

UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE JORNALISMO
CURSO DE JORNALISMO

LARISSA CRISTINA SILVA DE JESUS

SEM FILTROS:
A beleza das mulheres reais

Mariana
2023

LARISSA CRISTINA SILVA DE JESUS

SEM FILTROS:

A beleza das mulheres reais

Memorial descritivo de produto jornalístico apresentado ao curso de Jornalismo da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Jornalismo.

Orientadora: Profa. Dra. Agnes Francine de Carvalho Mariano

Mariana

2023

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

J58s Jesus, Larissa Cristina Silva de.
Sem Filtros [manuscrito]: a beleza das mulheres reais. / Larissa
Cristina Silva de Jesus. - 2023.
78 f.: il.: color..

Orientadora: Profa. Dra. Agnes Francine de Carvalho Mariano.
Monografia (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto.
Instituto de Ciências Sociais Aplicadas. Graduação em Jornalismo .

1. Beleza feminina (Estética). 2. Crônicas brasileiras. 3. Jornalismo. 4.
Mulheres. I. Mariano, Agnes Francine de Carvalho. II. Universidade
Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU 821.134.3(81) -34

Bibliotecário(a) Responsável: Essevalter De Sousa - Bibliotecário Coordenador
CBICSA/SISBIN/UFOP-CRB6a1407



FOLHA DE APROVAÇÃO

Larissa Cristina Silva de Jesus

SEM FILTROS: A beleza das mulheres reias

Produto jornalístico apresentado ao Curso de Jornalismo da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Jornalismo

Aprovada em 20 de julho de 2023

Membros da banca

Doutora – Agnes Francine de Carvalho Mariano - Orientadora (Universidade Federal de Ouro Preto)
Doutora – Hila Bernadete Silva Rodrigues - (Universidade Federal de Ouro Preto)
Mestra – Laryssa da Costa Gabellini - (Universidade Federal de Juíz de Fora)

Agnes Francine de Carvalho Mariano, orientadora do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 29/07/2023



Documento assinado eletronicamente por **Agnes Francine de Carvalho Mariano, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 29/07/2023, às 20:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0564417** e o código CRC **217BF626**.

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todas as mulheres que alguma vez na vida sentiram ou ainda sentem na pele a pressão estética. Dedico às mulheres que já se submeteram a algum procedimento estético ou cirurgias plásticas pois não se sentiram bonitas o suficiente. Dedico às mulheres que morreram na mesa de cirurgia plástica tentando se encaixar no padrão ideal de beleza que massacra a autoestima feminina. Dedico a todas mulheres para que elas se sintam livres das amarras da sociedade. Enfim, dedico a todas as mulheres reais e sem filtros.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus por me dar vida, saúde e sabedoria para concluir esta importante etapa em minha vida. Agradeço imensamente aos meus pais, Carminha e Cadinho, por serem minha base, minha fortaleza e minha inspiração. Agradeço, com todo o meu coração, ao meu irmão, Marcos Anthony, pelo carinho e por estar sempre ao meu lado nos momentos bons e ruins. Agradeço ao meu namorado, José Lucas, por acreditar no meu potencial e me apoiar desde o início desta trajetória na universidade. Agradeço a cada um dos meus familiares por torcerem tanto pelo meu sucesso. Agradeço a todos os meus amigos, especialmente Nikolas, Penélope e Camila pelo companheirismo e por comemorarem comigo cada conquista.

Agradeço à TV GERAIS pela experiência, em especial ao jornalista Davidson Padrão, por compartilhar comigo seu conhecimento. Agradeço a todos os meus professores da UFOP, que me capacitaram para que eu me tornasse jornalista. Agradeço, em especial, à minha orientadora, professora Agnes Mariano, pelos ensinamentos, pela paciência e por enxergar tanta capacidade em mim. Agradeço a todos os educadores e a todas as escolas por onde passei, pois todos fazem parte da minha trajetória. Agradeço a cada pessoa entrevistada por mim pela oportunidade de escutá-las e aprender um pouco com suas histórias. Agradeço à cidade de Mariana por ser minha morada durante a graduação. Agradeço às pessoas que eu conheci nessa cidade e por terem me acolhido durante todo esse período.

Concluir este ciclo significa tantas coisas para a Larissa insegura de alguns anos atrás! Hoje, aquela Larissa ressignificou algumas de suas inseguranças e adquiriu outras também, porque a vida é feita de medos para serem vencidos, não é mesmo? Aquela Larissa que não acreditava que poderia ser aprovada em uma universidade federal deu lugar a uma Larissa que sonha e realiza. Aquela Larissa não só foi aprovada no curso de Jornalismo na tão esperada universidade federal, mas, hoje, está se formando nessa mesma instituição. Entre inseguranças e medos, aquela Larissa teve que enfrentar batalhas internas e desafios externos também, como a pandemia da Covid-19, que atrasou alguns projetos e impediu que muitos momentos presenciais acontecessem. Contudo, apesar de todos os percalços, graças a Deus, aquela Larissa chegou até aqui e se tornou a Larissa de hoje.

Pode não ter sido fácil, mas tenho certeza que essa caminhada teria sido muito mais árdua sem o apoio imensurável da minha família. Eles, sim, são os principais responsáveis por mais essa vitória e, por isso, a eles devo minha gratidão. A insegurança, que às vezes insiste em habitar em mim, é combatida com doses diárias de amor, sempre acompanhadas da frase: FILHA, VOCÊ É CAPAZ! E, sim, eu sou mesmo capaz! Por minha mãe e por meu pai eu sou, sim, capaz de vencer todo desafio que ainda estiver por vir! Obrigada por sempre me dizerem que eu sou capaz!

RESUMO

Este é um memorial descritivo do produto "Sem filtros: A beleza das mulheres reais", apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso de Jornalismo da Universidade Federal de Ouro Preto. O produto é constituído por um conjunto de nove crônicas a respeito da pressão estética sofrida pelas mulheres. Nos textos apresentados, busco fazer uma relação de casos populares da mídia com a minha vida pessoal e com as experiências de pessoas próximas a mim. As crônicas possuem linguagem simples e acessível, para que possam alcançar com facilidade pessoas de fora do meio acadêmico ou jornalístico, como muitas das que serviram de inspiração para os textos escritos.

Palavras-chave: crônica; jornalismo; mulher; beleza

ABSTRACT

This is a descriptive memorandum of the product "Without filters: The beauty of real women", presented as Completion Work of the Journalism Course at the Federal University of Ouro Preto. The product consists of a set of nine chronicles about the aesthetic pressure suffered by women. In the texts presented, I try to make a list of popular cases in the media with my personal life and with the experiences of people close to me. The chronicles have simple and accessible language, so that they can easily reach people outside the academic or journalistic environment, like many of those who served as inspiration for the written texts.

Keywords: chronicle; journalism; woman; beauty

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figuras

Figura 1: Print do post do Instagram da Ana Furtado	21
Figura 2: Print da primeira parte da legenda do post do Instagram da Ana Furtado.....	21
Figura 3: Print da segunda parte da legenda do post do Instagram da Ana Furtado.....	22
Figura 4: Print do perfil no Instagram da Ana Furtado.....	34
Figura 5: Print do perfil no Instagram da Bianca Andrade.....	35
Figura 6: Print do perfil no Instagram da Kelly Key.....	36
Figura 7: Print do perfil no Instagram da Camila Loures.....	37
Figura 8: Print do perfil no Instagram da Virginia Fonseca.....	38
Figura 9: Print do perfil no Instagram da Gretchen.....	39
Figura 10: Print do perfil no Instagram da Maíra Cardi.....	40
Figura 11: Print do perfil no Instagram da Flávia Pavanelli.....	41
Figura 12: Print do perfil no Instagram da Sthefane Mattos.....	42
Figura 13: Print do perfil no Instagram da Andressa Urach.....	43
Figura 14: Print do perfil no Instagram da Camilla de Lucas	44
Figura 15: Foto de Clara Nunes.....	46

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	10
1. OPINANDO SOBRE A BELEZA FEMININA	11
1.1 A VIGILÂNCIA SOCIAL SOBRE A BELEZA FEMININA	12
1.1.1 Autoaceitação feminina	14
1.2 O PAPEL DAS REDES SOCIAIS NA DIFUSÃO DE PADRÕES DE BELEZA	15
1.2.1 “Ana Furtado e a <i>hashtag</i> ‘SouLindaSemFiltro’”	18
1.2.2 Movimentos “sem filtros”	22
1.3 GÊNERO OPINATIVO	24
1.3.1 Crônica	27
2. SEM FILTROS: A beleza das mulheres reais	28
2.1 CONSTRUÇÃO DO PRODUTO	29
2.2 DETALHAMENTO DAS CRÔNICAS	33
2.3 DIVULGAÇÃO DO PRODUTO	46
CONSIDERAÇÕES FINAIS	49
REFERÊNCIAS	51
APÊNDICE A - TEXTO 1 - Existe beleza sem filtro?	53
APÊNDICE B - TEXTO 2 - Foco, força, fé e lipoaspiração	56
APÊNDICE C - TEXTO 3 - Perfeição fabricada	59
APÊNDICE D - TEXTO 4 - Bonita em um passe de magia	62
APÊNDICE E - TEXTO 5 - Comida é afeto	64
APÊNDICE F - TEXTO 6 - Frankensteins do século XXI	66
APÊNDICE G - TEXTO 7 - Não basta não morrer, nós queremos viver	69
APÊNDICE H - TEXTO 8 - Nossos cabelos, nossas histórias	72
APÊNDICE I - TEXTO 9 - Para sempre, Clara	76

INTRODUÇÃO

O presente trabalho propõe uma reflexão acerca da pressão estética sobre as mulheres, padrões de beleza e a autoaceitação feminina exercida na TV, nas redes sociais, principalmente o Instagram, observadas a partir de perfis de figuras públicas. Para isso, desenvolvi nove textos opinativos, crônicas, que trazem reflexões e promovem discussões sobre parte dos “problemas” do universo feminino. Por meio desses textos, selecionei situações que aconteceram com figuras públicas, colocando-as em diálogo com a minha realidade e a de pessoas próximas.

O Instagram é uma mídia social que, além do compartilhamento de fotos e vídeos, promove a interação de pessoas por meio de comentários, curtidas e compartilhamentos. Através dele, é possível ter a sensação de "acompanhar de perto" e ao vivo um pouco da vida de pessoas comuns e pessoas famosas. O Instagram também é usado como ferramenta de trabalho para muitas pessoas, pois, graças ao seu grande alcance, é possível vender serviços e produtos de maneira muito fácil e prática.

Sendo uma mulher que diariamente passa pela pressão estética e por notar que ela não só é exercida pela sociedade sobre as mulheres, mas também entre as próprias mulheres, vejo a necessidade de buscar conhecimento a respeito do tema, compreendê-lo e ver suas nuances na era das mídias. Para que, assim, mais à frente, os frutos deste trabalho sirvam para que mulheres, como indivíduos e como seres sociais, estejam menos sujeitas à “ditadura da beleza”.

Para tanto, neste memorial farei uma revisão bibliográfica para contextualização da discussão teórica e, em seguida, apresentarei os nove textos opinativos que foram feitos através dos desdobramentos identificados nas minhas reflexões acerca do tema.

CAPÍTULO 1

OPINANDO SOBRE A BELEZA FEMININA

As mulheres estão o tempo todo vigilantes sobre a própria aparência, já que boa parte da sociedade, incluindo as próprias mulheres, está sempre preparada para apontar qualquer “inadequação” estética em nossa imagem. Com as redes sociais, principalmente o Instagram, essa vigilância está em todos os lugares, o tempo todo. Foi pensando nisso que fui motivada a escrever os textos que constituem o produto deste trabalho, que pertencem ao gênero opinativo, mais especificamente, crônicas. Portanto, o primeiro capítulo deste trabalho irá tratar de três eixos temáticos, que, juntos, norteiam a realização dos produtos apresentados: a vigilância social sobre a beleza feminina, o papel das redes sociais na difusão de padrões de beleza e o formato opinativo no jornalismo.

1.1 A VIGILÂNCIA SOCIAL SOBRE A BELEZA FEMININA

Nesta seção, irei abordar alguns pontos sobre a beleza feminina, partindo de olhar feminista, já que o feminismo está intimamente ligado com algumas das questões tratadas no meu produto. A cobrança e a pressão sobre as mulheres existe desde o primeiro dia de vida de cada uma delas. Desde criança, a sociedade “exige” que os pais as eduquem como bonecas e não como seres humanos comuns, assim como os homens. O feminismo ajuda as mulheres a se autoafirmarem todos os dias e não ceder ao padrão de beleza que a sociedade tenta impor.

Aqui abordarei os padrões estéticos femininos e quais são eles, a fim de compreender um pouco melhor sobre a autoaceitação feminina. Primeiro, vamos aprofundar na pressão estética exercida sobre as mulheres ao longo dos anos e quais são os problemas resultantes disso. Logo em seguida, iremos refletir sobre as dificuldades na autoaceitação feminina devido a essa pressão estética que nós, mulheres, sofremos durante toda uma vida.

O culto ao belo faz parte da cultura de diversas sociedades e não é algo exclusivo da atualidade. Na antiguidade clássica, artistas e filósofos buscavam definir qual era a beleza ideal, segundo uma série de padrões definidos. Ainda hoje, o debate a respeito do que é belo está em alta e a sociedade, calcada em valores patriarcais, continua a submeter o corpo feminino a padrões estéticos criados pelos homens (ou baseados em um olhar masculino), com o objetivo de agradar aos próprios homens.

Assim, ao discutir sobre a pressão estética que é imposta principalmente às mulheres, devemos levar em conta quem as impõe e a necessidade de se debater sobre o assunto. As regras sociais, o modo como nos relacionamos com os outros indivíduos da sociedade e o discurso do grupo dominante ajudam a fortalecer a pressão sobre o corpo feminino e, com o avanço da tecnologia, essa pressão ganha novas ferramentas de controle.

Antes das sufragistas (em diversos países, mulheres se juntaram a fim de reivindicar seus direitos ao voto), a mulher – branca, de classe média – tinha como papel realizar suas tarefas domésticas, enquanto era esperado somente do homem a geração de renda para a família. Além disso, também era papel dessa mulher servir aos homens de sua vida, seja seu pai, seu irmão, seu marido ou seu filho. Sua identidade era baseada de forma exclusiva na busca de agradar e servir ao outro, quase como um "instinto materno". Além deste papel social, que situava as mulheres em posição inferior aos homens, muitos aspectos da vida da mulher eram considerados tabu ou algo ruim, o que serve como mecanismo disciplinador. Assim, quem não seguisse tal regra ou falasse abertamente sobre o assunto, não era considerada uma boa mulher e não se encaixava nos padrões da sociedade. Como exemplo disso, temos o sangue da menstruação, o sexo e a própria anatomia do corpo feminino e funcionamento de seu sistema reprodutor, tanto em relação à reprodução em si, quanto, sobretudo, em relação, ao prazer sexual. Todos os exemplos citados eram relacionados a algo sujo, impuro, imoral ou pecaminoso.

A primeira onda do feminismo lutou pela conquista dos direitos políticos das mulheres. Na segunda onda, ampliaram-se as reivindicações sobre a igualdade entre sexos e o fim da discriminação. Impulsionado por Simone de Beauvoir, nesse movimento, os papéis sociais começaram a ser questionados e as mulheres – em especial as da classe média, vale, novamente, ressaltar – passaram a usar seus próprios corpos como símbolo de resistência feminista. Segundo Beauvoir:

Cuidar de sua beleza, arranjar-se é uma espécie de trabalho que lhe permite apropriar-se de sua pessoa como se apropria do lar pelo seu trabalho caseiro; seu eu parece-lhe, então, escolhido e recriado por si mesma. Os costumes incitam-na a alienar-se assim em sua imagem. As roupas do homem, como seu corpo, devem indicar sua transcendência e não deter o olhar; para ele, nem a elegância nem a beleza consistem em se constituir em objeto; por isso não considera, normalmente, sua aparência como reflexo de seu ser. (BEAUVOIR, 1949, p. 296).

A partir disso, vemos que a pressão estética sobre as mulheres é uma forma de disciplina, um controle invisível a fim de coagir as mulheres a seguir as regras do grupo dominante. Por isso, apesar das conquistas do movimento feminista, ainda há muito pelo que se lutar e mudar para que todas as mulheres, de todas as cores, gêneros e classes sociais, possam viver de forma digna. É importante considerar que Beauvoir não inclui as discussões sobre o feminismo negro em suas obras, pois a perspectiva da autora é baseada na vivência de mulheres brancas.

Apesar do patriarcado tratar o próprio corpo da mulher como um tabu e algo a ser estereotipado, tratamento este que é feito até hoje em algumas instâncias como a estética, algumas vertentes do feminismo buscam subverter estas regras e tratar o corpo feminino não mais como algo a ser escondido, mas sim algo a servir como meio de autoaceitação.

1.1.1 Autoaceitação feminina

Devido justamente à pressão estética, a autoaceitação muitas vezes pode ser difícil para algumas mulheres. Há muitas cobranças em torno de uma mulher, desde a aparência até o seu modo de agir. As mulheres são observadas, cobradas e julgadas pelas suas atitudes, pelo seu modo de agir, de vestir e entre tantas outras coisas. E essa pressão sobre elas fortalece medos e inseguranças.

