (...) <u>Ser excluído por uma entrevista de emprego pelo corpo...não é justo! Olha, basicamente todos que foram chamados eram ‘normais’ e meu currículo era maior do que o deles</u>, então, alguma coisa de errado tinha. E... a <u>pessoa não quis falar, então ela camuflou isso, mas todos eram padrão, comparando meu currículo com o deles, meu currículo tinha coisas superiores</u> ou a não ser que o cargo seja abaixo demais pro meu currículo, era alguma coisa incumbida. (...) (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p><u>(...) sou estudante de Educação Física e ‘tipo’ se eu tivesse um corpo (...) dez quilos a mais eu normalmente não estaria fazendo estágio onde eu estou hoje, que eu ‘tô’ em uma academia.</u> (...) todos os professores estão dentro dos padrões (...) Eles não falam exatamente isso, mas ‘dá’ ‘pra’ <u>perceber que se você tivesse fora dos padrões, provavelmente você não seria contratado</u> (participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) certa vez <u>em entrevista de emprego. Eu acredito que sim. Foi uma entrevista dinâmica onde todo mundo era magro, todo mundo era magro e eu era o único gordo dali, só que eu era o mais capacitado na época...em questão de, em questão mesmo da, são pessoas que estavam no mesmo curso que eu e eu estava dois semestres a frente, então, eles preferiram ficar com uma pessoa que não foi nem tão boa na dinâmica, do que comigo. Eu não tenho certeza (...)</u> se foi por conta de eu ter sido gordo ou se era alguma outra, algum outro critério que eu não me encaixei (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>

<p>Gordofobia velada</p>	<p>(...) eu tinha muita amiga que tinha vergonha de falar ‘tipo’ de peso comigo, mas ‘aí’ (...) tinha aquelas amigas magras que ficavam o tempo todo falando: “<i>nossa, eu tô gorda</i>”. Sabe? E ‘tipo’ parecia que era me cutucar às vezes (...) <u>os meus pais tiveram conversas com a minha irmã que eles não tiveram comigo, em relação a beijo, sexo, essas coisas...</u>que eu acho, que eles não sabiam muito bem como abordar, sabe? E... enfim, eu acho que tem essa diferença (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) de uma maneira bem velada e sutil, na adolescência, ‘né’? A situação sempre foi bem escrachada de bullying e tudo mais (...) Mas eu acho que <u>o que mais fez perceber que elas agiam diferente foi meio quando eu emagreci, porque ‘aí’ ficou muito diferente e dava ‘pra’ perceber a diferença de tratamento.</u> (...) é positivo porque ‘sei lá’, é sempre bom você receber um elogio, mas é negativo porque esse elogio só veio nesse momento quando eu estava com aquele corpo, entende? Então, é bom e ruim (...) <u>na adolescência eu era sempre a ‘gordinha’ engraçada da turma assim, ‘sabe’? Era um preconceito velado ‘assim’. Foi tão ‘assim’ que eu naturalizei esse papel, ‘sabe’? Não pareceria, mas ‘sei lá’, talvez foi uma maneira de transformar outros sentimentos</u> (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p>(...) Acho que teve uma vez (...) visita técnica com a faculdade (...) eu fui tirar a foto também e ‘daí’ todo mundo ‘tava’ sentado no chão (...), ‘daí’ eu sentei no chão também e ‘daí’ na hora que eu ‘tava’ sentado (...) <u>depois que tirou a foto pedi pra um amigo meu me ajudar a levantar (...) só ‘tava’ meio ruim pra eu levantar ali, minha perna tinha ‘dormido’ um pouco também e eu queria ajuda...e ‘daí’ um moça da empresa aleatória, meio que vi ela falando pra uma amiga dela e rindo, alguma coisa de: ‘ah, chama o guindaste’.</u> E ‘daí’ eu não sei se foi ‘pra’ mim, mas ‘sei lá’, me senti um pouco estranho com isso (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p>
<p>Gordofobia: impactos e atitudes na relação consigo mesmo(a) e dificuldades nas relações interpessoais</p>	<p>Agiam de maneira negativa. Como se <u>aquilo...ser gordo, fosse algo que eu fiz comigo e que eu era uma pessoa má por ter feito isso, não uma pessoa normal, uma pessoa totalmente negativa e com baixa autoestima, falavam...que eu não tinha autoestima comigo mesmo</u> (...) Comia! Chegava em casa, ‘tava’ triste e comia...tomava leite, comia pão, bolacha, ficava comendo, comendo, e jogando...até melhorar. A comida parecia ser um alívio, uma sensação de ‘estou aqui por você’ (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>(...) Não <u>poder fazer algumas coisas, ‘sabe’? ‘tipo’: ‘ah, não posso subir de cavalinho em ninguém’ porque todo mundo vai ficar... não posso nem pensar na ideia, se eu sugerir alguém, todo mundo vai ficar: ‘não, você não, nada vê’.</u> E algo assim, eu acho que seria mais nesse sentido (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>(...) <u>A questão de isolamento mesmo, as pessoas não conversam e quando as pessoas chegavam em mim era porque queriam alguma coisa com essa pessoa, sabe? Então, por exemplo, época de prova...isso até é uma coisa que eu bato sempre na ‘tecla’ porque as pessoas só conversavam comigo por conta de nota.</u> Não porque ‘ah, ela deve ser legal’, ‘ah, eu vou tentar começar a conversar com ela porque ela é aluna nova’ então eu fiquei seis meses meio isolada, então, nos</p>

	<p>primeiros três meses foi um maior impacto e os seis meses foram o processo que as pessoas só conversavam comigo por conta da nota, por conta de alguma coisa assim do tipo. E aí, eu fiquei... ‘será que eu me resumo a isso, sabe?’ E eu não sei, eu comecei a ficar muito insatisfeita com as pessoas (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p>(...) <u>até hoje eu tenho uma dificuldade de interagir socialmente, em todos os âmbitos, no serviço, na faculdade, até na minha família e pode ter sido por causa disso porque eu nunca me senti parte de um grupo,</u> então, na escola talvez as meninas por não ter, não serem assim, não ter se desenvolvido tanto me afastavam por algum motivo e os meninos já me deixavam me ‘acuada’ por outro, então, isso me afetou (...) (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)</p> <p>Olha... eu acho que isso fez a minha autoestima ser muito pequena, de todo mundo achar que eu <u>ia ser feia eu meio que, é...minha mãe falava que eu andava na rua que nem um ‘boi bravo’ andava com a cabeça baixa porque eu tinha medo de alguém mexer comigo, então, eu pegava ficava fechada e não conversava com ninguém ‘pra’ ninguém ‘encher meu saco’ e isso foi muito difícil de tirar de aprender de novo a dar ‘Bom dia’ ‘pras’ pessoas, sabendo que elas vão me responder de volta, que elas vão olhar ‘pra’ mim e não vão ficar assustadas, não vão me achar feia, então, foi muito difícil tirar isso, foi...ainda é um pouco, o pessoal fala: ‘ah, mas você é bonita, não sei o que’ mas as vezes eu ainda não consigo enxergar, tenho muita dificuldade, me influenciou bem ruim (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</u></p>
<p>Não percepção de gordofobia</p>	<p>Eu acho que comigo nunca aconteceu porque eu sempre fui uma pessoa mais fechada, mais reservada. No Ensino Médio, no Ensino Fundamental <u>eu tinha poucos amigos então eu era mais quieto, eu ficava mais na minha e ao mesmo tempo eu acho que as pessoas sabiam que eu não dava tanta liberdade “pra” elas.</u> Claro, que a “gente” sabe que o Bullying não é assim que funciona, né? Mas, mesmo assim, eu <u>nunca... não senti que eu era tratado diferente ou ouvia “algum comentário” nesse intuito não. Não era tratado diferente (...).</u> Eu nunca recebi nenhum tipo de comentário ou senti que me tratavam diferente por conta disso. Então, eu acho que não sofri nenhum tipo de bullying por conta disso na minha adolescência ou infância, pelo menos não me recordo de ter ouvido nenhum comentário que tenha me magoado nesse sentido (...) ou que me tratavam diferente por conta disso, então eu acho que o problema estava mais comigo do que com as outras pessoas nesse sentido (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p>

A Escola apareceu como um ambiente punitivo, de exposição do corpo e do peso (nas aulas de educação física, por exemplo), exposição das diferenças, comentários gordofóbicos de colegas, como nas pesquisas de Ferriani, Dias, Silva e Martins (2005) Gonçalves (2004) e Rangel (2018). Outros espaços, como em academias, faculdades,

empresas (entrevistas de emprego), também exemplificaram a gordofobia. A inacessibilidade nesses ambientes também fora apresentada, suscitando sentimentos de vergonha, inseguranças e impactos na relação consigo mesmo(a) (LEWIS et al., 2011; FRIEDMAN; SIMONA; PHILIP; GERAR, 2005).

Vemos também relatos que exemplificaram a diferença de tratamento sofrida no ambiente familiar, quando comparado a outras pessoas consideradas magras (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020). Além disso, houve uma certa vigilância e controle da alimentação da pessoa gorda, como se ela “comesse demais”, enquanto outros membros da família magros não eram observados ou regulados em suas refeições. O relato de nossa participante, se assemelha aos resultados da pesquisa de Jimenez-Jimenez (2020) em que as entrevistadas também relatam constrangimento ao comer em público ou próximo de algum familiar.

“O consumo alimentar dessas pessoas é controlado por outros, que acreditam entender do assunto e podem piorar ainda mais a condição de estigmatizado da pessoa gorda” (p. 74). Temos exemplos da “vigilância” relacionada ao corpo, quando nossa participante busca fazer atividade física em uma academia, mas seus hábitos de cuidado com o corpo gordo são questionados e colocados como “uma atitude corajosa”,

E eu sentia ‘tipo’, olhares...e também gente comentando: “nossa, isso que você tá fazendo é muito corajoso”. De ir na academia? ‘sei lá’, e... enfim, acho que mais esses preconceitos mais pontuais (...) na infância e na adolescência (...)
(Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).

Ser uma adolescente gorda e frequentar esse ambiente é socialmente lido como um ato de coragem, no imaginário coletivo os corpos gordos são preguiçosos e “vivem para comida”. Automaticamente relacionamos que a busca por atividade física é para emagrecer e essa atitude é enaltecida como responsabilidade do sujeito em “seu mérito pessoal de emagrecimento”. Compreendemos que o corpo gordo é vigiado e controlado por ser desviante (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020)

Outras situações que demonstraram gordofobia no ambiente escolar, foi a exclusão da pessoa gorda que de certo modo, culminou para sentimentos de vergonha com o próprio corpo. O participante 5, relata que quando chamado para atividades de lazer na piscina, sentia medo de participar dessa socialização porque precisaria “tirar a camiseta e nadar com todo mundo” (sic).

O participante 7, conta que decidiu emagrecer após cansar dos apelidos dos colegas,

(...) aí' porque sempre os apelidos 'gordinho', 'gordo', 'nhônho', é... 'rola que é mais fácil que correr' e 'tipo, machuca, mesmo assim me machuca. 'Aí' 'numa' época eu até que aceitava 'aí' bateu o estopim que eu falei: 'chega!' (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

Além da exclusão e sátira por ser gordo(a), a relação com a feiura por parte dos(as) colegas é explícita:

(...) na adolescência, ninguém queria ser meu amigo, os meninos todos me 'zoavam', ficavam sempre reforçando: 'ah, não quero falar com você, porque você é gorda, você é feia' (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

Ao analisar histórias de livros infanto-juvenis a autora Martins (2006) conclui que há uma estética valorizada, ou seja, o corpo magro. Os corpos gordos são colocados como feios e exagerados e essa compreensão é reproduzida pelas crianças desde muito cedo, sobre alguns depoimentos das crianças, a autora esclarece: “os cuidados com o corpo, incluindo dietas alimentares são práticas de ensinamentos que circulam intensamente dentro de asa e ensinam às crianças noções de beleza e de saúde” (p. 54).

Apelidos ofensivos e comparações com personagens “obesos” fizeram parte dos comentários gordofóbicos trazidos pelos(as) colegas. A participante 9, expõe essa situação, quando comparada com uma personagem de uma novela muito assistida pelos(as) adolescentes da época:

(...) na época passava aquela novela “Rebelde” e daí faziam uma listinha de quem era quem, aí eu falei lá um nome aleatório e as meninas marcaram uma que era obesa, era a única da novela, e daí colocaram que meu nome era aquela. (...) Ah, eu me senti muito mal é... hoje eu vejo que não tem problema nenhum, mas nossa, tá na pele ali, é muito ruim (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

Estereótipos de mulheres gordas aparecem com frequência na mídia e de alguma forma, faz parte de uma leitura que se assemelha à realidade. Arruda e Miklos (2020, p. 122-123) elencaram cinco representações ocupadas pelas personagens gordas nos seriados, telenovelas e filmes: “Alívio cômico” – personagem engraçada ou satirizada; “Estepe para o personagem principal” – coadjuvante; “Personificação daquilo que é feio, repulsivo, patético, errado”; “Eterna romântica – aquela não escolhida como par romântico; “Emagrecimento que transforma” – emagrecimento para ser aceita e se tornar protagonista.

Dentro dessas categorias, os autores supracitados citam a personagem Celina da telenovela mexicana Rebelde, sucesso de público quando exibida no Brasil. Como apresentado por nossa participante, era comum que os jovens se identificassem com os(as) personagens da novela, principalmente os(as) protagonistas. Ser identificada como Celina pelos(as) colegas – “estepe para o personagem principal” (ARRUDA; MIKLOS, 2020) simbolizaria fracasso, pois mesmo tendo todos os atributos para ser “mais interessante”, a gordura e a compulsão alimentar representada na trama a colocaram como a “melhor amiga da menina mais bonita do colégio”. Para os autores o “processo de midiaticização desse preconceito” (p. 124): “influenciam o comportamento social e vice-versa”.

Em relação ao trabalho ou escolha do curso, os participantes vivenciaram situações de preconceito. Ser gordo e cursar Educação Física trouxe uma série de julgamentos e acusações por parte de familiares e amigos. Para fazer parte de uma profissão que envolve “cuidado” e “saúde”, é necessário exibir um corpo que represente essa imagem, ou seja, ser magro. Para muitos, a magreza e a força física, são sinônimos de saúde e o profissional deverá se adequar a esse padrão, o que também dirá sobre seu conhecimento. Além da pessoa gorda ser estigmatizada ao trabalhar/estudar áreas correlatas a saúde física, a gordofobia também ocorre quando procuram profissionais para acompanhamento ou com alguma queixa, isso é evidenciado em dois estudos com profissionais da nutrição (SILVA; CANTISANI, 2018; OBARA; VIVOLO; ALVARENGA, 2018).

Nosso participante explica a controvérsia dessas associações, quando questionado sobre sua prática profissional e seu corpo:

(...) eu 'to' provando 'ai' que eu consigo fazer tudo mesmo assim. [eu ouvia] 'Como você vai trabalhar com esse corpo? Como você vai ajudar alguém a emagrecer com esse corpo? (...) O pessoal sempre falou coisas negativas 'como você vai dar essas aulas, tendo esse corpo?' mas, o educador físico não é uma pessoa forte porque se qualquer pessoa forte fosse educador físico não precisaria do curso!_(Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Outro participante, também estudante de Educação Física antes gordo durante a adolescência e atualmente magro, complementa o explicitado acima ao afirmar que não conseguiria o estágio em uma academia se tivesse dez quilos a mais, o que reforça a ideia de que para “vender saúde” é necessário a magreza,

(...) sou estudante de Educação Física e 'tipo' se eu tivesse um corpo (...) dez quilos a mais eu normalmente não estaria fazendo estágio onde eu estou hoje, que eu 'tô' em uma academia (participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

A imagem corporal não está apenas associada à saúde, mas também à capacidade de exercer funções e cargos profissionais. A pessoa gorda, por vezes é lida socialmente como “incapaz”, “incontrolável” e “preguiçosa”, pelo simples fato de não conseguir “lidar consigo mesma”, emagrecer e ser saudável. Esses estigmas também são reforçados no mercado de trabalho e promovem exclusão (LEWIS et al., 2011; RUBINO et al., 2020). E quando contratados(as) pelas empresas, muitos sofrem com a gordofobia no ambiente de trabalho, como mostrado na pesquisa de Friedman; Simona; Philip e Gerar (2005). O relato evidencia:

(...) certa vez em entrevista de emprego. Eu acredito que sim. Foi uma entrevista dinâmica onde todo mundo era magro, todo mundo era magro e eu era o único gordo dali, só que eu era o mais capacitado na época (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

Muitas vezes, a diferença não era expressa de maneira escancarada, mas sim em discursos sutis, como utilizar a gordura como uma característica ruim, mesmo não sendo gorda ou na omissão dos(as) amigas(os) frente situações de gordofobia durante a educação física, no tratamento diferenciado de pais ao falar sobre sexo com a irmã magra e se omitir de falar sobre isso com a filha gorda, em ser colocada como a “gordinha engraçada da turma” e qualquer atitude rotineira ser vinculada à gordura, com comentários “naturalizados” - situações essas que chamamos de “gordofobia velada”.

De certo modo, a gordofobia vivenciada enquanto criança/adolescente trouxe impactos na vida adulta, principalmente no modo em que nossos(as) participantes percebiam a si mesmo(a) e na construção de sua autoestima e autoimagem. É nesse período que a identidade pessoal é formada e o meio em que o sujeito está inserido também influencia na percepção de si mesmo. Segundo Ferriani, Dias, Silva e Martins (2005) “quando se trata de adolescente obeso, esse se percebe diferente do ‘grupo de iguais’, o que lhe ocasiona sentimentos de estranheza, negação do próprio corpo e impactos negativos na auto-estima e imagem corporal” (p. 30).

Um dos relatos, mostra como nosso participante foi culpabilizado por ser gordo, e sua forma de lidar com esse sentimento era comendo,

Como se aquilo...ser gordo, fosse algo que eu fiz comigo e que eu era uma pessoa má por ter feito isso, não uma pessoa normal, uma pessoa totalmente negativa e com baixa autoestima, falavam...que eu não tinha autoestima comigo mesmo (...). Comia! Chegava em casa, ‘tava’ triste e comia...tomava leite, comia pão, bolacha, ficava

comendo, comendo, e jogando...até melhorar. A comida parecia ser um alívio, uma sensação de 'estou aqui por você' (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Outra consequência da gordofobia, foi a dificuldade de interagir socialmente, o sentimento de não pertencimento a um grupo, e um certo comportamento de “defesa” devido a rejeição sofrida. Uma das participantes, expõe que andava na rua com a “cara fechada”, sempre “armada” e com medo de alguém mexer com ela e falar sobre sua aparência ou corpo. Nesse processo, mesmo após o emagrecimento (como contado em outro eixo desta pesquisa), ela teve que desenvolver novas habilidades sociais e sua autoestima ainda permaneceu “baixa”, entendemos que a autoestima não é acionada facilmente, pelo emagrecimento ou outros procedimentos que a apresentem como resultado,

(...) é...minha mãe falava que eu andava na rua que nem um 'boi bravo' andava com a cabeça baixa porque eu tinha medo de alguém mexer comigo, então, eu pegava ficava fechada e não conversava com ninguém 'pra' ninguém 'encher meu saco' e isso foi muito difícil de tirar de aprender de novo a dar 'bom dia' 'pras' pessoas, sabendo que elas vão me responder de volta, que elas vão olhar 'pra' mim e não vão ficar assustadas, não vão me achar feia, então, foi muito difícil tirar isso, foi...ainda é um pouco, o pessoal fala: 'ah, mas você é bonita, não sei o que' mas, as vezes eu ainda não consigo enxergar, tenho muita dificuldade, me influenciou bem ruim (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

Em contraponto, outro participante relata não ter identificado situações de diferença no tratamento devido ao tamanho do seu corpo e apontou para um “problema mais pessoal”, possivelmente ocasionado pela pressão estética – visto que, seu corpo poderia ser socialmente lido como “não gordo”, mas as pressões e situações vivenciadas pelos padrões de beleza socialmente impostos, contribuíram com o sentimento de insegurança.

