



Percepção Corporal, Práticas Alimentares e Saúde

**O intolerável peso da feiúra:
sobre mulheres e seus corpos**
Joana de Vilhena Novaes,
Editora PUC Rio; Garamond
Universitária; 2006

Shirley Donizete Prado¹

¹Professora Adjunta Instituto de Nutrição,
Departamento de Nutrição Social –
Universidade do Estado do Rio de Janeiro
e-mail: shirley_prado@terra.com.br

Este livro corresponde a uma certa síntese do percurso acadêmico da autora, que vem investindo no campo que se situa, especialmente, na interface entre a psicologia clínica e a cultura, em sua formação pós-graduada. Aborda temas como a estética e a saúde do corpo feminino no cenário da sociedade contemporânea marcada pelo consumo.

A obra apresenta reflexões relativas a um conjunto de informações oriundas de entrevistas e grupos focais realizados com frequentadoras de academias de ginástica e com mulheres que submeteram a cirurgia(s) plástica(s) e/ou bariátrica. Práticas corporais que muito nos interessam se pensamos em práticas alimentares nesses tempos de lipofobia que caracterizam nosso obesogênico mundo. Reflexões que interessam porque tratadas a partir de alguns referenciais teóricos pouco trabalhados no campo da Nutrição, em sua histórica ênfase biológica que articula características universais da vida humana: os nutrientes presentes nos alimentos e as necessidades de nutrientes das células do corpo. Interessam por lidar com o corpo simbólico que busca felicidade no mundo globalizado da produção e do consumo. Referenciais teóricos que, quando voltados para o tema das relações econômicas, sociais, culturais, psíquicas que se estabele-

cem entre seres humanos e alimentos, dão suporte – no nosso entendimento – a um novo espaço de saberes: a alimentação, que só pode ser abordada adequadamente se considerado o olhar que parte das Humanidades, seus conceitos e suas metodologias. Este livro nos apresenta alguns caminhos que auxiliam nessa abordagem.

A capa do livro é muito sugestiva quando se pensa a alimentação: apresenta-nos um jogo que envolve reflexo e reflexão; que problematiza o “corpo real” e o “corpo percebido”; que nos coloca no estranhamento de ver uma mulher “normal” diante do espelho que a mostra “gorda” a si mesma e a nós; uma mulher solitária, olhando-se introspectiva, sem tempo, sem referências espaciais; um mundo de fantasia e matéria, que nos inspira receio, ansiedade, tensão. Quantas pessoas comem e se sentem culpadas por algum excesso (excesso?) diariamente? Quantas se olham, se pesam e sonham com um outro corpo? Quantas desejam uma outra vida em um corpo renovado, modificado, rejuvenescido, perfeito, sem doença, sem morte?

Diante desse complexo conflito/contradição entre o corpo que se tem e o que se sonha em ter, a autora busca na Antropologia de Marcel Mauss a idéia de que o corpo, para além da ordem do natural, tem sempre dimensão social e cultural, expressando, permanentemente, simbolismos próprios do mundo e do tempo em que está inserido. De Le Breton vem a perspectiva de que há mudanças na concepção do corpo ao longo da história; as-

sim como a linguagem ou o pensamento – ou a alimentação, diríamos nós –, o corpo corresponde a lugar de encontro práticas sociais, de construção de vida individual e coletiva, de vivência de mitos e fantasias. Dessa noção de transformação dinâmica de concepções, a possibilidade de tomar de Remaury – e que encontramos também em Lucien Sfez – a perspectiva de que certas condições básicas para reunião de formações discursivas científicas vão nos encaminhar para a idéia de que a intervenção direta no corpo (cirurgias, manipulação gênica, clonagem...) corresponde a “avanço” da civilização em busca de seu ideal de corpo perfeito. São estes alguns dos primeiros referências teóricos a fornecer elementos para o desenvolvimento do livro que segue, em sua primeira parte, fazendo uma breve viagem histórica com Rodrigues, desde o corpo medieval em unidade com a comunidade, passando pelo corpo moderno idealmente destinado à produção fabril que, substituído pela máquina, torna-se o “corpo liberado”, individualizado e consumidor puro dos dias atuais. Nas palavras da autora: “Não mais um corpo-ferramenta, o novo corpo deverá servir de suporte e escoamento para a produção de todos os bens oferecidos para essa sociedade de fartura: o corpo-consumidor” (p.50). Bakhtin, Nahoun, Simmel, Baudrillard, Merleau-Ponty, Foucault, Birman são alguns dos autores, entre outros, que dão sustentação às discussões sobre as mudanças históricas nas concepções do corpo, enfatizando, em especial, o processo de individuação do ser humano: a