Pensando ainda no fato de que vivemos em uma sociedade extremamente racista, onde o padrão branco é o tempo todo exaltado e posto como belo, autoaceitar-se torna-se ainda mais difícil para uma mulher negra e periférica, por exemplo. Na maioria das vezes, quando ela abre uma revista de moda, assiste a uma novela ou a um filme, essa mulher negra e periférica se depara com a beleza e o padrão de mulheres brancas sendo exaltado.

Em uma matéria da Intercept publicada recentemente, a pesquisadora, professora e jornalista Fabiana Moraes discute como algumas pessoas querem modificar cada vez mais sua aparência e buscar sempre um mesmo padrão de beleza. A reportagem gira em torno de como os filtros de embelezamento do Instagram incentivam a cirurgia plástica e o racismo no público jovem, pois geralmente afinam o nariz e o rosto. “[...] hoje há uma vasta oferta de filtros com grande capacidade de modificar narizes, preencher lábios, aumentar os olhos, reestruturar o rosto,

clarear/escurecer a pele e definir maxilares – tudo isso em apps fáceis de baixar no celular.” (MORAES, 2022)

Assim como a autora, acredito que esse fato está intimamente ligado ao racismo e à dificuldade da autoaceitação, principalmente por pessoas negras, já que vivemos em uma sociedade onde o padrão branco é considerado o ideal de beleza. Em um dos trechos da matéria, Fabiana Moraes cita que:

Durante a pandemia, a rinoplastia superou a lipoaspiração entre os procedimentos mais procurados. Em um país de maioria negra, no qual um fenótipo (características observáveis) muito comum é o de pessoas com narizes arredondados ou chatos, esse fenômeno é bastante revelador. Me parece que passa não somente por questões da dismorfia, mas da própria autonegação. (MORAES, 2022)

Outro fato peculiar é que essas mudanças e buscas por um padrão ideal de beleza, seja através dos filtros ou de cirurgias plásticas, alteram as características específicas do indivíduo, a fim de transformar todos os rostos em um só modelo.

Além disso, a Meta (dona do WhatsApp, Facebook e Instagram) oferece não simplesmente filtros, mas ferramentas de criação de modificação corporal, possibilitando que usuárias e usuários personalizem as mudanças digitais e ainda vendam os filtros e máscaras para outras pessoas que desejam aquela personalização para si. Ou seja, a possibilidade de um rosto único – como é o de todas e todos nós – é subvertida: a ideia é ficarmos quase todos com a mesma cara. (MORAES, 2022)

1.2 O PAPEL DAS REDES SOCIAIS NA DIFUSÃO DE PADRÕES DE BELEZA

Aqui discutirei a rede social Instagram. Primeiro, vamos tratar de forma breve sobre o funcionamento do Instagram, quais são suas funções e como ele está presente na vida das pessoas no dia a dia. Logo em seguida, irei abordar uma ferramenta específica do Instagram, que são os filtros de embelezamento.

O Instagram é uma rede social de compartilhamento de fotos e vídeos online, criada em outubro de 2010 por Kevin Systrom e Mike Krieger. Em 10 anos, o aplicativo já é a quinta rede social¹ mais popular do mundo e conta mensalmente com um bilhão de usuários ativos, que acessam o aplicativo para criar e consumir conteúdos

¹ Disponível em: <https://g1.globo.com/economia/tecnologia/noticia/2020/10/06/instagram-faz-10-anos-como-uma-das-maiores-redes-sociais-do-mundo-e-de-olho-no-tiktok-para-nao-envelhecer.ghtml>

(INSTAGRAM..., 2020). Cada usuário que cria uma conta na rede social tem a possibilidade de acompanhar infinitas pessoas (perfis) através da sua conta, tornando-se assim, na linguagem do Instagram, um seguidor. A partir do momento que o usuário segue outras contas, automaticamente passa a ter acesso² a tudo que essas pessoas postam dentro da rede social.

No entanto, a cada dia que passa ele se torna parte significativa na vida das pessoas, que dedicam cada vez mais tempo à tela do celular. O Brasil ocupa o segundo lugar de acordo com o ranking global dos países com maior tempo de uso de telas realizado pela Cuponation³. Esse estudo, realizado em janeiro de 2021, registrou que os brasileiros usaram as redes sociais em 2020 em média 5h por dia. Houve um crescimento de 26,32% comparado com os números apresentados na pesquisa de 2019. Vale ressaltar, ainda, que o estudo aponta um crescimento de 325%, ano após ano, do uso das mídias em modo global. Esta mesma pesquisa apontou que houve um aumento entre o ano de 2019 (11,5 horas mensais) e o ano de 2020 (14 horas mensais) no tempo médio gasto pelo usuário brasileiro no Instagram. (TEMPO..., 2020)

Geralmente as pessoas compartilham seus melhores registros no Instagram, a maioria das vezes em bons momentos, em lugares paradisíacos, paisagens deslumbrantes e com roupas bonitas. É como se as pessoas estivessem observando a vitrine de uma loja, mas no Instagram, muito além de lojas, observa-se uma parte da vida de outras pessoas. Porém, quando, através dos conteúdos publicados por outros usuários, nos deparamos com uma vida perfeita que só existe ali, no Instagram, podemos ser facilmente atingidos por um sentimento de frustração.

Ao longo da última década, a rede mundial de computadores tem dado à luz um amplo leque de práticas que poderíamos denominar “Confessionais”. Milhões de usuários de todo o planeta - gente “comum”, precisamente como eu ou você - têm se apropriado das diversas ferramentas disponíveis on-line, que não cessam de surgir e se expandir, e as utilizam para expor publicamente a sua intimidade.

Gerou-se, assim, um verdadeiro festival de “vidas privadas”, que se oferecem despudoradamente aos olhares do mundo inteiro. As confissões diárias de você, eu e todos nós estão aí, em palavras e imagens, à disposição de quem quiser bisbilhotá-las, basta apenas um clique do mouse. E, de fato, tanto você como eu e todos nós costumamos dar esse clique. (SIBILIA, 2008, p. 27)

²Estamos considerando aqui uma dinâmica de perfil aberto sem restrição de conteúdo para determinados seguidores.

³É uma plataforma de descontos online que integra a alemã Global Savings Group.

Além de familiares e da rede de amigos, as pessoas geralmente acompanham pessoas públicas que expõem uma parte de sua vida para milhões de pessoas desconhecidas. Com essa intensificação do uso de mídias sociais e o aumento do número de influenciadoras digitais sobre saúde e beleza, os usuários começaram a ser influenciados pelo que encontram nas mídias, imaginando assim conseguir viver a mesma vida ou agir da mesma forma que aqueles que acompanham, preferindo tudo o que é do outro, inclusive seu corpo.

O desenvolvimento da imagem corporal tem influência das alterações físicas e psíquicas pelo contato com os pais, colegas, escola e as experiências ao longo do desenvolvimento, bem como a influência da mídia. [...] A mídia como fonte de informação rápida sobre beleza, forma física e emagrecimento pode desempenhar, portanto, um papel influenciador importante, destacando as redes sociais. (LIRA; GANEN; LODI; ALVARENGA, 2017, p. 168)

A ideia de que nas redes sociais as pessoas buscam sempre mostrar a melhor imagem de si, a fim de serem vistas, notadas, admiradas e chamar atenção das pessoas que estão as vendo, já foi debatida por Martino em 2014:

Quem faz ou coloca uma foto ou vídeo em um blog ou rede social espera ser visto. Mais ainda, espera ser apreciado, divulgado, bem-visto. De alguma maneira, espera ser “consumido” de acordo com uma lógica de produção que mobiliza milhões de pessoas ao mesmo tempo no planeta inteiro. Por conta disso, são pensados em termos estratégicos – que tipo de post atrai mais comentários positivos, que tipo de foto de família provoca mais reações, e assim por diante, em um sistema no qual a vida em si é uma mercadoria vistosa e rentável (MARTINO, 2014, p. 129).

Segundo a SamyRoad, agência global de social media para grandes empresas e influencer marketing, o Brasil tem quase 1 milhão de *influencers*⁴, liderando o ranking entre países com maior número de criadores de conteúdo (DORES, 2019). O número cresceu devido às marcas que passaram a usá-los como garotos propagandas para chamar a atenção das pessoas. Coisa que antes da internet eles faziam para a TV, com atores, atrizes e apresentadores, agora eles fazem também com influenciadores digitais. O publicitário Paulo Leal, responsável pelo escritório brasileiro da agência, ainda apontou durante uma entrevista para o PROPMARK⁵, em outubro de 2019, que

⁴ São pessoas que influenciam outras pessoas através das redes sociais, como o Instagram, a comprar e/ou consumir um produto e/ou conteúdo.

⁵ Veículo multiplataforma especializado na cobertura da indústria de comunicação, mídia, marketing e do trade publicitário.

as mídias sociais têm uma cobertura e um alcance muito parecido com o da televisão (DORES, 2019).

Além de modelos “ideais” de vida, – o *lifestyle*, como muitos usuários gostam de se referir –, as pessoas compartilham nas redes corpos esculturais e rostos perfeitos para que quem esteja do outro lado da tela possa admirar, ou simplesmente curtir, comentar, compartilhar e salvar. Com isso, o Instagram se tornou uma ferramenta para certos setores da publicidade, criando dentro da plataforma os chamados influenciadores digitais. Morais e Brito (2020) observaram que essa nova forma de divulgação de produtos foi benéfica para o setor de marketing, tendo em vista que os publicitários têm

[...] encontrado nos “criadores de conteúdo” resultados muito eficazes e positivos principalmente pela relação de confiança, responsabilidade e influência que os influenciadores digitais tem transmitido na rede social “Instagram” para com seus respectivos seguidores, relacionando assim a imagem das empresas que buscam o marketing digital, com a imagem de pessoas confiáveis e que exercem influência sobre outras. (MORAIS; BRITO, 2020, p. 4)

A criação de um modelo de vida perfeita através dos influenciadores digitais vem gerando críticas aos criadores de conteúdo, por parte de alguns usuários do Instagram e dentro da própria comunidade de influenciadores, uma vez que essas pessoas ganham visibilidade e fama na rede social e passam a ser autoridade e referência para tratar de vários assuntos do seu nicho. Sendo assim, as críticas são feitas com o intuito de cobrar responsabilidade daquelas pessoas que tanto influenciam a vida e a autoestima de seu público.

1.2.1 “Ana Furtado e a *hashtag* ‘SouLindaSemFiltro’”

Um exemplo de influenciadora de sucesso no Instagram é Ana Furtado. Ela é atriz, jornalista e ex-apresentadora do programa *É de Casa*, exibido nas manhãs de sábado pela Rede Globo. Através do seu perfil no Instagram, que conta com 5,8 milhões de seguidores até julho de 2023, a apresentadora compartilha diariamente com seu público momentos da sua vida profissional e particular. Três posts de Ana Furtado inspiraram a realização deste trabalho. Nesses posts, Ana traz uma reflexão sobre o uso de filtros de embelezamento no Instagram e a forma como essa

ferramenta modifica nossa aparência, reforçando a insatisfação que sentimos com a nossa imagem real.

Embora este não seja um trabalho sobre o uso de filtros no Instagram, este é um dos recursos utilizados para vender, nas redes sociais, uma imagem considerada perfeita e que, muitas vezes, não pode ser alcançada ou só pode ser alcançada por meios invasivos e arriscados, como a cirurgia plástica. Sendo assim, ao me deparar com esses posts em minha rede social, me vi pensando não apenas em como o uso de filtros no Instagram impacta a autoestima das mulheres, mas também em como isso acontece de diversas outras maneiras. Portanto, as postagens de Ana Furtado serviram como ponto de partida para que eu pudesse explorar e refletir sobre outros casos de pessoas públicas que tenham o mesmo impacto na autoaceitação feminina, buscando enxergar esse impacto em minha própria realidade.

No dia 10 de março de 2021, Ana Furtado publicou a *hashtag* “SouLindaSemFiltro” pela primeira vez e tornou a utilizá-la em um post do dia 18 de março do mesmo ano. As duas publicações, a primeira em foto e a segunda em vídeo no *reels* do Instagram, têm propostas muito parecidas, em que Ana expressa seu desconforto com a pressão estética e com o fato de nos compararmos com uma perfeição que não existe, especialmente através do uso de filtros de embelezamento. Mas o post em que ela menciona sua *hashtag* pela terceira vez é o mais significativo para o desenvolvimento deste trabalho. O terceiro post publicado no dia 30 de julho de 2021, foi o que mais me chamou a atenção, pois através de um vídeo no *reels* do Instagram ela propôs um desafio que obteve mais de 9.800 comentários e mais 576.100 mil curtidas na época (segue os prints na figura 1, 2 e 3 respectivamente).

O vídeo gravado na forma de uma selfie, inicialmente mostra Ana com o rosto coberto pelo filtro de embelezamento. Logo em seguida é possível observar no mesmo vídeo o rosto de Ana sem o filtro de embelezamento, hipoteticamente sem edições ou maquiagens, mostrando como ele realmente é completamente diferente do seu rosto com o filtro.

O filtro de embelezamento literalmente “limpou” todas as marcas, poros, rugas e manchas, deixando sua pele completamente lisa sem nenhuma “imperfeição”. Além disso, modificou a cor dos olhos, adicionou cílios postiços, delineou os olhos, aumentou os lábios a fim de valorizar os contornos, deixou seu rosto com um aspecto como se estivesse carregado de maquiagem através do contorno das maçãs do rosto e as bochechas rosadas como se estivessem com blush.

Por meio desse vídeo, Furtado fez um desafio para seus seguidores fazerem o mesmo que ela fez no post, usando a *hashtag* #SouLindaSemFiltro. Primeiramente, gravar o próprio rosto com filtro e depois, em um lugar com luz natural, gravá-lo sem o filtro e dar zoom em sua pele. A partir daí, refletir que todos os rostos naturais têm marcas, texturas, poros e brilho e isso é completamente normal e não podemos deixar de nos sentir belas por isso. Na legenda do post, ela também discutiu o uso excessivo dos filtros e relatou que se pegou algumas vezes se comparando com eles e percebeu que deveria buscar seu bem estar físico sem prejudicar seu bem estar mental. E que não se cobrar tanto também é um desafio diário e volta e meia algumas armadilhas aparecem pelo caminho, mas que o post dela era justamente para nos lembrar disso.

O uso constante da *hashtag* #SouLindaSemFiltro em seus posts reflexivos em torno da autoaceitação feminina traz uma identificação e uma aproximação com suas seguidoras, pois faz com que a *hashtag* #SouLindaSemFiltro seja associada à imagem de Ana Furtado com cada vez mais facilidade. Além disso, o uso da *hashtag* vai se popularizando à medida que mais pessoas decidem aderir ao desafio e utilizá-la em suas próprias publicações.



Figura 1: Print do post do Instagram da Ana Furtado
Fonte: Extraído do perfil @aanafurtado em 17/08/2021.
Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CR9FCc7gOCf/>



Figura 2: Print da primeira parte da legenda do post do Instagram da Ana Furtado
Fonte: Extraído do perfil @aanafurtado em 17/08/2021.
Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CR9FCc7gOCf/>

Eu adoro brincar com filtros. Mas que tipo de distorção criamos da nossa própria imagem quando começamos a nos comparar com esses efeitos computadorizados? E até onde isso leva nossa relação com o espelho? Se a brincadeira fica nociva, melhor reavaliar.

Sim, podemos buscar o corpo e a aparência que desejamos, ter cuidados e rotinas de beleza que nos façam sentir bem. Mas é preciso priorizar, antes de tudo, a nossa saúde mental e entender nossos limites. Por trás das câmeras e de maneiras diferentes, todas nós temos nossas inseguranças e nos deparamos em muitos momentos com essa busca perigosa pela perfeição que não existe. Escapar dessas armadilhas e criar um novo sentido para dentro é o caminho.

Não sou essa versão virtual. Eu quero ser minha melhor versão real, possível e humana. Minha versão única. Sou perfeita em cada traço porque sou um milagre! Estou viva. E a minha pele conta a minha história! Quero ser minha versão mais feliz.

#SouLindaSemFiltro, você também é e quero nos lembrar disso.



Ver todos os 9.858 comentários

joseliabarbosam_ 🍌🍌🍌🍌🍌

cristiagoncalves Boa 🍌🍌🍌🍌🍌

30 de julho · Ver tradução

Figura 3: Print da segunda parte da legenda do post do Instagram da Ana Furtado
Fonte: Extraído do perfil @aanafurtado em 17/08/2021.
Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CR9FCc7gOCf/>

1.2.2 Movimentos “sem filtros”

Aparecer no Instagram sem estar com a imagem coberta por filtros de embelezamento pode parecer um desafio para muitas mulheres, pois não se sentem confiantes e bonitas o suficiente por não estarem dentro dos padrões de beleza impostos pela sociedade. Segundo a pesquisa realizada pelo grupo Girlguiding⁶, 39% das mulheres afirmaram se sentirem infelizes pelo fato da sua imagem real ser diferente da imagem do celular (HALLETT, 2020). Além disso, essa mesma pesquisa publicou que um terço das mulheres jovens não posta fotos sem filtros que modifiquem a aparência (HALLETT, 2020). Com uso cada vez mais exagerado de filtros de embelezamento no Instagram, como comprova a pesquisa do grupo Girlguiding e as pessoas a cada dia distorcendo sua imagem, figuras públicas, artistas, modelos e influenciadoras digitais levantam discussões a respeito do uso do filtro de embelezamento a fim de incentivar as mulheres a abrirem mão do uso de filtros de embelezamento e alertar sobre o exagero.