4.5 Experiências sexuais de pessoas gordas

Alguns participantes relataram as concepções sobre sexualidade e a definiram como algo que envolve as relações sociais, para além das práticas sexuais; outros(as) como parte da identidade pessoal, o que corrobora com as pesquisas histórico sociais críticas (HEILBORN, 2006; MAIA; MAIA, 2005; MAIA, 2010; PAKER, 2006; LOURO, 2008; LOURO, 2019).

Quadro 8. Concepções de sexualidade.

Categorias	Relatos
<p>Sexualidade: um conceito amplo, para além das práticas sexuais</p>	<p>Na aula (...) a gente viu <u>que engloba meio que tudo</u> (...) De relações sociais, de como você vê as pessoas. Eu não sei muito bem falar agora porque o senso comum acha que é ‘tipo’ só sexo, mas ‘tipo’, eu não sei <u>muito bem englobar tudo que a sexualidade envolve, mas eu sei que não é só a relação com sexo, acho que tem até alguma coisa a vê com gênero</u>, não sei agora... (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Sexualidade acho que é a maneira que a ‘gente’ encontra de <u>viver os nossos desejos, de sexo e gênero</u> ‘assim’, nossos desejos sexuais. Sexualidade ‘pra’ mim é <u>muito mais amplo do que sexo e relações sexuais</u>, então, sexualidade é uma maneira que a ‘gente’ encontra de viver os nossos desejos (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p>Sexualidade eu acredito que <u>é uma ‘coisa’ muito ampla</u>, eu acho que pode...ao meu ver, a <u>sexualidade é definida como qualquer comportamento, pensamento humano, ou interação que tenha algum caráter ou teor sexual. Então, eu não acho que se trate apenas de relações sexuais, mas o que faz com que a pessoa sinta atração, pelo o que ela se atrai sexualmente, no caso</u> (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p> <p>Sexualidade...<u>modo como você se relaciona com outras pessoas, independente do sexo, uma relação íntima</u> (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>A sexualidade em si eu acredito que ela é <u>muito plural, ela é muito abrangente, ela é uma relação, social, histórica, ela é uma relação cultural, ela tem o sexo biológico, mas o sexo biológico ele não é tudo</u>, sabe? Como todo mundo fala: <i>‘ou você é homem ou você é mulher’</i>, não! Não tem dessa, a relação que eu estabeleço com o outro é praticamente e puramente histórica, social, cultural, é muito menos o biológico (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p>Sexualidade? Ah, é essa <u>parte de conhecer o corpo, de sentir o prazer, de se envolver com pessoas, de saber que ‘tipo’ você gosta, que você sente atração</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>
<p>Sexualidade como parte da identidade pessoal</p>	<p>(...) sexualidade seria (...) relacionado diretamente a pessoa se relacionando ou se também ‘taria’ atrelado (...) a <u>pessoa sozinha achar o corpo dela alguma coisa atraente</u> (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>Nossa, deixa eu ver [pausa]... é, a pessoa ‘tipo’ <u>ter afinidade ou interesse por algum sexo que ela se identifica, pode ser do mesmo ou de ambos, algo que ela se identifica ‘pra’ se relacionar</u> (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Acho que é um <u>desenvolvimento pessoal</u>, cada um tem...sua própria ideia sobre isso e leva da forma como achar mais confortável, é... é</p>

	<p><u>uma parte muito importante da vida de uma pessoa</u>, mas é muito frágil, por outro lado. E, enfim...é isso (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)</p> <p>(...) não sei como eu definiria sexualidade. Não sei se eu posso encaixar isso como um sentimento ou não sei, sinceramente essa pergunta eu acho que não consigo responder. (...) É o que sinto! Não sei se encaixaria como um sentimento, mas sexualidade <u>é o que eu sinto, o que eu sou, acho que a minha essência</u> (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
--	---

Compreendemos que a sexualidade pode ser vivenciada de diferentes formas (MAIA; MAIA, 2005; MAIA, 2010). Por mais que durante a adolescência, o envolvimento afetivo e a relação com o corpo tenham sido conflituosos, os(as) participantes avaliaram a vivência da sua sexualidade no momento da entrevista, como satisfatória. As experiências “negativas”, contribuíram para a ressignificação e permissão de novas experiências, que culminaram para maior liberdade e expressão na relação com o outro. Em uma das falas, destaca-se momentos de “crises” e sofrimentos por não se enquadrar em um padrão normativo de orientação sexual, e essa identificação ocorrer após conhecer a bissexualidade (Ver Quadro 9).

E aí foi um processo muito longo de ‘tipo’ assim, de descobrir que a bissexualidade tem um...tem muita coisa! (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Quadro 9. Relação da sexualidade e o corpo gordo

Categorias	Relatos
Sexualidade, conhecimento e satisfação com o corpo	<p>(...) me sinto melhor <u>resolvida em relação à sexualidade hoje em dia do que na adolescência</u> (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Hoje eu vivo muito bem com a minha sexualidade, <u>apesar de tudo isso eu sempre tive uma relação muito boa com o sexo assim... por mais que eu não considerasse o meu corpo, como um corpo desejável, naquele momento eu sabia lidar com ele ‘pra’ conseguir prazer ‘assim’</u>, então, o sexo sempre foi uma coisa muito natural pra mim e eu lido bem, muito melhor hoje em relação a vergonha de ‘transar’, vergonha de usar biquíni, então, isso é uma coisa superada (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p>(...) eu acho que o problema de eu não me sentir à vontade com o meu corpo ‘tá’ muito mais em mim do que no outro. Então, eu tenho me permitido mais ‘né’? Então, hoje ‘pra’ mim <u>a minha sexualidade tem sido em relação ao meu corpo, satisfatório</u> (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p>

	<p>(...) <u>a minha sexualidade hoje (...) eu diria que ‘sei lá’, ok! E, que eu acho que eu entendo, que vejo coisas em mim que são bonitas e que eu acho que talvez alguém se atraia por elas e, ‘tipo’ tem pessoas que já se atraíram por elas então eu acho que bem</u> (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>(...) <u>até os dezessete mais ou menos eu nunca tinha me ‘tocado’, eu não sabia nada sobre meu corpo, é uma coisa até que me choca quando, por exemplo, eu vejo, eu converso com amiga sobre sexualidade,</u> por exemplo, e a amiga vira e fala assim: ‘eu nunca me toquei, nem tive curiosidade’ (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p>
<p>Sexualidade e orientação sexual não heterossexual</p>	<p>(...) <u>foi muita crise</u> porque eu cheguei em um determinado momento da minha adolescência que eu fiquei ‘tipo’: ‘<i>será que eu gosto de menina? Eu não sei se eu gosto de menina</i>’. E ‘tipo’ assim eu fui retomando vários históricos em que, é, eu gostava de uma menina, mas eu falava assim: ‘<i>não, ela é só minha amiga, ela só é legal, só é bonita, não tem nada vê, não vou ficar com ela e não vou tentar alguma coisa</i>’. E aí isso, isso foi um processo contínuo até o Ensino Médio assim, e aí, eu me deparei gostando de menina, aí eu fiquei ‘tipo’ assim: ‘<i>eu namoro meninos como que eu gosto de menina?</i>’ E foi uma coisa muito... chocante assim, ai eu fiquei ‘<i>será que eu sou lésbica?</i>’, ‘<i>mas eu não posso ser lésbica, eu gosto de homem!</i>’, ai eu fiquei ‘tipo: ‘<i>o que eu sou, Deus? Onde estou?</i>’, e aí, eu encontrei a bissexualidade só que mesmo na bissexualidade eu ficava ‘tipo’ assim: ‘<i>mas eu me atraio mais por homens do que por mulheres?</i>’ E eu ficava ‘tipo’ assim: ‘<i>mas será que eu não tô sendo uma bissexual falsa?</i>’. E aí foi um processo muito longo de ‘tipo’ assim, de descobrir que a bissexualidade tem um...tem muita coisa! (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p>
<p>Influência negativa psicossocial: envolvimento sexual tardio, inseguranças, vergonha e vulnerabilidade</p>	<p>(...) <u>acho que isso do corpo gordo influencia muito na sexualidade da pessoa, até parece que é um ‘tabu’ muito maior do que a sexualidade em si</u> (...) Acho que isso de vergonha do meu corpo mesmo, e...<u>eu tenho um receio até hoje</u> assim, se eu começar a chorar não liga, de verdade. De ficar com caras que conhecem meus amigos porque eu tenho medo de comentar em coisas, assim, sabe? E ‘tipo’, eu falei que <u>hoje eu me considero melhor em relação a isso, mas ainda ‘pega’ muito, sabe? Disso de...das pessoas comentarem e eu sei que não é real, principalmente nesse ambiente que a gente ‘tá’,</u> as dificuldades, as pessoas são ‘tipo’ mais desconstruídas, né? Mas eu sinto muito isso, de vergonha do meu corpo [choro] (...) com certeza assim... minhas amigas começaram a transar com dezesseis anos, minha prima começou a transar com quinze e ela falava muito de sexo pra mim. É... minha melhor amiga com dezesseis, então, <u>eu me sentia muito atrasada em relação a isso, eu dei meu primeiro beijo com quinze anos quase dezesseis anos, e ‘tipo’ minhas amigas já tinham transado, sabe? Ah, ‘tipo’ isso de ter perdido a virgindade com meu melhor amigo, foi uma pessoa que eu me senti confortável, ‘tipo’... porque eu já tive chances assim, mas eu não me sentia confortável a ponto de ‘tipo’, é... o ‘cara’ ver meu corpo, enfim. <u>Eu tinha vergonha real, eu ainda tenho um pouco mas diminuiu bastante, mas isso de ter perdido com meu melhor amigo pra mim é muito significativo,</u> sabe? Porque ele me conhecia há muito tempo, a gente se conheceu com seis, sete anos, ele dormia em casa sempre...então, ‘tipo’, acho que eu me senti confortável com ele em relação ao meu corpo (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</u></p>

Antes de eu começar a me relacionar sexualmente com outras pessoas eu, eu era muito inseguro porque eu não, por eu estar gordo depois por eu estar abaixo do peso, depois por eu estar gordo novamente então eu, eu era muito inseguro então eu acredito que isso influenciava na... nas minhas relações porque eu não tinha uma autoconfiança boa pra conseguir me abrir e me relacionar com o outro (...) quando eu comecei a conhecer o meu namorado é...eu ‘tava’ um pouco inseguro também: “O que ele vai achar, ‘né’?”, do meu corpo...e foi uma recepção normal, então, ‘aí’ eu pude ver que eu que ‘tava’ me prendendo e me privando de certas experiências por não me sentir à vontade com o meu próprio corpo (...) É...eu estava, eu era, até hoje sou de vez em quando ‘né’, inseguro com o meu corpo, eu tinha muita vergonha porque eu não sabia ‘né’, como eu era inseguro eu não sabia como que essa pessoa ia reagir ‘né’ com o meu corpo, mesmo que eu não estivesse naquela época acima do peso, eu estava recuperando. Então...eu acho que não foi uma coisa muito pensada ‘sabe’? eu só tomei coragem e fui, se eu tivesse pensado mais eu provavelmente não teria tido coragem pra isso (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).

Primeiro foi...vergonha, quando eu comecei a vida sexualmente cedo, tinha questões traumáticas na infância que não vem ao caso, ‘aí’ depois eu tive uma sexualização precoce segundo o pessoal, porque com nove anos eu já tinha beijado uma garota na boca, com dez um garoto, com onze eu já tinha ‘ficado’ com outros garotos e começado a vida sexual, não falo sexo em si, mas preliminares...as coisas estavam ocorrendo muito antes do comum. Só que ‘aí’ eu comecei a reparar que o pessoal ‘ficava’ comigo mas tinha vergonha de ‘ficar’ comigo, de falar que ficava comigo ‘aí’ isso causou uma certa...um certo bloqueio e eu me fechei, eu fiquei sem ‘ficar’ com ninguém até os meus quatorze anos e voltei a ficar com pessoas ‘daí’ em diante e aconteceu os mesmos problemas e eu sempre me fechava, e isso foi ocorrendo até eu chegar aqui e reparei que ‘ok, fica comigo, fala, normal ninguém liga eu sou uma pessoa comum’, não sei se porque o lugar que eu estava não era ideal ‘pra’ isso porque era uma cidade preconceituosa e pequena ou se...realmente por eu ser gordo o pessoal tinha vergonha de falar que ‘ficava’ comigo; hoje em dia eu não sinto isso... (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Eu comecei a ficar mais desconfiada das pessoas, sabe? Então, eu não confiava mais tanto nas pessoas, em algumas relações e isso me impacta até hoje. É... e eu sempre fico meio ‘tipo’, ‘será que a pessoa tá achando que eu tô tipo, não sei, com um corpo gordo?’, ‘será que tá tudo bem esse corpo que eu tenho?’. Às vezes eu me deparo com algumas questões assim, as vezes eu me olho no espelho e olho assim pra trás e falo assim: ‘será que tá bom isso aqui pra sair hoje?’, ‘será que não é melhor eu colocar a blusa tal?’, ‘será que não é melhor eu colocar a calça tal? Porque aí a calça tal faz com que eu aparente que eu seja mais magra’, ‘será que não é melhor colocar tal coisa?’. E... [pausa] Horrível! Porque toda vez que você vai se trocar, toda vez que você vai sair, toda vez que você vai ter um contato com outra pessoa, por conta desse passado, toda vez eu tenho que repensar dez vezes antes de sair de casa! E isso é horrível, sabe? Horrível (...) Eu vejo que se eu não tivesse emagrecido eu nunca teria transado! Se eu ainda continuasse com o corpo gordo, eu não teria transado com dezesseis, acho que não sei, eu teria transado agora com dezoito, dezenove anos,

assim, sabe? Seria mais tarde. E aí, não sei...se isso seria positivo, se isso seria negativo, mas de qualquer forma eu vejo que seria mais tarde (...) E uma fala do meu ex namorado que é 'tipo', foi muito chocante, não foi chocante no momento porque na hora eu falei assim 'nossa, ainda bem que eu não sou gorda'. Mas ao mesmo tempo foi chocante quando eu repensei isso, foi que ele falou assim: 'nossa, ainda bem que eu não te conheci quando você era gorda porque senão eu nem ia olhar pra você', e isso foi 'tipo' um namorado meu e na época foi 'tipo' assim: 'ainda bem que não sou gorda' (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Bom, eu sempre busquei posições ou 'meia luz' alguma coisa que não evidenciasse tanto o que me incomoda, é, continuar de roupa, às vezes, mas na maioria das vezes eu deixo levar, agora principalmente porque eu 'tô' com uma pessoa que gosta e mim pelo que eu sou por dentro e não por fora e eu fico à vontade, mas no geral, eu sempre tentava esconder o corpo (...) por ser maior eu acho que eu me tornei mais interessante do que as outras meninas que não tinham tanto, não tinham um corpo tão desenvolvido assim 'pra' aquela idade e sim, muitas vezes eu era vista como objeto, eu era vista como um 'par de peitos' e isso me incomodava bastante (...) eu me enxergo acima do peso, é, uma pessoa sedentária com cardiovascular bem complicado e que eu tenho bastante coisa 'pra' melhorar ainda por mim, mas o resto, na primeira semana do meu serviço, por exemplo, o 'cara' ficou nítido que ele me enxergava como um 'par de peitos', entendeu? Isso me incomodou bastante, como enxergam, já me senti como um 'pedaço de carne (...) eu quase fui estuprada, o 'cara' chegou a apontar uma arma na minha cabeça, eu tinha uns dezesseis anos eu acho, não faz tanto tempo mas isso foi uma coisa que pegou bastante (...) questão de assédio, é quase todo dia, em frente de casa tem uma praça e eu gostava de correr lá, só que teve gente, usuário de drogas começou a morar lá na praça e não dá, não dava mais 'pra' correr lá, era perigoso até e...assim, meu serviço uma semana que eu entrei lá já veio um 'cara' me assediar também, um 'cara' da mesma equipe, eu tive que chamar o coordenador do andar que eu 'tava' realmente preocupada porque me afetou bastante, no serviço novo (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos).

