



VII Simpósio Nacional de História Cultural  
**HISTÓRIA CULTURAL: ESCRITAS, CIRCULAÇÃO,  
LEITURAS E RECEPÇÕES**

Universidade de São Paulo - USP

São Paulo - SP

10 e 14 de Novembro de 2014

**CULTURA DA ALIMENTAÇÃO NO BRASIL DO SÉCULO XX: AS  
DIETAS E A PRODUÇÃO DE IMAGENS SOBRE O CORPO FEMININO**

Edna Maria Nóbrega Araújo\*

Joedna Reis de Meneses\*\*

O presente texto objetiva analisar as principais estratégias dos discursos divulgados midiaticamente e voltados para a sujeição do corpo feminino, através da adoção das dietas como uma prática alimentar. A cultura da alimentação que privilegia o conceito de dieta corrobora com o culto ao corpo feminino, quando o desejo de construção de um novo corpo através das dietas é apropriado pelo mercado e pelos discursos que enunciam o padrão do corpo magro como sinônimo de beleza.

Com relação às dietas pode-se apontar algumas opções do seu numeroso cardápio na atualidade: Dieta dos Vigilantes do peso<sup>1</sup>; Dieta da proteína<sup>2</sup>; Dieta do tipo

---

\* Doutora em História pela UFPE e Professora do Departamento de História da Universidade Estadual da Paraíba.

\*\* Doutora em História pela UFPE e Professora do Departamento de História da Universidade Estadual da Paraíba.

<sup>1</sup> “A ideia é usar a palma e os dedos da mão como medida para saber o quanto comer. As medidas equivalem a quantidades de alimentos prontos e não crus. O cardápio permite tudo, mas é necessário respeitar certas quantidades pré-estabelecidas”. (Disponível em: <http://bemstar.globo.com/> Acesso em: maio 2007).

<sup>2</sup> Dieta embasada em alto consumo de proteínas. Pode-se comer ovos e carnes à vontade.

sanguíneo;<sup>3</sup> Dieta oriental (Yin e Yang)<sup>4</sup>; Dieta dos pontos;<sup>5</sup> Dieta vegetariana<sup>6</sup>; Dieta da sopa<sup>7</sup>; Dieta do índice glicêmico<sup>8</sup>; “Dieta Galisteu”; Dieta relâmpago; Dieta ortomolecular;<sup>9</sup> Dieta do Dr. Atkin;<sup>10</sup> Dieta de Beverly Hills;<sup>11</sup> Dieta Ornish;<sup>12</sup> Dieta de South Beach;<sup>13</sup> The No Diet Diet;<sup>14</sup> Dieta do celular<sup>15</sup>.

Deborah Secco fez, Priscila Fantin também e Juliana Knust e Giovanna Antonelli aderiram. Ou seja, “todos – ou quase todos – os corpinhos que “interessam”

<sup>3</sup> Alimentos são permitidos ou proibidos de acordo com o grupo sanguíneo de cada um.

<sup>4</sup> “Na filosofia chinesa os opostos se complementam: escuro e claro, frio e calor, branco e preto. Um não existe sem o outro. Assim funciona a dieta do yin-yang. Ela é baseada na energia dos alimentos, que se expressa na polaridade dos sabores, das cores, dos movimentos da natureza térmica de cada produto. Os de polaridade yin refrescam e tranquilizam, são bons para ser consumidos nas estações quentes. Os com polaridade yang aquecem, ativam, aceleram o metabolismo e podem ser comidos nas estações mais frias”. (Disponível em: <http://dietaja.uol.com.br/Edicoes/150/artigo62124-1.asp> Acesso em: Junho de 2007)

<sup>5</sup> Todos os alimentos têm um valor em pontos. Nada é proibido, mas há um limite de pontos por dia permitido.

<sup>6</sup> “A dieta vegetariana não admite o uso de produtos animais (carne, leite e ovos), baseando-se no consumo de cereais, leguminosas, frutas, verduras e oleaginosas. Nem sempre, contudo, existe a preocupação com a origem e o modo de produção dos alimentos (se são convencionais ou orgânicos, por exemplo), mas sim com a restrição dos produtos de origem animal”. (Disponível em: <http://www.sitemedico.com.br/sm/materias/index.php?mat=202> Acesso em: junho 2007).

<sup>7</sup> “A dieta da sopa se baseia num cardápio semanal onde o principal alimento é uma sopa a base de repolho, que pode ser consumida à vontade. (Disponível em: <http://www.dietaesaude.org/dieta-da-sopa.php> Acesso em: Junho 2007).