O que muitas mulheres não percebem é que modificar tanto a imagem real no Instagram acaba gerando ainda mais frustrações quando encaram sua imagem em frente ao espelho. E esse é dos motivos que levam as mulheres a se submeterem às cirurgias plásticas, arriscando sua saúde física e emocional em nome da perfeição, que não existe. Muitas mulheres, por sempre estarem em busca de alcançar um padrão estético perfeito de beleza, no final estão perdendo suas características que as tornam únicas e buscando se parecer cada vez mais umas com as outras. A partir disso, jornais como Huffington Post e The Independent entrevistaram cirurgiões plásticos que receberam em seus consultórios pacientes que procuram realizar procedimentos a fim de ficarem parecidos com os filtros do Instagram. (RAMPHUL, 2018)

De acordo com a matéria “Os filtros do Instagram estão mudando a nossa aparência na vida real?” escrita pela jornalista Natália Eiras e publicada pela revista Elle em 25 de maio de 2020, o Instagram, em outubro de 2019, alterou suas diretrizes e políticas de uso e proibiu filtros de embelezamento que faziam modificações mais bruscas nos rostos das pessoas e simulavam cirurgias plásticas a fim de resguardar a saúde mental das pessoas. Nesta mesma reportagem, eles entrevistaram por e-mail

⁶ Disponível em:
<https://www.bbc.com/portuguese/salasocial-54092950>

a diretora de políticas de uso do Instagram Karina Newton que afirmou: “Sabemos que a pressão estética é algo que sempre esteve presente na sociedade e estamos comprometidos em fazer com que o Instagram seja uma plataforma positiva, por isso, analisamos constantemente como nossas ferramentas podem afetar o bem-estar das pessoas.” (EIRAS, 2020)

Em contrapartida, os filtros de embelezamento que suavizam manchas e espinhas na pele, empinam o nariz, afinam o rosto e aumentam os lábios ainda são liberados. As modificações são tantas que às vezes quando você vê pessoalmente aquela pessoa que você acompanha no Instagram ela parece não ser a mesma pessoa. Mas muitas vezes essas mulheres não têm coragem de aparecer no Instagram sem os filtros que as deixam “perfeitamente lindas perante a sociedade” justamente pelo medo do julgamento e por serem o tempo todo cobradas para que estejam sempre belas, ainda mais quando se trata de uma figura pública com milhares de seguidores.

No livro o “Mito da Beleza”, a jornalista Naomi Wolf (2018) discorre sobre uma prisão que se cria em torno das mulheres e desconstrói verdades criadas em torno da beleza feminina em que as mulheres vivem:

As mulheres prósperas, instruídas e liberadas do Primeiro Mundo, que têm acesso a liberdades inatingíveis para qualquer outra mulher até agora, não se sentem tão livres quanto querem ser. E já não podem restringir ao subconsciente sua sensação de que essa falta de liberdade tem algo a ver com questões aparentemente fúteis, que na realidade não deveriam fazer diferença. Muitas sentem vergonha de admitir que essas preocupações triviais - relacionadas à aparência física, ao corpo, ao rosto, ao cabelo, às roupas - têm tanta importância. No entanto, apesar da vergonha, da culpa e da negação, é cada vez maior o número de mulheres que se pergunta se elas são mesmo totalmente neuróticas e solitárias ou se o que está em jogo tem a ver com a relação entre a liberação da mulher e da beleza feminina. Quanto mais numerosos foram os obstáculos legais e materiais vencidos pelas mulheres, mais rígidas, pesadas e cruéis foram as imagens da beleza feminina a nós impostas (WOLF, 2018, p. 25)

Apesar da interessante repercussão gerada através da *hashtag* #SouLindaSemFiltro levantada por Ana Furtado em seu perfil, além da *hashtag* levantada por ela, outras *hashtags* já foram usadas com esse mesmo intuito como #semfiltro, #filterdop, #corpolivres, #nofilter, entre outras. O desafio lançado por Ana através da *hashtag* #SouLindaSemFiltro até agosto de 2021 gerou mais de 500 publicações que utilizaram a mesma em seus posts. Já o áudio criado por Ana em seu

vídeo pela ferramenta *reels* do Instagram para explicar o desafio foi reutilizado por outros 6.641 vídeos do *reels* até agosto de 2021.

1.3 GÊNERO OPINATIVO

Para realizar o produto jornalístico "Sem filtros: A beleza das mulheres reais", que discute o tema da pressão estética sobre as mulheres, escolhi trabalhar com textos do gênero opinativo. Segundo Marques de Melo e Assis (2016), os gêneros jornalísticos seriam estabelecidos a partir de seus formatos e de sua função social e, desta maneira, são um reflexo daquilo que o público tem necessidade de saber e acessar para obter “respaldo para suas ações cotidianas ou, mesmo, para o exercício da cidadania”. (MARQUES DE MELO; ASSIS, 2016, p. 50). Para os autores Marques de Melo e Assis (2016), os gêneros jornalísticos “devem ser considerados como artifícios instrumentais que auxiliam a indústria midiática a produzir conteúdos, consistentes e eficazes, em sintonia com as expectativas da audiência”. (MARQUES DE MELO; ASSIS, 2016, p. 45)

A teoria funcionalista, assim, nos revela que os media, de modo geral, e o Jornalismo, por consequência, não cumprem uma única função e tampouco restringem sua capacidade produtiva a apenas uma maneira de tratar os acontecimentos e outras facetas. A lógica é simples: se, na sociedade, há várias demandas, geradas pelos múltiplos desempenhos dos atores sociais em suas atividades cotidianas, é natural que os meios de Comunicação se organizem de modo a suprir essas necessidades – se não todas, ao menos as principais – com conteúdos adequados a cada uma delas. (MARQUES DE MELO; ASSIS, 2016, p. 46)

Os gêneros, de acordo com essa demanda, podem ser: informativo, opinativo, interpretativo e utilitário. De acordo com o autor José Marques de Melo, na "Classificação Marques de Melo", o gênero opinativo se divide nos seguintes formatos textuais: editorial, comentário, artigo, resenha, coluna, caricatura, carta e crônica. Embora cada um desses formatos tenha suas características, todos são, de forma geral, “textos assinados nos quais são expostos pontos de vista acerca de algo” (Marques de Melo e Assis, 2016). No caso do editorial, embora não haja assinatura de um autor, o texto expressa a posição de uma instituição.

Conforme mencionado anteriormente, os textos que foram produzidos no projeto “Sem filtros: a beleza das mulheres reais” pertencem ao gênero opinativo. Isto porque, embora o jornalismo seja mais frequentemente associado ao gênero informativo – onde se encontram a nota, a notícia, a reportagem e a entrevista –, os formatos opinativos permitem um envolvimento maior do autor com o assunto tratado em seu texto. Simplesmente relatar fatos, buscando excluir a subjetividade, nesse caso, empobreceria o produto apresentado. Além do simples relato de um acontecimento, os sentimentos, reflexões e opiniões dos sujeitos têm muito a acrescentar no conhecimento de uma realidade. Talvez, saber dos fatos acontecidos sem buscar saber do íntimo dos sujeitos envolvidos não seja conhecer de fato a realidade. Como sujeito, quero contribuir com a minha visão de mundo e com as minhas experiências. A realidade que conheço melhor é a da minha própria vida cotidiana. A pressão estética faz parte dela desde o meu nascimento. Ao mesmo tempo que sou vítima, fui socializada para reproduzir essa opressão. Não há como ser imparcial, nem mesmo fingir neutralidade.

É claro que o gênero informativo também não é de todo neutro. Para alguns autores, na construção de qualquer conteúdo jornalístico, a opinião está presente. Para Campo: “A opinião, no sentido ideológico, perpassa, na verdade, todo o processo jornalístico” (2022, p. 01). Segundo o autor, a opinião no texto jornalístico, ainda que não tenha sido expressa explicitamente, ainda está presente desde a posição da matéria no jornal até o conteúdo e tamanho das imagens que a ilustram, sem deixar de mencionar tudo aquilo que se escolhe mostrar ou omitir. Ele lembra ainda que o destaque que se dá para um conteúdo em relação ao outro também tem a ver com opinião.

Escolhi o texto opinativo por acreditar que, por meio dele, posso também participar do debate sobre as pressões sociais a respeito da aparência feminina. Inclusive porque, nos textos opinativos, posso colocar em diálogo reflexões de outros autores, minhas reflexões e experiências, a respeito de um tema importante na minha vivência. O texto opinativo, especialmente a crônica, me permite discutir um tema com mais leveza, sem ser especialista nos assuntos discutidos, levando em conta as pequenas e as grandes coisas do dia a dia. Além disso, esse estilo de texto me permite uma interação maior com as pessoas em minha volta, já que, trazendo elementos da nossa realidade (minha e das pessoas que me cercam) de maneira menos formal e incorporando exemplos de repercussão ampla, como fatos retratados pela mídia, que

circulam em redes sociais e envolvem celebridades, o entendimento se torna mais fácil. Também acredito que a realização desse trabalho, de certa forma me permitirá refletir sobre vivências ao longo da vida acadêmica, relacionadas à produção textual.

1.3.1 Crônica

Ao longo deste trabalho, será possível encontrar um conjunto de nove crônicas sobre as pressões estéticas vividas pelas mulheres. Todas elas incluirão referência a episódios comentados na TV, na internet, principalmente no Instagram, envolvendo celebridades e subcelebridades, que acompanhei na época de seu acontecimento ou que descobri depois, mas que também chamaram a minha atenção.

A crônica surgiu no século XIX, quando “importantes escritores começam a usar as crônicas para registrar, de modo ora mais literário, ora mais jornalístico, os acontecimentos cotidianos de sua época, publicando-as em veículos de grande circulação” (AMARAL, 2008, p. 12). Trata-se de um texto que tem, ao mesmo tempo, características do jornalismo e da literatura. Essas características se misturam tanto, que, às vezes, pode ser difícil identificar uma crônica.

Os autores que escrevem crônicas como gênero literário, recriam os fatos que relatam e escrevem de um ponto de vista pessoal, buscando atingir a sensibilidade de seus leitores. As que têm esse tom chegam a se confundir com contos. Embora apresente característica de literatura, o gênero também apresenta características jornalísticas: por relatar o cotidiano de modo conciso e de serem publicadas em jornais, as crônicas têm existência breve, isto é, interessam aos leitores que podem partilhar esses fatos com os autores por terem vivido experiências semelhantes. (AMARAL, 2008, p. 12)

A crônica faz parte do gênero opinativo e é bastante difundida em jornais e revistas por se tratar de textos curtos, simples e de fácil entendimento. Ainda de acordo com Amaral (2008), existem diversos estilos de crônica, mas eles acabam se condensando em três categorias maiores, sendo elas as crônicas poéticas, as crônicas humorísticas e as crônicas que se aproximam dos ensaios. “Estas últimas têm tom mais sério e analisam fatos políticos, sociais ou econômicos de grande importância cultural” (AMARAL, 2008, p. 13). Os jornalistas muitas vezes fazem uso deste formato a fim de fazer críticas e questionamentos de forma menos direta. A crônica permite um olhar lúdico do autor e, frequentemente, com toques de ironia e humor. O autor de uma crônica é chamado de cronista. O cronista enxerga

possibilidades e histórias nas coisas mais simples do dia a dia e que muitas vezes podem parecer até bobas para quem não tem o olhar perspicaz como o dele.

O fato de a crônica mesclar características de diferentes gêneros, com “um pé” na realidade factual e outro na ficção. “A crônica é um gênero literário. Não é ficção, não é poesia, não é crítica, e nem ensaio, ou teoria – é crônica” (CASTELLO, 2013, p. 1). A sua particularidade faz com que ela seja um formato único.

Quando escreve uma crônica, o escritor pode ser ligeiro, pode ser informal, pode dispensar a originalidade, desprezar a busca de uma marca pessoal – pode tudo. Na crônica, ainda mais do que na ficção, o escritor não tem compromissos com ninguém e isso parece fácil, mas é frequentemente assustador. Pode falar de si, relatar fatos que realmente viveu, fazer exercícios de memória, confessar-se, desabafar. Mas pode (e deve) também mentir, falsificar, imaginar, acrescentar, censurar, distorcer. (CASTELLO, 2013, p. 307).

Sendo assim, há liberdades que somente a crônica pode proporcionar e, por isso, ela foi escolhida para compor este trabalho. Através desse formato, posso expressar em meus textos tanto a minha crítica quanto a minha sensibilidade. Ao tratar de uma realidade que é vivida por mim e por aqueles e, sobretudo, por aquelas que me cercam, reconheço, nos pequenos detalhes da vida cotidiana elementos que, na verdade, tomam grande proporção em nossas vidas. Porque interferem diretamente na forma como nos relacionamos com nós mesmos e com o outro, principalmente no que diz respeito à aceitação de nossa própria imagem, que é o assunto tratado neste trabalho.

A pressão estética está presente desde as camadas mais superficiais de minha vivência até as mais profundas. Nem sempre ela se manifesta em forma de algum episódio que “mereça” uma manchete de jornal. Às vezes, só conseguimos observá-la melhor se olharmos bem de perto, nos diálogos familiares, nos almoços de domingo, na pausa do trabalho, nas fotos do Instagram e nas minúcias do comportamento daqueles que nos rodeiam, bem como do nosso próprio comportamento. Assim, foram desenvolvidas nove crônicas que partem de uma reflexão a respeito da pressão estética exercida sobre as mulheres e seu impacto em nossas vidas, levando em conta os pequenos e os grandes acontecimentos, justamente porque a crônica ocupa, assim como aponta José Castello, “um espaço fronteiro, entre a grandeza da história e a leveza atribuída a vida cotidiana” (2008).

CAPÍTULO 2

SEM FILTROS: A beleza das mulheres reais

Neste segundo capítulo falo sobre as etapas de construção do meu produto, que se trata da elaboração de nove textos no formato de crônicas. Explico minhas ideias iniciais a respeito da criação deste trabalho até o resultado do produto final. A partir daí, trato da escolha dos temas, que envolvem o universo da beleza feminina, padrão de beleza, autoaceitação e pressão estética. Logo depois, faço uma apresentação do conteúdo de cada uma das nove crônicas e de seus respectivos títulos. No final, discorro sobre as possibilidades de divulgação deste produto em veículos jornalísticos.

2.1 CONSTRUÇÃO DO PRODUTO

Comecei a pensar sobre o meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) na disciplina de Métodos e Técnicas de Pesquisa em Comunicação, mas com ideias totalmente cruas e um pouco perdida em como colocar tudo em prática. Naquele momento, vendo tantos colegas com planos tão bem definidos, me senti deslocada. Muitos deles já tinham planos para o trabalho de conclusão de curso desde o início e eu ainda não sabia bem qual era o projeto que gostaria de desenvolver. Muitas vezes, me questionei – e ainda me questiono – se era mesmo capaz. Foi então que pensei em começar por algo que muito me interessa: redes sociais. O Instagram, sobretudo, ocupa grande parte da minha vida. Em minhas redes, costumo tratar de assuntos ligados à beleza, feminismo e política, além de minha própria vida pessoal, dentre diversos outros tópicos.

Com isso, unindo meu interesse por mídias sociais e pelos temas citados, acabei me lembrando de um episódio que havia acontecido há pouco tempo no ano de 2021: Ana Furtado, atriz e ex-apresentadora na TV Globo, havia levantado em suas redes a *hashtag* #SouLindaSemFiltro, através de três posts principais, incluindo um desafio dedicado às mulheres, propondo que mostrassem seus rostos com e sem filtro de embelezamento, exibindo os detalhes de uma pele natural. Por ser um episódio relacionado justamente com estética, feminismo, política e redes sociais, decidi que daria um bom tema para o trabalho Trabalho de Conclusão de Curso, em sintonia com esses tópicos que me interessam.

Sendo assim, a partir do período seguinte, iniciei uma monografia que levava o seguinte título: “Os filtros de embelezamento do Instagram e o discurso sobre a autoaceitação feminina: uma análise a partir da repercussão da *hashtag*

#SouLindaSemFiltro nas postagens de Ana Furtado no Instagram”, orientada pela professora Fabíola Souza. Neste trabalho, o foco foi pensar e desenvolver uma pesquisa acerca da utilização dos filtros de embelezamento na mídia social Instagram e sua relação com a autoaceitação feminina, observada a partir dos comentários realizados nas postagens do perfil de Ana Furtado.

O nome do projeto fazia referência à *hashtag* “SouLindaSemFiltro”, criada por Ana Furtado em seu Instagram. Isso porque o uso massivo dos filtros de embelezamento do Instagram tem tudo a ver com a pressão estética sofrida pelas mulheres. A pressão estética, através das redes sociais, passa a nos acompanhar 24 horas por dia, onde quer que estejamos. Apresentei este trabalho inicial na banquinha, porém não estava muito satisfeita com o caminho que ele estava seguindo, pois além de não estar prazeroso de ser feito não estava conseguindo desenvolvê-lo com tanto êxito. A minha atual orientadora, professora Agnes Mariano, acabou percebendo minha frustração durante nossas reuniões de orientação e me encorajou a fazer uma mudança significativa. Talvez, eu precisasse de uma liberdade que a monografia não poderia me proporcionar. Havia um caminho mais promissor, que podia ser seguido deixando um pouco de lado a formalidade e sem tantas normas técnicas, na medida do possível. Foi assim que, diante de inúmeras dificuldades e da pouca familiaridade com esse tipo de trabalho, “transformei” minha monografia em um produto na disciplina de TCC 2. Quando digo que transformei, não significa que foi uma simples mudança de percurso no trabalho, não. Eu já havia feito muita coisa como monografia. Já tinha lido muito sobre o tema, feito muitas pesquisas e iniciado o árduo trabalho de escrita.