visão do corpo como anatomia e doença por parte da medicina, despindo-o de seus sonhos, fantasias, credos, simbolismos e até mesmo do doente e sua humanidade em nome da objetividade científica; a valorização do olhar sobre os demais sentidos; a disseminação do espelho por toda a sociedade; a vida urbana possibilitando a intensificação desses olhares mútuos; a tecnologia da comunicação visual que permite novas construções minuciosas sobre corpos ou suas partes valorizando conjuntos anatômicos como expressão de controle da aparência e de perfeição; o crescente refinamento das práticas de civilidade (como comer, como se vestir, como se apresentar diante de outrem etc) a exigir constante auto-regulação da vida; a eugenia, a superioridade racial. Estes apenas são alguns dos aspectos considerados pela autora na busca da compreensão do complexo beleza/feiúra, o que enriquece sensivelmente sua abordagem em relação à simplória e freqüente responsabilização da mídia ou da indústria da moda – sem excluir, evidentemente seu papel nesta discussão –, como vimos acontecer recentemente quando a morte de jovens modelos por anorexia ocupou as manchetes dos grandes jornais e revistas no Brasil e em várias partes do mundo.

Das discussões que se seguem nesse livro, gostaríamos de destacar uma, considerada pertinente em face das intervenções relativas à alimentação por parte dos especialistas situados no campo da saúde. Partindo de sua tradicional formação

biologicista e nutricional (no sentido da ênfase aos nutrientes e necessidades nutricionais celulares em corpos normais ou patológicos), diversos desses profissionais fazem “orientações nutricionais” ou “prescrevem dietas” voltadas para as especificidades (atletas, gestantes, modelos profissionais etc) que caracterizam as vidas dessas pessoas e/ou doenças nelas diagnosticadas; diante dos freqüentes fracassos de seus clientes – especialmente quando é necessário permanecer muito tempo seguindo essas orientações ou prescrições, como na obesidade, por exemplo, e, vale dizer, tratada ao mesmo tempo como doença e feiúra – tendem a considerar que aqueles que não conseguem seguir as restrições alimentares não têm força de vontade suficiente ou são rebeldes ou não cuidam de sua saúde como deveriam ou são irresponsáveis ou outras explicações – que, aliás, devem ser estudadas com os devidos rigor e profundidade, uma vez que são escassas as pesquisas sobre as concepções que os profissionais trazem sobre pacientes que não seguem, total ou parcialmente, suas prescrições no campo da Nutrição; como tampouco as há sobre as concepções desses pacientes acerca das prescrições que lhes são, no mais das vezes, impostas.

A idéia de que a mulher pode ser bela se assim o desejar, incluída aí a perda de peso. Quem não se recorda do exemplar título do livro “Só é gordo quem quer”? As palavras da autora são precisas o suficiente para nos dar a dimensão moral que a questão assume:

Se, historicamente, as mulheres preocupavam-se com sua beleza, hoje elas são responsáveis por ela. De dever social (se conseguir, melhor), a beleza tornou-se um dever moral (se realmente quiser, eu consigo). O fracasso não se deve mais a uma impossibilidade mais ampla, mas a uma **incapacidade individual**.(p. 91. *Grifo da autora*).