<sup>8</sup> “Em vez de contabilizar as calorias da comida, o método calcula o índice glicêmico. Cada alimento ingerido tem uma capacidade específica de aumentar os níveis de açúcar no sangue. Quanto mais açúcar na corrente sanguínea, maior é a produção do hormônio insulina. E é exatamente a insulina que, em excesso, faz com que o organismo produza mais gordura. (Disponível em: <http://tudobem.uol.com.br/2005/08/30/conheca-a-dieta-do-indice-glicemico/> Acesso em Junho de 2007).

<sup>9</sup> “Come-se várias vezes ao dia porções pequenas e pouco calóricas. Dá-se preferência a frutas, legumes, verduras, peixes, aves e cereais integrais. Recomenda-se também restringir o consumo de carne vermelha, ovos e fritura. Tiram-se ainda da mesa os doces, enlatados e alimentos industrializados. Muitas vezes também associa o uso de remédios fitoterápicos para diminuir o desejo de alguns tipos de alimentos”.

<sup>10</sup> “Pobre em carboidrato, incentiva o consumo de gorduras e proteínas”.

<sup>11</sup> Dieta à base de frutas, sobretudo abacaxi. O consumo de leite e derivados é proibido e o de proteínas limitado.

<sup>12</sup> Limita o consumo de gorduras a, no máximo 10% do total de calorias diárias.

<sup>13</sup> Versão amena da dieta de Atkins e deflagrou a onda dos produtos low-carb – com baixos teores de carboidratos.

<sup>14</sup> Emagrece a partir de mudanças de atitudes cotidianas e de uma alimentação balanceada.

<sup>15</sup> É a dieta em que se recebe diariamente até 4 ligações telefônicas ou mensagens SMS com o cardápio da sua dieta. (Disponível em: [http://www.abril.com.br/celular/produto\\_243944.shtml](http://www.abril.com.br/celular/produto_243944.shtml) acesso em: junho de 2008).

que servem de modelo para futuras cópias, se renderam à mais nova fórmula de emagrecimento da moda no País: a dieta ortomolecular”. (ZACHÉ, Veja, 2008).

Vera Fischer, por três meses, seguiu à risca uma dieta que “permitia até 40 gramas de carboidrato, o que equivale a duas saladas por dia. Perdeu 15 quilos. Seu médico liberou duas torradas de glúten e duas fatias de queijo.” (Veja, 28/02/2001, p. 12).

Marília Guedes, 47 anos, só quer saber mesmo é dos 20 quilos a menos que ostenta. “Nenhuma restrição é excessiva quando penso na alegria de estar vestindo roupas tamanho P. Em pizzarias, dispense a massa e como a cobertura. Em compensação, na churrascaria posso fazer a festa.” (Veja, 3/11/1999).

A atriz Solange Couto buscou ajuda da médica Heloísa Rocha. “Disse que queria perder 17 quilos e ela falou que eu conseguiria. Quarenta dias depois estava do jeito que pedi.” - Dieta Ortomolecular. (ZACHÉ, Veja, 2008).

Até os 20 anos, Priscila Betti só ia à praia de maiô e camiseta. “Eu ficava com um bronzado lindo, em compensação a barriga era uma geléia branca. Quando queria entrar na água, tirava a camiseta e saía correndo em direção ao mar. E, para tomar sol reclinava a cadeira para o abdômen não fazer ondas de gordura.” (SALEM, Dieta Já, 2001, p. 16). Com base nas receitas da Revista Dieta Já, ela criou a própria dieta de 1.200 kcal e perdeu 30 kg. De 89 kg ela conseguiu chegar aos 59 quilos. Ao que parece, foi uma dieta bastante radical, mas ela só fala da sua felicidade em poder usar biquíni na praia e exibir sua nova silhueta.