(...) 'tô' começando a me conhecer, porque todo esse contato mesmo eu fui ter na faculdade, antes disso eu nem cheguei perto de menino direito, na escola eu acho que eu dei dois 'selinhos' em dois meninos e foi só. Daí, tô me relacionando agora mesmo, indo mais em festa, beijando, mas assim acho que foi o máximo ainda. (...) Bom, então, eu fui acho que dar o meu primeiro beijo quando eu tinha dezesseis anos e foi 'tipo' um selinho, eu fiquei super assustada e fugi do menino, não quis mais saber. Aí depois, eu fui no cinema uma vez com um menino quando tinha dezessete, fiquei assustada também e não quis mais nada e na adolescência foi isso (...) daí eu fui ficar com um menino na faculdade no dia da minha 'libertação' que era 'tipo' em dezembro, ainda que falaram assim: 'ah, o menino quer ficar com você', aí eu falei: 'não, eu nem sei fazer isso, eu não quero, não sei o que'. Aí falou: 'não, vai sim, vai ser legal, ele é seu amigo', daí foi...daí foi minha primeira experiência assim. [seu primeiro beijo?] É, pode-se dizer que foi meu primeiro beijo foi na faculdade no final do primeiro

	<p><u>ano. E daí no segundo foi melhor</u>, cheguei a beijar de novo, mas coisas assim específicas em festas, nada assim me relacionando com alguém (...) <u>antes eu não tinha tanta segurança ficava ‘aí, será que a pessoa vai achar que sou bonita, que sou legal’</u> então, ficava sempre muito <u>insegura</u>. Acho que talvez tenha influenciado mesmo e sou muito fechada, acho que agora estou me abrindo mais, mas eu era muito fechada assim, não falava nada, então creio que influenciou muito (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p> <p>Ah, na verdade <u>já me deixou mais inseguro do que eu já era, sempre tive insegurança em tudo que fui fazer, sempre fui uma pessoa muito insegura</u>. Então, eu acredito que uns dos principais motivos da minha insegurança era a questão do meu corpo, de não aceitar o corpo que eu tinha (...) <u>eu sempre fui uma pessoa insegura e ser gordo me deixava mais inseguro ainda</u>. Então, eu tinha medo de sair com alguém e a <u>pessoa não gostar de mim pelo corpo que eu tinha, e principalmente pelo lado sexual de não aceitar o meu corpo</u> então, o receio do meu parceiro também não aceitar era muito grande, então, isso me bloqueava ‘pra’ certos tipos de...eu tinha um limite quando saia com as pessoas, me limitava e limitava a pessoa também, colocava os meus limites ali. (...) Certos tipos de toque, é... onde a pessoa colocava a mão, o que a pessoa ia fazer, tinha esse receio, então, eu não deixava a pessoa colocar a mão na minha barriga, na minha perna.... (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
<p>Dificuldades nos relacionamentos amorosos e práticas sexuais</p>	<p>(...) em festa também, já aconteceu bastante... (...) <u>de caras apostarem pra outros caras ficarem comigo</u>, já aconteceu tanta coisa (...) na adolescência, ‘tipo’, eu <u>meio que ficava com ‘caras’ só em baladas (...) era um negócio meio assim...eu tinha medo das pessoas descobrirem que eu fiquei com algum ‘cara’ porque o ‘cara’ ia ser zoado, sabe? E... isso foi na escola que eu ‘tava’ que eu sofri bullying (...) Porque tinha muito isso do meu corpo, de me sentir exposta depois de ficar com algum ‘cara’, enfim...e, ah, eu acho que isso na adolescência de ‘tipo’ eu sentir que iam ‘zoar’ os ‘caras’ que eu ficava, e ‘tipo’, me limitou muito</u> (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) por eu ser gorda naquele momento eu não tinha muitas opções, então já era um ‘leque’ reduzido ‘aí’ dentro daquelas opções eu podia escolher ou as vezes até não ‘assim’, vamos dizer. Então, eu sempre me contentei com o que aparecia, vamos dizer ‘assim’ [...] Ah, eu acho difícil ‘assim’, é que eu ainda tive uma fase tranquila em relação a isso, <u>mas eu acho um pouco difícil porque você fica limitado, é o que sobra, é o que aparece e ‘aí’ parece que você é obrigado a aceitar porque não tem outra opção, então, talvez, seja um pouco limitado</u> (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p>Tenho dificuldades, tanto que meu relacionamento acabou porque eu tenho <u>essas dificuldades quando eu estou em uma relação eu não consigo demonstrar afeto, apreço...’aí’ a pessoa acha que eu não gosto, mesmo eu gostando</u>, e acaba se distanciando e gerando conflitos (...) Essas vivências ‘influenciou’ (sic) na parte de ter essas relações <u>ocultadas, ninguém ‘querer’ (...) Influenciou na parte de ser ocultada, de o pessoal sentir vergonha tudo</u>. (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos) (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p>

Ah, [pausa] acho que sim, em algumas situações sim. (...) quando eu 'tava' meio que... 'sei lá,' um dia aleatório no que eu 'tava' saindo com um pessoal da minha sala e 'daí' eles queriam muito que eu 'ficasse' com uma menina e (...) eu via que eles, eles iam nas meninas assim que falavam: *'ah, não, essa aí não vai querer ficar com ele, ou alguma coisa assim'*. (...) é que assim, durante toda minha 'tipo', toda adolescência eu basicamente deixei isso 'full' de lado é, mas não era só por conta disso, eu acho que isso também ajudava, na verdade eu acho que isso, isso me ajudava só que eu acho que não era o principal. Porque tem toda uma questão que eu [pausa] eu sou gay e durante toda a minha adolescência eu meio que negava isso, eu tinha plena noção disso e mesmo assim eu ainda tentava negar isso, só que eu também, também meio nessa questão de negar isso eu ia atrás de algumas meninas, algumas amigas minhas que ficavam mais próximas e eu meio que tentava alguma coisa só que eu acho que eu me sabotava bastante, 'aí' eu acho que entra a questão de eu realmente achar que eu não tinha como elas me acharem bonito ou quererem ficar comigo, eu geralmente meio que deixava de lado, meio que falava que eu gostava delas mesmo não gostando, sabe? Só porque 'sei lá' era uma amiga próxima e eu queria 'sei lá' colocar algum tipo de 'máscara' e fingir que eu era algo que eu não era e 'aí'.... 'daí' eu forçava, mas era tudo muito ruim e 'daí' acabava sendo estranho entre eu e ela, e 'aí' eu meio que deixava isso de lado e seguia em frente (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

E é muito estranho quando a gente fala de relacionamento amoroso a gente esquece de si e foi uma coisa que me prejudicou muito porque eu sempre entrava em um relacionamento com expectativa da pessoa suprir minhas necessidades e querendo ou não acabava o relacionamento, ficava pesado, eu...a pessoa não supria minhas expectativas, é, eu me sentia frustrada, me sentia não amada, e aí foi 'tipo' com muita dor e sofrimento que eu fui vendo que na verdade era uma construção minha, sabe? Sobre o meu eu e agora 'tipo' eu tô mais em um negócio 'tipo': *'ah, se chegar uma pessoa legal pra conversar comigo e eu me interessar pela pessoa e eu quiser, sei lá, ficar com essa pessoa e tudo mais, legal, se não, não precisa também'* (...) As pessoas não conversavam comigo, aí as vezes eu 'sei lá' meu 'auge' dos quinze anos queria beijar bocas. Mas aí por exemplo eu comecei a gostar de um menino aí o menino virou 'pra' mim e falou assim: 'não vou ficar com você porque você é feia e gorda!' (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Sim, fez eu ser mais tímido até hoje. Porque eu tenho um pouco de dificuldade em algumas relações interpessoais (...) até hoje eu tenho dificuldade em se relacionar com as pessoas, 'aí' 'tipo' até hoje em dia eu sempre evito dar o 'segundo passo', sempre 'tipo', 'ah', 'vou pro 'rolê', 'fico', acontece 'outras coisas' e acabou, é isso. (...) no outro dia 'não existo, acabou, segue a vida... 'tá' sendo isso até hoje'. (...) tinha uma menina que, ela tinha afeição por duas pessoas por mim e por mais um, 'aí' meio que ficava na indecisão. 'Ele ou ele, ele ou ele e pá', 'aí' eu era sempre tímido, 'aí' nunca 'tipo' eu dava o segundo passo a mais, 'só' que 'tipo' eu conversava até mais com ela, 'aí' meio que não fui eu que fui escolhido...foi o outro. 'Aí' foi isso que me deu

o primeiro choque: 'ela escolheu outro!'. (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

Bom, eu...principalmente com relacionamento e namoro essas coisas assim eu sempre fui um pouco meio fechada, em relação a essa parte e, não sei se foi por isso, hoje em dia eu estou em um relacionamento estável, mas já passei por algumas situações em que eu me sentia usada também. E foi aquela questão que eu falei no começo, que afetou no meu ciclo social até hoje, que eu sou meio fechada 'pra' tudo e isso também pode fazer parte da minha personalidade, enfim... (...) por questão de insegurança mesmo poderia ter me sentido mais à vontade na hora do..., mas, melhor comigo mesma, mais confiante, talvez e... fica mais tranquila em relação ao que o outro vai pensar, de...não, me soltar mais, e ficar mais confiante e, é isso aí (...) por questão de imunidade eu tenho Candidíase frequentemente, então, aí nesse período eu não tenho relação e também as vezes nem é tão legal quanto eu gostaria que fosse porque eu e meu namorado a gente tem enfrentado algumas dificuldades desde o começo do namoro porque eu não sei se eu tenho Vaginismo, alguma coisa assim, mas as vezes a gente não consegue e eu queria ter um pouco mais de liberdade 'pra' pensar em falar sobre isso (...) (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)

(...) Daí no meio do ano passado eu é... a primeira vez que eu cheguei em um menino e falei que eu 'tava' afim dele, nossa, fiquei muito nervosa, passei mal, e daí a gente ficou algumas vezes, mas 'aí' acabou não dando certo vi que ele tava meio que dando em cima de outras meninas ao mesmo tempo, e aí eu não quis mais ficar com o menino (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

Na minha vida afetiva eu não tive muitos parceiros, tanto sexual quanto do lado emocional mesmo. É...eu sempre tive um bloqueio quanto a isso, não sei dizer o motivo desse bloqueio, mas são relacionamentos que não duram por muito tempo. Sempre acontece alguma coisa, ou sempre tem alguma coisa que acaba sendo conflito 'pra' ambos e acaba não dando certo, eu não tive muita vivência (...) Principalmente na vida afetiva, entendeu? Muitas pessoas já me disseram não, já evitaram de conversar comigo, então...na época que eu era gordo. Depois dessa mudança, pessoa que eu jamais imaginei que falaria comigo, que ficariam comigo, acabou acontecendo, então, é isso. Eu acredito que depois que eu meio que entrei nesse padrão teve, houve diferença no contato com as pessoas comigo (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

Sentimentos de baixa autoestima e não merecimento de afeto/sexo

É...eu acho que boa parte da minha vida eu acreditava que 'tipo' eu não era uma pessoa é...bonita, 'sabe'? eu achava que eu era feio, que tinha pessoas que eram bonitas e eu não fazia parte desse grupo. E... não só por conta disso eu acho, mas por outras coisas também, 'daí' eu achava que, 'ah', 'tipo' eu acho que isso foi muito ruim 'pra' minha autoestima, (...) por muito tempo eu não acreditava que eu poderia talvez achar alguém que gostasse de mim, e que eu precisaria passar por algum tipo de transformação em algum momento 'pra' fazer com que as pessoas...que alguém, no caso, me achasse bonito e gostasse de mim. Eu acho que isso foi meio ruim porque eu acho que eu me fechei muito quanto essas coisas por conta disso também (...) eu acho que realmente foi uma questão que (...) mesmo se eu 'tipo' estava realmente forçando umas relações que não faziam muito sentido, mas eu acho que eu fazia isso também porque eu achava que 'sei lá' não era digno de alguma coisa melhor e acho que o meu corpo era um fator pra isso (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

Eu via o corpo, assim... quando, eu era mais gorda no começo da minha adolescência, que ele era algo intocável, era algo nojento, era algo que não deveria ser exposto, então, ele deveria ser escondido, deveria ser suprimido, deveria ser 'tipo' meio que 'amorado' assim, sabe? E aí, esse corpo gordo eu não queria mostrar então as vezes eu 'tava' de blusa e 'tava' calor, e aí nisso eu suava, e aí nisso voltava a questão: *'ah, mas você tá suando porque você é gorda porque se você fosse magra e estivesse dentro de um moletom você não tava suando'*. E aí, isso atingiu direto a minha sexualidade porque eu, eu nem sequer reparava no meu corpo, não queria reparar no meu corpo, eu reparava no sentido estético, mas no sentido sexual eu, eu não tinha nem sequer curiosidade porque era algo... 'sei lá', ao mesmo tempo era pecaminoso, da mesma forma também era meio que nojento porque 'tipo': 'como uma pessoa gorda transa? Não transa!'. Então, não tem nem porque você se tocar (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Por questão de autoestima mesmo, por confiança eu já deixei de ter algumas relações, talvez eu poderia vir a me sentir frustrada depois, mas eu simplesmente não 'tava' segura o suficiente 'pra' isso e, achava que eu seria julgada ou 'sei lá', eu não 'taria' dando o que eu prometi, por exemplo, seria uma propaganda enganosa e eu não ia me sentir confortável com isso, aí eu preferi não levar a diante (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)

(...) eu nunca tive contato com menino na adolescência porque me chamavam de feia e tudo mais e daí eu também não ia atrás por sentir que ninguém ia querer ficar comigo, nem nada do tipo. Então, meio que fiz também uma 'parede' e não me relacionava de nenhuma maneira, então, foi tanto na parte de desinteresse deles como da minha também de não querer tentar nada (...) Eu acho que é mais no sentido da autoestima mesmo, porque eu já me interessei por vários meninos na faculdade eu tô no quarto ano, só que eu nunca tive a vontade de nem chegar perto deles por achar que eles não iriam querer ficar comigo. Gente do primeiro ano mesmo que eu descobri esse ano que queria ficar comigo e eu nunca tinha imaginado. Então, talvez, se eu tivesse autoestima suficiente 'pra' talvez ir atrás, talvez tivesse ficado

	<p><u>com a pessoa ou algo assim relacionado, mas ficava nesse de ser só um ‘amor platônico’ da pessoa nem descobrir que tinha algum tipo de interesse.</u> Então acho que influenciou dessa maneira (...) (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>
<p>O uso de aplicativos para paquera</p>	<p>Só que nada ‘tipo’ virava alguma coisa séria, aí eu lembro que quando eu <u>fiz dezoito anos eu baixei o ‘Tinder’, e aí, eu comecei a sair com alguns ‘caras’ e eu conheci um veterano de uma amiga minha e a gente ficou por um ano.</u> Só que a gente nunca namorou, só ficava...a gente ficou por um ano, foi isso, e, enfim...<u>acho que desde então é isso que eu falei, eu fui tentando ficar com ‘caras’ que eu me sentia confortável, sabe?</u> (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Eu comecei, a me expor mais, então foi quando pela primeira vez eu...não sei o que deu na minha cabeça <u>que eu fui lá e baixei o ‘Tinder’, então, isso foi uma coisa muito marcante ‘pra’ mim, foi quando eu me sentir à vontade eu acho que pela primeira vez com o meu corpo (...)</u> Bom...é, quando eu tinha dezoito anos mesmo foi quando eu comecei a reganhar o peso que eu havia perdido e me sentir mais confiante que eu baixei o ‘Tinder’ e ‘tal’, <u>conheci um ‘cara’ que foi no caso minha primeira experiência sexual</u> (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p>
<p>Iniciação sexual: experiência favorável</p>	<p>Eu já tive, a minha primeira vez foi com meu melhor amigo e foi [nome de cidade]. Enfim...<u>foi normal, eu acho que ele sabia que era a minha primeira vez e ‘tipo’ ele foi super respeitoso</u> (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p><u>Foi com um ‘cara’ que eu não conhecia muito bem e foi tranquilo minha primeira vez. Não tive muitas preocupações em relação ao meu corpo, mas...logo depois disso, esse ‘cara’ começou a fazer alguns comentários que diziam respeito ao meu corpo, minha personalidade, que na época eu não sei se eu não tinha percebido o quão negativo eles eram...(..)</u> (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</p>
<p>Iniciação sexual: experiência desfavorável</p>	<p>Foi <u>bem decepcionante ‘assim’, é... decepcionante que é uma melhor palavra.</u> Foi com um ‘cara’ ‘aí’ que eu estava ‘ficando’ a um tempo e, já era uma coisa ‘assim’ que fazia tempo que eu ficava naquelas tentativas e ‘aí’ foi, e foi decepcionante (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).</p> <p><u>foi ruim, fiz sexo com um ‘cara’ que foi ‘escroto’, ‘babaca’, não me senti confortável, me machuquei. ‘Aí’, foi...assim, uma ‘bosta’, desculpe o termo, mas horrível...</u> ‘aí’ depois as outras vezes, não com esse mesmo ‘cara’, mas foram melhorando... ‘aí’ a primeira vez com mulheres foi [pausa] com dezenove anos, foi tardio, foi interessante e</p>

	<p>diferente pra quem teve uma primeira vez traumática foi uma ‘segunda primeira vez’ melhor (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>(...) <u>a primeira vez foi bem ruim porque foi basicamente tudo de uma vez.</u> Porque foi com um aplicativo e eu ‘tava’ meio que eu preciso tirar isso, resolver isso, eu ‘tava’ no primeiro ano de faculdade eu tinha passado seis meses aqui ‘daí’ foi meio quando eu percebi que eu ‘tava’ aqui que eu poderia fazer o que eu quisesse. E ‘daí’ eu resolvi fazer e ‘daí’ <u>foi bem ruim porque e como eu ‘tava’ basicamente só procurando sexo eu acho que foi meio ruim, porque eu encontrei uma pessoa que também só queria sexo e foi tudo meio mecânico, foi na casa dela, dele no caso, e ‘tipo’... era uma da manhã já e foi bem ruim, eu não gostei de nada, eu realmente sai de lá duvidando se era realmente isso mesmo e, foi basicamente isso, foi ruim</u> (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>(...) Frustrante, porque eu ‘broxei’. ‘Aí’ foi frustrante ‘pra’ mim, que ‘tipo’, fiquei ‘tipo’: <i>‘o que eu vou fazer agora?’</i> A pessoa ‘tava’ do meu lado e eu ‘e aí?’ (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p>(...) <u>minha virgindade eu perdi com uma pessoa que não me respeitava tanto, é, foi meu último namorado, era um relacionamento abusivo e...eu me sentia usada também porque a gente fazia por três minutos, ele virava pro lado e dormia (...)</u> Doeu, bastante! Mas...não foi horrível (... eu ainda sinto isso até hoje eu tenho uma dificuldade sobre isso, mas foi tranquilo (... eu não me senti tão valorizada assim, mas mesmo assim ele me respeitou, foi no meu tempo, ele não forçou nada, e... não foi uma experiência perfeita, mas foi, aconteceu e tudo bem, foi do jeito que foi (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos).</p>
<p>Iniciação sexual: experiência limitada, “neutra” e “curiosa”</p>	<p>A primeira vez? Foi ‘tipo’ penetração, só. Não teve mais nada, teve ‘tipo’ uns beijos [risada]. Foi essa a minha primeira relação. (...) <u>eu tinha por volta de uns dezesseis e aí, foi isso...acho que foi neutro, foi um corpo desconhecido entrando no meu corpo,</u> meu Deus. Foi meio que isso, mas...fora isso, não teve mais nada, <u>foi algo bem neutro assim, sabe?</u> (...) Tem que ser oral no ‘cara’, aí depois a penetração, ponto final. <u>Aí isso não satisfazia teve até um momento que eu fiquei ‘tipo’: ‘será que eu sou assexuada?’</u> [risada] (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p>(...) o máximo que eu tive esse ano foi sexo oral que o menino fez em mim, foi só, não fiz nele, foi só isso aí. (...) <u>eu vejo que eu já tive oportunidade de ter o ato, mas eu gostaria de ser com alguém que eu estivesse namorando, que tivesse mais segurança</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p> <p>Sim, <u>foi mais por curiosidade não foi nem tanto pela excitação do momento ou pelo parceiro, uma atração física...</u> não foi não. Foi mais por uma <u>questão de curiosidade, por nunca ter feito,</u> então, eu ‘tava’ ali em algo que eu poderia encaixar como um relacionamento, mas não tinha atração física, <u>nem desejo, nenhum tipo de desejo, foi por curiosidade só ‘pra’ saber mesmo</u> (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>

Relações entre a vivência da sexualidade e o corpo gordo foram identificadas pelos(as) participantes. Para a participante 1, o corpo gordo influencia muito na vivência da sexualidade, duplicando o “tabu” – estigma da assexualidade da pessoa gorda (OLIVEIRA-SILVA, 2017). Ela percebe que ao se comparar com suas amigas, suas relações afetivas e sexuais foram tardias, além da vergonha do corpo ao despir-se, mesmo sendo uma pessoa de sua confiança. A participante 9, conta que seu primeiro beijo ocorreu no final do primeiro ano de graduação e que ao longo de suas vivências não teve nenhum relacionamento.

Os sentimentos de vergonha e insegurança foram evidenciados por nossos(as) participantes, independente do gênero. Silva, (2012), Gautério e Silva (2014) e Gailey (2014), pontuam que mulheres gordas são mais inseguras com seus corpos e sentimentos de vergonha são frequentemente suscitados em suas relações afetivas e sexuais. Até o momento dessa redação, concluímos que são escassas as pesquisas que investigaram a experiência sexual de homens gordos e pontuamos que a gordura é um fator que pode suscitar os mesmos sentimentos para homens e mulheres, visto que a gordura estaria mais relacionada a uma característica feminina, devido os “traços gordos afeminados” (PIÑEYRO, 2016; TOVAR, 2018). No entanto, o patriarcado faz com que as mulheres estejam mais vulneráveis ao controle corporal, a vivenciar opressões e violência de gênero (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020).