Durante a graduação de Jornalismo, temos pouco contato com a escrita do texto científico, afinal de contas estamos nos formando para ser jornalistas e essa não será a linguagem usada, caso a escolha seja vivenciar o jornalismo na prática. Por isso, mesmo tendo um grande volume de trabalho produzido como monografia, resolvi me arriscar na construção de um produto jornalístico. Consegui manter o mesmo tema da monografia, mas explorando um leque de possibilidades diferentes e discutindo o assunto com muito mais facilidade. Percebi que aquele trabalho teria muito mais potencial se levasse em conta a vida cotidiana. Não foi nada fácil, pois mesmo se tratando de um mesmo tema, a forma de abordagem e escrita de um produto foi muito diferente da monografia, mas eu me identifiquei muito mais. Além disso, apesar de cansativo, o trabalho se tornou muito mais prazeroso.

A partir do movimento de Ana Furtado, comecei a buscar outros exemplos de casos que, de alguma forma, se relacionam com a dificuldade de autoaceitação da imagem sofrida pelas mulheres, o que, por sua vez, tem muito a ver com o ambiente virtual que se encontra nas redes sociais, principalmente, no Instagram. Não é de hoje, tampouco foi através dele, que as pessoas passaram a ter a possibilidade de modificar sua imagem. A manipulação de fotos e vídeos já era possível através de programas como o Adobe Photoshop. Porém, além de não ser um programa gratuito, exige um certo domínio profissional para que a pessoa seja capaz de usá-lo com facilidade.

A questão é que, hoje em dia, não é apenas ao abrir uma revista, ligar a TV ou passar por um outdoor para se deparar com uma imagem manipulada, como pessoas famosas já fazem há muito tempo – o que já era muita coisa, aliás. Agora, estamos expostos a isso, desde a hora em que acordamos até o momento em que vamos dormir, através de um aparelho portátil que já é quase um membro do nosso corpo. Também não é mais preciso ser uma celebridade flagrada por paparazzi para ter sua intimidade exposta. Nós mesmos o fazemos, por livre e espontânea vontade. Revelamos a todos onde estivemos, com quem andamos, o que comemos, o que vestimos e onde compramos nossas vestimentas. Ao ver os melhores momentos da vida de alguém, temos a impressão de que aquilo, na verdade, representa a totalidade de sua vivência. E isso não é verdade. Queremos, então, que nossa própria vida seja tão interessante quanto a do outro parece ser. Por isso, se não podemos ter, fingimos ter. E se não podemos ter a aparência ideal, mascaramos a nossa.

E foi assim, entre idas e vindas, mais erros que acertos, que decidi escrever um conjunto de textos opinativos, no caso, crônicas, sobre esses assuntos, tendo o questionamento levantado por Ana Furtado sobre o uso de filtros de beleza como ponto de partida para refletir também sobre outras situações relacionadas ao tema. Assim surgiu o novo projeto, agora intitulado “SEM FILTROS: a beleza das mulheres reais”. E a escolha do meu produto jornalístico foi produzir nove crônicas que discutem algumas das inúmeras questões do universo feminino. Por meio dessas crônicas, reflito e discuto sobre situações vivenciadas ou observadas por mim.

A escolha do nome do meu produto (SEM FILTROS: A beleza das mulheres reais) se deu por reunir casos de diversas mulheres que muitas vezes, assim como eu, se pegam se comparado a mulheres “irreais”. Digo irreais não para diminuí-las e ou dizer que elas são mais ou menos mulheres que nós, mas digo irreais, pois essa parcela de mulheres não vive nas mesmas condições que a maioria das mulheres à

minha volta. Em referência aos filtros, quis justamente exemplificar as mulheres reais. Sem filtros refere-se a muita coisa, aos filtros de embelezamento do Instagram, aos apps de edição de imagem, as maquiagens milagrosas, aos tratamentos faciais e rejuvenescedores, a alimentação balanceada, a extensa rotina de skincare, os procedimentos estéticos e as intervenções cirúrgicas. As mulheres "reais", portanto, são aquelas que, constituindo a imensa maioria, ficam de fora de um padrão de beleza e de um estilo de vida totalmente excludente. São também as mulheres fora da internet, em suas vidas cotidianas, sem filtros, truques ou edições. Enxergar a beleza das mulheres reais, sem filtros, significa rever o que consideramos belo. É nadar contra a corrente que nos induz a só ver beleza em um ideal que não podemos alcançar.

A pressão estética é um assunto que faz parte da minha vida desde sempre. A forma como me enxergo tem influência direta desse fenômeno. Ele faz parte de muitos pequenos detalhes que, juntos, fizeram com que eu olhasse para mim mesma e para as outras mulheres buscando defeitos que foram inventados por uma sociedade machista e patriarcal para nos controlar. E por ser algo que cresceu comigo, que me atinge como vítima e que me condiciona a reproduzir uma opressão, percebi, na transição de monografia para produto, que esse trabalho teria muito mais potencial se levasse em conta a vida cotidiana. Por isso, a melhor forma que encontrei de trabalhar o tema foi escrevendo crônicas a respeito de como a pressão estética atravessa o meu dia a dia.

Primeiramente, reuni alguns casos de pessoas públicas, celebridades e subcelebridades que publicam conteúdos que fazem com que seu público se inspire em uma imagem inalcançável ou que foram, elas mesmas, vítimas da busca de um ideal inatingível de beleza. Considerei, ainda, situações daquelas que se manifestaram críticas a comportamentos que reforçam a insatisfação corporal. E, mais do que isso, enxerguei elementos, mais ou menos sutis, que ligam essas grandes polêmicas à minha própria vida. Não foi difícil relacionar os casos selecionados, que tiveram grande repercussão, com coisas que aconteceram comigo e com pessoas próximas, como colegas de escola, familiares, amigas e amigas de amigas, o que comprova a "onipresença" da vigilância sobre nossos corpos. A crônica, por ser um gênero literário que tem como cerne a observação daquilo que é corriqueiro, caiu como uma luva para o meu propósito.

2.2 DETALHAMENTO DAS CRÔNICAS

O meu produto trata-se de nove crônicas produzidas a fim de refletir e observar uma parte do universo feminino e algumas das problemáticas enfrentadas por nós mulheres. Cada uma das crônicas foram construídas baseadas em fatos e minhas observações pessoais. Mesmo cada uma delas levantando questionamentos parecidos, afinal trata-se de situações vivenciadas por mulheres, eu tentei trazer uma particularidade diferente em todas elas.

Na primeira crônica, **“Existe beleza sem filtro?”**, trouxe o exemplo da ex-apresentadora da TV Globo, jornalista, atriz e empresária Ana Furtado (figura 4), de 49 anos, que faz um desafio para suas seguidoras de aparecerem sem filtros de embelezamento no Instagram. Durante a crônica, eu explico que Ana é uma mulher muito adepta dos procedimentos estéticos e muito preocupada com a beleza. A partir disso, eu faço uma reflexão entre Ana e nós, mulheres comuns, que não temos os mesmos privilégios que ela. Além disso, também cito como exemplo uma outra mulher que convive comigo no meu ciclo de amigos que também é muito preocupada com a aparência e faz de tudo para retardar o envelhecimento. Essa mulher que cito na crônica não revela sua idade de forma alguma, pois quer sempre parecer mais jovem. E essa reflexão que faço durante o texto é justamente a fim de fazer o leitor repensar esse padrão de beleza que não permite que as mulheres envelheçam. Já o título faz uma referência ao desafio de Ana Furtado a suas seguidoras, de aparecerem sem filtros de embelezamento no Instagram. Mas o título traz consigo uma indagação ao leitor, para fazê-lo refletir durante a leitura da crônica, se é possível existir beleza sem filtros, já que hoje em dia tantas mulheres recorrem a procedimentos estéticos, tratamentos de pele, muita maquiagem, fotos editadas com recursos de embelezamento do Photoshop. Portanto, muitas vezes o que vemos não são belezas naturais e sim imagens com filtros.



Figura 4: Print do perfil no Instagram da Ana Furtado
Fonte: Extraído do perfil @aanafurtado em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/aanafurtado/>

Na segunda crônica, **“Foco, força, fé e lipoaspiração”**, eu também trouxe o exemplo da digital influencer, empresária e ex-BBB Bianca Andrade (figura 5), de 28 anos, envolvendo a polêmica do emagrecimento "rápido" que ela divulgou no seu Instagram. Além de Bianca, nessa crônica também discuto outra polêmica com a cantora e digital influencer fitness Kelly Key (figura 6), de 39 anos, envolvendo também pautas sobre emagrecimento. A história de Bianca Andrade se dava em torno das chamadas “Comidinhas da Terra” e a história de Kelly Key foi em torno de um batom emagrecedor. Em comparação a essas duas situações dessas mulheres, relatei um outro caso polêmico, também de emagrecimento de outra mulher, no trabalho do meu namorado. Logo, percebi como os três casos se interligavam e geravam um leque de reflexões acerca do padrão de beleza inatingível. O título é uma das expressões que usei ao longo do texto e também um trocadilho com uma cirurgia estética (lipoaspiração) que também foi discutida em um dos casos das mulheres famosas que eu citei. A frase “Foco, Força e Fé”, além de ser citada durante o texto, também é

comumente usada em post nas redes sociais e se enquadra em vários contextos, como por exemplo quando alguém posta um treino na academia, muitas vezes no processo de emagrecimento. Naquele ambiente em que a pessoa se encontra, com certeza contará com o foco, a força e a fé para concluir uma intensa lista de exercícios. Porém, a minha ideia foi acrescentar a palavra lipoaspiração justamente para descredibilizar as três primeiras palavras, pois, mesmo com muita determinação e esforço, muitas vezes não é possível alcançar o corpo que imaginamos ser ideal sem uma intervenção cirúrgica, que traz um resultado muito mais fácil e rápido no processo de emagrecimento, mas que, por outro lado, é um método arriscado e acessível apenas para poucas pessoas.



Figura 5: Print do perfil no Instagram da Bianca Andrade
Fonte: Extraído do perfil @bianca em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/bianca/>

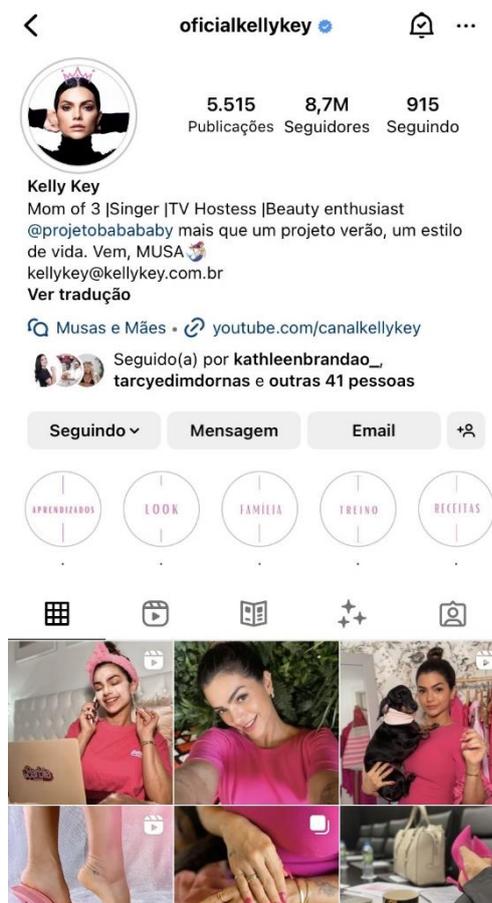


Figura 6: Print do perfil no Instagram da Kelly Key
Fonte: Extraído do perfil @oficialkellykey em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/oficialkellykey/>

Na terceira crônica, **“Perfeição fabricada”**, trouxe a influenciadora digital Camila Loures (figura 7), de 28 anos, como exemplo de mulher famosa nas redes sociais que utiliza ferramentas de distorção de imagem na internet e exemplifiquei com uma situação muito parecida vivenciada por uma amiga da época de escola que eu presenciava diariamente. Eu comparo a distorção de imagem que as duas fazem de si mesmas, sempre com intuito de parecerem mais belas, jovens e magras. Porém, é possível perceber em outras fotos ou até mesmo pessoalmente o quão distante é a imagem real delas com a imagem que elas “fabricam” nas redes. E os prejuízos que isso pode trazer emocional e fisicamente tanto para elas quanto para outras mulheres que as seguem nas redes. Desde uma mulher famosa a uma mulher não famosa, são afetadas muitas vezes inconscientemente por essa perfeição que a sociedade busca quando reforça o padrão de beleza. A mensagem que eu quis passar por meio do título, é que como não existem pessoas perfeitas, as pessoas querem se transformar, ou melhor, “fabricar” pessoas perfeitas. E, assim, elas vivem buscando

incessantemente essa perfeição se frustrando cada dia mais, principalmente quando veem outras pessoas vendendo vida e beleza perfeita “fabricada” na internet.



Figura 7: Print do perfil no Instagram da Camila Loures
Fonte: Extraído do perfil @camilaloures em 19/07/23
Disponível em: <https://www.instagram.com/camilaloures/>

Na quarta crônica, “**Bonita em um passe de mágica**”, trouxe a empresária e influenciadora digital Virginia Fonseca (figura 8), de 23 anos, com a história do tal Chip de Beleza, que é sucesso entre as famosas. E trouxe também a cantora Gretchen (figura 9), de 63 anos, que chamou atenção nas redes com excesso de pelos no corpo devido ao uso excessivo de hormônios. A história dessas duas mulheres se casam, justamente pelo fato de ambas submeterem seus corpos a substâncias extremamente invasivas. Uma é 40 anos mais nova que a outra, gerações completamente diferentes, mas as duas se submetem ao uso desses hormônios, na busca de estarem sempre bonitas num passe de mágica. Aí, eu questiono o leitor, será que esses métodos valem mesmo a pena? Vale a pena colocar sua saúde em cheque em troca da beleza? Quanto custa a sua saúde se enquadrar no padrão de beleza? Para elas, apesar de

todos os efeitos colaterais e riscos à saúde, parece que vale sim a pena. A escolha desse título foi para falar do resultado imediato almejado pelas pessoas que querem se “embelezar” rapidamente, como se as mudanças acontecessem num passe de mágica. E quando digo embelezar é em muitos sentidos, pois beleza vai além do físico, acredito que a beleza começa de dentro para fora, pois é preciso tratar internamente para refletir externamente. Hoje em dia, diante de inúmeras opções para ficar “bonito num passe de mágica”, muitas pessoas recorrem a soluções rápidas, porém nem sempre seguras, saudáveis, práticas e acessíveis em nome de conquistar a tão sonhada beleza.



Figura 8: Print do perfil no Instagram da Virginia Fonseca
Fonte: Extraído do perfil @virginia em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/virginia/>



Figura 9: Print do perfil no Instagram da Gretchen
Fonte: Extraído do perfil @mariagretchen em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/mariagretchen/>

Na quinta crônica, “**Comida é afeto**”, trouxe um pouco da história da influenciadora digital fitness, que se define como coach de emagrecimento, Maíra Cardi (figura 10), de 39 anos. Fiz uma comparação da sua alimentação super restrita, com a minha própria alimentação quando conto uma história do bolo do meu aniversário. A história da Maíra Cardi em relação a alimentação não tem como foco corpo e mente saudáveis, mas sim um corpo magro. Em seus projetos de emagrecimento, ela cultua um corpo dentro dos padrões e condena os outros tipos de corpos. Ou seja, como se não bastasse toda essa pressão exercida pela sociedade em torno das mulheres estarem sempre em forma, a Maíra Cardi reforça essa ideia por meio das suas “dicas de emagrecimento”. A escolha desse título é muito sensível, justamente por se tratar de um texto muito sensível. A comida - na maioria das vezes, principalmente pelas mulheres que estão em busca do corpo padrão - é vista como vilã. Porém, a reflexão que este texto traz é justamente sobre o processo envolvido na preparação de um alimento, porque além de alimentar nosso corpo com todos os

nutrientes necessários para sobrevivermos, a comida também nos alimenta afetivamente. Alguma vez na vida, tal comida te trará lembranças de algo ou alguém, alguma vez na vida, tal comida vai ser preparada especialmente para você e por uma pessoa especial.



Figura 10: Print do perfil no Instagram da Maíra Cardi
Fonte: Extraído do perfil @mairacardi em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/mairacardi/>

Na sexta crônica, “**Frankensteins do século XXI**”, conto sobre procedimentos de beleza que não deram tão certo para duas jovens influenciadoras muito famosas na internet, Flávia Pavanelli (figura 11), de 24 anos, e Sthefane Matos (figura 12), de 23 anos. Aproveito o gancho da história delas e relaciono com uma história parecida de uma influenciadora digital da minha cidade, Paraopeba-MG. Assim como as duas primeiras influenciadoras que citei, a influenciadora da minha cidade também foi “perdendo a mão” nos procedimentos estéticos e transformando sua aparência. Nesse texto, eu também conduzo o leitor a questionar se os procedimentos estéticos não estão deixando as pessoas cada vez mais parecidas umas com as outras, ou seja,

estão perdendo sua identidade para se encaixar no padrão ideal de beleza. Por meio do título eu fiz referência à história do famoso Frankenstein do século XVII e ao mesmo tempo uma comparação com os Frankensteins do nosso século, já que no texto eu trouxe como reflexão histórias de pessoas que querem ter características físicas de outras pessoas. Assim como o Frankenstein, a nova imagem dessas pessoas são "reconstruídas" com pedacinhos e características de outras pessoas. E por se arriscarem dessa forma, podem acabar com resultados e consequências desastrosas, assim como a aparência do Frankenstein.