Em alguns momentos do final do século XX, o desenvolvimento da ciência aparentava estar colocando fim ao sofrimento de muitas mulheres ao oferecer novas dietas que prometiam milagres ou mesmo remédios<sup>16</sup> que faziam sonhar as mulheres diante da possibilidade de perder peso sem esforço e como num toque de magia. As primeiras drogas para emagrecer foram as anfetaminas que surgiram na década de 1940. No princípio, eram usadas como arma de guerra para limitar o sono e o apetite dos soldados. Nos anos 1950 e 1960, tornaram-se o principal remédio contra os quilos em excesso. Logo, porém, apareceram os graves efeitos colaterais provocados por esses medicamentos e de tantos outros que surgiram. Pois, ao mesmo tempo que provocavam efeito de

<sup>16</sup> Toda vez que se fala em medicação, supomos que haja indicação médica. O Brasil consome 90% da produção mundial de fenproporex e, na maioria dos casos, para pessoas que precisam ou querem emagrecer poucos quilos por questões estéticas. (<mailto:tommaso@terra.com.br>. Acesso em: 05/03/2007).

sociedade também produziam irritabilidade, dificultavam o sono e atrapalhavam qualquer trabalho que exigisse concentração. Os laboratórios continuaram investindo na criação de medicamentos contra a obesidade, e nos anos 1990, vários remédios chegaram às prateleiras das farmácias, fazendo sucesso no mundo inteiro, inclusive no Brasil. Dentre estes surgiu o Xenical, prometendo fazer a revolução sobre as terapias tradicionais de redução de peso:

É uma das primeiras drogas a tratar do excesso de peso sem interferir nos mecanismos cerebrais do paciente. Seu mecanismo de ação é relativamente simples. Atuando diretamente no intestino, impede a absorção pelo organismo de parte da gordura ingerida. ‘De todos os métodos de emagrecimento, a nova droga se destaca na redução dos índices de colesterol e triglicérides’, afirma o médico Márcio Corrêa Mancini, do Hospital das Clínicas de São Paulo. Desde que a gordura foi satanizada como a principal vilã na batalha por corpos perfeitos, os eternos escravos das dietas para emagrecer sempre sonharam com o dia em que poderiam deglutir, sem culpa, apetitosas batatas fritas, suculentos cheesebúrgueres e deliciosas pizzas cheias de azeite. Os resultados das pesquisas com o Xenical autorizam previsões otimistas — em seis meses de uso, os pacientes perdem em média 10% da massa corporal e têm 74% mais chances de manter o novo peso por mais de um ano. (Veja, 21/10/1998, p. 13).

Muitas mulheres ficaram empolgadas com os efeitos do Xenical ao observarem que podiam comer gorduras e eliminá-las em seguida.

Mônica Medeiros de Lima, escritora

Idade: 39 anos

Peso: 130 quilos

Altura: 1,60 metro

Toma Xenical há dois meses e emagreceu 17 quilos

‘Nunca perdi tanto peso em tão pouco tempo — e sem sofrer. Olha que faço dieta desde que tenho 19 anos. Usei todos os moderadores de apetite que se possa imaginar: Hipofagin, Inibex, Dualid... Ficava histérica, impaciente. O pior é que eu como porque fico ansiosa. Um dos remédios que deram mais resultado para mim foi justamente o Prozac. Eu ficava tranqüila, sem aquele desejo compulsivo por comida. Como sou desregrada, acabei abandonando o tratamento. Agora estou decidida a perder peso de vez. Quero emagrecer mais uns bons quilos com o Xenical e, quem sabe, até fazer aquela cirurgia que diminui o estômago.’ (Veja, 21/10/1998, p. 13).

Apesar dos remédios que prometem milagres e das inúmeras possibilidades de dietas, divulgadas na mídia como capazes de fazer perder peso, segundo pesquisa

publicada na *Veja*, parte significativa da população brasileira é considerada gorda ou encontra-se fora do peso tido como adequado<sup>17</sup>.

**O Brasil nunca foi tão gordo.** Os brasileiros com massa corpórea superior à considerada normal já somam 43 milhões – o equivalente a 43% da população adulta, quase três vezes mais do que o contingente de meados da década de 90. **Por consequência, a quantidade de homens e mulheres em dieta para emagrecer também é enorme: um quarto deles e metade delas estão em luta contra a balança.** É um público propenso a acreditar em regimes que se vendem como capazes de operar metamorfoses na silhueta do dia para a noite, sem prejudicar a saúde. Mas será que esse tipo de milagre existe? Passados trinta anos de ciência da nutrição, a resposta é "não". Hoje, o que se sabe com certeza são as razões pelas quais fracassam as dietas, em especial aquelas que prescrevem a redução ou a total privação de grupos alimentares. Elas fazem mal ao organismo e são insustentáveis no longo prazo. A melhor dieta é mesmo a do bom senso. Todos os alimentos podem ser consumidos, mas com parcimônia. A chave para ganhar a guerra do peso segue um raciocínio matemático elementar: a quantidade de calorias ingeridas por dia não pode ser maior do que a quantidade de calorias gastas no mesmo período. Simples assim. (VEJA, 21/03/2007. Grifo nosso).