O participante 3 aponta a insegurança vivenciada nos extremos: ora por ser gordo, ora por estar abaixo do peso, e gordo novamente. O participante 4, relata que começou observar que suas relações não eram assumidas por parte dos(as) parceiros(as) e que as pessoas “ficavam” com ele, mas sentiam vergonha:

Só que ‘ai’ eu comecei a reparar que o pessoal ‘ficava’ comigo, mas tinha vergonha de ‘ficar’ comigo, de falar que ficava comigo ‘ai’ isso causou uma certa...um certo bloqueio e eu me fechei (...) Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

O emagrecimento apareceu como um “facilitador” para o envolvimento sexual: “*Eu vejo que se eu não tivesse emagrecido eu nunca teria transado!*” (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos). Em outros casos, algumas modificações no ambiente foram feitas pra se sentir “mais confortável” no ato sexual, como “meia luz”, posições que não evidenciasse tanto o corpo, e até mesmo continuar de roupa para “esconder” o corpo (Relato da Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos). Já o Participante 9, sentia

medo de ser rejeitado pelos parceiros no ato sexual e acabava por “limitar” o toque em seu corpo,

(...) então, isso me bloqueava [insegurança] ‘pra’ certos tipos de...eu tinha um limite quando saía com as pessoas, me limitava e limitava a pessoa também, colocava os meus limites ali. (...) Certos tipos de toque, é... onde a pessoa colocava a mão, o que a pessoa ia fazer, tinha esse receio, então, eu não deixava a pessoa colocar a mão na minha barriga, na minha perna.... (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

O corpo gordo pode ser lido socialmente como um corpo “desviante” e ao mesmo tempo fetichizado, visto que “corpos estigmatizados socialmente em público se tornam propulsores de prazer quando no privado” (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020, p. 158). A autora Nechar (2015) discute sobre a seguinte frase “as gordinhas são melhores na cama” e conclui que de fato há uma preferência sexual por mulheres “gordinhas”, o que traz inseguranças às mulheres são os padrões de beleza que divulgam a magreza como símbolo de desejo sexual; “Essa insegurança vem de um imaginário de padrão de corpo preferido pelos homens, são os estampados nas capas de revistas masculinas, como por exemplo a revista Playboy” (p. 103).

Sobre o exposto, colocamos que de fato, a “boa gorda” pode despertar desejo sexual (PIÑEYRO, 2016; RANGEL, 2018), mas nem sempre é assumida em relacionamentos, e quando pensamos em “gordas maiores” essas são lidas como objetos, fetichizadas e animalizadas. Em contraponto, sugere-se que em relacionamentos homoafetivos, mulheres gordas se sentem mais respeitadas e confortáveis (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020): “Muitas mulheres gordas entrevistadas se reconheciam como homossexuais por entender que seus corpos eram mais aceitos e respeitados entre mulheres” (p. 156).

Ao pensar nas diferenças entre os gêneros masculino e feminino, homens gordos podem ser lidos como femininos, másculos e viris; enquanto mulheres gordas são grotescas ou símbolos sexuais, o que as enquadram em uma categoria de “objeto” – aquele que pode ser usado, abusado e descartado (PIÑEYRO, 2016; TOVAR, 2018). O relato de uma participante, nos chamou atenção em que há denúncia de uma tentativa de violência sexual e assédio em locais de convivência, como em seu trabalho,

(...) eu quase fui estuprada, o 'cara' chegou a apontar uma arma na minha cabeça, eu tinha uns dezesseis anos eu acho, não faz tanto tempo, mas isso foi uma coisa que pegou bastante (...) questão de assédio, é quase todo dia (...) meu serviço uma semana que eu entrei lá já veio um 'cara' me assediar também, um 'cara' da mesma equipe, eu tive que chamar o coordenador do andar que eu 'tava' realmente preocupada porque me afetou bastante, no serviço novo (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos).

Várias situações de dificuldades nas primeiras experiências amorosas e sexuais foram relatadas. O desafio de “ficar”, por exemplo, seja pela dificuldade pessoal de quem tem um corpo estigmatizado por ser um corpo “diferente” e ao mesmo tempo, depreciado na “prateleira do amor” (ZANELLO, 2018), desencadeando a solidão afetiva (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020). Durante a adolescência, fica mais explícito a dificuldade das pessoas gordas para interagir socialmente com pares e serem aceitos, seja com fins de amizade ou paquera (FERRIANI; DIAS; SILVA; MARTINS, 2005)

A participante 1 relata que já vivenciou situações de homens “apostando” para quem tivesse coragem de ficar com ela. Também houve um relato sobre situações em que o “ficar” acontecia esporadicamente e o medo de que o parceiro fosse satirizado pelo envolvimento afetivo. Considera-se que a pessoa gorda é vista socialmente como aquela que não pode ser exposta como parceira e ocupa lugares de “diversão” (GAILEY, 2014; TOVAR, 2018). Exemplo abaixo:

(...) em festa também, já aconteceu bastante... (...) de caras apostarem pra outros caras ficarem comigo, já aconteceu tanta coisa (...) na adolescência, 'tipo', eu meio que ficava com 'caras' só em baladas (...) era um negócio meio assim...eu tinha medo das pessoas descobrirem que eu fiquei com algum 'cara' porque o 'cara' ia ser zoado, sabe?

A falta de opções para escolha de parceiros(as) e a percepção de que há um certo “limite” foi mostrada por nossa participante. Por ser gorda, considera que seu “leque de opções” é reduzido, e que nem sempre teria o direito de escolher a pessoa do seu interesse, sendo obrigada a aceitar muitas vezes, a “sobra”. Quando pensamos na “prateleira do amor” compreendemos que o interesse é despertado por uma série de atributos que faz do outro uma pessoa atrativa para o relacionamento (ZANELLO, 2018). A pessoa gorda, “abre mão” desses critérios em prol de ser amada, e esse “amor sobrado” pode ser abusivo/violento. Para Tovar (2018) “Elas [mulheres gordas] estão aceitando relacionamento e experiências sexuais inaceitáveis por que não se acham merecedoras de algo melhor” (p. 117),

Então, eu sempre me contentei com o que aparecia, vamos dizer 'assim' [...] Ah, eu acho difícil 'assim', é que eu ainda tive uma fase tranquila em relação a isso, mas

eu acho um pouco difícil porque você fica limitado, é o que sobra, é o que aparece e 'ai' parece que você é obrigado a aceitar porque não tem outra opção, então, talvez, seja um pouco limitado (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).

Algumas relações foram ocultadas, outras não escolheram a pessoa gorda como parceiro afetivo, trazendo consequências e dificuldades na demonstração apreço, afeto e relações interpessoais. Os participantes, demonstram:

Essas dificuldades quando eu estou em uma relação eu não consigo demonstrar afeto, apreço... 'ai' a pessoa acha que eu não gosto, mesmo eu gostando, e acaba se distanciando e gerando conflitos (...) (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Sim, fez eu ser mais tímido até hoje. Porque eu tenho um pouco de dificuldade em algumas relações interpessoais (...) até hoje eu tenho dificuldade em se relacionar com as pessoas (...) (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

Dificuldades também foram apresentadas pelo participante 5 que insistia em relações heteronormativas não sucedidas, e após se identificar como homossexual compreendeu que outras pessoas o achariam bonito e atraente. A participante 9, conta que muitas vezes se sentiu usada e por ter uma infecção vaginal com frequência, suas práticas sexuais nem sempre foram prazerosas, por fim, gostaria de ter mais liberdade para falar sobre o assunto com o parceiro.

Outro participante, definiu como um “bloqueio” em seus relacionamentos, já que não duravam muito tempo. Podemos supor, que esse sentimento foi causado pela rejeição vivenciada enquanto pessoa gorda; o participante ressalta que após o emagrecimento despertou o interesse de pessoas que idealizava como potenciais parceiros, o relato explica:

É...eu sempre tive um bloqueio quanto a isso, não sei dizer o motivo desse bloqueio, mas são relacionamentos que não duram por muito tempo. Sempre acontece alguma coisa, ou sempre tem alguma coisa que acaba sendo conflito 'pra' ambos e acaba não dando certo, eu não tive muita vivência (...) Principalmente na vida afetiva, entendeu? Muitas pessoas já me disseram não, já evitaram de conversar comigo, então...na época que eu era gordo. Depois dessa mudança, pessoa que eu jamais imaginei que falariam comigo, que ficariam comigo, acabou acontecendo, então, é isso. Eu acredito que depois que eu meio que entrei nesse padrão teve, houve diferença no contato com as pessoas comigo (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

Os(as) entrevistados(as) recordaram o período da adolescência e como as vivências contribuíram para uma baixa autoestima e sentimentos de “não merecimento” de afeto ou sexo. Por muito tempo, se acharam desprovidos de beleza e não aceitos pelo grupo.

Para se enquadrar no padrão de beleza, o Participante 5 conta que seria necessário passar por alguma “transformação”.

É...eu acho que boa parte da minha vida eu acreditava que ‘tipo’ eu não era uma pessoa é...bonita, ‘sabe’? eu achava que eu era feio, que tinha pessoas que eram bonitas e eu não fazia parte desse grupo (...) ah’, ‘tipo’ eu acho que isso foi muito ruim ‘pra’ minha autoestima, (...) por muito tempo eu não acreditava que eu poderia talvez achar alguém que gostasse de mim, e que eu precisaria passar por algum tipo de transformação em algum momento ‘pra’ fazer com que as pessoas...que alguém, no caso, me achasse bonito e gostasse de mim Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

Ser chamada de “feia” na adolescência, contribuiu com o surgimento de inseguranças, falta de atitude e afastamento nas interações sociais. A participante expõe que escondia seus sentimentos, por não ter uma autoestima “suficiente”,

(...) eu nunca tive contato com menino na adolescência porque me chamavam de feia e tudo mais e daí eu também não ia atrás por sentir que ninguém ia querer ficar comigo (...) Então, talvez, se eu tivesse autoestima suficiente ‘pra’ talvez ir atrás, talvez tivesse ficado com a pessoa ou algo assim relacionado, mas ficava nesse de ser só um ‘amor platônico’ da pessoa nem descobrir que tinha algum tipo de interesse. Então acho que influenciou dessa maneira (...) (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

A falta de autoestima e confiança também é colocada por uma participante como causa de suas inseguranças, na medida em que preferiu se privar de algumas relações por achar que seria uma “propaganda enganosa” (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos). Para a Participante 6, ser gorda na adolescência trouxe impactos em sua sexualidade, o contato com o corpo seria para “mudança estética”, seu corpo era visualizado como algo “pecaminoso”, “nojento” e por esse motivo, não deveria ser tocado. A assexualidade da pessoa gorda (OLIVEIRA-SILVA, 2017), é expressa no relato:

E aí, isso atingiu direto a minha sexualidade porque eu, eu nem sequer reparava no meu corpo, não queria reparar no meu corpo, eu reparava no sentido estético, mas no sentido sexual eu, eu não tinha nem sequer curiosidade porque era algo... ‘sei lá’, ao mesmo tempo era pecaminoso, da mesma forma também era meio que nojento porque ‘tipo’: ‘como uma pessoa gorda transa? Não transa!’. Então, não tem nem porque você se tocar (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Os(as) participantes também relataram que quando se sentiram confortáveis com seu corpo e aparência, utilizaram aplicativos de paquera como ferramenta para interagir amorosamente (PELÚCIO, 2017). Os corpos gordos não são colocados socialmente como atrativos e desejáveis (CHEN; BROWN, 2005; OSWALD; CHAMPION; PEDERSEN, 2020), no ambiente virtual entende-se que há uma maior liberdade para interagir com o outro, sem precisar muitas vezes, expor o seu físico. No entanto, existe uma procura por pessoas gordas em sites de relacionamento, o que pode sugerir que nem sempre o desejo pelo corpo considerado desviante é revelado (BARROS, 2017).

Sobre a iniciação sexual os relatos foram divididos em três partes: a) como uma experiência favorável; b) como uma experiência desfavorável e c) como uma experiência limitada, “neutra” e “curiosa”.

A primeira vez, para os(as) participantes 1 e 3 foi colocada como um momento desejável, “normal” e “tranquilo” e para importância de se sentir confortável com o parceiro; entretanto, evidenciou-se no relato do participante 3 a rejeição pelo corpo gordo por parte de um ex companheiro, velado por um discurso comum e gordofóbico: se você fosse gordo(a), eu não te namoraria.

Muitos participantes, descreveram suas experiências como desfavorável, alguns termos foram utilizados para representar o momento, como: “decepcionante”, “ruim”, “horrível” e “frustrante”. Um dos participantes, autoidentificado como pansexual, menciona que sua primeira vez com “homem” foi “horrível”, que ele se machucou e aos poucos a relação foi melhorando; já com “mulher” classifica como uma iniciação sexual “tardia” e a coloca como “interessante” e uma “segunda primeira vez melhor”. Outros(as), identificam como um momento ruim por ter feito “tudo de uma vez”; por ter perdido a virgindade com uma pessoa que não a respeitava e no caso de um participante autodenominado como homem, por ter “broxado”.

Já as experiências colocadas como “limitada”, “neutra” e “curiosa” foram relacionadas ao sexo como um ato “apenas com penetração” sem prazer mútuo; outra entrevistada relata que nunca chegou aos “finalmentes”, apenas recebeu sexo oral e relaciona esse fato por não sentir confiança e não ter um “namorado”. Outro participante, definiu como um momento “curioso”, que aconteceu para “saber como era”.

Quando pensamos na iniciação sexual, compreendemos que pressões são vivenciadas por homens e mulheres para assumirem diferentes “papéis sociais e sexuais” (HEILBORN, 2006). Durante a adolescência, as meninas são cobradas a “guardarem sua virgindade” e entregá-la apenas quando estiverem em um relacionamento “sério” e com

a “pessoa certa”; já os meninos, precisam “provar” sua masculinidade, e transar o quanto antes (RIETH, 2002). O “ficar” também é uma forma de ter o primeiro contato com o outro e desenvolver relações sexuais ou afetivas “sem compromisso”, que para acontecer nem sempre precisa de interação ou troca de afinidades, o primeiro atributo a ser identificado é a aparência (SOUSA; NUNES; MACHADO, 2012): “Ficar com alguém que não seja belo parece se constituir na própria admissão de que também não se é fisicamente belo ou atraente, ou não se tem capacidade para atrair alguém com estes atributos físicos” (p. 152).

4.6 Enfrentamento diante das dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a)

As dificuldades vivenciadas e relatadas foram pensadas pelos participantes em como poderiam ser enfrentadas. Algumas dessas estratégias de enfrentamento foram efetivamente vividas, outras elaboradas. Esses relatos foram categorizados da seguinte forma: a) a psicoterapia como suporte individual e enfrentamento; b) Suporte dos profissionais da saúde, principalmente o médico; c) Representatividade, diálogo, informação e empoderamento; d) Isolamento e ações contrárias ao efetivo enfrentamento; ; e) Suporte pelas ações educativas na instituição escolar; f) Suporte familiar pelo acolhimento, diálogo e informações; g) Suporte efetivo pela rede de apoio de amigos(as) e parceiros(as) (Ver Quadro 10).

Quadro 10. Enfrentamento diante das dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a)

Categorias	Relatos
A psicoterapia como suporte individual e enfrentamento	<p><u>Ah, acho que terapia (...)</u> Ah, acho que ‘tipo’, como afeta muito a autoestima acho que se eu tivesse feito terapia desde a minha adolescência teria me ajudado muito, mas eu sei que ‘tipo’, não é viável pra todo mundo, enfim... (...) <u>Ah, eu acho que...de novo, o ‘negócio’ da terapia.</u> De correr atrás de informação também, não sei. Eu não sei muito bem de como a própria pessoa poderia se ajudar, eu acho que na época que eu estava passando pela adolescência tudo isso aconteceu que eu falei, ‘tipo’, eu acho que, eu teria me ajudado muito entendendo mais a questão mais da minha autoestima e da minha autoimagem sem relacionar com a imagem que os outros tinham de mim, ‘sabe’? e os preconceitos né, enfim (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>É...essa é uma questão um pouco mais complexa como eu lidei porque na época que eu ‘tava’ me relacionando com esse primeiro cara que ele fez esse comentário eu não tinha noção ‘né’, da seriedade disso então foi uma coisa que eu relevei depois quando, ‘aí’ eu fui levar isso em</p>

	<p><u>terapia e eu percebi o quanto que isso havia me afetado, isso havia diminuído ainda mais a minha autoconfiança, então eu...tentei lidar com isso sozinho da minha própria maneira mas não era o suficiente. Então, eu fui em conjunto com a terapia desconstruindo algumas dessas minhas ideias é...eu fui lidando com isso realmente, no começo eu estava negando a lidar com isso porque ainda era uma coisa dolorosa pra mim, mas depois eu lidei com isso realmente enfrentando e vivenciando na prática e tendo no caso, outras experiências sexuais (...) tirando a minha terapeuta não teve nenhuma pessoa com quem eu...com quem eu pudesse contar, com que eu me abrisse 'pra' falar sobre essas coisas, por eu ser uma pessoa muito fechada, muito...não diria uma pessoa tímida, mas eu acho que eu...não seria retraída também, mas eu não, 'tipo' assim eu não...eu evito falar sobre minhas questões pessoais, então, nesse sentido eu sou uma pessoa realmente fechada, então eu, tirando eu mesmo e minha terapeuta eu não acho que...que eu tenha lidado com isso com o auxílio de outra pessoa, poderia, talvez eu poderia até ter lidado se eu tivesse me...é...se eu tivesse relatado isso pra alguém, alguém com quem eu confiaria mas isso não ocorreu (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).</u></p> <p>Primeiro ela tem que achar uma forma satisfatória de se sentir bem, que não destrua ela...algo, uma 'válvula de escape' que seja positiva na vida dela, em vez de uma 'válvula de escape' que seja negativa. <u>Tratamento psicológico ajuda, psicoterapia e... aprender a falar e lidar, enquanto a pessoa não aprende a falar e lidar com quem ela é realmente, ela pode sofrer por isso.</u> Têm pessoas que já são gordas, felizes e bem decididas que não precisam disso, mas tem pessoas que sofrem com isso mesmo, as pessoas que sofrem precisam achar jeitos positivos de lidar com isso 'pra' não deixar se incumbir e se fechar (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p><u>Eu proporia 'pra' ele procurar um psicólogo,</u> porque 'tipo' eu não sei se eu conseguiria eu ajudar, 'tipo' pro problema eu posso tentar ajudar e piorar, então, 'tipo', procura um psicólogo, procura uma ajuda profissional mesmo, da área porque 'tipo' é o mais correto na minha cabeça (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Ah, porque por essa situação do corpo gordo eu sofri muito, tanto que <u>eu fiz terapia 'pra' isso, na verdade eu comecei a fazer terapia por outra coisa daí viu que na verdade o motivo era esse,</u> mas...acho que vai ter outra coisa pra saber como lidou, né? Mas eu esqueci a pergunta. A por eu ter sofrido muito eu vi que não ter contato era o melhor, então, acho que por isso eu quis me afastar mesmo, porque sempre tive amiga que sempre se achando linda e tudo mais já sofria com essas coisas de se relacionar com menino, eu falei: 'nossa, eu então... vou só me ferrar, vou ficar longe mesmo que é o melhor' (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>
<p>Suporte dos profissionais da saúde, principalmente o médico</p>	<p>Meu psicólogo e <u>meu médico, meu médico de coração me ajudou muito porque ele, ele falou que ser gordo em si não influenciava o que influenciava era os outros fatores que estava relacionado,</u> porque todo mundo falava que a minha doença era pelo peso, hoje em dia eu tenho o mesmo peso e a doença não...não existe, 'sabe', eram os outros fatores; 'aí' o médico mostrou isso 'pra' mim (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p>

**Representatividade,
diálogo, informação
e empoderamento**

Conversar com as pessoas. (...) depois que eu entrei na faculdade eu comecei a conversar com as pessoas sobre isso, sabe? Sobre sexualidade também...eu tinha muita vergonha de falar com as minhas amigas que já tinham transado várias vezes, que eu nunca tinha transado, por exemplo. E, enfim...elas sabiam, mas eu não falava, sabe? E 'tipo', se eu ficava com um cara eu até escondia delas pra elas não ficarem comentando, enfim...acho que mais isso mesmo (...) eu acho que de conversar assim, 'tipo'...de ter amigos gordos me ajudou bastante também (...) Na mídia mesmo, eu li muito o blog da Ray Neon. E aí até hoje eu sigo ela e 'tals'... hoje eu tenho uma visão mais crítica assim, sobre blogueiras e 'tals', realmente acho que o capitalismo se apropria dessas coisas pra poder 'tipo' vender mais e 'tals'. Mas 'tipo', me ajudou muito nisso de ver que tinham outras pessoas que passavam pelas mesmas coisas que eu, enfim... (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).