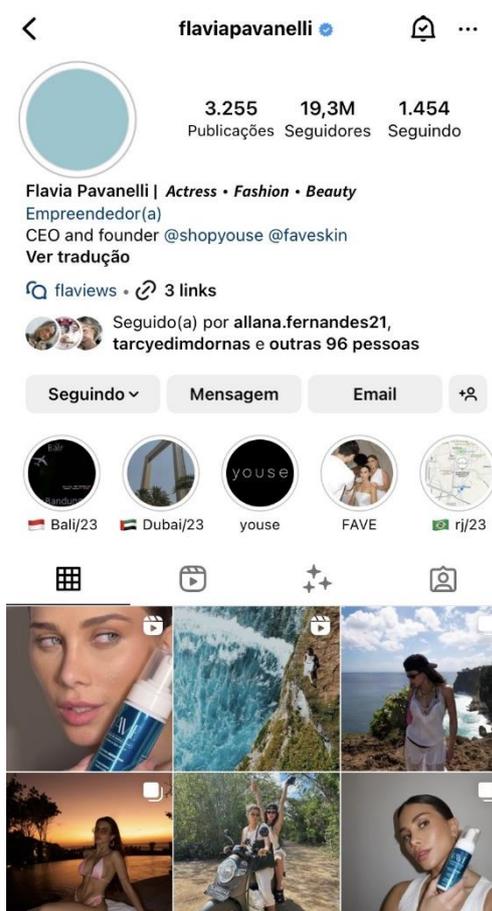


Figura 11: Print do perfil no Instagram da Flávia Pavanelli
Fonte: Extraído do perfil @flaviapavanelli em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/flaviapavanelli/>



Figura 12: Print do perfil no Instagram da Stefane Mattos
Fonte: Extraído do perfil @sthefanemattos em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/sthefanematos/>

Na sétima crônica, “**Não basta não morrer, nós queremos viver**”, uso como exemplo comparativo a história da youtuber e escritora Andressa Urach (figura 13), de 35 anos, que em 2014 correu sério risco de vida devido a cirurgias plásticas mal sucedidas. E por meio da história dela, comparo com outras duas histórias: a de uma jovem amiga que no auge dos seus 15 anos de idade também se submeteu a uma cirurgia plástica, porém, sem nenhum prejuízo a sua integridade física e a história que ouvi de uma vizinha que perdeu sua sobrinha muito nova em decorrência da cirurgia plástica. Será que Andressa faria as mesmas escolhas novamente diante das graves consequências que ela sofreu? E minha amiga, hoje 10 anos depois, com seus 25 anos, tem uma outra perspectiva da menina de 15 anos? E a sobrinha da minha vizinha? Essa, infelizmente, não terá tempo de repensar sua escolha. Digo escolha, mas não são escolhas de livre e espontânea vontade e sim por livre e espontânea pressão, já que todos os dias a sociedade escolhe o que deve ser belo em nós

mulheres e como ela deve fazer para ser bela no olhar da cidade. Já a escolha desse título é como se fosse um apelo e um pedido de socorro em nome de tantas mulheres que já submeteram seus corpos a situações de risco em busca de atingir um padrão de beleza inatingível. Esse título é um basta nessa sociedade que cobra uma aparência perfeita de nós mulheres.



Figura 13: Print do perfil no Instagram da Andressa Urach
Fonte: Extraído do perfil @andressaurachoficial em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/andressaurachoficial/>

Na oitava crônica “**Nossos cabelos, nossas histórias**”, faço uma reflexão acerca de como um pensamento racista molda a forma como enxergamos cabelos crespos e cacheados como "cabelos ruins". Mais do que isso, o texto trata da forma como somos ensinadas desde pequenas a odiar nossos cabelos crespos e cacheados e de como perpetuamos essa crença entranhada através das gerações, ensinando nossas crianças a se odiarem, da mesma forma como um dia nos ensinaram. Para ilustrar essa situação, trago o caso da minha prima de nove anos, que, desde os três,

mantém os cabelos escovados, por ouvir de sua própria mãe que eles são feios. Comparo a história dela, com a da youtuber, modelo e influenciadora digital Camilla de Lucas (figura 14), de 28 anos, que tem cabelos black power. Histórias que, apesar de diferentes, se conectam nas experiências. Durante o decorrer do texto, também compartilho a minha vivência, pois também tenho o cabelo cacheado igual ao da minha prima. Dessa forma, reflito sobre o preconceito em torno do cabelo crespo e cacheado, uma vez que o cabelo liso é visto como o cabelo aceito dentro do padrão ideal de beleza. No texto, deixo claro que o racismo que vivenciamos como mulheres pardas não é idêntico às experiências que Camilla de Lucas enfrenta diariamente como mulher preta. A escolha deste título é justamente pelo fato do cabelo, contar histórias e contar sobre nossas vivências, pois geralmente mulheres com cabelos cacheados e crespos, assim como eu, minha prima e a Camilla já vivemos algum tipo de situação de preconceito envolvendo o cabelo.



Figura 14: Print do perfil no Instagram da Camilla de Lucas
Fonte: Extraído do perfil @camilladelucas em 19/07/2023.
Disponível em: <https://www.instagram.com/camilladelucas/>

A nona e última crônica, **“Para sempre, Clara”**, além de saudar a grande cantora e compositora Clara Nunes (figura 15), minha conterrânea, faz uma reflexão e deixa muitos questionamentos para o leitor. Apesar de Clara ser uma mulher famosa, muito bonita e vaidosa, ela também lidava com as mesmas questões de pressão estética vividas atualmente, por nós, mulheres comuns. Após 40 anos que Clara perdeu a vida numa mesa de cirurgia, muito se questiona até hoje se a cirurgia de retirada de varizes foi por questões estéticas ou mesmo de saúde. Mas o foco deste texto é justamente fazer o leitor refletir acerca deste tema, pois Clara não foi nem a primeira e nem a última a perder a vida ao se submeter a uma cirurgia. Apesar dessa história da cirurgia de Clara não ter um desfecho “conclusivo”, muitos acreditam na hipótese de ter sido sim uma cirurgia com fins estéticos, já que a cantora era extremamente vaidosa. Mas o questionamento é o seguinte, a pressão estética que nós mulheres sofremos perpassa todas as mulheres, não importa a posição social. Até mesmo para nós, mulheres comuns, quando acreditamos que mulheres como Clara Nunes estariam dentro do padrão de beleza, percebemos que ainda não estão. Tudo o que a sociedade puder cobrar de nós mulheres parece nunca ser suficiente para agradar os olhares que nos julgam o tempo todo. E diferente da pegada dos outros títulos, a escolha desse título foi uma forma de saudar a grande artista Clara Nunes, já que esse texto fala de forma saudosa um pouco de sua vida, do seu talento e das questões em torno da morte da cantora.



Figura 15: Foto de Clara Nunes

Fonte: Foto de Wilton Montenegro extraído da internet em 19/07/2023.

Disponível em: <https://projecolabora.com.br/ods9/cinco-vezes-clara-nunes/>

2.3 DIVULGAÇÃO DO PRODUTO

A minha ideia inicial era divulgar esses textos no meu próprio Instagram, pois eu sou uma pessoa muito presente nas redes sociais, minha conta tem um bom engajamento e tenho pouco mais de 4.300 seguidores. Depois pensei em criar uma outra conta no Instagram especificamente para divulgar os textos e fazer dele um perfil de rede social totalmente voltado para o assunto. Também pensei em oferecer meus textos para outras páginas no Instagram que discutissem assuntos que tivessem a ver com as minhas crônicas, por exemplo. Logo de cara, pensei no Instagram @postadaxmarcada que é um perfil que eu sempre acompanho, sempre com pautas envolvendo pressão estética, padrão ideal de beleza, autoaceitação feminina e além disso tem um público de 773 mil seguidores. Ou seja, os meus textos poderiam alcançar muitas pessoas devido ao alcance da página.

Mesmo diante dessas ideias iniciais, cheguei à conclusão, juntamente com a minha orientadora Agnes, que o Instagram não seria o melhor lugar para divulgar textos, visto que, é uma rede muito voltada para fotos e vídeos. E conseqüentemente, por isso, meus textos poderiam não engajar, já que geralmente os textos publicados no Instagram são bem curtos e as pessoas não têm muita paciência para ler longos textos. Por mais que a minha ideia fosse postar os textos por meio de uma publicação em carrossel, na qual seria possível escrever os meus textos e postá-los como se fossem imagens.

No entanto, depois de inúmeras ideias e estratégias para divulgação, pensamos que a melhor forma de divulgar as nove crônicas seria oferecendo esses textos para veículos de comunicação, como revistas, sites, portais e jornais. Essa ideia se tornou mais válida já que geralmente nesses veículos há um grande espaço para a publicação de textos. Logo pensei em divulgar em veículos da minha cidade, Paraopeba-MG, mas infelizmente não há muitas opções por ser uma cidade muito pequena no interior. Então pensei em oferecer para veículos de cidades vizinhas a minha, como Caetanópolis e Sete Lagoas ou para veículos da região da minha universidade, como Mariana e Ouro Preto. O Instagram pode ser usado, nesse caso, como um espaço para divulgar e ampliar o alcance das crônicas, usando apenas trechos delas.

Acredito que a publicação desses textos em veículos que grande parte da população tenha acesso, seja muito importante para que outras pessoas possam refletir sobre os assuntos que eu discuti e de certa forma possa ajudar outras pessoas a expandirem seu conhecimento. Além do mais, seria muito importante para minha formação e para o mercado de trabalho que me espera, conhecer um pouco mais do meu trabalho.

Apesar das pesquisas, ainda não encontrei um veículo de comunicação da minha confiança para que eu possa publicar minhas crônicas. Acredito que este seja um trabalho que executarei após a apresentação do meu trabalho, pois podem surgir até sugestões dos examinadores de possíveis veículos que tenham a ver com meu trabalho.

O projeto “SEM FILTROS: a beleza das mulheres reais” foi feito a partir da observação da vida de pessoas comuns e são elas que pretendo alcançar. Quero que, assim como diz o título deste trabalho, cada mulher que tiver acesso aos textos

produzidos possa ver mais beleza em ser real, de carne e osso, se inspire menos em uma perfeição falsa, fabricada para vender e para nos controlar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O percurso feito até aqui, nos permite afirmar que a pressão estética sofrida pelas mulheres está presente em diversos nichos e lugares de diferentes formas. Neste trabalho, eu associei vivências minhas e de pessoas próximas a diferentes situações vividas por pessoas famosas em diversos segmentos, como, por exemplo, na TV, na música e, principalmente, nas redes sociais. A partir do caso da ex-apresentadora da TV Globo, jornalista, atriz e empresária Ana Furtado, 49 anos, citada tanto no memorial quanto na primeira crônica que eu produzi, não tive dificuldades de encontrar outros casos parecidos. E foi a partir deste caso que me surgiram outras ideias que também não foi difícil associar com situações em casa, na minha família, no ciclo de amigos e de conhecidos.

Acredito que meus textos irão contribuir para ajudar outras mulheres na vida pessoal e profissional, pois nas nove crônicas tentei trazer reflexões acerca do tema, trazendo à luz o quanto questões relacionadas à pressão estética afetam a forma como vivemos nossa vida cotidiana. Uma evidência disso é o fato de esse conjunto de textos produzidos contar com a presença tanto de eventos trágicos, como a morte de uma mulher após uma cirurgia estética, que revela as últimas consequências dessa opressão, quanto de acontecimentos que consideramos “normais” e que são lamentavelmente corriqueiros, como uma mulher que tem pavor do envelhecimento. Nós mulheres enfrentamos inúmeras batalhas diariamente, umas mais e outras menos. Acredito que tomar consciência de que estamos inseridas em um sistema que lucra com nossa insatisfação corporal seja o primeiro passo – e apenas o primeiro – para que não sejamos reféns de um padrão de beleza que tanto nos massacra. Creio que com este trabalho posso contribuir para que mais pessoas possam dar esse passo.

Além disso, penso que futuramente meus textos serão publicados em veículos de comunicação e desta forma irão alcançar outras pessoas, contribuindo para a formação de opinião de meninas, adolescentes, jovens e mulheres maduras. E também, quem sabe, contribuirão para uma mudança da sociedade. Penso que, como futura jornalista, este trabalho engrandeceu meu olhar sobre a vida cotidiana, sobre as pessoas e principalmente sobre as mulheres, pois me faz lembrar que no dia a dia da profissão muitas vezes perdemos a humanidade e nos tornamos frios. Portanto, é

preciso se atentar aos detalhes, pois muitas coisas vão além das páginas dos jornais, da tela da TV e dos sites de notícias.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Heloísa. Questão de gênero: o gênero textual crônica. **Revista na Ponta do Lápis**, ano 4, n. 10, p. 12-13, dez. 2008.

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira S.A, 1967.

CAMPO, Pedro Celso. Gênero opinativo. **Observatório da Imprensa**. 01 mai 2002. Disponível em: <https://www.observatoriodaimprensa.com.br/primeiras-edicoes/gnero-opinativo/>. Acesso em: 12 de agosto de 2022.

CASTELLO, José. Um gênero brasileiro. **Gazeta do Povo**, out. 2008. Disponível em: <https://www.gazetadopovo.com.br/caderno-g/um-genero-brasileiro-b3s20obhu7w9ibok7g0gd95xq/>. Acesso em: 12 de agosto de 2022.

DORES, Kelly. Brasil tem quase 1 milhão de influencers mapeados por empresa. **Propmark**, out. 2019. Disponível em: <https://propmark.com.br/digital/brasil-tem-quase-1-milhao-de-digital-influencers-mapeados-por-empresa/>. Acesso em: 27 de agosto de 2021

EIRAS, Natália. Os filtros do instagram estão mudando a nossa aparência na vida real? **Elle**, mar. 2020. Disponível em: <https://elle.com.br/beleza/filtros-instagram-nos-deixam-iguais-2>. Acesso em: 18 de agosto de 2021.

HALLETT, Emma. Filtros no Instagram: a modelo por trás da campanha #filterdrop, pela exibição de 'peles reais'. **BBC News**, 13 set. 2020. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/salasocial-54092950>. Acesso em: 13 de janeiro de 2022.

INSTAGRAM faz 10 anos como uma das maiores redes sociais do mundo e de olho no TikTok, para não envelhecer. **G1**, 06 out. 2020. Disponível em: <https://g1.globo.com/economia/tecnologia/noticia/2020/10/06/instagram-faz-10-anos-como-uma-das-maiores-redes-sociais-do-mundo-e-de-olho-no-tiktok-para-nao-envelhecer.ghtml>. Acesso em: 30 de novembro de 2022.

LIRA, Ariana Galhardi; GANEN, Aline de Piano; LODI, Aline Sinhorini; ALVARENGA, Marle dos Santos. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, p. 164-171, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v66n3/0047-2085-jbpsiq-66-3-0164.pdf>. Acesso em: 30 de novembro de 2022.

MARQUES DE MELO, José; ASSIS, Francisco de. Gêneros e formatos jornalísticos: um modelo classificatório. **Intercom: Revista Brasileira de Ciências da Comunicação**, São Paulo, v. 39, n. 1, p. 39-56, jan./abr. 2016.

MARTINO, Luís Mauro Sá. **Teoria das mídias digitais: linguagens, ambientes e redes**. Rio de Janeiro: Vozes, 2014.

MORAES, Fabiana. Filtros de selfie que afinam nariz e rosto incentivam racismo e cirurgias plásticas entre jovens. **The Intercept Brasil**, abr. 2022. Disponível em: <https://www.intercept.com.br/2022/04/19/filtros-selfie-cirurgias-plasticas-jovens/>. Acesso em: 02 de maio de 2022.

MORAIS, Natallya Silva Dantas; BRITO, Max Leandro de Araújo. Marketing digital através da ferramenta Instagram. **e-Acadêmica**, Rio Grande do Norte, v. 1, n. 1, e3, p 1-4, abr. 2020.

RAMPHUL, Kamleshun; MEJIAS, Stephanie G. Is” Snapchat Dysmorphia” a real issue?. **Cureus**, mar. 2018. Disponível em: <https://www.cureus.com/articles/11237-is-snapchat-dysmorphia-a-real-issue#!/>. Acesso em: 26 de agosto de 2021.

SIBILIA, Paula. **O show do eu**: a intimidade como espetáculo. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

TEMPO gasto nas mídias sociais 2021. **Cuponation**, 2020. Disponível em: <https://www.cuponation.com.br/insights/temponasmidias-2021>. Acesso em: 27 de agosto de 2021.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza**: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018, 477 p.

APÊNDICE A - TEXTO 1 - Existe beleza sem filtro?

Existe beleza sem filtro?

Passeando pelo Instagram, entre pores do sol, selfies, anúncios e algumas imagens acompanhadas de “O de hoje tá pago”, “Deus no comando”, e “Gratidão” e mais uma enxurrada de conteúdo da sessão “explorar”, detenho-me em um desafio lançado por Ana Furtado, 49 anos, ex-apresentadora da TV Globo, jornalista, atriz e empresária. Ela levanta questões sobre a autoaceitação feminina, beleza natural e sem filtros. Propõe que mulheres gravem a si mesmas utilizando um filtro de embelezamento. Depois retirem esse filtro e se posicionem em frente a uma fonte de luz natural, que mostre a pele com detalhes. E, em seguida, deem um zoom no próprio rosto. Enquanto isso, ela mesma aparece no vídeo seguindo todos os passos. A diferença é grande e é um pouco angustiante perceber que a imagem do filtro não era real.