Ou seja, apesar das dietas, remédios e tantos outros truques e estratégias utilizados pelas mulheres para adquirirem um corpo tido como dentro da *boa forma*, o percentual de mulheres fora desse padrão é significativo. Na mídia, a presença dos que se encontram fora de forma só é enunciada quando se trata de divulgar dados numéricos como na reportagem acima. No entanto, o dado é acrescido do discurso de que boa parte destes indivíduos estão em luta contra a balança. Esta é uma maneira de propagar, mais uma vez, o padrão de beleza estabelecido, porque

(...) Ter barriga é uma ameaça, e ser obeso é um pavor. O ogro engordava com a carne das criancinhas, e o capitalista pançudo, de cartola e charuto, engorda com o suor dos operários. (...) A cada manhã, a pessoa vive alguns instantes de angústia em seu pese-personne (pеса-pessoa). (VINCENT, 1992, 316).

Do ogro ao capitalista, as imagens associadas à obesidade possuem conotação negativa. A figura do obeso é ameaçadora. Ela ameaça a beleza, a saúde, a vida. No combate a uma ameaça não resta alternativa a não ser a luta. Uma luta que se fundamenta, basicamente, na idéia de autocontrole. Assim, nas revistas, pouco se fala de fracassos em relação às dietas. Mas, sim da força de vontade, determinação e disciplina das mulheres

<sup>17</sup> Segundo dados apresentados no Jornal Nacional do dia 03 de Julho de 2008, entre cada 10 brasileiras, 4 são consideradas gordas.

que já conseguiram diminuir o peso. Estas passam a significar exemplos que devem ser seguidos.

Há um século, nos países ocidentais desenvolvidos, os gordos eram amados; hoje, nos mesmos países, amam-se os magros. Há certamente argumentos para apoiar essa tese. As sociedades modernas, é claro, não amam nem gorduras nem as pessoas gordas. No tempo em que os ricos eram gordos, uma rotundidade razoável era muito bem vista. Ela era associada à saúde, à prosperidade, à respeitabilidade plausível, mas também ao capricho satisfeito. Dizia-se de um homem gordinho que ele era 'bem feito', enquanto que magreza não sugeria mais do que a doença. (FISCHLER, 2005, p. 78)

O olhar sobre o corpo não é recente, porém, essa lipofobia parece ser algo bem mais recente. Enquanto os muito pobres lutam para conseguir alimento suficiente para garantir a sobrevivência, os mais ricos vivem em busca de dietas ou remédios para emagrecer. No final do século XX, ser gordo não representava mais saúde e prosperidade. Ser gordo representa descuido, que exige ajuste ou disfarce, quer seja em nome da saúde ou da beleza.

Para Mirian Goldenberg, esse discurso tem representado para muitas mulheres motivo de frustrações por se sentirem impossibilitadas de atingir o corpo ideal. Para ela, essas frustrações correspondem a um retrocesso no processo de emancipação feminina:

Dou o exemplo de Leila Diniz porque ela se tornou um ícone de liberdade feminina por viver sua sexualidade e sua afetividade fora dos padrões da época. Leila amou e foi amada por dezenas de homens e sua imagem grávida é lembrada até hoje. Compare a imagem de Leila com a de Gisele. Veja o corpo livre e feliz de Leila com o corpo rígido, magro e disforme das mulheres de hoje. A busca pelo prazer é o que caracterizava Leila. A busca pela perfeição e a permanente insatisfação chamam a atenção nas mulheres de hoje. Não é um retrocesso? (CLEMENTE, Folha de São Paulo, 08/03/2005).

As referências em relação aos corpos são “referências transitórias, mas que mesmo por assim serem não perdem seu poder de excluir, inferiorizar e ocultar determinados corpos em detrimento de outros.” (GOELLNER, 2003, p.33). Por isso, para compreender o que, no final do século XX, é designado como corpo desejável e aceitável, é necessário “alargar olhares, desconstruir representações, desnaturalizar o corpo de forma a evidenciar os diferentes discursos que foram e são cultivados, em diferentes espaços e tempos.” (idem – Ibid., p. 33).