Hoje eu tenho uma compreensão de todo esse processo de formação de autoimagem e de autoestima de um corpo gordo, então, fica um pouco mais tranquilo pra mim (sic) entender quando eu estou encanada com algumas coisas 'assim' e de pensar: 'mas isso vem de mim ou vem de fora? Por que eu 'tô' dando tanta importância pra isso?' (...) eu acho realmente muito complicado não sei se a minha fala seria efetiva, mas eu falaria 'pra' começar a pensar porque esses padrões existem, esses padrões são inalcançáveis e ver se antes desses padrões 'né', antes de perceber esse corpo ela não se sentia bonita porque as vezes a 'gente' tem uma relação muito boa com a 'gente' e a partir do momento que tem o outro que começam as comparações e a 'gente' começa a se inferiorizar (...) Buscando informações, procurando uma rede de apoio também. É muito importante a validação de alguém próximo e buscando informações, mas eu também não sei se ela iria encontrar essas informações que eu tive acesso 'assim'...não é muito fácil 'né' (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).

(...) hoje em dia é muito mais (...) divulgado a questão da autoaceitação de uma autoimagem, então eu acho que isso torna ainda mais fá...de pessoas gordas relatando suas experiências de uma forma mais aberta sem...quebrando, esses padrões de beleza socialmente construídos, eu acho que hoje em dia eu proporia pra essa pessoa tentar conversar, falar abertamente sobre isso com as pessoas, com quem ela sente, com quem ela se sente confortável que possam ajudar ela nesse sentido, é...eu acho que essa questão de relatar experiência pra outras pessoas traz o empoderamento pra si mesmo, então você fala confiante de suas experiências, eu acho que ela...ou se ela não tiver tido experiências ainda, ela ouvir, procurar ouvir e conversar com outras pessoas (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).

(...) eu tive um contato com o 'feminismo' muito mais, um tempo depois assim, aí eu fui pesquisar mais sobre, aí eu gostei do tema, aí eu vi esse impacto, por exemplo, dentro de casa, e era umas coisas que eu já questionava, mas eu não sabia que eram pautas do feminismo (...) eu vejo pessoas que divulgam esse tipo de material, então por exemplo, é até engraçado, né? 'Digitais Influencers', então por exemplo, Ellora, a Jout Jout eu vejo algumas coisas também, é... sem dizer que agora eu vejo sobre a sexualidade na questão da Educação Infantil, na questão da Educação Fundamental, a questão do abuso com a criança, que são

	<p>coisas também que vem com a sexualidade mas vem apenas <u>depois que você entende a sua própria sexualidade, pelo menos eu vejo isso, enquanto você está reprimindo a sua própria sexualidade, seu próprio corpo, você não abre espaço ‘pra’ entender o corpo do outro, (...)</u> Leituras! Nossa, eu ia indicar muita leitura, eu ia indicar vídeo, eu ia falar assim, nossa. <i>‘Miga, tô me sentindo tão gorda’ – Tô, Lê isso aqui! É, vê isso aqui!</i> Eu sou muito, eu sou muito assim, eu tenho, eu tenho algumas amigas que elas ainda têm essa performatividade em relação a ‘tipo’: <i>‘ai, minha bunda ta caindo, ai meu Deus estou engordando, não sei o que, não sei o que lá’</i>, aí você pergunta sobre a sexualidade e sobre como ela se relaciona com o próprio corpo, não sei relaciona com o próprio corpo, como assim, menina?! (...) <u>Eu gosto muito de trazer fontes porque foi uma coisa que foi um refúgio meu, também, a questão de me informar mais sobre o meu corpo e ‘tipo’ por mais que fosse verbalizado no começo, é, conforme eu fui verbalizando com outras pessoas que tinham essa questão da sexualidade e tudo mais eu fui buscando outras fontes e eu vejo que falta muito isso, nas pessoas no geral, sabe? (...)</u> ‘pra’ ela se auto ajudar ela tem que tomar conhecimento do próprio corpo, e, pra ter conhecimento sobre o próprio corpo ela vai ter que buscar fontes, ela vai ter que se alimentar ‘tipo’ em relação a outros corpos gordos, então, ‘tipo’, por exemplo questão do ‘Instagram’ as vezes a gente é ‘bombardeado’ por várias, vários corpos que eles são magros e uma coisa que a ‘Ellora’ tinha falado é que: <i>‘Por que você vai ser bombardeado por corpos que você nunca vai atingir? Por que você não busca corpos que são próximos do seu?’</i>. Então, são algumas ‘coisinhas’ que são pequenas, mas que se você modificar você entra em um conforto maior com você mesmo, sabe? São ‘tipo’, ‘coisinhas’ bem, uns detalhes bem ‘pequenininhos’ <u>mas eu ainda acho que ‘pra’ pessoa conseguir, é, ter esse...esse conhecimento essa consciência de si, querendo ou não ela vai ter que buscar conhecimento de alguma forma</u> (Participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p>(...) <u>tem que se rodear de pessoas que gostem de você, que te apoie, que não fique criticando, falando mais do que todo mundo já fala, é...mais do que tentar mudar o corpo da pessoas fazer ela aceitar o corpo que ela tem, tratar ele com carinho, não de aceitar do jeito que ele tá..eu pelo menos eu sou da área da Educação Física e eu sei que um certo peso não é bom ter mesmo mas uma ‘gordurinha’ ali, outra aqui, que a parte estética não tem problema nenhum pra saúde, então, aceitar mesmo o corpo que é ali o corpo que você tem, que você tem que tratar ele com carinho, é ali que você habita e se amar, por inteiro assim...sem pensar no que os outras vão achar de ver você ou não</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p>
<p>Isolamento como forma de enfrentamento</p>	<p>Não bati de frente, eu nunca me impus diante das dificuldades. Eu aprendi a me impor depois de adulto, antes eu simplesmente abaixava a cabeça e virava, e deixava a pessoa falar o que queria de mim, me destruía, acabava comigo mas....não ‘retrucava’ (...) <i>‘sadomasoquismo’</i> talvez, gostar de sofrer. Porque eu estava sofrendo e não ‘tava’ fazendo nada pra mudar, estava ‘numa’ forma passiva de lidar com isso (...) <u>Comendo...tudo era comendo. Não ‘tava’ feliz com qualquer parte da minha vida eu ia lá e comia, até eu me sentir bem. E uma hora...dava prazer, e quando eu descobri o prazer do sexo, era comida, sexo, maconha, álcool e isso...eu levei, eu utilizei de ‘válvulas</u></p>

	<p><u>de escape negativas': drogas, álcool e comida</u> (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).</p> <p>(...) o que eu não fiz foi mesmo não gostando do meu corpo não gostando do meu corpo durante muito tempo foi nada, 'né', basicamente eu fiquei: <i>'ah, ok, aceito que eu sou assim'</i> mas não de um jeito bom, <i>'aceito que eu sou feio, que eu não vou ter nada por causa disso'</i> é... E, meio que segui em frente no sentido ruim da expressão (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</p> <p>(...) largava 'tipo' esse lado e ficava jogando que era 'tipo' o que eu mais fazia, ficava jogando jogos online. Era escola, chegava em casa, jogava...saía com meus amigos pra jogar bola, 'cabou'. Isso foi durante os meus doze até os meus dezesseis, quase, 'tipo', evitava sair (...) não fiz foi ter enfrentado, foi ter ficado e aceitado, falar: <i>'ah, vou aceitar, vou levar, que uma hora isso passa'</i>. E continuava, continuava o ciclo 'tava' estudando, passava, passava, mas sempre continuava o bullying, continuava, continuava, continuava, então, 'tipo', 'sei lá' se eu tivesse enfrentado, mudado alguma coisa, provavelmente teria sido diferente, eu acho. (...) <u>pra mim era mais fácil, esquecer, abandonar, do que enfrentar o problema</u> (...) não procurei ajuda, ajuda não procurei. 'Aí' 'tipo', não lembro de ninguém em específico 'tipo' eu sempre guardava 'pra' mim, ficava calado e depois <u>chegava em casa e esquecia, era o computador...era minha 'fonte de escape'</u>. Não falava sobre isso com ninguém nem com meus pais, era só calado (Participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p><u>Eu lidei me afastando, não tentava vivenciar nada sem tá da bem comigo mesma, não tentava forçar nada, mantinha zero contato assim... pra não sofrer mesmo</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p> <p>Eu não tinha muito, na verdade eu até tinha, mas eu não tinha esse, essa força 'pra' fazer, então eu lidei sempre com ah, <u>eu abstraía e ficava frustrado e guardava 'pra' mim, então não fazia muita coisa, eu apenas refletia muito sobre aquilo, mas não tomava nenhuma ação, não tomava nenhuma iniciativa 'pra' nada, 'pra' mudar isso, meio que entrei nessa 'zona de conforto', nesse lado estagnado e fiquei ali</u> (...) o que eu deixei de fazer na época foi isso, sabe...pensar em coisas que seriam benefícios 'pra' mim, mudar a minha rotina em questão da parte, minha rotina em questão da parte física, da parte de fazer mais atividades e sair desse lado de sedentarismo, deixei de procurar um profissional 'pra' <u>fazer uma reeducação na época, então, eu deixei de fazer muita coisa, por estar estagnado e estar em uma 'zona de conforto' mesmo, que é muito mais fácil...</u> 'pra' mim era muito mais fácil ficar deitado, comendo e frustrado do que acordar e fazer o que deveria, 'pra' mim, pelo menos ser benefício 'pra' mim, pegar levantar e fazer, entendeu? Então, era tudo mais fácil, mais cômodo (participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
	<p>Ah, eu acho que isso de representar também. Por exemplo, quando vai ter aula de educação sexual, <u>não mostra um corpo gordo, 'né'? mostra um corpo padrão</u> e 'tals' e 'tipo', acho que identificar tipos diferentes de sexualidade, 'tipo'... ah, eu não sei explicar, mas por exemplo, acho</p>

Suporte pelas ações educativas na instituição escolar

que até a C. que mostrou: colocaram várias pessoas negras em um cartaz pra dar aula de educação sexual. Eu acho que falta muito isso, da pessoa se sentir representada, ‘tipo’, ‘sei lá’: ‘pode acontecer comigo também, eu vou transar na mesma época que meus amigos? Talvez, ‘sei lá’. ‘Tipo’, essa diferença também, acho que ajudaria. Isso de expor também, acho que a escola precisa ‘tipo’ saber lidar muito com isso, por exemplo: a minha escola tinha isso de ficar de seis em seis meses gritando o peso da pessoa. E isso era muito ‘pesado’, já tinha tentado conversar com a coordenação e nada acontecia. Mas eu acho que mais isso mesmo, ‘tipo’, de incluir a pessoa na educação sexual pra ela saber que não tem nada de errado com ela (Participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).

Eu acho que fazendo as mesmas coisas ‘assim’...tentando evitar muitos padrões, muitos ‘sei lá’, concursos, não sei se ainda existe, concurso de beleza. Fugir dessas coisas e trabalhar a questão da saúde, da alimentação saudável e da vivência de um corpo saudável independente de gordo ou magro (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).

(...) eu acho que a escola tem um papel muito fundamental nisso porque é onde na verdade, a ‘gente’ passa a maior parte do nosso tempo, onde a ‘gente’ começa a construir nossos primeiros vínculos, nossas primeiras relações sociais ‘né’ com o outro, então, é onde a ‘gente’ vivencia as primeiras experiências de “ah, namorinho, de briga, amizade”, então eu acho que é um espaço fundamental pra isso, pra ser discutido esses temas inclusive. Eu acho que hoje em dia já é mais discutido, sobre a questão desses temas ‘né’ de bullying, autoimagem, tanto que eu tenho visto muitos profissionais que tem ido nessas escolas fazer oficinas, palestras, isso eu acho muito interessante ‘né’, até eu não sei...a exibição de algum documentário, isso eu acho importante ‘pra’ gerar uma reflexão então eu acho que a escola deveria promover mais ações nesse sentido, ‘né’? Trazer pessoas que tenham, é... enfim, pessoas que tenham propriedade pra falar disso, que tenham um bom entendimento do assunto e consigam passar esse entendimento de uma forma bem acessível ‘pra’ esse jovem, ‘pra’ esse adolescente, porque é como eu disse: “falar sobre isso, é a melhor coisa” (Participante 3, homem, homossexual, 22 anos).

A não discriminação...[pausa] a escola provoca situações que a pessoa gorda se sente humilhada muitas vezes, os professores mesmo sem reparar as vezes excluem os alunos, em alguma atividade...o professor de Educação Física mesmo acaba excluindo, e isso provoca um sofrimento, um desgaste ‘né’ ao aluno porque ele não pode fazer ‘tal’ coisa porque é isso, não vai conseguir. O professor muitas vezes ‘tacha’ o aluno disso sem nem ao menos ver o que o aluno consegue fazer ou não, isso prejudica... nas aulas comuns nem tanto, mas nas específicas sim, como na Educação Física, principalmente se a pessoa faz algum curso que tenha outras atividades práticas, também é influenciado (participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

(...) porque a minha escola ela tratava essas coisas como uma coisa muito ‘extra’, ‘tipo’ não era nem no horário de aula, era um ‘tipo’ um horário de tarde ou se gente ‘tava’ fazendo aula a tarde era um horário

aleatório de manhã, muito cedo, que tinha esportes ‘lá’, até tinham...mas acho que ser mais incentivado e quando tiver essas coisas que ‘sei lá’, os professores eles não focam em ‘sei lá’ montar o time ‘lá’ de todo mundo no futebol e deixar quem tiver mais tímido no canto de fora. Foi basicamente o que aconteceu comigo, ‘sabe’? eu não gostava muito de futebol, de jogar, mas meio que era aquela coisa ‘sabe’? mesmo eu queria muito jogar, mas eu não fui incentivado eu acho, se talvez tivessem me incentivado, falando ‘não, tenta fazer alguma coisa aqui’, é... ‘tipo’, basicamente nas aulas de Educação Física quando elas eram obrigatórias, que geralmente no fundamental obrigatório e ‘aí’ no fundamental já poderia não ir mais, quando eu ia basicamente ficava conversando com meu amigo que também não ligava ‘pra’ isso também e ‘sei lá’, não tinha nenhum tipo de incentivo acho, talvez se incentivasse mais...por exemplo: teve uma vez no colegial que teve uma aula de zumba na escola, que foi no horário de aula e... ‘daí’ todo mundo foi bastante incentivado a ir, e como ‘tava’ lá todo mundo ‘tava’: ah, vai ‘lá’, vai ‘lá’, acho que se fosse assim com mais coisas acho que talvez eu tivesse ido mais, e participado mais. Talvez ajudasse (participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

Foi uma professora minha virar e falar assim: “Eu sempre fui magra e aí quando eu fui no nutrólogo, sei lá, alguma coisa assim, ele falou assim você é uma magra falsa porque na verdade você tá gorda, você tá com não sei o que lá”, ela não estava saudável, sabe? Então, ela virou e falou assim: “Então, por mais que eu tenha um corpo magro isso não quer dizer que meu corpo é saudável, assim como uma pessoa que tem um corpo gordo, pode ter um corpo saudável” e aí eu fiquei ‘tipo’? Meu Deus! Não pode ser! E foi uma coisa que foi um primeiro ‘insight’ assim, sabe? De ‘tipo’ ó: “Nem todo corpo gordo não é saudável” e existem vários tipos de corpos, e existem vários tipos de pessoas saudáveis” e aí eu fiquei ‘tipo’: “Meu Deus, como assim?” (...) Não ficando só na área biológica, não ficando só na área de saúde! E querendo ou não, a gente tenta, né? (...) E querendo ou não a sexualidade é necessária debater e não só a questão biológica porque eu vejo que era muito “ah, olha só, isso aqui é o útero, isso aqui é a vagina, e aí vocês têm os óvulos aqui, e aí vocês têm um ciclo que mais ou menos quinze dias vocês tão ovulando e aí uns não sei o que...” falava só a parte biológica e eu ficava ‘tipo’? É só isso que eu sou, então tá bom! Até que é fácil de entender meu corpo, né? E ‘tipo’ não, tem muito mais coisas, muito mais questão que não é debatida. A Pedagogia, a construção da Pedagogia, historicamente...partindo da minha área, né? É uma área muito conservadora, é uma área que os profissionais que vem é ‘tipo’ desde os Jesuítas que foram os primeiros Pedagogos, vamos supor assim, foram as primeiras pessoas que trouxeram, por exemplo, a Sistematização de Ensino, coisa parecida... e se a gente parar ‘pra’ pensar a Pedagogia surgiu de uma questão religiosa, questão de disseminar conhecimento, surgiu de uma questão religiosa e esse conservadorismo querendo ou não ele mantém até hoje, então por que a gente não fala sobre sexualidade na Pedagogia? Pros professores não é uma pauta, entendeu? Não é uma questão necessária, então é muito melhor você ficar sabendo de como é a estrutura psicológica do seu aluno e o envolvimento da Psicologia com a Neurociência no processo cognitivo do desenvolvimento, lá do aluno, do que saber como é a relação, por exemplo, da sexualidade em sala