Quantas vezes eu não me senti assim? Quando eu abro meu Instagram, raramente vejo fotos e vídeos de mulheres reais. Não as julgo, porque, assim como elas, eu também “edito” algumas imperfeições que me incomodam. Surpreendente mesmo é quando uma mulher posta uma foto “natural” e, geralmente, ainda vem acompanhada da *hashtag* #semfiltro. Se for uma celebridade, vira assunto até de páginas de fofoca. Naturalmente, a sociedade machista cobra uma aparência perfeita das mulheres, ainda mais quando se trata de mulheres que estão sempre na mídia, como Ana Furtado, que, além de ter, atualmente, 5.8 milhões de seguidores no Instagram, já atuou em diversas novelas e também apresentou na Globo, a maior rede de televisão brasileira, programas como “Vídeo Show”, “Encontro com Fátima Bernardes” e “É de Casa”.

Mulheres com essa visibilidade são sempre alvo dos sites de fofocas, das revistas, dos paparazzi e de páginas famosas nas redes sociais, que, geralmente, antes de comentar o seu desempenho no trabalho, criticam a aparência da mulher. Vale lembrar também que Ana Furtado começou sua carreira como modelo, uma profissão muito cruel com as mulheres na cobrança por um corpo cada vez mais magro. Como se não bastasse a pressão estética, Ana ainda ganhou fama de apresentadora substituta, o que lhe rendeu, inclusive, muitos memes nas redes

sociais, pois, apesar de não ter um programa próprio, era sempre prontamente colocada para substituir qualquer pessoa que precisasse se ausentar de um programa. Por ser casada com Boninho, diretor muito famoso e poderoso da TV Globo, conhecido principalmente por estar à frente do grande reality show Big Brother Brasil, chega a ser diminuída ao papel de “mulher do Big Boss”.

Ao mesmo tempo, Ana continua se encaixando em muitos padrões de beleza. É engraçado acompanhar seu discurso, pois, para uma mulher como ela, aparecer sem filtros no Instagram é muito diferente do que seria para outras mulheres, já que todas as “imperfeições” são escondidas e retocadas através dos procedimentos de beleza. Quem acompanha o universo dessas celebridades sabe bem que grande parte delas é adepta dos famosos tratamentos e procedimentos estéticos que prometem manter a jovialidade e a beleza. Aos 49 anos de idade, Ana não é mais uma mulher tão jovem. No entanto, não quer ser tomada pelas rugas e marcas naturais que chegam com a idade, por isso recorre a tratamentos e procedimentos.

Certo dia, entre comes, bebes, risos e fofocas, bem no meio de uma comemoração de aniversário, ouço alguém questionar: “Ô, Marlene!”, (nome fictício, para preservar a mulher citada), “Quantos anos cê tá fazendo mesmo?”. Era provocação. Todos sabem que é praticamente um pecado perguntar a idade dela. Nos seus aniversários, a aposta é sempre a mesma e a gente se pergunta: “Quantos ela tem?”. A curiosidade permanece ano após ano, mas o que me intriga é o medo de envelhecer que paira sobre ela. Por que revelar a idade é algo que tanto lhe desagrada? Será porque a sociedade proíbe a nós, mulheres, de envelhecer? Por que, para ser bonita, é preciso ser jovem? Eu acredito que ela pensa assim. Mas eu, se estivesse no lugar dela, queria mais era revelar a minha idade mesmo. Bonita do jeito que ela é, tendo a idade que eu imagino que ela tenha, todos iriam morrer de inveja e perguntar se estou sendo conservada no formol.

Por que o medo de envelhecer assombra tanto as mulheres? Nós, mulheres, somos criadas para agradar aos outros, principalmente aos homens, tanto em comportamento, quanto em aparência. Além de recatadas e do lar, temos que ser lindas para o olhar masculino e para o olhar de outras mulheres, que acabam se tornando nossas rivais. Mas nunca conseguimos ser bonitas o bastante, porque ser bonita nessa sociedade significa ser branca, magra, sem deficiência, sarada (mas não muito!) e jovem. Eternamente jovem. De preferência, com um pouco mais de peito e

um pouco mais de glúteos. E mais uma infinidade de coisas. Tudo isso ao mesmo tempo.

As mulheres são diversas, mas a pressão por esse ideal de beleza atinge todas nós, de diferentes formas. E é relativamente fácil ser bonita sem filtros como Ana Furtado, que levanta a hashtag em suas redes, usando produtos de beleza com valores exorbitantes. É relativamente fácil ser bonita sem filtros, tendo tempo e dinheiro de sobra para fazer sua rotina de skincare com os melhores e mais caros produtos do mercado de beleza. E essa rotina inclui sérum facial, vitamina C, hidratante facial, hidratante labial, máscara de hidratação, entre outros. Também é relativamente fácil ser bonita tendo acesso a alimentação equilibrada, atividade física, cultura, saúde de qualidade e todos os seus direitos básicos e condições materiais de existência garantidos, sendo que algumas mulheres não têm condições nem de comprar um creme hidratante corporal no supermercado. Algumas, mal conseguem garantir alimento em quantidade e qualidade suficiente. É relativamente fácil ser bonita sem ter que trabalhar 8h, 10h 12h por dia e ainda pegar condução e cuidar da casa e da família.

E, aí, eu me lembro da Marlene e me pergunto quanto tempo da vida ela teve que dedicar para retardar o envelhecimento. E se ela já teve que parcelar um tratamento dermatológico ou se já gastou o único dinheiro que tinha guardado em um procedimento estético. Ou se ela só tem o que eu chamava de “genética boa”. A “genética abençoada” que eu tanto queria ter. Talvez ela nunca tenha feito nenhum esforço para envelhecer “tão bem”, como todos dizem. E isso não pode ser motivo para que eu me compare com ela. Porque, talvez, eu não tenha a mesma “sorte” que a Marlene. Talvez, para ter o mesmo destino, eu precise gastar tanto tempo, tanto dinheiro, abrir mão de tantas experiências e de tantos prazeres, que, no fim, não valha a pena. Porque a vida real não tem filtro. E eu acho que eu quero é viver sem filtro mesmo. Dar muitas risadas, conhecer muitos lugares e comer muitas comidas gostosas. Quero que minha vida, meu tempo e meu dinheiro sejam para me fazer feliz, não para agradar a alguém. E, a cada dia, meu corpo vai ter uma porção de novas histórias para contar. E, quando envelhecer, vai estar estampado no meu rosto, sem filtro nenhum, o quanto eu vivi.

APÊNDICE B - TEXTO 2 - Foco, força, fé e lipoaspiração

Foco, força, fé e lipoaspiração

No trabalho do meu namorado, a maioria dos funcionários é mulher. Certa vez, propuseram lá o seguinte desafio, completamente descabido: a mulher que conseguisse emagrecer mais, durante o período de um mês, ganharia um prêmio em dinheiro e uma faixa simbólica, como aquelas usadas pelas misses. A princípio, para quem escuta tal história, pode até parecer mais um desafio simples e inocente. Mas, na verdade, principalmente para aquelas mulheres, aquilo se tornou uma prova de fogo e, para uma delas em específico, literalmente, uma prova de vida ou morte.

Karen (nome fictício), a colega vencedora do desafio, emagreceu 6 quilos. Porém, durante o tempo desse desafio, ela se submeteu a diversos métodos perigosos, incluindo medicamentos emagrecedores, como o Xenical, remédio que custa mais de R\$200 (quase o valor do “prêmio” do tal desafio). Remédio que só deveria ser vendido e comprado com receita médica. Pois provoca efeitos colaterais seríssimos, como infecção respiratória, pedra nos rins, anemia, osteoporose e por aí vai... Um remédio que é indicado para tratamento de pacientes com fatores de risco associados ao sobrepeso e obesidade, o que, definitivamente, não era o caso da Karen. Mas, para ela, valia de tudo para vencer esse desafio, até mesmo receitas malucas e jejuns de mais de 24h. Tudo isso sem nenhum acompanhamento médico. Inclusive, Karen chegou a desmaiar em um dia em que acompanhava sua tia ao médico, justamente pelo fato de estar há muitas horas sem se alimentar.

Em 2017, durante o programa *The Bate Boca*, apresentado pelos jornalistas Léo Dias e Bruno Chateaubriand, que permaneceu ao vivo no Facebook durante o intervalo, a influenciadora digital, empresária e agora ex-BBB Bianca Andrade, 28 anos, mais conhecida como Boca Rosa, deixou escapar que emagreceu através de lipoaspiração. Para seu público, a história era outra: a influenciadora alegava que as mudanças em seu corpo teriam ocorrido depois de ela ter modificado sua alimentação.

Os seguidores de Bianca, naquela época, eram mais de 13 milhões e, atualmente, já são 18,4 milhões. Inclusive, é muito possível que eu estivesse entre eles ou que a colega do meu namorado ainda esteja. A grande maioria deles não

possui as mesmas condições que a blogueira para recorrer a procedimentos cirúrgicos. Mesmo através de alimentação saudável e atividade física é possível dizer que essas pessoas não poderiam alcançar resultados similares. Tanto porque cada corpo é diferente, quanto porque o estilo de vida que possuem é completamente diferente do da blogueira. E esse “estilo de vida” não é uma questão de escolha, na grande maioria das vezes.

É muito comum recebermos elogios a cada vez que emagrecemos. Quem nos elogia não faz a menor ideia do motivo da perda de peso. Já vi pessoas emagrecerem muito rapidamente por causa de uma diabetes ainda não diagnosticada. Já ouvi relatos de pessoas que perderam peso após crises severas de ansiedade e depressão e que, ao contarem isso, tiveram como resposta: “Pelo menos você emagreceu”.

A cantora Kelly Key, 39 anos, – aquela do hit “Baba Baby”, que bombou em 2001 – é outra personalidade presente nas redes sociais, com 8,7 milhões de seguidores, para os quais mostra uma rotina intensa de treinos para manter a boa forma. Grandes marcas usam o alcance de mulheres como ela nas redes sociais para se promover e vender seus produtos. Em uma dessas postagens, a agora influenciadora digital fitness surge em seu perfil trazendo uma publicidade paga de um tal batom que emagrece, alimentando em seu público, que agora talvez deposite todas as suas esperanças naquele método milagroso, o desejo ter o corpo da celebridade.

Com essa ideia de que é só ter “foco, força e fé”, ao assistir Bianca Andrade dizendo como emagreceu apenas baseando sua alimentação em “comidinhas da terra”, mulheres, como aquela colega de trabalho do meu namorado, fazem dietas super restritivas e se negam a comer qualquer coisa que seja considerada um vilão do emagrecimento. Quando não emagrecem – ou até emagrecem, mas acabam ganhando peso novamente, já que ninguém consegue viver a vida inteira em tanta restrição –, essas mulheres, além de permanecerem insatisfeitas, ficam frustradas e pensando que a culpa está nelas, que não devem ter tido “foco, força e fé” o suficiente.

Depois de não perder peso, mesmo passando horas, muito mais do que o saudável, na academia, onde é muito comum a frase “no pain, no gain”, a culpa deve ser da mulher, que não se sacrificou o bastante. O jeito deve ser fazer a dieta da luz, igual às plantas (água mais luz é igual a fotossíntese). O jeito deve ser comprar um remédio no mercado clandestino. O jeito é testar o batom emagrecedor da Kelly Key. Por fim, o jeito é entrar na faca mesmo. Cortar cada pequeno gasto e juntar dinheiro até poder pagar pela cirurgia. Talvez morrer em uma clínica.

Morrer em um clínica, depois de uma vida inteira ouvindo que você só seria feliz depois de atingir determinado tipo de corpo, que vestir um biquíni ou qualquer roupa que revelasse suas dobrinhas e celulites era falta de bom senso, que não ser magra era desleixo e falta de cuidado. Depois de ser bombardeada com anúncios que vendiam soluções milagrosas para perder aquela gordurinha que você nunca nem tinha reparado que existia, alguém vai dizer, assistindo à notícia no jornal sobre a sua morte, que você era louca, obcecada por beleza, que você era fútil e "morreu de bobagem". Afinal, "essa menina já era tão bonita antes".

APÊNDICE C - TEXTO 3 - Perfeição fabricada

Perfeição fabricada

Hoje em dia, quando acabamos de conhecer alguém, primeiro, trocamos o arroba do Instagram, antes mesmo de pensar em trocar os números de telefone. Muitas vezes, ao entrar na rede social daquela pessoa, temos a impressão de que não é a mesma que acabamos de conhecer. Ou então conhecemos uma pessoa primeiro no Instagram e, quando nos deparamos com ela pessoalmente, temos a impressão de que é alguém completamente diferente.

Nós publicamos nas nossas redes as fotos em que nos consideramos bonitos. Mais do que isso, publicamos as fotos em que temos uma aparência que, acreditamos, as outras pessoas nos acharão belos. Queremos que os outros vejam, curtam e elogiem nos comentários. Mas enxergar beleza em si mesmo não é uma tarefa muito fácil nos dias de hoje. Estamos sempre em busca de uma perfeição que não existe na vida real. Se não existe na vida real, o jeito é fabricar no mundo virtual. Para isso, existem várias ferramentas de edição de imagem disponíveis. O Photoshop já é um velho conhecido. Mas, se antes a edição das fotos necessitava de um programa complicado, muitas vezes “pirata”, de um conhecimento profissional, de muitos gigas de memória no PC e um bom processador, agora existem diversas ferramentas gratuitas, intuitivas e que cabem no aparelho celular, na palma da mão. Você pode usar até um aplicativo diferente para cada etapa da edição, inclusive.

Lembro-me de uma colega dos tempos de escola. O Instagram não havia sido lançado há tanto tempo e o Snapchat estava em alta. Todos nós estávamos muito presentes nas redes sociais. Lembro-me dessa colega em específico, a Catarina (nome fictício), porque era uma das pessoas que mais manipulava a própria imagem nas fotos que publicava. Para disfarçar olheiras, manchas e, principalmente, espinhas – o que, naquela época, nós tínhamos de sobra –, seu rosto chegava a ficar embaçado, com um efeito de “blur”, literalmente borrado. Nós nos encontrávamos todos os dias na escola e essa também era a frequência com que ela costumava postar fotos. E todos os dias era possível comparar, frente a frente, a imagem real e a imagem virtual.

Essa situação acontece não só com as pessoas comuns, não famosas, mas também com as celebridades. Na verdade, talvez, só façamos isso por influência de pessoas famosas, pois, quando vemos suas fotos, também desejamos ter aquele corpo perfeito que vemos no feed. A influenciadora digital mineira Camila Loures, 28 anos, por exemplo, constantemente é alvo de uma enxurrada de críticas na internet quando se trata desse assunto. Ela modifica tanto a imagem que posta nas redes, que, quando é flagrada por paparazzi em algum evento ou na rua, a comparação é imediata. Camila é uma jovem influenciadora, mas com histórico muito privilegiado. É uma youtuber milionária, filha de um famoso vendedor de automóveis de luxo e dona de três mansões em Minas Gerais e uma em São Paulo. Inclusive, a primeira delas está localizada na Pampulha, bairro nobre da capital Belo Horizonte. O seu perfil no Instagram conta, até o momento, com 18,3 milhões de seguidores. Ou seja, milhões de mulheres estão ali, se inspirando nela, no seu estilo de vida, nas suas fotos e na sua opinião.

Há uma frase que diz: “Se você não paga pelo produto, você é o produto”. Nenhum de nós paga para acessar as redes sociais. Ao mesmo tempo, elas são uma grande fonte de lucro. Mas não para nós, pessoas comuns. O Instagram é como uma vitrine. Justamente por isso, muitas marcas investem pesado em publicidade paga no perfil de influenciadores, como Camila Loures, por exemplo. Nas redes sociais, tudo está à venda. Lifestyle, cultura, viagens, dietas, cosméticos, harmonização facial, cursos – até curso de como vender curso –, etc. E, por fim, até nossos corpos. Dentre mais uma infinidade de coisas.

Além de ser uma vitrine, a rede social também é uma fonte inesgotável de comparações. Não é à toa que influenciadores ganham procedimentos estéticos gratuitamente em troca de dar visibilidade àquele serviço. Nesse caso, o papel do influenciador é provocar no seu público o desejo de ter algo que não possui, através da comparação. A comparação gera insatisfação e a insatisfação gera consumo. Depois que consumimos, acabamos alimentando o mesmo ciclo, por fazer com que outras pessoas do nosso convívio se comparem conosco.

Sabemos que a insatisfação corporal reina na Internet. O problema é que, muitas vezes, nos comparamos com coisas que não são reais, como as fotos super retocadas das celebridades. Assim, recorremos a aplicativos e truques para alcançar aquele corpo, também conquistado através de aplicativos e truques, sem saber que o que vemos também não existe na vida real. E acabamos fazendo com que outras

peças do nosso convívio virtual utilizem os mesmos aplicativos e os mesmos truques, inspirando-se na nossa aparência, que, por sua vez, foi inspirada pelos corpos irreais das celebridades no Instagram. Nos encontramos no centro de uma engrenagem que movimentamos como hamsters correndo em rodinhas. Movimentamos uma máquina que, para acumular riqueza nas mãos de alguns, não se importa de nos adoecer, empobrecer ou destruir. Quanto mais infelizes formos, mais a máquina gira e mais perto eles estarão do seu objetivo.