Os discursos das revistas deixam muito claro qual o corpo desejável para as mulheres. Destacam-se, assim, os depoimentos descrevendo as facilidades para perder peso e, sobretudo, a felicidade, a auto-estima e a sensação de sucesso diante do novo corpo que adquirem. As revistas, dedicadas ao público feminino ou não já investem na sedução a partir da própria capa, com manchetes como estas:<sup>18</sup> “Eliminei 30 KG e vesti meu primeiro biquíni”; “Perca 5 KG por mês”; “Diminua dois manequins em um mês”; “Veja como emagrecer 7 KG e ficar em forma para entrar com facilidade nas roupas de verão”; “O que você deve ter na sua geladeira para não engordar nunca mais”; “Escolha sua dieta”; “O menu que prolonga a vida”; “A verdade sobre dieta e saúde”; “Dez erros que acabam com qualquer dieta”; “Juntas emagrecemos mais de 100 KG”; “Aos 46 anos, posso dizer que estou muito feliz com meu novo corpo”; “Com 12 KG a menos estou mais segura”. Estes anúncios possivelmente levam as mulheres a comprarem as revistas que se dizem possuidoras de receitas associadas à quantidade de quilos que se deseja perder.

No final do século XX, além das várias revistas destinadas ao público feminino que circulam no país, as revistas como *Veja* e *Isto É* também possuem seções de beleza, saúde, higiene, e moda. Elas falam da importância da dieta equilibrada, dos produtos e remédios emagrecedores, divulgam receitas, estudos da ciência reforçando o mérito da magreza, etc., fazendo com que sejam disseminadas informações atualizadas e relativas ao mundo da beleza.

Por meio das revistas, mulheres, que nem se conhecem, compartilham seus medos, dúvidas, segredos, trocam dietas e informações. O que tradicionalmente era compartilhado apenas entre as próprias amigas ou entre irmãs, mães e filhas, naturalizou-se nas páginas das revistas.

Por intermédio da fotografia e da imprensa, os mais belos modelos de sedução são regularmente vistos e admirados pelas mulheres de todas as condições: a beleza feminina tornou-se um espetáculo para folhear em papel brilhante, um convite permanente a sonhar, a permanecer jovem e embelezar-se. (LIPOVETSKY, 2000, P. 158).

<sup>18</sup> Informações retiradas de capas de revistas: *Veja*, *Isto É* e *Dieta já!*.

Os depoimentos divulgados pelas revistas fazem as mulheres observarem que não são as únicas fora do peso e possivelmente sentem-se seduzidas e encorajadas a seguir as mudanças dietéticas e de padrão de vida, proposto nas revistas.

Para Anthony Giddens (1993, 42), citado por Sandra dos Santos Andrade, a introdução das dietas no cotidiano das pessoas está ligada “ao poder disciplinar no sentido de Foucault; mas também situa a responsabilidade pelo desenvolvimento e pela aparência do corpo diretamente nas mãos do seu proprietário.”

Jane Fonda é bastante explícita sobre a essência do que oferece e bastante direta sobre o tipo de exemplo que seus leitores devem seguir: ‘Gosto muito de pensar que meu corpo é produto de mim mesma, é meu sangue e entranhas. É minha responsabilidade.’ A mensagem de Fonda para toda mulher é que trate seu corpo como sua propriedade (meu sangue, minhas entranhas), seu próprio produto e, acima de tudo, sua própria responsabilidade. [...] Você deve a seu corpo cuidado, e se negligenciar esse dever, você deve sentir-se culpada e envergonhada. Imperfeições de seu corpo são sua culpa e vergonha. Mas a redenção do pecado está ao alcance das mãos da pecadora, e só de suas mãos. (BAUMAN, 2001, p. 79).

Se, até meados do século XX, a beleza ainda era algo que deveria apenas ser mantida, ou restaurada, sem muitas intervenções, no final do mesmo século, a beleza tornou-se uma conquista individual, fruto de um trabalho pessoal e cotidiano. Nas mãos dos indivíduos, reside o cuidado e a obrigação com relação a sua aparência. Portanto, também estão nas mãos das pessoas os cuidados que elas devem ter com o corpo, inclusive na escolha do tipo de dieta a que irão se submeter.

A diversidade de dietas disponível é impressionante e, a cada dia, esta variedade tende a aumentar. Junto com cada nova dieta, surgem guias e manuais médicos, estudos com comprovações ou críticas da ciência da nutrição, novos livros são lançados com infinidades de receitas, propagandas são exibidas nas revistas especializadas ou não, programas sobre receitas, hoje, fazem parte da TV brasileira, com alto índice de audiência. A internet oferece uma infinidade de informações, com todos os tipos de dietas, receitas, dicas e truques sobre calorias, e as dietas de sucesso da atualidade.