	<p>de aula. Por exemplo, quando a gente vê um aluno que tá se tocando na Educação Infantil e aí ele tem três, quatro anos, a primeira coisa é repressão, é falar assim: ‘não, não pode, não pode tocar aí que não sei o que, não sei o que lá’. E, é uma demanda muito grande porque a partir do conceito que aquela criança se toca, ela se torna impura, ela já se torna um ‘mini adulto’ assim, sabe? (...) (participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).</p> <p><u>Nossa...a escola ‘tipo’ deveria ‘tipo’ olhar mais pro contexto, do contexto de todos os alunos em si (...) Acho que conversar mais com os alunos em si, ‘tipo’ os professores, ou levar alguém que possa ajudar alguém falar sobre esse assunto, ‘tipo’, ter um diálogo maior com os alunos porque se não,</u> vai continuar o que acontecia na minha época: Bullying. E era isso. Acho que o principal na minha cabeça é o Bullying, que os alunos sofrem, porque na minha escola sofriam Bullying de tudo ‘conté’ ‘tipo’, por ser pobre, ser negro, ser gordo, pessoas homossexuais, Bullying ‘comia solto’ na ‘mulecada’, não importava quem, todo mundo caía no Bullying...menina de cabelo cacheado, caía no Bullying e era isso, ficava nisso (participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).</p> <p><u>Então, o diálogo mais aberto, explicar mesmo o que acontece e como faz, como...orientação e, [pausa] bom, só deixar esse assunto claro que não tem ‘tabu’, não tem erro, não tem coisa errada, não tem coisa feia,</u> não tem coisa suja, que é uma coisa natural e vai acontecer e ela precisa se descobrir nesse meio e a escola deveria ser mais aberta ‘pra’ ensinar (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)</p> <p><u>Ah, acho que poderia...falar abertamente sobre isso, sobre o Bullying e fazer as crianças pararem de ficar julgando, falar coisas nesse sentido.</u> Tratar sobre temas assim ‘pra’ cada um olhar ‘pro próprio umbigo’ mesmo, <u>não ficar julgando, falando do tamanho de um, tamanho de outro...</u> (Participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).</p> <p><u>ah, não sei, com mais palestras, mais pessoas que já passaram por isso ou ainda passam,</u> porque é visível que tem crianças que já não se aceitam, entendeu? [...] então, isso eu acho que seria bacana você <u>colocar pessoas que vivem, que passaram por isso, pessoas que estão passando, pra conversar, pra palestrar, e de certa forma ajudar essas crianças, entendeu?</u> A não se preocuparem tanto com isso, não só as crianças, mas adolescentes, pessoas no geral, <u>a não se preocuparem tanto com isso desde que você esteja saudável acho que ser gordo é o de menos</u> (Participante 10, homem, homossexual, 25 anos).</p>
<p>Suporte familiar pelo acolhimento, diálogo e informações</p>	<p>Ah, eu <u>acho que isso mais de ‘tipo’ de se informar também.</u> Por exemplo, os meus pais sempre pegaram muito na carta da saúde ‘né’ e eu sempre fui muita pessoa muito saudável, ‘sei lá’, eu nunca tive nenhum problema assim ‘tipo’, ‘sei lá’... as minhas primas sempre ficavam muito doentes e ninguém comentava sobre a saúde delas, era a minha saúde a preocupação da família inteira, ‘sabe’? E aí, tinha mais disso mesmo. <u>E, enfim... acho que mais disso da família se informar mais</u> (participante 1, mulher, heterossexual, 21 anos).</p> <p>Eu acho que com a família é um pouco mais complicado. Porquê....as vezes, na verdade na maioria dos casos, na minha crença pelo menos a</p>

pessoa não tem um, uma abertura tão grande 'pra' falar sobre...em relação ao seu corpo, autoimagem, até mesmo experiências sexuais, com a família 'né'? (...) Então, em muitas vezes eu acho que a família, por experiência pessoal, é...pode inclusive não compreender o que isso significa 'pra' pessoa, é...essa questão da autoaceitação, então, eu acho que se ela...ela pode tentar conversar com algum familiar próximo com quem ela tenha maior abertura, conversar sobre essas questões pessoais, pelo menos tentar pra ver como esse familiar recebe ela e aí se for uma pessoa mais instruída 'né', que tem maior acolhimento eu acho que pode ser útil, mas eu acho que ações que a família pode promover sobre isso, eu acho um pouco mais complexo....porque eu acho que as vezes os pais não sabem lidar direito com essas questões, não tem as vezes um preparo 'né' pra lidar com questões emocionais dos filhos. Então, eu acho que procurar alguém da família com quem ela se sinta à vontade, confortável 'pra' falar sobre isso. E eu acho que a principal estratégia da família seria o acolhimento, uma escuta empática nesse sentido (participante 3, homem, homossexual, 22 anos).

Cessar os comentários negativos, oferecendo ajuda e apoio invés de julgamento e críticas. A crítica sem ser construtiva nada mais é do que uma agressão, basicamente eles me agrediam todo dia, toda hora que falavam. Então, se a família não agir positivo e ajudar a pessoa, apoiar 'pra' ela se sentir acolhida no meio familiar não adianta...porque ela se sentir excluída no meio familiar onde era pra ela ter proteção, onde que ela vai se sentir acolhida? É 'aí' que a pessoa muda caminhos e vai 'pra' hábitos que não são saudáveis pra mente dela e pro corpo (participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Ah, eu acho que é importante não ficar só...acho importante falar, principalmente se tiver afetando a saúde da pessoa, acho importante mandar a real mesmo: 'olha você 'tá' com problema de saúde, por conta do seu corpo e tal', mas eu acho que...pelo menos minha mãe fez muito uma 'caça às bruxas' com isso, 'sabe'? Era muito uma guerra, sempre era um motivo de briga, e acho que ela nunca chegou 'pra' mim e conversou ou se foi, se aconteceu, foi pouquíssimas vezes em anos de só gritando comigo por não 'tá' fazendo as coisas direito. Acho que talvez se fosse, se tivesse mais uma cara de apoio mesmo e...se tivesse rolado mais um incentivo positivo acho que fosse melhor, e não esquecer de elogiar a pessoa também (participante 5, homem, homossexual, 20 anos).

A família...tanto no auxílio da escola, muitas vezes a família fica 'tipo', é, não dialoga com a escola quanto é, no processo, é que é muito complicado, né? Quando a gente pensa numa família que ela é mais progressista ela consegue abrir os horizontes e falar assim: "não, ok, existem outras formas e tudo mais, de sexualidade, outras formas de conhecimento, outras formas de entender o próprio corpo e tudo mais", aí eles abrem para que capturem esses conhecimentos novos, sabe? (...) O ideal seria 'tipo' a pessoa conversar com essa pessoa que tem o corpo gordo, e falar assim: "Ó, é, o corpo não vai definir totalmente o que você é, vai ter algumas dificuldades sim porque vão ter algumas pessoas que vão ter preconceito com o seu corpo, mas que pra enfrentar isso vai ser uma decisão sua, sabe? Você aceitar esse corpo e continuar com esse corpo, ou simplesmente excluir esse corpo,

sabe?”. Então, é um processo muito de diálogo e não de imposição, então: “Você se sente confortável?”, ah, “me sinto confortável, não me sinto confortável com as pessoas falando sobre o meu corpo”(...) (participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

‘Pra’ mim conversando, mas ‘tipo’ que nem eu, eu não conversava sobre esse assunto, ficava calado e esquecia...ah, ‘neguinho’ ficava me ‘enchendo o saco’, eu esqueço, fico em casa, vou jogar meu jogo e acabou. Vou ‘pra’ escola, estudo, converso com meus amigos, volto pra escola e acabou. A família conversando, mas também dependeria da pessoa, que se estivesse aberta a conversar mais sobre esse assunto. Eu não conversava, preferia esquecer (participante 7, homem, heterossexual, 21 anos).

(...) a família conversar, entender o que a criança sente principalmente, ouvir, as vezes só ouvir já vai ajudar e, todos os casos, os amores adolescentes que a criança tiver porque eu tive alguns casos de amor não correspondido, que eu sofria demais e minha mãe falava: “ai, para, coisa besta!” Não, tá sentindo aquilo existe eu não sei o que é, mas eu ‘tô’ me sentindo mal, então, só uma abertura maior ‘pra’ ouvir, principalmente (participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos).

Ah, dando suporte, apoiando e tentando também falar a maneira de amar o corpo, não ficar por exemplo, falando coisas: “ah, mas você só come também” coisas assim, já ouvi essas coisas da minha mãe e acho que isso aí não ajuda em nada porque toda essa parte de comer, de gostar de comer, toda uma punição mesmo ‘pra’...de tudo que acontece, então, é difícil também lidar com o jeito que você come, então falar coisas assim não adianta, então tentar junto também mudar a alimentação porque quando você é criança, adolescente, não é você que compra a própria comida, né? São os pais, então tentar todo mundo junto se ajudar, acho que é a melhor maneira (participante 9, mulher, heterossexual, 22 anos).

Sem dúvidas a minha família! Principalmente minha mãe. Eu sempre tive um apoio muito grande da minha mãe, então, desde que...da minha mãe e das minhas irmãs, do meu pai também, porém as mulheres em casa elas são mais presentes do que o meu pai, principalmente com isso, o meu pai é meio tranquilo, na dele. Então, elas sempre me incentivam, quando elas começaram a ver resultado é... elas me engajaram mais ainda, é, sempre com comentários positivos, pedindo ‘pra’ eu não desistir, pedindo ‘pra’ eu continuar. A minha mãe ela sabe da minha restrição, em questão da alimentação então ela sempre me ajudou então é até engraçado porque sempre em casa tem dois tipos de refeição, então, tem o meu almoço e tem o almoço dos meus pais, tem o meu jantar e tem o jantar dos meus pais, é tudo muito separado, então, eu sempre tive esse incentivo em casa. A minha mãe, sempre fez isso principalmente depois que ela viu que a minha autoestima ‘tava’ mudando, ‘tava’ ficando uma pessoa mais segura, uma pessoa menos irritada, menos estressada...então, eu sempre tive muito esse apoio, as minhas irmãs sempre com comentários positivos, então, é bacana esse apoio que eu tive da minha família (...) Sempre com palavras positivas! Eu acho que você ter esse apoio com comentários positivos, com críticas positivas, é sempre essencial. Você acaba não desistindo tão fácil desse objetivo (participante 10, homem, homossexual, 25 anos).

<p>Suporte afetivo pela rede de apoio de amigos(as) e parceiros(as)</p>	<p>Ah, <u>tem um amigo meu que ele é meu amigo de infância e ‘tal’, que a gente sempre conversa e acho que teve uma conversa que eu lembro até hoje que eu acho que até foi por mensagem mesmo, não foi nem uma conversa pessoalmente que eu lembro o que ‘tava’ acontecendo, eu acho que eu ‘tava’ ‘tipo’... é, me lamentando por isso e ‘daí’ ele falou: “<u>não, do que você está falando, não é porque você é assim que você é feio</u>”. E eu acho que é uma coisa que me marcou bastante, é... e também ‘sei lá’, <u>mais recentemente eu acho que meus amigos da faculdade eles vão, ‘tipo’, eles falam de uma forma que eu acho que não me sinto mais discriminado, ‘sabe’?</u> do jeito que eu talvez me sentisse no colegial, toda aquela questão de ter medo de ser ‘zoad’ e essas coisas...eu acho que me ajudou bastante, e, acho que é (Participante 5, homem, homossexual, 20 anos).</u></p> <p><u>E meu namorado hoje em dia ele me dá muita confiança, muita autoestima, ele faz de tudo ‘pra’ me ver bem, dentro ou fora desses momentos e...ele tá me ensinando, eu me sinto mais confortável quando eu ‘tô’ junto com ele, mais confortável comigo mesma quando eu ‘tô’ junto com ele por questões de aparência ou não e, amigos eu não considero que tenham me ajudado porque cada um tem uma experiência, é uma coisa muito íntima, é difícil você compartilhar e se ver na experiência de outra pessoa, então, acho que é uma coisa mais própria de si mesmo que você vai buscando, vai entendendo o que tá funcionando, o que ‘tá’ acontecendo com você, vai entendendo o que você gosta ou não e vai funcionar algum conselho, ou ‘tipo’ uma pessoa mais próxima ou que viva isso junto com você</u> (Participante 8, mulher, heterossexual, 20 anos)</p>
--	--

Os(as) participantes elencaram a psicoterapia como importante aliada no processo de enfrentamento das dificuldades vivenciadas, em relação à sexualidade e a insegurança com o corpo, que afetam a autoestima e autoimagem. É evidenciado nas falas, a importância do(a) Psicólogo(a) para que seja iniciado o processo de “autoconhecimento”. Tura (2005) evidencia resultados positivos ao realizar psicoterapia grupal com pessoas gordas. Ainda no processo de auto reflexão, um participante deu uma sugestão:

É...talvez uma estratégia seria ela, uma coisa que eu gosto muito é descrever, caso ela...ela fazer uma espécie de um diário, ela relatando como ela se sente sobre isso, sobre seu próprio corpo, se ela não ‘tá’ feliz com ele o que ela pode fazer pra mudar, ela...eu acho que principalmente escrever emoções, como ela se sente em relação ao corpo dela naquele dia, se teve alguma coisa que aconteceu relacionada ao corpo que fez com que ela não se sentisse bem, ou que sentisse bem. Então, eu acho que através de um [pausa], eu sei que é difícil isso, mas de uma reflexão acerca de como isso influencia a sua percepção do seu corpo (participante 3, homem, homossexual, 22 anos).

Outro profissional da saúde que auxiliou no processo de enfrentamento, foi o médico. Pelo relato do participante, percebe-se que houve uma desconstrução da “obesidade” como causa de outras doenças. Além disso, é mostrado que independente do peso é possível uma melhora na qualidade de vida e esse acolhimento profissional é essencial para evitar o que chamamos de “gordofobia médica” (JIMENEZ-JIMENEZ, 2020; RANGEL, 2018; RUBINO et al., 2020)

Meu psicólogo e meu médico, meu médico de coração me ajudou muito porque ele, ele falou que ser gordo em si não influenciava o que influenciava era os outros fatores que estava relacionado, porque todo mundo falava que a minha doença era pelo peso, hoje em dia eu tenho o mesmo peso e a doença não...não existe, ‘sabe’, eram os outros fatores; ‘ai’ o médico mostrou isso ‘pra’ mim (Participante 4, homem, pansexual, 22 anos).

Com isso, proporia para uma pessoa que viveu o mesmo, falar abertamente sobre o assunto e procurar pessoas gordas para se sentir representado, seja na mídia ou em outros espaços. O ambiente universitário foi muito favorável para alguns participantes, pois proporcionou a troca de vivências e a problematização sobre o assunto: sexualidade e corpo gordo.

Os relatos apontaram para a importância do compartilhamento de vivências nas redes sociais e como a representatividade pode auxiliar no processo de autoaceitação do corpo (RANGEL, 2018). A participante 2 reflete sobre a importância de buscar informações e esclarece que nem sempre esse “acesso” é garantido para todas as pessoas, nem sempre o conhecimento é democratizado. A “quebra” dos padrões sociais é ressaltada como forma de alcançar o empoderamento, assim como a troca de experiências; o feminismo mais uma vez é citado pela participante 6, esse acesso gerou impactos e proporcionou maior conscientização sobre seu corpo (GAYLEI, 2014). O cuidado com o corpo e a tentativa de olhar o mesmo com “mais carinho” se distanciando das críticas, também foi sugerido pela participante 9.

Por outro lado, nem sempre ter informações sobre o assunto facilitou esse processo, algumas pessoas foram direcionadas a lidar com as dificuldades sozinho(a) e ações individuais foram tomadas para enfrentar os problemas e para se sentir melhor. Um participante coloca como sua “válvula de escape” a comida, sexo, álcool e drogas; outros “aceitaram” o estigma das associações “corpo gordo e feiura”, se esquivaram de contato social e não falaram sobre seus sentimentos com os pais ou outras pessoas.

A escola aparece como importante aliada na formação da identidade de crianças e adolescentes, e como apresentar uma diversidade de corpos e informar sobre o assunto pode amenizar preconceitos e estigmas. Visto que, esse ambiente pode ser punitivo e reprodutor de discursos gordofóbicos, bullying e violências (GONÇALVES, 2004; FERRARI, 2010; FERRIANI; DIAS; SILVA; MARTINS, 2005; PETROSKI; PELEGRINI; GLANER, 2012).

Os participantes elencaram possíveis alternativas para que as aulas de Educação física não se tornem excludentes e centros de “humilhação”, como por exemplo, propor novas alternativas de esporte e atividade física, para além da formação de times de futebol e competição e principalmente, incluir e incentivar todos(as) os(as) alunos, desconstruindo padrões corporais. É sabido que desde muito cedo as crianças são influenciadas pelos “corpos perfeitos” divulgados na mídia e acabam por reproduzir esses ideais no ambiente escolar (GUIZZO, 2013).

O contexto escolar também aparece como produtor de concursos de beleza e competições, além da saúde aparecer como condição intrínseca ao corpo magro. A participante 2, explica que seria necessário:

Fugir dessas coisas e trabalhar a questão da saúde, da alimentação saudável e da vivência de um corpo saudável independente de gordo ou magro (Participante 2, mulher, homossexual, 30 anos).

O diálogo e ações de educação sexual na escola, voltadas para a diversidade de corpos e a desconstrução de padrões sociais, foram mostradas como recurso para minimizar o bullying e sofrimentos. A participante 6, conta sua experiência com uma professora que explicou a relação corpo, saúde e doença:

(...) Ela [professora] não estava saudável, sabe? Então, ela virou e falou assim: “Então, por mais que eu tenha um corpo magro isso não quer dizer que meu corpo é saudável, assim como uma pessoa que tem um corpo gordo, pode ter um corpo saudável (participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

Ademais, a estudante de Pedagogia – Participante 6, reflete sobre o sistema conservador de ensino e como há dificuldades em estabelecer discussões sobre educação sexual e diversidade:

(...) E se a gente parar ‘pra’ pensar a Pedagogia surgiu de uma questão religiosa, questão de disseminar conhecimento, surgiu de uma questão religiosa e esse conservadorismo querendo ou não ele mantém até hoje, então por que a gente não fala sobre sexualidade na Pedagogia? Pros professores não é uma pauta, entendeu? Não é uma questão necessária, então é muito melhor você ficar sabendo de como é

a estrutura psicológica do seu aluno e o envolvimento da Psicologia com a Neurociência no processo cognitivo do desenvolvimento, lá do aluno, do que saber como é a relação, por exemplo, da sexualidade em sala de aula (participante 6, mulher, bissexual, 19 anos).

A família, assim como a escola poderia ajudar se informando mais sobre o assunto e compreendendo que nem sempre o peso está relacionado à saúde; além do acolhimento para lidar com situações ligadas à autoestima e autoimagem. Os(as) participantes destacaram ações como o acolhimento, diálogo, a procura de uma rede de apoio ou familiar que se identifique para falar sobre o assunto, a importância de evitar palavras negativas e o emagrecimento como atitude essencial para a saúde, assim como auxiliar no desenvolvimento do “amor próprio”. Além da rede familiar mais próxima, amigos(as) e parceiros(as) afetivos contribuíram como suporte para o enfrentamento das dificuldades.

Entendemos que o “desenvolvimento” de uma autoestima “saudável” pode ser reforçado pelo meio em que os sujeitos estão inseridos (MEYER, 2011; GUILHARDI, 2002). Por fim, podemos considerar que os(as) participantes relataram a psicoterapia, o acesso à informação e compartilhamento de experiências, o apoio familiar, dentre outros, como possibilidades para auxiliar as dificuldades e preconceitos (gordofobia) vivenciadas e que a instituição escolar pode agenciar caminhos para reduzir danos emocionais e psicológicos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo dessa pesquisa, percebemos que a estigmatização da pessoa gorda é um fenômeno cíclico, histórico e socialmente construído por diferentes instâncias: como a cultura, religião, medicina, biologia, família etc. Assim como o corpo, a sexualidade também é influenciada socialmente e nos diferentes períodos da história teve momentos de repressão e ascensão, para manter um determinado padrão de normalidade e saúde.