APÊNDICE D - TEXTO 4 - Bonita em um passe de mágica

Bonita em um passe de mágica

Depois de uma vida inteira de constrangimento e insatisfação com o próprio corpo, tudo que a gente queria era poder resolver tudo em um “clic”. Algo rápido, indolor, permanente e sem efeitos colaterais. Uma pílula, um implante, uma simpatia, um passe de mágica... Alguns famosos, como a influenciadora digital Virginia Fonseca, 23 anos, contam sobre os “milagres” do chip da beleza, que é nada mais, nada menos, que uma bomba de hormônios injetada no corpo. Olha aí, o passe de mágica. Virginia começou a publicar vídeos nas redes sociais aos 17 anos e atualmente soma mais de 42,4 milhões de seguidores de sua conta no Instagram. Além disso, é casada com o cantor Zé Felipe, filho de um dos grandes nomes do sertanejo, o cantor Leonardo. Além do sucesso nas redes, Virginia também é dona de uma grande marca de produtos de beleza (We Pink) que em 2022 faturou 168,6 milhões e da linha de cuidados infantis Maria’s Baby.

O que o chip da beleza, famoso entre as celebridades, promete? O “chip” é, na verdade, um tubo de silicone que libera um hormônio masculino sintético, a gestrinona, que favorece a diminuição da gordura corporal, ganho de massa muscular e redução da celulite, entre outras coisas, como aumento da libido e interrupção da menstruação. Mas é como diz aquele ditado: “Quando a esmola é muita, o santo desconfia.”

Esse tal chip, que nem é chip, para começo de conversa, não é sequer liberado pela Anvisa e é reconhecido como anabolizante fora do país. Rápido? Sim. Indolor? Talvez. Permanente? Mais ou menos. Sem efeitos colaterais? Aí, já não dá para garantir. Na verdade, os efeitos adversos relatados são aqueles que já cansamos de ouvir falar quando se trata das “bombas”: mudanças na voz, acne, aumento dos pelos do corpo, aumento do clitóris, queda de cabelo, etc... A cantora Gretchen, 63 anos, por exemplo, chamou a atenção nas redes sociais depois de exibir fotos de pelos em todo corpo. A imagem logo causou estranheza na internet, pois os pelos “surgiram” de forma repentina e em uma quantidade excessiva. E o que será que pode ter causado isso? Para os seguidores da cantora, esse resultado se deu por conta do uso

excessivo de hormônios consumidos por Gretchen, que também nunca escondeu o quanto é preocupada com a estética.

Ok, um produto milagroso, todos nós já quisemos ter, pelo menos uma vez na vida. Mas a parte difícil de entender é: como um profissional de saúde prescreve um método altamente inseguro e duvidoso para seus pacientes? Mais do que isso: como alguém usa a influência que tem para colocar em risco as pessoas que confiam nela? Na verdade, difícil é aceitar. Para entender, é só seguir o dinheiro. Do bolso de quem ele saiu até o bolso de quem ele vai encher? De milagres, a Internet está cheia, mas de graça eles não saem.

Quando falamos em truques de mágica, sabemos que o segredo principal é que nem tudo é o que parece. Com uma mão, o mágico faz um malabarismo, enquanto recita palavras, mas é na outra que o truque acontece. Os influencers e os médicos oportunistas, com uma mão – a mesma mão que usam para receber o seu dinheiro – , te mostram um corpo perfeito pós implante. E, na outra mão, escondem, junto com a fortuna acumulada de outras vítimas e uma pilha de processos no Jusbrasil, o AVC, a trombose, o câncer e o pesadelo estético com os quais você vai ter que lidar no futuro. O mágico é um artista. Mas esses aí são charlatões.

APÊNDICE E - TEXTO 5 - Comida é afeto

Comida é afeto

Comida para mim sempre foi algo muito afetivo, eu não como simplesmente pelo fato de sentir fome. Comida não é só um aglomerado de nutrientes, vitaminas e minerais. Comida é cultura, é socialização, é afeto. E, claro, comida é saúde também. E saúde tem mais a ver com equilíbrio do que com restrição. Isso porque fazemos desse momento uma oportunidade de nutrir não apenas o nosso corpo, mas principalmente os nossos afetos, as nossas relações e a nossa alma.

Quem é de Minas Gerais, por exemplo, sabe que a gente nunca vai embora da casa de alguém sem antes tomar um cafezinho e comer um bolinho, um biscoito ou um pãozinho de queijo. E aniversário sem bolo, então? Não tem base um trem desse! Em meu último aniversário, viajei para o réveillon e acabei ficando sem o tradicional bolo. Mas, quando voltei para casa, alguns dias depois, fiz questão de todo aquele ritual de cantar os parabéns ao redor de um delicioso bolo, bem chocolatado. Para mim, definitivamente, não existe aniversário sem bolo, nem que seja uma mísera fatia de bolo com uma velinha acesa. Comi aquele bolo com tanta vontade e alegria que sinto pena quando paro para pensar na vida literalmente sem doce da Maíra Cardi. Enquanto ela tem se privado do que ela diz que são os vilões da dieta, eu ainda sinto o doce gosto do meu bolo de aniversário

Ninguém come nutrientes, come comida. Ninguém toma vitamina de cálcio e frutose no café da manhã. Ninguém almoça um prato de carboidrato, proteína, ferro e fibras. Aos fins de semana, ninguém sai para comer um sanduíche de gordura saturada. Sua avó nunca vai te contar histórias do pé de vitamina C que a casa dela tinha na infância.

A Internet está repleta de gente que ignora tudo isso e se diz especialista em emagrecimento, sendo que essa especialidade nem existe na área da nutrição. Um exemplo disso é Maíra Cardi, 39 anos, que se define como coach de emagrecimento e vende para seus 8,5 milhões de seguidores no Instagram cursos com receitas e dietas milagrosas para que você atinja o corpo dos sonhos. Obviamente, o corpo dos sonhos ao qual ela se refere não se trata de um corpo saudável e feliz, mas do corpo

padrão, sem gordurinhas localizadas, sem celulites, sem flacidez... Enfim, sem identidade. É praticamente impossível entrar no Instagram dela e não se chocar ao se deparar com vídeos manipuladores e sensacionalistas, em que ela condena açúcares, carboidratos e todo tipo de alimento que, a seu ver, não são saudáveis e só atrapalham o processo de emagrecimento. Nem as frutas escapam do terrorismo alimentar que ela promove. Qualquer nutricionista sério ficaria de cabelo em pé.

Nesse mundo de influenciadores fitness que promovem mais doença do que saúde, o negócio é tomar um shot acelerador de metabolismo pela manhã em jejum, antes do shake de proteína e colágeno e das gominhas de vitamina. No máximo, ovos e batata doce pesados na balança na hora do almoço. De preferência, fazer jejum, como Maíra Cardi alega ter feito por sete dias e incentiva que seus seguidores também façam. Afinal, se ela consegue, todos conseguem. É só ter força de vontade. O próximo vai ser de duas semanas.

No ano de 2022, Maíra fez um rebuliço nas redes sociais quando Arthur Aguiar, seu marido naquela época e então participante do Big Brother Brasil, comeu pão, estragando, segundo ela, todo o trabalho que ela havia tido para moldar aquele corpinho. Comida de verdade, nem pensar. Engorda. A “empresária do emagrecimento” até lançou na rede o descabido termo “estupro alimentar”, que seria o ato de incentivar uma mulher que está em dieta a consumir alimentos “proibidos”, colocando isso no mesmo patamar criminoso de uma violência sexual.

Sentir culpa por comer não é nada saudável. Se tem uma coisa saudável, é sentir prazer em comer, já que é algo que precisamos fazer todos os dias, várias vezes por dia, até o fim da nossa vida. Comer sem culpa não é crime. Crime é usar a Internet para disseminar desinformação e ganhar dinheiro com o adoecimento físico e mental de milhões de pessoas.

APÊNDICE F - TEXTO 6 - Frankensteins do século XXI

Frankensteins do século XXI

Volta e meia, alguma coisa vira moda no mercado da beleza. Já foi moda alisar o cabelo e colocar piercing no umbigo. Já na era da Internet, tivemos a moda da base “reboco”, da micropigmentação de lábios e sobrancelhas, da extensão de cílios. Também não é de hoje que vemos pessoas recorrerem a cirurgias, como lipoaspiração e implante de silicone. Chegamos a conhecer casos de celebridades que tiveram seus rostos deformados após sucessivas plásticas. Mas, se antes esses casos eram exemplos raros de pessoas obcecadas que perderam a mão, agora parece fácil fazer uma lista desses acontecimentos, contando inclusive com pessoas conhecidas.

Estamos vivenciando uma onda de procedimentos invasivos, muitas vezes envolvendo cirurgias e injeções que têm o poder de modificar completamente as feições de uma pessoa. É harmonização facial, fio de PDO, lentes de contato dental, botox, ácido hialurônico... Aliás, parece que as pessoas ficam tão viciadas em preenchimento hialurônico que se tornam reféns dele. A impressão que dá é que, uma vez que você usa o ácido hialurônico, não consegue ficar sem.

Uma conhecida digital influencer da minha cidade tinha naturalmente lábios bem contornados e marcados. Porém, acabou cedendo ao preenchimento labial por sucessivas vezes e os seus belos lábios se tornaram imensos e exagerados. Por mais que as pessoas falem com ela que não é necessário se submeter a isso, ela insiste. E como fica a responsabilidade e o senso do profissional? Quem seria o mais irresponsável? A digital influencer que se submete ao preenchimento, uma vez que lábios preenchidos estão “na moda”? Ou o profissional que aceita realizar as vontades de sua paciente a todo custo, em troca do seu pagamento – ou em troca de permuta? Muitas vezes, é assim que essas blogueiras trabalham. Elas ganham o procedimento e, em troca, fazem aquela publi nos stories exaltando o resultado.

Flávia Pavanelli, 24 anos, é atriz, youtuber e também influenciadora digital. Está na casa dos 19,1 milhões de seguidores, diferente daquela influencer que é minha conterrânea e que, aqui, chamarei de Franciele, que tem “apenas” 21,9 mil seguidores.

Flávia se destacou muito participando de duas telenovelas infantojuvenis no SBT e também já fez sua estreia no cinema nacional. Há algum tempo, ela publicou em sua conta no Instagram que retirou o preenchimento labial que possuía, alegando que gosta mais de seus lábios naturais e menos volumosos. Por que tal decisão agora? Talvez tenha percebido que “perdeu a mão” e esteja tentando reverter o exagero enquanto é tempo, depois de sofrer duras críticas na internet. Quando foi entrevistada pelo jornalista Léo Dias para o portal de notícias Metrôpoles, Flávia alegou que o ácido hialurônico provocou bolinhas em seus lábios e que o ácido não estava no lugar certo. Quem segue a influencer acompanhou os infinitos procedimentos aos quais ela já se submeteu, desde o início de sua carreira até os dias de hoje. Quando olhamos fotos antigas de Flávia Pavanelli e as comparamos com os dias atuais, logo percebemos que não parece se tratar da mesma pessoa.

Sthefane Matos, 23 anos, é outra digital influencer e youtuber muito popular na marca dos 10,5 milhões de seguidores. Além de influencer, é também ex-participante do reality show “A Fazenda” e começou na Internet postando vídeos de “trollagem” junto com seu ex-namorado, o influenciador Abner Pinheiro. Com ele, formou uma família envolvida em polêmicas, como traições e falsa paternidade. Assim como Flávia, Sthefane se transformou em outra pessoa fisicamente. No entanto, as consequências que ela sofreu foram além do físico, pois deixaram traumas psicológicos.

Sthefane reúne em sua lista três rinoplastias mal sucedidas. A primeira rinoplastia foi para mudar seu nariz esteticamente, como afinar e empinar. Sthefane é uma mulher negra, com traços e características marcantes de sua ancestralidade, como o cabelo crespo e o nariz largo e achatado. O padrão de beleza vigente se baseia no tipo físico nas características das pessoas brancas. Se quisermos nos encaixar nesse padrão, muitas vezes temos que apagar qualquer traço de origem não-branca da nossa aparência. Pessoas negras, como Sthefane, frequentemente acreditam que precisam diminuir e afinar o nariz para caber nesse padrão racista. Ao mesmo tempo, os lábios fartos e carnudos característicos de pessoas de ascendência negra, que frequentemente eram alvo de ofensas racistas, quando incorporados por pessoas brancas, através de preenchimento labial, por exemplo, passam a ser parte do padrão.

Na literatura, Victor Frankenstein, personagem criado por Mary Shelley no século XIX, é um cientista que, após anos de estudo, decide criar um novo ser a partir

de partes do corpo de pessoas mortas. Para isso, passa a frequentar cemitérios e seleciona as melhores partes de cada cadáver que encontra, aquelas que melhor serviriam ao seu propósito. Estamos fazendo de nós mesmos uma espécie de Frankenstein, usando partes do corpo de outras pessoas como referência para modificar o nosso.

Queremos aprimorar cada componente da nossa imagem e nos transformar em outra criatura perfeita, segundo os padrões do Instagram e da TV. Queremos a cintura de uma pessoa, a barriga definida de outra; os olhos de uma pessoa, o cabelo de outra; os peitos de uma pessoa, a bunda de outra; o nariz de uma pessoa, a boca de outra... De nós mesmos, tudo o que resta é a insatisfação, que ainda estará lá quando os donos do dinheiro decidirem que o “mercado” precisa girar e, para isso, movimentem toda uma cadeia para te vender novas bocas, novos queixos e novas barrigas. Que, assim como os carros e os telefones celulares, foram feitos para ficar obsoletos.

APÊNDICE G - TEXTO 7 - Não basta não morrer, nós queremos viver

Não basta não morrer, nós queremos viver

Em 2014, Andressa Urach, 35 anos, passou meses na UTI, após complicações de uma aplicação de hidrogel que havia feito nas pernas cinco anos antes. Andressa atualmente é youtuber e escritora. Coleciona um número de 2,9 milhões de seguidores no Instagram, mas passou a ser mais conhecida depois de participar do reality show “A Fazenda”, no ano de 2013, onde foi apresentada pela equipe do programa como “Personalidade da Mídia” e por si mesma como “Vice Miss Bumbum”, por ter ficado em segundo lugar em um concurso que leva esse nome. Também já foi dançarina do cantor Latino e assistente de palco do programa Legendários, da Record. Seis meses antes da internação, Andressa já havia sofrido uma infecção decorrente desse procedimento e chegou a fazer a retirada do hidrogel. Ainda assim, voltou a ter complicações gravíssimas mais tarde. O caso teve grande repercussão e apareceu em diversos telejornais, virando um assunto popular, de almoço de família a tema de redação na escola.

Recentemente, li uma matéria sobre o caso feita pela revista Veja, na época em que aconteceu. Nessa matéria, é citada uma fala de Andressa em entrevista ao programa TV Fama, da Rede TV. “Eu vim do interior e sonhava em ser uma grande apresentadora. Aí pensei: como posso ser vista? Eu nasci feia, então eu fiz todas as cirurgias plásticas possíveis. Eu era feia, barrigudinha e narigudinha”, diz Andressa na citação apresentada. Isso me fez pensar em como, de certa forma, essa fala tem a ver com casos de pessoas próximas a mim e até comigo mesma, apesar de eu nunca ter chegado a fazer um procedimento cirúrgico para fins estéticos.

Uma amiga, muito próxima por sinal, colocou prótese de silicone aos 15 anos de idade. Estávamos no primeiro ano do ensino médio. Naquela época, o implante de silicone era um sonho de muitas garotas do colégio, inclusive eu. Vivíamos comparando nossos corpos com os de outras meninas do nosso convívio ou de mulheres famosas. Um dia, ela faltou à escola, o que era raro. Continuou não aparecendo por mais alguns dias. Quando retornou, disse a todos, com uma história cheia de detalhes, que se ausentou por causa de um acidente em que seu cachorro,

um Golden Retriever enorme, a derrubou. Anos depois, admitiu que, na verdade, havia feito um implante de silicone – o que já era óbvio, claro.

Hoje, ela está com seus 25 anos. Já são 10 anos com um corpo estranho dentro de si. Sempre me recordo dessa situação. Nós ainda estávamos na escola, éramos meninas. Tão meninas que ela teve que inventar uma história absurda para ocultar a cirurgia e evitar os comentários que poderiam surgir no colégio. Nossos corpos estavam em fase de desenvolvimento e aquela menina, minha amiga, se submeteu a uma sala de cirurgia para se encaixar no padrão. Por mais que esse corpo estranho que ela carrega nunca tenha dado nenhum sinal de problema, e torço firmemente para que nunca dê, eu penso em quão prejudicial foi essa decisão aos 15 anos. Decisão essa que não foi só dela, pois também precisou da autorização dos pais, afinal, ela era uma adolescente. Aliás, precisou não só da autorização, mas também que seus pais financiassem o procedimento, pois, sendo menor de idade, ela não teria condições financeiras de arcar com uma cirurgia dessa.

Como eu disse antes, nunca cheguei a fazer um procedimento cirúrgico para fins estéticos. Mas e se, naquela época, eu tivesse a mesma oportunidade, com apoio dos meus pais (algo que nem sequer consigo imaginar, pois meus pais condenam muito a atitude da minha amiga, até hoje), com um cirurgião de acordo e com dinheiro suficiente, será que eu teria feito o mesmo? Muito provável que sim. Ou talvez não, não sei. No mínimo, ficaria bastante atraída pela ideia. Isso porque beleza e sucesso sempre andavam juntos na nossa cabeça e, de todos os lados, recebíamos a informação de que não éramos bonitas o suficiente.