O mundo cheio de possibilidades é como uma mesa de bufê com tantos pratos deliciosos que nem o mais dedicado comensal poderia esperar provar de todos. Os comensais são consumidores, e a mais custosa e irritante das tarefas que se pode pôr diante de um consumidor é a necessidade de estabelecer prioridades: a necessidade de dispensar algumas opções inexploradas e abandoná-las. A infelicidade dos



consumidores deriva do excesso e não da falta de escolhas. (BAUMAN, 2001, p. 75).

Diante da variedade que se apresenta, não há como negar que as diferentes dietas tratam-se de produtos a serem consumidos. Trata-se, inclusive, de um produto que dificilmente encontra restrições no mercado. Porque, dentre outros aspectos, não são mencionadas as dificuldades encontradas para o estabelecimento de um novo padrão alimentar. Porém, não deve ser fácil seguir as dietas que, na maioria, sugerem como cardápio: “pão light com queijo branco e café com leite desnatado no café da manhã, uma barra de cereal no lanche da manhã, salada de folhas e frango desfiado no almoço, uma fruta no lanche da tarde e no jantar salada de folhas, carne de soja ou frango e gelatina.” (Dieta Já! Junho 2001, p. 28). Quando se recorre à dieta da sopa, todos os dias no almoço e no jantar, o prato principal é a sopa-base. No almoço, a sopa é servida acompanhada de salada verde e, no jantar, acompanhada de um filé de frango ou de peixe. O café da manhã é sempre pão light ou biscoito água e sal e uma fruta e os lanches variam entre gelatina, suco, frutas, cereal, etc. (Corpo & cia, Ano 3, n.9, p. 20).

De um modo geral, todas as dietas restringem certas comidas, tornando-se um desafio segui-las, principalmente, diante das opções alimentícias disponíveis nos supermercados, restaurantes, *fast food*, ou *disk* comida.

Embora, no final do século XVI, já existisse alusão às dietas, o mais comum era a presença de corpos mais cheios. Interferir no corpo naquele momento não era uma atitude bem aceita, pois, acreditava-se que a beleza era dada por Deus, e por isso a mulher não precisava do uso de artifício. Porém, algumas mulheres já buscavam manter o “talhe esbelto” através do espartilho ou de regimes alimentares. No século XIX, havia menção aos diferentes métodos voltados para a mulher não engordar. “A Enciclopédia ilustrada das elegâncias femininas propõe, sob esse aspecto, sete métodos diferentes, em 1892. La Vie Parisienne, oito, em 1896, o Carnet Féminin, dez em 1903.” (VIGARELLO, 2006, p.131). No entanto,

A história do corpo da ‘bela mulher’ não se reduz a uma trajetória que partiria do gordo para se chegar ao magro. É verdade que todas as sociedades subnutridas admiram a obesidade, e André Burguière observa que, nas cidades italianas da Idade Média, *popolo grasso* designava a aristocracia dirigente e *popolo magro* designava a plebe. (VINCENT, 1992, p. 309)

Todavia, foi no início do século XX que o termo dieta passou a ser associado “à idéia de emagrecimento, de auto-regulação, de auto-disciplina”. Nos anos de 1990, praticamente todas as pessoas fizeram algum tipo de dieta. Seja para emagrecer, engordar, diminuir o colesterol, aumentar a massa muscular, controlar a pressão arterial, com fins estéticos, etc. Porém, a maioria das dietas é voltada para o emagrecimento e este ao embelezamento. “Emagrecer parece ser uma das grandes preocupações da humanidade que envolve homens e mulheres, jovens e adultos.” (ANDRADE, 2003, p. 112).

Freqüentemente, o apelo à beleza tem se expressado por meio de um corpo magro e jovem. Por isso, a obsessão de mulheres, jovens e meninas para possuírem esse padrão de corpo, apesar dos sacrifícios a que precisam se submeter diariamente.

Característica de uma sociedade de abundância que considera a gordura ‘ruim’ e a obesidade ‘vulgar’, a estética da magreza é imposta pelo sistema da mídia, que intima as mulheres a seguir dieta e fazer ginásticas sempre novas. (VINCENT, 1992, p. 311)

A partir do culto à magreza, as *top-models* passaram a ganhar prestígio e tornaram-se ícones desse modelo de corpo, beleza e juventude.