Diferentes noções podem ser atribuídas a experiência de ser gordo na cultura ocidental, de fato, não podemos retirar que algumas intersecções tornam pessoas mais vulneráveis do que outras, como: posição geográfica, regionalidade, raça, classe, orientação sexual, identidade de gênero etc. Os relatos dos(as) nossos(as) participantes evidenciaram a diversidade de suas vivências e o quanto as intersecções os(as) tornaram mais ou menos vulneráveis, isto é, para além do corpo gordo, havia atravessamentos como ser jovem, branco, preto, rico, menos rico, ser homem, ser mulher, ser homossexual, bissexual ou pansexual, que marcaram a adolescência e a construção da subjetividade dessas pessoas.

Nesta pesquisa nos propusemos a levantar os aspectos que interferem na auto declaração de ter sido gordo(a) e outras questões relacionadas ao corpo e à autoimagem, a identificar as situações e os sentimentos diante de preconceitos oriundos do estigma de ter um corpo gordo(a) e a analisar as possíveis relações entre o corpo gordo, e as vivências afetivas, amorosas e sexuais.

Compreendemos que os fatores que contribuíram para percepção dos(as) participantes de ser gordo(a) na adolescência foram relacionados ao contexto familiar e social, por meio de comentários, tratativas e exclusão. Outro fator que culminou para evidenciar a diferença dos corpos foram os aspectos relacionados à saúde física, ao índice de massa corporal e ao peso e às noções de beleza e normalidade. Entende-se que, para essa identificação um acoplado de situações e fatores foram somados para a representação do “Eu gordo(a)”.

Ao pensar no processo de emagrecimento, as instâncias sociais e familiares contribuíram com esse “desejo” pela magreza, além dos processos vivenciais de gordofobia e o bullying ao longo do desenvolvimento. As motivações de modo geral, foram associadas aos sentimentos ruins, dificultosos e quadro depressivos. Em outro

momento da adolescência, em que se procurava interação com alguém, emagrecer foi uma forma de estabelecer relacionamentos afetivos e sexuais. Os procedimentos para atingir o “corpo ideal” foram: dietas restritivas, jejum e exercícios físicos em excesso. Como consequência do emagrecimento, nossos(as) participantes tiveram mais prestígios e aceitação social, foram considerados(as) potenciais parceiros(as) afetivos e sexuais por estarem mais próximos(as) de um “padrão de beleza e normalidade”; alguns hábitos foram criados para manter o novo corpo e não engordar novamente, camuflados pelo medo e a constante vigilância das refeições e peso.

Mesmo permanecendo gordos(as), alguns(as) participantes relataram processos de autocuidado em sua rotina, que auxiliaram na melhora de sua autoestima e no processo de aceitação. Entendemos que esses momentos oscilaram entre sentimentos negativos de insegurança e positivos de bem-estar consigo mesmo(a). A representação na mídia apareceu como uma importante aliada na desconstrução dos padrões corporais e na apresentação de modelos diversificados. De modo geral, nossos(as) participantes que foram gordos(as) na adolescência e permaneceram gordos(as) enquanto jovens adultos(as), normalizaram a estética gorda e a possibilidade de vivenciarem novas experiências com esse corpo, colocando a atividade física como um momento de prazer, sem a finalidade de emagrecimento, mas sim, como sinônimo de bem-estar emocional, físico e psicológico visando uma saúde integral.

Diversas situações de preconceito foram desveladas por nossos(as) entrevistados(as). A gordofobia velada ou não, ocorreu na escola, na família, em processo de seleção de emprego ou na escolha de cursos que envolviam a saúde física, nos comentários sutis e corriqueiros que colocavam o(a) gordo(a) como chacota e piada e na exposição do corpo gordo como sinônimo de doença e patologia. A gordofobia trouxe impactos, resultando em dificuldades nas relações interpessoais e, principalmente, sentimentos de insegurança, vergonha e culpa.

Ser uma pessoa gorda, não impediu que nossos(as) participantes tivessem práticas sexuais. Algumas experiências foram classificadas como “satisfatórias”, outras como “negativas” e “neutras”. A diferença esteve atrelada ao tratamento que recebiam pelos(as) parceiros(as), os sentimentos negativos causados pela evitação, exclusão nessas relações, como: o estigma da assexualidade, a fetichização e a solidão da mulher gorda, a “ocultação” das relações afetivas e a falta de opções e “limitação” na escolha de parceiros(as).

Como consequências dessas experiências, podemos citar: a baixa autoestima, sentimentos de vergonha e insegurança com o próprio corpo (seja ele magro ou gordo); sentimentos de não merecimento de afeto ou sexo; sentimentos de insuficiência; bloqueio nos relacionamentos afetivos e a necessidade de transformação para ser aceito (emagrecimento).

As diferenças entre os gêneros surgiram como uma das variáveis presentes no estudo. A gordura foi um elemento que tornava homens e mulheres propensos a vivenciarem a gordofobia; no entanto, o “ser mulher” estava atrelado a um sistema de opressões que envolviam o machismo, sexismo e o padrão de beleza, e tornavam mulheres mais vulneráveis. Entende-se que a gordura pode tornar homens másculos, viris ou afeminados ao mesmo tempo que pode masculinizar ou objetificar mulheres, sendo um marcador da diferença social de gênero na nossa cultura.

Ao decorrer de suas vivências, os(as) participantes ressignificaram formas de enfrentar/lidar com as dificuldades em ser um(a) adolescente gordo(a), e elencaram a psicoterapia e os profissionais da saúde como suportes de enfrentamento; a representatividade, diálogo e o empoderamento; em outros casos, o enfrentamento não foi realizado de maneira efetiva, mas sim se esquivando do problema para evitar maiores sofrimentos. Também pontuaram como a escola, família, amigos(as) e parceiros(as) afetivos poderiam ajudar nesse processo de desenvolvimento, concluindo que falar sobre o assunto, ter informações e desconstruir padrões normativos seria a melhor forma de lidar com a diferença corporal e informar sobre as práticas em educação sexual.

Os dados que encontramos vão ao encontro da literatura, sobretudo no que diz respeito aos estereótipos do corpo gordo como aquele que é doente e desviante, próprio de alguém que sofre *bullying* na escola e na família e que se não tiver um suporte emocional e/ou psicoterapia leva para a vida adulta dores e ressentimentos profundos e uma sexualidade estigmatizada pela vivência atravessada por esse corpo gordo, além de outros marcadores sociais.

Relatos sobre a vivência da sexualidade na adolescência de quem teve um corpo gordo também reproduziram o que encontramos na literatura: a ideia da assexualidade, exclusão, rejeição, medo de não encontrar um par amoroso, dificuldades na relação sexual, fetichização, assédio e violências; entretanto, na nossa amostra, outras questões não foram levantadas como disfunções sexuais e diferenças raciais.

De qualquer forma, é uma amostra específica que não pode ser generalizada: tratam-se de universitários(as) e muitos(as) procuraram ajuda terapêutica ou

ressignificaram suas vivências com grupos de amigos(as) ou pares, já em um período da vida mais amadurecido. Além disso, o contexto em que o estudo foi realizado: a universidade, nos faz questionar como outros cenários e populações podem experienciar diferentes modos de ser e se reconhecer como pessoa gorda. Por exemplo, em nosso estudo, os(as) participantes não elencaram possíveis relações entre a autoidentificação racial e o corpo gordo, o que não significa que o racismo não se faça presente nessa intersecção uma vez que a não percepção ou “não consciência” dessa relação pode ser vinculada ao fato de nossos(as) participantes não compreenderem o sistema de opressões que estão inseridos.

Ressaltamos a importância de estudos que se preocupem com as dificuldades vivenciadas por adolescentes gordos(as) ao longo do desenvolvimento humano, ainda mais quando incluímos a temática da sexualidade. Nossa sugestão é que em pesquisas futuras discutam o tema relacionando, mais especificamente, outras variáveis como: a experiência sexual de homens gordos negros, a experiência sexual de mulheres gordas negras; os impactos psicológicos em crescer gordo(a) ou se tornar gordo(a); além disso, as várias intersecções possíveis do corpo gordo com a diversidade humana e outras categorias de análise: deficiências, transgeneridades, geração, classe, cultura, etc.

A Psicologia e suas abordagens teóricas trazem leituras e interpretações distintas sobre as realidades. Dentro da Psicologia do desenvolvimento humano, lembramos que a adolescência e a sexualidade são fenômenos psicossociais, e nesta dissertação buscamos compreender a sexualidade humana através dos estudos sociais críticos e não adotamos nenhum referencial teórico da Psicologia, pois entendemos que esse não se encerra em apenas uma visão teórica de homem, mas sim na junção de estudos sociológicos, filosóficos, biológicos e psicológicos que se complementam e que, neste caso, em específico, poderia contribuir mais para o que nos propomos a estudar.

De modo geral, nosso estudo contribui para que diferentes profissionais avaliem suas práticas de atuação na saúde e educação, reconhecendo a importância do tema para o desenvolvimento social, afetivo e sexual de crianças e adolescentes. Mais especificamente, ressaltamos que a atuação de psicólogos(as) deve ser pautada na identificação do sofrimento e não culpabilização dos sujeitos, abrangendo toda diversidade humana; perceber que a pessoa gorda sofre, é um trabalho de desconstrução que muitas vezes, não está presente na formação desses profissionais.

Retirar a gordura como processo causal do sofrimento é compreender que o emagrecimento nem sempre trará melhoras na autoestima, mas sim, o questionamento

das amarras sociais que nos fazem almejar a perda de peso, com a finalidade de – se amar mais e ser amado. Retomo a citação feita no Epígrafe do trabalho: “Eu via meu corpo como a única moeda de troca que eu tinha para conseguir “amor” [...]” (TOVAR, 2018, p. 65). E reflito, sobre como essa mudança é colocada como única possibilidade pela maioria dos profissionais.

Para encerrar, gostaria que este trabalho fosse lido por várias pessoas, acadêmicas ou não... porque acredito que a não reprodução de gordofobia acontece com o acesso ao conhecimento. E deixo um recado especial para as pessoas gordas: reconheçam suas vivências e lutas, é direito de vocês permanecerem gordos(as) e terem a liberdade sobre seus próprios corpos!

REFERÊNCIAS

- ABU-ODEH, D. Fat stigma and public health: a theoretical framework and ethical analysis. **Kennedy institute of Ethics Journal**, v. 24, n. 3, p. 247-265, 2014.
- ANDRADE, S. dos S. Mídia, corpo e educação: a ditadura do corpo perfeito. *In*: MEYER, D.; SOARES, R. (Orgs.). **Corpo, gênero e sexualidade**. Porto Alegre: Mediação, 2004, p. 107 – 117.
- ANDRADE, S. dos S. Mídia impressa e educação de corpos femininos. *In*: LOURO, G. L.; NECKEL, J.F.; GOELLNER, S.V. (Orgs.). **Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação**. Petrópolis: Vozes, 2003. p. 108-123.
- AMANTINO, M. E eram pardos, todos nus, sem coisa alguma que lhes cobrisse suas vergonhas. *In*: DEL PRIORE, M.; AMANTINO, M. (Orgs.) **História do Corpo no Brasil**. São Paulo: Editora Unesp, 2011, p. 15-44.
- ARRUDA, G. S.; MIKLOS, J. O peso e a mídia: estereótipos da gordofobia. **Líbero**, n. 46, p. 111-126, 2020.
- BARBOSA, M. R.; MATOS, P. M.; COSTA, E. M. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. **Psicologia & Sociedade**, v. 23, n. 1, p. 24-34, 2011.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2009.
- BATRAKOULIS, A. et al. Dose-response effects of high-intensity interval neuromuscular exercise training on weight loss, performance, health and quality of life in inactive obese adults: Study rationale, design and methods of the DoIT trial. **Contemporary Clinical Trials Communications**, v.15, p. 1-8, 2019.
- BARROS, M. **Um lugar para ser gorda: afetos e erotismo na sociabilidade entre gordinhas e seus admiradores**. 2017. 136f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.
- BEAUVOIR, S. **O segundo sexo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
- BÍBLIA SAGRADA. Tradução CNBB. Décima Oitava Reedição. Brasília: Editora Canção Nova, 2012, 1569p.
- BOMBAK, A. Obesity, health at every size, and public health policy. **American Journal of Public Health**, v. 104, n. 2, p. 60-67, 2014.
- BORTOLOZZI, A. C. **Questionário e entrevista na pesquisa qualitativa: elaboração, aplicação e análise de conteúdo – manual didático**. São Carlos: Pedro & João, 2020, 52p.
- BLACKBURN, M. **Sexuality e disability**. Oxford: Butterworth Heinemann, 2002.

BRESSAN, M. R.; PUJALS, C. Transtornos alimentares modernos: uma comparação entre ortorexia e vigorexia. **Revista uningá review**, v. 23, n. 3. 2015. Disponível em: <<http://revista.uninga.br/index.php/uningareviews/article/view/1657>>. Acesso em: 14 set. 2020.

CABALLERO, C. A gênese da exclusão: o lugar da mulher na Grécia antiga. **Sequência**, v. 20, n. 38, p. 125-134, 1999.

CARVALHO de, Y. M. Corpo e história: o corpo para os gregos, pelos gregos, na Grécia antiga. In: SOARES, C. L. (Org.). **Corpo e história**. Campinas: Editora Autores Associados, 2001, p. 163 – 175.

CASSIMIRO, E. S.; GALDINO, F. F. S.; SÁ, G. M. de. As concepções de corpo construídas ao longo da história ocidental: da Grécia Antiga à Contemporaneidade. **Revista Eletrônica Print**, n. 14, p. 62-79, 2012.

CASTRO, A. L de. **Culto ao corpo e sociedade: mídia, estilos de vida e cultura de consumo**. 2ª Edição, São Paulo: Annablume: Fapesp, 2007.

CASTRO, A. L de.; PINTO, R.P. Corporeidade brasileira na fabricação da identidade nacional. **Ciências Sociais Unisinos**, n. 50, v. 4, p. 34-40, 2014.

CECÍLIO, H. P. M.; SANCHES, R. C. N.; RADOVANOVIC, C. A. T.; MARCON, S, S. Percepções de mulheres obesas sobre a sexualidade. **Rev. Min Enferm**, v. 18, n. 4, p. 955-960, 2014.

CHEKROUD, S. R. et al. Association between physical exercise and mental health in 1· 2 million individuals in the USA between 2011 and 2015: a cross-sectional study. **The lancet psychiatry**, v. 5, n. 9, p. 739-746, 2018.

CHEN, E. Y.; BROWN, M. Obesity Stigma in Sexual Relationships. **Obesity Research**. v. 13. n. 8. p. 1393-1397, 2005.

CHRISTOFOLETTI, M. et al. Methodological evaluation of leisure-time physical activity interventions in adults with obesity: a systematic review. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 23, n.29, p. 1-8, 2018.

COLLING, A. M. **Tempos diferentes, discursos iguais: a construção do feminino na história**. Dourados, MS: Ed. UFGD, 2014, 114p.

COSTA, R. F. da; MACHADO, S. de. C.; CORDAS, T. A. Imagem corporal e comportamento sexual de mulheres obesas com e sem transtorno de compulsão alimentar periódica. **Rev. Psiq Clin**, N. 37, v. 1, p. 27-31, 2010.

CONTI, M.A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 18, n. 4, p. 491 - 497, 2005.

ECO, U. **História da beleza**. Trad. Eliana Aguiar. 3. Ed. Rio de Janeiro, São Paulo: Editora Record, 2013.

FEDERICI, S. **Calibã e a bruxa, mulheres, corpo e acumulação primitiva**. Trad. Coletivo Sycorax. São Paulo: Editora Elefante, 2017, 420p.

FELIPE, J. Sexualidade nos livros infantis: relações de gênero e outras implicações. In: MEYER, D. E. E. (Org.). **Saúde e Sexualidade na Escola**. Porto Alegre: Ed. Mediação, 1998, p. 111-124.

FERRARI, A. Eles me chamam de feia, macaca, chata e gorda. Eu fico muito triste – classe, raça e gênero em narrativas de violência na escola. **Rev. Instrumento**, v. 12, n. 1. 2010.

FERRIANI, M. G. C.; DIAS, S.T.; SILVA, K.Z.; MARTINS, C.S. Auto-imagem corporal de adolescentes atendidos em um programa multidisciplinar de assistência ao adolescente obeso. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.**, Recife, v.5, n. 1, p. 27-33, 2005.

FIGUEIROA, N. L. Pornografia com mulheres gordas: o regime erótico dos corpos dissonante. **Pensata**, v. 4, n. 1. São Paulo: Unifesp, 2014. Disponível em <http://www2.unifesp.br/revistas/pensata/wp-content/uploads/2012/06/Fa%C3%A7a-o-download-da-revista-pdf.pdf>. Acesso em: 25 de nov. 2020.

FOUCAULT, M. **História da sexualidade I a vontade de saber**. Rio de Janeiro, Edições Graal, 1988.

FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal, 1992.

FONTANELLA, B. J. B.; LUCHESI, B. M.; SAIDEL, M. G. B.; RICAS, J.; TURATO, E. R.; MELO, D. G. Amostragem em pesquisas qualitativas: proposta de procedimentos para constatar saturação teórica. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, n. 2, p.389-397, 2011.

FONTANELLA, B. J. B.; RICAS, J.; TURATO, E. R. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, n.1, p.17-27, 2008.

FLORES-ORTIZ, R.; MALTA, D. C.; VELASQUEZ-MELENDEZ, G. Adult body weight trends in 27 urban populations of Brazil from 2006 to 2016: A population-based study. **Plos One**, v.14, n. 3, p. 1-18, 2019.

FRANÇA, I. L. **Consumindo Lugares, consumindo nos lugares: Homossexualidade, consumo e subjetividades na cidade de São Paulo**. 2010. Tese (Doutorado em Ciências Sociais). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010.

FRIEDMAN, K. E.; SIMONA, K. R.; PHILIP, R.; GERAR, J.M. Weight stigmatization and ideological beliefs: relation to psychological functioning in obese adults. **Obesity Research**, v. 13, n. 5, p. 907-916, 2005.

GAMA, B. K. G. "**Anorexia? Não, olha seu tamanho**": anorexia nervosa "atípica" em mulheres gordas. 2020. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2020.

GAILEY, J. A. Fat Shame to Fat Pride: Fat Women's Sexual and Dating Experiences. **Fat Studies**, n. 1, v. 1, p. 114 -127, 2012.

GARBIN, D. **Fazendo as pazes com o corpo**. Rio de Janeiro: Sextante, 2017.

GARCIA, C. C. **Breve história do feminismo**. São Paulo: Claridade, 2011, 120p.

GAUTÉRIO, C.R.M.; SILVA, M.R.S. As diferentes vozes das mulheres do grupo colmeia: o corpo gordo feminino. **Revista didática Sistêmica**, n. 16, v. 1, p. 21-33, 2014.