Desde sempre, tenho afinidade com a área da comunicação. Quando assistia aos programas de televisão, me imaginava lá, naquele mesmo lugar. Assim como Andressa, eu também sonhava em ser uma grande apresentadora. E, assim como Andressa, eu também sentia que não tinha a aparência adequada para aparecer na TV. Nunca tive uma infecção quase fatal por aplicação inadequada de hidrogel, mas até hoje sofro com uma insegurança que nunca me abandonou. Uma insegurança que não me matou, mas me trouxe prejuízos incalculáveis. Uma insegurança que não me matou, mas poderia ter matado. Assim como matou a sobrinha da minha vizinha.

A sobrinha da minha vizinha deveria ter mais ou menos uns 30 anos. Eu não a conhecia, mas por foto achei ela muito jovem e bonita. Havia se casado há pouco tempo, na época em que minha vizinha me relatou essa história. Logo após se casar, decidiu realizar seu maior sonho e se submeteu a uma cirurgia estética para colocar

silicone nos seios. Menos de uma semana depois de realizar o procedimento, teve um quadro muito forte de embolia pulmonar. A situação se complicou e a recém casada faleceu. Claro que eu preferia ter ouvido falar sobre ela numa situação de felicidade e conquistas, mas a sobrinha da minha vizinha mal pôde aproveitar a fase de recém casada e muito menos apreciar o resultado final daquela cirurgia estética que tanto almejou.

Não é o caso de culpar as mulheres que fazem cirurgias plásticas. Estranho seria se nós estivéssemos satisfeitas com nosso próprio corpo, quando tudo ao redor nos influencia no sentido contrário. Também não é o caso de exigir que mulheres comecem, imediatamente, a se amar como são. Isso nem seria possível. Antes pudéssemos exigir o contrário: que parassem de fazer as mulheres se odiarem. Muitas mulheres, assim como a sobrinha da minha vizinha, morreram por causa da pressão estética. Outras, como Andressa Urach, estiveram à beira da morte. Algumas, como minha amiga, não morreram nem quase morreram, mas se sujeitaram a uma cirurgia que as tornasse mais atraentes ao olhar do outro, antes mesmo de ter condições de saber se aquilo era um incômodo verdadeiramente seu. E eu, como tantas outras mulheres, sempre me pego deixando de fazer ou vestir algo por vergonha do meu corpo. Não basta não morrer. Nós queremos viver.

APÊNDICE H - TEXTO 8 - Nossos cabelos, nossas histórias

Nossos cabelos, nossas histórias

Eu tenho uma priminha, a Rayane. Uso aqui um nome fictício para preservar a sua identidade. Digo priminha, pois ela ainda é uma criança. Apesar disso, desde os seus 3 anos de idade, a sua mãe escova os seus cabelos. Hoje em dia, ela tem apenas 9 anos e sua mãe segue escovando os cabelos dela. A Rayane tem um cabelo cacheado lindo, assim como o meu e de diversas mulheres desse Brasil. Mas, a vida toda, dia após dia, a vejo com seus cachinhos alisados por uma terrível prancha. Uma “simples prancha” de cabelo, que, dependendo do modelo, pode alcançar temperaturas que vão dos 50 aos 160 graus. O que, simplesmente por esse fato, já a torna muito agressiva para uma criança de 9 anos, quem dirá para uma de 3 anos, né? Mas o fato é que a prancha tem o poder de alisar nossos fios, pois provoca alterações químicas e físicas na estrutura do fio.

Esse fato dela viver com os cabelos alisados sempre me intrigava e me entristecia muito, porque eu já imaginava o porquê disso. Um dia, a questioneei sobre o fato dela viver com os cabelos escovados e ela me respondeu: “Minha mãe disse que meu cabelo é feio, por isso tenho que escovar”. Caramba, essa resposta me dilacerou por dentro, pois era apenas uma garotinha tão jovem, mas que já estava sendo “ensinada” a não gostar do próprio cabelo. Claro que, imediatamente, argumentei da maneira mais carinhosa possível, listando “n” motivos que demonstrassem que o cabelo dela já era lindo e que ele não precisava de nenhum tipo de procedimento para ficar bonito.

Quando a mãe da minha prima diz isso para sua própria filha, ela está ensinando a criança a se auto-odiar. Provavelmente, a mãe da Rayane é uma vítima do racismo, que incorporou ao próprio imaginário que a única beleza possível é a branca. E ela está repetindo uma frase que, muito provavelmente cresceu ouvindo, pois, assim como a filha Rayane, ela também escova seus cabelos durante uma vida toda. Ela está esmagando a autoestima da filha, como um dia também esmagaram a sua autoestima. Um caminho que muitas vezes leva mulheres a suportar agressões

de companheiros e maridos, porque não se amam o suficiente, não se consideram plenamente dignas de serem bem tratadas, amadas, admiradas.

Eu também tenho os cabelos cacheados, mas, diferente da mãe da Rayane, minha mãe, mesmo não “amando” meu cabelo, tentou me ensinar a gostar dele e a respeitá-lo. Por mais estranho que isso pareça, minha mãe conta que, quando engravidou de mim e do meu irmão, torceu muito para que nós puxássemos os cabelos bons do meu pai (para ela o cabelo bom é somente o cabelo liso). Resultado, eu e meu irmão nascemos com os cabelos cacheados. Lembro que quando criança eu já quis alisar o meu cabelo de vez, mas minha mãe, graças a Deus, nunca permitiu, pois eu era apenas uma criança.

A minha mãe nunca “assumiu” o seu cabelo e vive com inúmeras químicas e tratamentos para deixar os fios lisinhos. Com certeza, assim como a minha prima Rayane, ela cresceu ouvindo que seu cabelo era feio. Aí eu me questiono: qual teria sido o impacto na minha vida se a minha mãe também repetisse para mim o que ela cresceu ouvindo? Talvez hoje eu não gostasse do meu cabelo. E a minha prima Rayane? Como ela fica nessa história? Talvez ela nunca saia desse ciclo e repasse para as próximas gerações. Mas enquanto mulher e prima dela, não posso fechar os olhos para essa situação. Eu quero que ela cresça se amando e se sentindo linda, pois a sociedade diariamente coloca um peso enorme nas costas de nós mulheres. A vida já é dura demais com a gente, mulheres adultas, é por isso que ela merece uma infância e adolescência regada de amor para se preparar para os desafios da vida da mulher adulta.

E por isso, sempre que me deparo com fotos e vídeos da influenciadora digital e ex-BBB Camilla de Lucas, vem um turbilhão de pensamentos na minha cabeça. Inclusive lembro desta história da minha prima Rayane. Eu já conhecia a Camila através das redes sociais, mas é notório que ela se tornou ainda mais popular após sua participação no Big Brother Brasil 21 (BBB 21). Inclusive, consagrou-se como segunda colocada do reality show, ao lado da campeã Juliette Freire e do terceiro colocado, o cantor Fiuk. Camilla de Lucas, 28 anos, é youtuber, modelo e influenciadora digital, com milhões de seguidores em sua rede social, mas no ano de 2021 ela ganhou mais visibilidade durante o BBB 21. Junto da ascensão em rede nacional, também veio o racismo, disfarçado de críticas, especialmente porque Camilla é uma mulher negra.

Camilla já levantava a pauta do racismo nas redes sociais e no BBB 21 não seria diferente. Ela trouxe todas essas questões sociais que discutia em suas redes para a tela da TV. E, mais uma vez, os questionamentos que ela já sofria na internet, também chegaram nas telinhas. Camilla é uma mulher negra com cabelos crespos, periférica e também militante das causas sociais. Apesar do sucesso nas redes, eu sempre a via envolvida em “polêmicas” (não sei se essa seria a palavra ideal, mas é a que eu encontrei no momento) em torno do seu cabelo.

Camila nunca “assumiu” seu cabelo afro (não sei se “assumir” também seria a palavra ideal), apesar de ser tão militante nas causas raciais. Desde que a conheço, sempre a vi mudar de cabelo milhares de vezes, mas quase “nunca assumindo” seu black power. Quando era questionada pela mídia, ela falava que gostava de usar laces e sobre as mil possibilidades de penteados que esse acessório lhe trazia. Mas no fundo eu sempre pensava: “Será que é isso mesmo? Ou Camila é mais uma vítima da pressão estética que nós mulheres sofremos? Principalmente as mulheres negras, porque, de quebra, elas ainda lidam com o racismo. Eu não sei como foi a infância e adolescência de Camila, não conheço a fundo sua trajetória. Mas eu acredito que talvez o fato dela não usar seu cabelo black venha de muitos traumas e vivências do passado que seguem com ela até os dias de hoje. Ao mesmo tempo, essa espécie de acusação sofrida por ela (a de que ela não assume seu cabelo natural), é usada como uma forma de desacreditar as pautas defendidas por ela. Como se o público que a critica dissesse: “Use seu cabelo natural ou devolva já a carteirinha do clube antirracista!”

O que de fato acontece, é que não importa se a Camilla vai “assumir” seu cabelo black, ou continuar usando as laces que ela tanto gosta, o fato é que de toda forma ela sempre será julgada e criticada pela sociedade simplesmente pelo fato de ser mulher e ser uma mulher negra. Se ela usa seu cabelo natural, sofre ataques racistas. Se usa laces e apliques não é mais “empoderada” o suficiente. Seus gostos, suas preferências, sua liberdade e sua vontade de mudar não são levados em conta em nenhuma das duas alternativas. Para a sociedade racista em que vivemos, não importa nada do que ela faça, pois nunca se encaixará no padrão de beleza que a sociedade exige de nós. Esse padrão é inalcançável, pois é um padrão racista, misógino e machista e que, principalmente, esmaga a autoestima das mulheres. Afinal de contas, nós não queremos nos encaixar nesse padrão, nós queremos quebrar esse

padrão, esmagar esse padrão, pois é isso que ele fez a vida toda com a nossa autoestima.

A minha priminha Rayane não é uma menina preta, nem tem o cabelo black como Camilla. É uma menina parda que tem o cabelo cacheado. Ainda que existam diferenças entre as experiências dela, as minhas e a de Camilla, todas essas histórias estão interligadas. Porque os nossos cabelos, o nosso jeito de agir, a nossa maneira de falar, de vestir também contam um pouco sobre a nossa vida, sobre nossos traumas, sobre nosso passado e sobre o nosso presente. Juntos, pardos e pretos formam o grupo dos negros, que são a maioria da população do Brasil e principal alvo do racismo. Infelizmente, nós, mulheres, apesar dos direitos “conquistados” ainda lidamos com problemas do passado, do presente, mas seguimos lutando para que as mulheres das gerações do futuro encontrem uma sociedade que cobre cada vez menos de nós.

APÊNDICE I - TEXTO 9 - Para sempre, Clara

Para sempre, Clara

Clara Nunes, uma das maiores cantoras do Brasil, é natural de Paraopeba, minha cidade. Nasceu no distrito do Cedro, que hoje faz parte do município de Caetanópolis. As duas pequenas cidades, Paraopeba e Caetanópolis, são separadas apenas por uma ponte. É possível ir até a pé de uma cidade a outra. Os mais velhos dizem que houve um tempo de rivalidade entre os dois municípios, cada um alegando ser a verdadeira terra de Clara Nunes. Clara morreu jovem e no auge de sua carreira, mas deixou um legado que sobrevive até os dias de hoje.

Não é à toa que o município de Caetanópolis criou, em sua homenagem, um festival cultural que acontece todos os anos em agosto, próximo da data de aniversário da artista, para celebrar o talento, o sucesso e a história de Clara Nunes. O Festival Clara Nunes é um evento que ocorre gratuitamente na praça da Igreja Matriz e movimentada Caetanópolis, Paraopeba e diversas outras cidades da região e traz até mesmo fãs de outros lugares do país e do mundo. Dessa celebração, já participaram grandes nomes da música brasileira. A Velha Guarda da Portela, com quem Clara tinha uma grande ligação, todos anos marca presença.

Em novembro de 2022, a cidade de Caetanópolis fez a restauração da casa onde Clara cresceu. Eu estive presente na inauguração, que foi linda e emocionante e que, assim como o festival, reuniu gente do Brasil inteiro para saudar a grandiosa Clara Nunes. Muito antes disso, já existia na cidade a Casa de Cultura Clara Nunes, que tem as paredes decoradas com uma porção de fotos de Clara. Me lembro de, desde criança, visitar esse espaço, e observar aqueles retratos nas paredes. Não pude deixar de perceber como ela era uma mulher muito bonita e que chamava atenção por onde passava. O que também era constantemente reforçado por aqueles ao meu redor que eram seus contemporâneos. Como eu também frequento muito Caetanópolis, ouço sempre, entre os burburinhos da cidade, que além de muito bonita, ela era uma mulher muito preocupada com sua aparência. E esta informação sempre me chamou muita a atenção. Imagino que, mesmo sendo de uma cidade pequena, como mulher e, principalmente, como artista, Clara deve ter sofrido muito com a pressão estética sobre ela.

A história que conheço sobre a sua morte foi que ela morreu fazendo uma cirurgia estética. Essa é a versão que mais circula na região. Mas há controvérsias: alguns alegam que a cirurgia foi feita por questões de saúde. Fazendo uma pesquisa na biografia “Clara, guerreira da utopia”, em busca de uma fonte mais confiável do que os boatos, descobri que Clara começou a tratar varizes depois de uma cirurgia de remoção do útero. No capítulo do livro que trata da morte de Clara, o compositor Paulo César Pinheiro diz que a artista reclamava de dores nas pernas e acreditava que as varizes eram a causa da dor. Mas, ainda segundo Paulo, que era seu marido, Clara exagerava ao falar das dores que sentia. Não gosto da ideia de simplesmente tomar isso como verdade, pois é impossível medir o que o outro sente, por mais próximo que esse alguém seja.

Talvez, as dores de Clara tivessem mesmo outros motivos, como pessoas próximas alegam. Mas, por estar esteticamente incomodada com as varizes, quisesse algo que validasse seu desejo de removê-las. Essa resposta nunca teremos. Que Clara tinha grande preocupação com sua aparência é fato. A própria cantora chegou a dizer para a “Revista do Rádio”, em 1969, que uma cantora precisa ter é uma bela voz e uma ótima aparência. O que mais me choca, porém, é que essa declaração foi dada como resposta para a seguinte enquete: “Cantora tem que ter pernas bonitas?”. Ninguém jamais realizaria uma enquete perguntando se um homem cantor precisa ter pernas bonitas.

Um episódio que também ilustra a preocupação estética de Clara é um telefonema feito por ela a Bibi Ferreira, multiartista, de quem era amiga. Nesse telefonema, feito imediatamente depois do término de um show, Clara relata que está se sentindo muito mal devido aos olhares que o público estaria direcionando às suas pernas, na região da canela. E que observou ali uma veia “estranha, feia mesmo”, nas suas palavras. Disse a Bibi que estava pensando em removê-la.

Em abril de 2023, completaremos 40 anos sem Clara Nunes. Clara decidiu mesmo fazer a cirurgia e optou por utilizar anestesia geral, que não era a mais recomendada pelos médicos, devido ao risco. Os profissionais tentaram convencê-la a fazer o procedimento com anestesia peridural, mas Clara disse que se não fosse geral, não faria a operação. Tinha medo de que a peridural a fizesse perder o movimento das pernas. Clara sofreu reação alérgica ao halotano, gás do anestésico geral, que levou a um choque anafilático e uma parada cardíaca. Essa é a hipótese mais provável e é a que consta no atestado de óbito. Embora, muito rapidamente, os

médicos tenham conseguido fazer com que seu coração voltasse a funcionar, já havia morte cerebral, ou seja, a situação era irreversível. Após ampla investigação, não foi comprovado nenhum erro médico. Ao que tudo indica, foi mais uma infelicidade, já que reações alérgicas nem sempre são previsíveis.

Clara é parte da história da minha cidade. Dona Mariquita, sua irmã mais velha, que foi quem a criou, era uma figura conhecida na região e um elo entre nós, paraopebenses e caetanopolitanos, e a história de vida de Clara. No fim, mesmo que sua cirurgia fosse por uma preocupação estética, o que não é possível afirmar com toda a certeza, não cabe aqui nenhum julgamento a ela. Clara era e sempre será uma estrela. Julgá-la seria dar muito mais valor a isso do que a todo o seu legado. A própria Clara dizia que, quando morresse, não gostaria de ter sua morte transformada em um circo. O que me dói é que esse não é um fenômeno individual. Todos temos nossos gostos estéticos, claro. Mas é inocência pensar que ele não está atravessado por questões externas, por todo um contexto em que estamos inseridos.

Me emociona muito andar pela terra onde Clara nasceu e cresceu e pensar que poderíamos ver até hoje, quem sabe, essa estrela aqui brilhando, aos quase 80 anos de idade. Quem sabe, poderíamos tê-la visto desfilando na Portela, sua paixão, por mais alguns carnavais. Clara partiu quase 15 anos antes de eu nascer. Eu me imagino assistindo a entrevistas suas na TV, ouvindo os novos álbuns que meus pais me apresentariam. E encontrando a própria Clara transitando pela cidade em visita a seus familiares, com o peito transbordando de orgulho, mesmo sem conseguir entender ainda a dimensão daquela artista. A comunicação e as artes sempre foram meu sonho. Mesmo sem Clara aqui, sua história me inspira. Em qualquer circunstância, Clara Nunes é e sempre será presente.