Através da estrelização das *top-models* exprime-se uma cultura que valoriza com fervor cada vez maior a beleza e a juventude do corpo. Por muito tempo as estrelas da tela grande, os nomes prestigiosos da alta-costura, as coleções e desfiles de moda fizeram sonhar as mulheres. No presente, as novidades da moda são menos admiradas do que os manequins que usam e os criadores, menos celebrados do que as *top-models*. Se já não é imperativo usar a última moda, é cada vez mais importante oferecer de si uma imagem jovem e esbelta. Em nossas sociedades, o prestígio do traje, das despesas de vestuário, o tempo consagrado às compras, a autoridade da moda declinaram; em compensação, a energia mobilizada para combater as rugas e o excesso de peso não cessa de se intensificar. O sucesso das *top-models* é o espelho em que reflete o valor cada vez maior que nossa sociedade atribuem à aparência física, à tonicidade do corpo, à juventude das formas. Ao fetichismo contemporâneo do corpo jovem, firme, sem adiposidade corresponde a idolatria das *top-models*. (LIPOVETSKY, 2000, p 180/181)

Durante os desfiles, como por exemplo do chamado *Fashion Week*, as badalações ocorrem muito mais em torno das *top-models* do que dos modelos que elas desfilam. Nos camarins, onde as fãs e repórteres aguardam as “divas” para entrevistas e autógrafos, o frisson é intenso. No Brasil, o sucesso das *top-models* tornou-se tão grande

que, a cada ano, cerca de 15.000 jovens participam de concurso de beleza visando tornar-se *top-model*.<sup>19</sup>

Quanto mais o ideal de corpo e beleza das *top-models* se impõe, mais a maioria das mulheres se distancia desse ideal e mais se sentem insatisfeitas com seus corpos e passam a ter problemas de auto-estima. Como ter o corpo de uma *top model*? Fazendo dietas? Praticando exercícios na academia? Tomando remédios? Drogas? Comendo pouquíssimo? Qual o segredo para ter um corpo excessivamente magro? É possível para uma mulher comum, que vive um cotidiano também comum, adquirir um corpo de uma *top model*?

Belíssimas, Barbara Larsson, Andréa Reis, Luciana Silva e Laura Wiederspahn são supermodelos de muito sucesso no Brasil e no exterior. Beleza é um assunto que conhecem em profundidade. Afinal, manter a pele lisinha, os cabelos brilhantes e as medidas perfeitas é questão de honra para elas. Com muita sinceridade, **elas assumem que uma das exigências da vida de modelo é jamais se descuidar da alimentação. Revelam também que já estão habituadas a comer menos do que a maioria das mulheres.** Será que vale a pena? A resposta é a silhueta esguia e a satisfação de se ver no espelho. (Corpo a Corpo, 2008, grifos nossos).

Reunida à variedade de dietas surge a oferta de produtos *diet* e *light* no mercado alimentício e todo um trabalho da mídia dirigido, em sua maioria, às mulheres. São “celebridades” que anunciam certos produtos. São imagens que buscam convencer, seduzir as consumidoras. Quer seja através da degustação mostrando o sabor agradável dos produtos, da imagem do corpo esbelto provocado possivelmente pelos seus efeitos ou por meio das imagens dos produtos, que são exibidos coloridos, instigando o consumo.

Associar a imagem corpórea a qualquer produto, de modo indubitável, implica agregar valor ao produto/marca no exercício da publicidade como estratégia midiática. Observamos que, nos procedimentos de persuasão da técnica publicitária, a imagem corporal potencializa o produto/marca, diante da formatação de malhas (inter/tran)textuais. O corpo emerge como aspecto fecundo na publicidade contemporânea e torna-se objeto aglutinador de características identificatórias entre o público e o produto. (GARCIA, 2005, p. XIV)

Aliado ao discurso das dietas, dos produtos *diets*, *lights*, encontra-se também uma infinidade de produtos à disposição da população com alto índice de calorias e que

<sup>19</sup> O Brasil é o país onde a média de idade das candidatas nos concursos de beleza e de modelos é menor. Enquanto na França e Itália, a média é de 18 anos, nos EUA, de 16 anos, no Brasil, é de 13 anos.

diariamente movimenta a indústria alimentícia. São sanduíches, pizzas, enlatados, doces, chocolates, refrigerantes, sorvetes, bombons, frituras, massas etc. Nas grandes e pequenas cidades, esses alimentos fazem parte do cotidiano, sobretudo, dos jovens e crianças.