Malhar nas academias até manter o corpo seco, sarado e/ou fazer cirurgia(s) plástica(s) e/ou bariátrica e/ou privar-se de comidas habituais, rituais, saborosas, afetivas, todas essas e outras práticas sociais de caráter prescritivo e disciplinar sobre o corpo abordadas a partir da perspectiva puritana americana – seja na lógica capitalista, seja pelo pensamento do sacrifício cristão - do “*faça o melhor de si mesmo*” em que o prazer e sua intensidade são resultados proporcionais ao esforço empreendido e à angústia/ansiedade originadas a partir do olhar externo. O indivíduo como único responsável por sua beleza e por sua magreza, moralmente culpado quando feio ou gordo ou hipertenso ou diabético, com sua pressão arterial e níveis de glicose no sangue nem sempre assim tão bem controlados. O indivíduo tendo que fazer dieta e atividade física num mundo em que o domínio do trabalho é quase que total, onde, com frequência, se come às pressas e à mesa de serviço ao mesmo tempo em que se dá andamento às tarefas laborais; sanduíches, salgadinhos, beliscos, refrescos ou refrigerantes, num interminável mastigar e engolir, nesse rit-

mo cada vez mais acelerado dos grandes centros urbanos... Além do olhar do outro por sobre seu corpo, a balança, os aparelhos de pressão, os exames de sangue a medir e monitorar seu corpo por dentro, denunciando a cada visita a algum serviço de saúde sua incapacidade, fustigando sua culpa, alimentando sua angústia. O que pensar, então, das pessoas que já estão na velhice, esse vilão que anuncia e certifica a finitude da juventude, da beleza, da saúde e da vida? No limite, um cenário trágico, senão para todos, certamente vivido por muitos e cada vez mais circunscrito aos seus mundos individuais neste nosso mundo contemporâneo.

Ao serem vivenciadas como atributos morais, a feiúra, a gordura, a doença podem ser estigmatizadas pelo outro que compõe um veredicto final, sem qualquer sombra de remorso. O outro que pode ser alguém que passa na rua, um parente, um colega, um profissional de saúde... Assim, as formações discursivas da publicidade, da ciência, da tecnologia, da medicina, da nutrição vão interferindo na vida simbólica de cada sujeito que olha e é visto, ora como juiz, ora como réu, num jogo de espelhos agudo e cruel. Tintas fortes, evidenciadas em alguns depoimentos bastante representativos: “*Um professor me disse que se eu emagrecesse me tratariam diferente. É claro que os caras não vão olhar para uma banhuda (...)*” ou “*(...)quando eu tinha 27% [de gordura corporal] eu não saía de casa(...)*”.

Esta é uma das facetas do complexo saúde/estética explorado pela autora – e aqui

apenas ligeiramente indicado por nós. A contextualização e o aprofundamento adequadamente desenvolvidos pela autora no entorno dos exemplos e relatos de diversos informantes auxiliam sobremaneira a que não se chegue exclusivamente a uma visão negativa e sem perspectivas para cada um de nós, nesse mundo em que as aparências encontram-se moralmente valoradas, onde aquela que não quiser se bonita e não agir como tal deverá ser castigada com a rejeição e com a exclusão.

Dessa forma, vale registrar o quanto essas mulheres enfatizam os resultados satisfatórios de seus esforços, o quanto esse novo corpo malhado e definido para umas, sem determinadas rugas ou gorduras localizadas para outras, sem a imensidão das dezenas de quilos que se foram, vale salientar o prazer que resulta dessa nova con-

dição. Ilana Strozenberg, ao apresentar o livro, salienta bem esse marco de resistência à exclusão e ao preconceito presente nesta obra.

Através deste livro, encontramos alguns caminhos que nos ajudam a identificar pistas importantes para uma aproximação mais sólida a essas questões e outras, que não se pode pensar em abordar partindo da Nutrição, seus nutrientes e células. Para tanto, repetimos, é necessário pensar sobre aspectos psíquicos, culturais, sociais, políticos e econômicos presentes na escolha do que come, onde se come, quando se come, com quem se come, como se come; é necessário investir no aprofundamento dos conceitos e métodos situados no campo das Humanidades para melhor compreender esse mistério chamado Alimentação.