GÉLIS, J. O corpo, a Igreja e o sagrado. *In*: CORBIN, A.; COURTINE, J. J.; VIGARELLO, G. (Orgs.). **História do Corpo da renascença às luzes**. 2. Ed. Petrópolis: Vozes, 2008, p. 19-130.

GEVEHR, D. L.; SOUZA, V. L de. As mulheres e a igreja na idade média: misoginia, demonização e caça às bruxas. **Revista Acadêmica Licencia&acturas**, v. 2, n. 1, p. 113 - 121, 2014.

GONÇALVES, C.A. O "peso" de ser muito gordo: um estudo antropológico sobre obesidade e gênero. **Mneme Revista de Humanidades**, n. 5, v. 11, p. 599-642, 2004.

GOFFMAN, E. **Estigma notas sobre a manipulação da identidade deteriorada**. Tradução Mathias Lambert, Coletivo Sabotagem, 2004.

GURGEL, A. **Pare de se odiar: porque amar o próprio corpo é um ato revolucionário**. 4ªed. Rio de Janeiro: Best Seller, 2019.

GUNTHER, H. Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão? **Psicologia: teoria e pesquisa**. v.22, n.2, 2006.

GUILHARDI, H. J. Autoestima, autoconfiança e responsabilidade. *In*: BRANDÃO, M. Z. S.; CONTE, F. C. S.; MEZZARROBA, S. M. B. (Orgs.). **Comportamento Humano: Tudo (ou quase tudo) que você gostaria de saber para viver melhor**. Santo André: ESETec, 2002, p. 63-98.

GUIZZO, B. S. Gênero e embelezamento da educação infantil. **Revista Percursos**, v. 14, n. 26, p.125-143, 2013.

HEILBORN, M. L. Entre as tramas da sexualidade brasileira. **Estudos feministas**, Florianópolis, n. 14, v. 01, p. 43-59, 2006.

JIMENEZ-JIMENEZ, M. L. **Lute como uma gorda: gordofobia, resistências e ativismos**. 2020. Tese (Doutorado em Estudos de Cultura Contemporânea) - Universidade Federal do Mato Grosso, Faculdade de Comunicação e Artes, Cuiabá, 2020.

KULICK, D. Pornô. **Cadernos pagu**, v. 38, p. 223 – 240, p. 2012.

LE GOFF, J.; TRUONG, N. **Uma história do corpo na Idade Média**. Tradução Marcos Flamínio Peres. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006, 205p.

LEMOS, A. P. S.; OLIVEIRA, J. H. C. de.; MEIHY, J. C. S. B. Arte e obesidade: tempos estéticos do corpo feminino. **Almanaque multidisciplinar de pesquisa Unigranrio**, v. 1, n. 2, 2015, p. 139 – 156.

LEWIS, S. et al. How do obese individuals perceive and respond to the different types of obesity stigma that they encounter in their daily lives? A qualitative study. **Social Science & Medicine**, v. 73, p. 1349- 1356, 2011.

LIMA, C. T. de.; RAMOS-OLIVEIRA, D.; BARBOSA, C. Aspectos sociocognitivos da obesidade: estereótipos do excesso de peso. **Psicologia, saúde & doenças**, n. 18, v. 3, p. 681-698, 2017.

LOURO, G. L. Currículo, gênero e sexualidade – o “normal”, o “diferente” e o excêntrico. In: LOURO, G. L.; NECKEL, J. F.; GOELLNER, S. V. (Orgs). **Corpo gênero e sexualidade um debate contemporâneo da educação**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003. p. 41-52.

LOURO, G. L. Gênero e sexualidade: pedagogias contemporâneas. **Pro-posições**, v. 19, n. 2, p. 17-23, 2008.

LOURO, G. L. Pedagogias da sexualidade. In: LOURO, G. L. (Org). **O corpo educado pedagogias da sexualidade**. Tradução: Tomaz Tadeu da Silva. 4 ed. Belo Horizonte: Autêntica editora, 2019, p. 07- 42.

MAIA, A. C. B. Conceito amplo de Sexualidade no processo de Educação Sexual. **Psicopedagogia On Line**, 2010.

MAIA, A.C.B. **Inclusão e sexualidade na voz de pessoas com deficiência física**. Curitiba: Juruá, 2011. 186p.

MAIA, A. C. B.; MAIA, A. F. Processo de educação e repressão sexual. In: MAIA, A. C. B.; MAIA, A. F. (Orgs.). **Sexualidade e infância**. Bauru: FC/CECEMCA; Brasília: MEC/SEF, 2005, p. 47-66

MARTINS, A. M. de O. O corpo feminino na Idade Média: um lugar de tentações. In: BRAZ, J.; NEVES, M. (Orgs.). **O corpo-Memória e Identidade**. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas, 2013, p. 103-116.

MARTINS, C. A. M. Racismo Científico e os projetos políticos de nação brasileira. In: FEITOSA, L. C.; FUNARI, P. P.; ZANLOCHI, T. S. (Orgs.). **As veias negras do Brasil: conexões brasileiras com a África**. Bauru: Edusc, 2012, p. 263-284.

MARTINS, J. **Tudo, menos ser gorda: a literatura infanto-juvenil e o dispositivo da magreza**. 2006. Dissertação (Mestrado em Educação). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2006.

MATOS, S. K.; ZOBOLI, F.; MEZZAROBBA, C. O corpo obeso: um corpo deficiente? Considerações a partir da mídia. *In:* (Orgs.) SOUZA, V. dos R. M.; SOUZA, R. de C. S.; ZOBOLI, F.; LIMA, I. M. C. **Inclusão escolar da pessoa com deficiência: utopia**. Orgs. Aracaju: Editora Criação, 2012, p. 91-110.

MATTOS, R. **Sobrevivendo ao estigma da gordura**. 1. Ed. São Paulo: Vetor, 2012.

MATTOS, R. S.; LUZ, M. T. Sobrevivendo ao estigma da gordura: um estudo socioantropológico sobre obesidade. **Revista de Saúde Coletiva**, v. 19, n. 2, p. 489-507, 2009.

MEADOWS, A.; DANIELSDÓTTIR, S. What's in a word? On weight stigma and terminology. **Frontiers in Psychology**, v. 07, p. 1-4, 2016.

MEYER, D. de S. T. **A autoestima na perspectiva da Análise do Comportamento**. 2011. Monografia (Especialização). Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento, Brasília, 2011.

MOTHOAGAE, I. D. Reclaiming our black bodies: reflections on a portrait of Sarah (Saartjie) Baartman and the destruction of black bodies by the state. **Acta theologica**., Bloemfontein, v. 36, supl. 24, p. 62-83, 2016. Disponível em: http://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1015-87582016000400005#f01. Acesso em: 06 de julho de 2020.

NECHAR, P. A. **Culturas e comunicações do universo plus size: uma cartografia das imagens de corpo nos discursos das redes sociais**. 2015. Dissertação (Mestrado em Comunicação e Semiótica). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo - PUC, São Paulo, 2015.

OBARA, A. A.; VIVOLO, S. R. G. F.; ALVARENGA, M. S. Preconceito relacionado ao peso na conduta nutricional: um estudo com estudantes de nutrição. **Cadernos de saúde pública**, n. 34, v. 8, p. 01-14, 2018.

OLIVEIRA-SILVA, M. Corpo, Cultura e Obesidade: **Corpo, cultura e obesidade: Desenvolvimento de Posicionamentos Dinâmicos de Si em Mulheres Submetidas à Gastroplastia**. 2017. Tese (Doutorado em Desenvolvimento Humano e Educação) – Universidade de Brasília, Brasília, 212p. 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Classificação de transtornos mentais e de comportamento da CID-10**. Descrições clínicas e diretrizes diagnósticas. Porto Alegre: Artmed, 1993, 351p.

OSWALD, F.; CHAMPION, A.; PEDERSEN, C. L. The Influence of Body Shape on Impressions of Sexual Traits. **The Journal of Sex Research**, 2020.

PACHECO, A. C. L. **Branca para casar, mulata para f..., negra para trabalhar: escolhas afetivas e significados de solidão entre mulheres negras em Salvador**.

2008. Tese de Doutorado (Doutorado em Ciências Sociais). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

PAIM, M. B.; KOVALESKI, D. F. Análise das diretrizes brasileiras da obesidade: patologização do corpo gordo, abordagem focada na perda de peso e gordofobia. **Saúde Soc.** São Paulo, v. 29, n. 1, p. 1-12, 2020.

PAIVA, E. F. Corpos pretos e mestiços no mundo moderno – deslocamento de gentes, trânsito de imagens. *In:* DEL PRIORE, M.; AMANTINO, M. (Orgs.). **História do Corpo no Brasil**. São Paulo: Editora Unesp, 2011, p. 69-106.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. Tradução: Carla Filomena Marques Pinto Vercesi, 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PARKER, R. **Bodies, pleasures, and passions: sexual culture in contemporary Brazil**, Second Edition. Nashville: Vanderbilt University Press, 2009.

PELÚCIO, L. **Amor em tempos de aplicativos, masculinidades heterossexuais e as negociações de afeto na nova economia do desejo**. Bauru: Unesp, 2017.

PETROSKI, E.L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M.F. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.17, n.4, p.1071-2077, 2012.

PIÑEYRO, M. **Stop Gordofobia y las panzas subversas**. Málaga: Zambra y Baladre, 2016.

POULAIN, J. P. **Sociologia da obesidade**. Tradução: Cecília Prata, São Paulo: Editora Senac, 2013.

RANGEL, N.F.A. **O ativismo gordo em campo: política, identidade e construção de Significados**. 2018. Dissertação (Mestrado em Sociologia Política) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2018.

RIBEIRO, D. **Lugar de fala**. São Paulo: Editora Jandaíra, 2020. 112p.

RIBEIRO, P. R. M. A sexualidade também tem história: comportamentos e atitudes sexuais através dos tempos. *In:* MAIA, A. C. B.; MAIA, A. F. (Org.). **Sexualidade e infância**. Bauru: FC/CECEMCA; Brasília: MEC/SEF, 2005, p.17-32.

RIETH, F. A iniciação sexual na juventude de mulheres e homens. **Horizontes Antropológicos**, n. 8, v. 17, p. 77-91, 2002.

RUBINO, F. et al. Joint international consensus statement for ending stigma of obesity. **Nature Medicine**, v. 26, p. 485–497, 2020.

SAMPIERI, R. H.; COLLADO, C. H.; LUCIO, P. B. **Metodologia de Pesquisa**. Trad. Fátima Conceição Murad, Melissa Kassner, Sheila Clara Dystyler Ladeira. 3ª ed. São Paulo: McGraw-Hill, 2006.

SANT'ANNA, D. B. de. É possível realizar uma história do corpo? *In*: SOARES, C. L. (Org.). **Corpo e história**. Campinas: Editora Autores Associados, 2001, p. 3 – 24.

SANT'ANNA, D. B. de. **História da beleza no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2014.

SANT'ANNA, D. B. de. **Gordos, magros e obesos uma história do peso no Brasil**. 1. Ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2016, 184p.

SANTOLIN, C. B.; RIGO, L. C. O nascimento do discurso patologizante da obesidade. **Movimento**, Porto Alegre, v. 21, n. 1, p. 81-94, 2015.

SANTOS, M. A. C. M. **A domesticação do corpo e a subversão da sexualidade feminina na literatura: do Iluminismo ao Naturalismo**. 2015. Dissertação (Mestrado em Cultura e Sociedade). Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2015.

SANTOS, A.; SANCHOTENE, N. “Gorda, sim! Maravilhosa, também!”: do ressentimento à autoestima em testemunhas de vítimas de gordofobia no Youtube. *In*: INTERCOM – SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTUDOS INTERDISCIPLINARES DA COMUNICAÇÃO 40º CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO, 2017, Curitiba – PR. **Anais [...]**. Curitiba, PR, Brasil: INTERCOM, 2017, p. 16-29.

SILVA, A.G.G. **Imagem corporal, conjugalidade e sexualidade: estudo comparativo entre mulheres com sobrepeso/obesas e não obesas**. 2012. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Saúde) - Universidade do Algarve, Algarve, 136p. 2012.

SILVA, B. L.; CANTISANI, J. R. Interfaces entre a gordofobia e a formação acadêmica em nutrição: um debate necessário. **Demetra**, n. 13, v. 2, p. 363-380, 2018.

SILVA, B. M.; RÊGO, L. M.; GALVÃO, M. A.; FLORÊNCIO, T. M. M. T.; CAVALCANTE, J. C. Incidência de disfunção sexual em pacientes com obesidade e sobrepeso. **Rev. Col. Bras**, v. 3, n. 40, p. 196-202, 2012.

SCALIA, A. C. M. A. **Um estudo histórico da educação sexual do Brasil colonial a partir das representações do corpo feminino encontradas em crônicas e xilogravuras do século XVI**. 2014. Tese (Doutorado em Educação Escolar). Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Araraquara, 2014.

SCHULTHEISZ, T. S. de. V.; APRILE, M. R. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, n. 05, v. 01, p. 36 – 48, 2013.

SOIHET, J. SILVA, A. D. Efeitos psicológicos da restrição alimentar no transtorno de compulsão alimentar. **Nutrição Brasil**, n. 18, v. 1, p. 55-62, 2019.

SOUSA, V. F. F.; NUNES, M. L. S.; MACHADO, C. J. S. “Ficar é...”: um código e relacionamento entre adolescentes. *Caderno espaço feminino*, v. 25, n. 2, p. 136-157, 2012.

SOUZA, V. C. S.; GONÇALVES, J. P. Investigação sobre gordofobia: estado do conhecimento em teses e dissertações. **Interfaces em Educação**, v. 11, n. 31, p. 363-387, 2020.

SOUZA, J.; ROBOTOM, C. P. M. Modernidade e escravidão: raça e vida nua. *In*: FEITOSA, L. C.; FUNARI, P.P.; ZANLOCHI, T. S. (Orgs.). **As veias negras do Brasil: conexões brasileiras com a África**. Bauru: Edusc, 2012, p. 285-308.

SPATA, A. **Métodos de pesquisa: ciências do comportamento e diversidade humana**. Rio de Janeiro: LTC, 2005.

TOVAR, V. **Meu corpo, minhas medidas**. Tradução: Mabi Cosa, São Paulo: Primavera Editorial, 2018.

TURA, A. B. W. Relato de uma experiência de atendimento psicoterápico com grupos de obesos. **Vínculo**, São Paulo. v. 2, n. 2, p. 32-41, 2005.

TUCHERMAN, I. **Breve história do corpo e de seus monstros**. 1. ed. Lisboa: Editora Vega - Coleção Passagens, v.1, 1999.

VIEIRA JÚNIOR, E. Desejos carnudos: corpos gordos, háptico e pornô gay amador. **Revista de Asociación Argentina de Estudios de Cine y Audiovisual**, n. 17, p. 479 – 498, 2018.

VIGARELLO, G. **Metamorfoses do Gordo: História da Obesidade no Ocidente: da Idade Média ao Século XX**. Tradução: Marcus Penchel, Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2012.

WARD, S. Filling the World with Self-Esteem: A Social History of Truth-Making. **The Canadian Journal of Sociology**, v. 21, n. 1, p. 1-23, 1996.

WOLF, N. **O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres**. Tradução Waldea Barcellos. Rio de Janeiro: Rocco, 1992.

WHITAKER, D. C. A. Menino – Menina: sexo ou gênero? Alguns aspectos cruciais. *In*: SERBINO, R. V. (Org.) **A escola e seus alunos estudos sobre a diversidade cultural**. São Paulo, Unesp, 1995, pp. 31-52.

WHITAKER, D. **Mulher & Homem - o mito da desigualdade**. 10a ed. São Paulo: Editora Moderna, 1988.

ZANELLO, V. **Saúde mental e seus dispositivos: cultura e processos de subjetivação**. Curitiba: Editora Appris, 2018. 301p.

ZANINOTTO, P.; HEAD, J.; STEPTOE, A. Behavioural risk factors and healthy life expectancy: evidence from two longitudinal studies ageing in England and the US. **Scientific Reports**, v. 10, n. 6955, p. 1-9, 2020.

ZHENG, Q. et al. Prevalence and epidemiological determinants of metabolically obese but normal-weight in Chinese population. **BMC Public Health**, v. 20, n. 1, p. 487, 2020.

APÊNDICE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Conforme Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde

Título da Pesquisa: A sexualidade na experiência de pessoas gordas: análise qualitativa sobre relatos de universitários (as).

Pesquisadora responsável: Tamires Giorgetti Costa

Orientadora: Prof^a Associada Ana Cláudia Bortolozzi

Olá,

Você está convidado(a) para participar de uma pesquisa que tem como objetivo investigar a experiência sexual de pessoas gordas. Para isso, você responderá um questionário e/ou entrevistas composto por perguntas, com temáticas que abordam assuntos como a sexualidade e estigma em pessoas gordas. Os dados individuais desse estudo serão mantidos em sigilo e sua identidade será preservada anonimamente; usaremos, apenas os resultados finais e coletivos do estudo, para fins acadêmicos.

A sua participação é totalmente voluntária e se, em qualquer momento você desistir de participar, pode entrar em contato com as pesquisadoras, sem nenhum prejuízo. Não haverá pagamento por sua participação, nem ônus financeiro para você. A coleta de dados será realizada em local mais adequado às suas necessidades, priorizando o seu próprio lugar de estudo - a universidade. Em dia e horário mais conveniente.

Sua colaboração é de fundamental importância para aprofundarmos as pesquisas nesta área, que possam contribuir para a elaboração de processos de intervenção e prevenção das situações de exclusão e discriminação.

Os danos envolvidos na pesquisa envolvem possíveis desconfortos físicos em relação à luminosidade, temperatura (relacionados ao ambiente físico) e emocionais – as questões podem suscitar emoções desconfortáveis ao serem respondidas. Nesses casos, iremos respeitá-lo(a), acolhê-lo(a) e, se desejar, poderá interromper sua participação, sem nenhum prejuízo a você.

Qualquer informação durante o processo ou depois dele, você pode entrar em contato com as pesquisadoras ou com o comitê de ética (todos os contatos encontram-se listados ao final deste termo).

Os resultados finais deste estudo serão disponibilizados a você por e-mail, por isso preencha este no campo solicitado na declaração abaixo.

Agradecemos à disposição e à colaboração em participar de nosso estudo! Sua participação é muito importante!

DECLARAÇÃO

Eu, _____,
portador do documento de identificação: () CPF _____ ou
() RG _____ aceito participar voluntariamente da pesquisa
intitulada “A sexualidade na experiência de pessoas gordas: análise qualitativa sobre
relatos de universitários (as)” e concordo com os termos do presente termo de
consentimento.

Bauru, ____ de _____ de _____

Assinatura

e-mail pessoal para contato: _____

outro e-mail para contato: _____

Pesquisadora: Tamires Giorgetti Costa (tamiresgiorgetti@yahoo.com.br)

Orientadora: Prof.^a Associada Ana Cláudia Bortolozzi (claudia.bortolozzi@unesp.br)

Endereço da Instituição: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA “JÚLIO DE MESQUITA FILHO” Av. Eng. Luiz Edmundo Carrijo Coube, 14-01. Bairro: Vargem Limpa CEP: 17033-360 - Bauru, SP

Comitê de Ética em Pesquisa: Prof. Dr. Mário Lázaro Camargo (cepesquisa@fc.unesp.br)