Ao longo do século XX, o discurso sobre o ideal de corpo e beleza feminino tem sido difundido através das inúmeras revistas, dos jornais, dos programas de televisão, da internet, do cinema, dos *outdoors*, da mídia de um modo geral. Essas múltiplas vias classificam, nomeiam, definem e direcionam o corpo feminino, quer seja pelo que dizem ou pelo que silenciam. São os discursos publicitários da mídia que levam as mulheres a imaginar, sonhar, desejar o corpo tido como perfeito. Não parece haver outro caminho para as mulheres que não seja “se relacionar consigo mesmo e com suas vidas senão de acordo com os discursos e imagens da mídia” (SANTELLA, 2004, p.125).

A preocupação com a beleza foi ganhando força no decorrer do século XX. Na contemporaneidade, presenciamos a tendência à supervalorização da aparência o que leva os indivíduos a uma busca frenética pela forma e volume corporais ideais. A palavra de ordem está no corpo forte, belo, jovem, veloz, preciso, perfeito, incredivelmente perfeito. Sob a regência dessa ordem, desenvolve-se a cultura do narcisismo que encontra no culto ao corpo sua mais bem acabada forma de expressão. (SANTELLA, 2004, p.126/127)

Na sociedade do culto ao corpo, ao belo, à aparência, é importante refletir a partir do seguinte questionamento de Hannah Arendt (1999, p. 94): “Será que é possível que as aparências não existam para as necessidades da vida, mas que, ao contrário, a vida esteja aí para o maior bem das aparências?”

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Santos Sandra. “Mídia impressa e educação de corpos femininos.” In: LOURO, Guacira Lopes; NECKEL, Jane Felipe; GOELLNER, Silvana Vilodre. (Orgs). **Corpo gênero e sexualidade: um debate contemporâneo**. Petrópolis, Vozes, 2003.

CORBIN, Alain. **História do Corpo: da Revolução à Grande Guerra**. Rio de Janeiro: Vozes, 2008.

COURTINE, Jean-Jacques. **História do Corpo: As mutações do olhar. O século XX**. Rio de Janeiro: Vozes, 2008.

DEL PRIORE, Mary (Org). **História das mulheres no Brasil**. 8ed. São Paulo: Contexto, 2006.

DEL PRIORE, Mary. **Corpo a corpo com a Mulher.** Pequena história das transformações do corpo feminino no Brasil. São Paulo: SENAC, 2000.

ECO, Umberto. **História da Beleza.** Rio de Janeiro: Record, 2004.

ECO, Umberto. **História da feiúra.** Rio de Janeiro: Record, 2007.

GOLDENBERG, Mirian (org). **Nu e vestido:** dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record, 2002.

LIPOVETSKY, Gilles. **A era do vazio:** ensaios sobre o individualismo contemporâneo. São Paulo: Manole, 2005.

LIPOVETSKY, Gilles. **Os tempos hipermodernos.** São Paulo: Barcarolla, 2004.

LIPOVETSKY, Gilles. **O Império do efêmero:** a moda e seu destino nas sociedades modernas. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

LIPOVETSKY, Gilles. **A terceira mulher:** Permanência e revolução do feminino. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

LIPOVETSKY, Gilles; ROUX, Elyette. **O luxo eterno:** da idade do sagrado ao tempo das marcas. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

LOURO, Guacira Lopes; NECKEL, Jane Felipe; GOELLNER, Silvana Vilodre.(Orgs.) **Corpo gênero e sexualidade:** um debate contemporâneo. Petrópolis, Vozes, 2003.

LOURO, Guacira Lopes. **Um corpo estranho:** ensaios sobre sexualidade e teoria queer. Belo Horizonte: Autêntica, 2004.

SANT'AANA, Denise Bernuzzi de. "É possível realizar uma história do corpo?" In: SOARES, Carmen Lúcia.(org). **Corpo e História.** 3 ed. São Paulo: Autores Associados, 2006.

SANT'AANA, Denise B de. (org). **Políticas do Corpo.** São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

SANT'AANA, Denise Bernuzzi de. **Corpos de passagem:** Ensaio sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SANTAELLA, Lucia. **Culturas e artes do pós-humano:** da cultura das mídias à cibercultura. São Paulo: Paulus, 2003.

SANTAELLA, Lucia. **Corpo e comunicação:** sintoma da cultura. São Paulo: Paulus, 2004.

VIGARELLO, Georges. **História da Beleza:** o corpo e a arte de se embelezar, do renascimento aos dias de hoje. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

VINCENT, Gérard; PROST, Antoine. **História da vida Privada:** da Primeira Guerra a nossos dias. São Paulo: Companhia das Letras, 1992.

