



Raquel Freire de Souza

**“Segunda eu começo”:
a estrutura cíclica das narrativas sobre dieta e a
construção do sofrimento**

Dissertação de Mestrado

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Estudos da Linguagem da PUC-Rio como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Letras/Estudos da Linguagem.

Orientadora: Profa. Liliana Cabral Bastos

Rio de Janeiro

Abril de 2018



Raquel Freire de Souza

**“Segunda eu começo”: a estrutura
cíclica das narrativas sobre dieta e a
construção do sofrimento**

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-graduação em Estudos da Linguagem da PUC-Rio. Aprovada pela Comissão Examinadora abaixo assinada.

Profa. Liliana Cabral Bastos

Orientadora
Departamento de Letras – PUC-Rio

Profa. Liana de Andrade Biar

Departamento de Letras – PUC-Rio

Profa. Shirley Donizete Prado

UERJ

Profa. Monah Winograd

Coordenadora Setorial do Centro de Teologia
e Ciências Humanas – PUC-Rio

Rio de Janeiro, 18 de abril de 2018.

Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial do trabalho sem autorização da universidade, da autora e da orientadora.

Raquel Freire de Souza

Licenciou-se em Língua Inglesa e Literatura da Língua Inglesa pela Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes) em 2015. Graduanda em Nutrição na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UniRio) desde 2015. Atua como professora de Inglês, tradutora e revisora *freelancer*.

Ficha Catalográfica

Freire, Raquel de Souza

“Segunda eu começo”: a estrutura cíclica das narrativas sobre dieta e a construção do sofrimento / Raquel Freire de Souza ; orientadora: Liliana Cabral Bastos. – 2018.

150 f. : il. color. ; 30 cm

Dissertação (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Letras, 2018.

Inclui bibliografia

1. Letras – Teses. 2. Dieta. 3. Narrativa. 4. Sofrimento. 5. Estigma. 6. Corpo. I. Bastos, Liliana Cabral. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Letras. III. Título.

CDD: 400

A todas as mulheres que algum dia se sentiram desconfortáveis em seu próprio corpo, foram julgadas pelo seu peso e precisaram abrir mão de comer com prazer e sem culpa

Agradecimentos

Ao Eterno, Criador da vida, a quem eu amo; a presença e o cuidado d'Ele são os fundamentos de qualquer conquista. A Ele, toda honra e toda glória!

À minha mãe, Mônica, pelas horas e esforços dedicados a me instruir, pelo incentivo constante à busca pelo conhecimento e por sempre acreditar no meu potencial; obrigada por nunca desistir de me ensinar o verdadeiro valor da vida.

Ao meu pai, Elieze, por, mesmo longe, ter contribuído para que meus momentos de sufoco ficassem mais leves e engraçados, por todo incentivo e apoio e por acreditar que eu seria capaz;

Ao meu querido irmão, Davi, que participou ativamente de todo meu percurso no Mestrado, compartilhando os momentos de alegria e ajudando nos momentos de lágrimas e incertezas; Muito obrigada por ter calmamente me escutado falar sobre minha pesquisa tantas e tantas vezes, por ter me presenteado com vários doces enquanto eu estava em casa escrevendo e pelas longas, profundas e divertidas conversas.

À minha avó, Marilda, pelo apoio, carinho e preocupação; pela sua disponibilidade de sempre e pela sua ajuda em todos os momentos, proporcionando que eu chegasse até aqui.

À minha querida orientadora, Liliana Bastos, por ter aceitado carinhosamente embarcar neste projeto e confiado em mim desde o início, por todo o apoio e valiosa orientação, pela sua tranquilidade, encorajamento e incentivo, até quando eu mesma estava insegura sobre minha pesquisa, e por compartilhar seu vasto e precioso conhecimento de maneira tão leve e agradável; obrigada por tornar esta pesquisa possível!

À professora Liana Biar, pela disponibilidade em participar da minha banca, por ter contribuído valorosamente para minha formação e para esta pesquisa, pelo acolhimento tão cuidadoso em meu primeiro semestre do Mestrado e pela paixão com que ensina, sendo grande responsável pelo meu encanto pela Análise do Discurso.

À professora Shirley Donizete Prado, pela disponibilidade em participar da minha banca, pelo interesse em minha pesquisa desde o primeiro contato e pelas suas valiosas contribuições; sinto-me honrada.

Aos meus queridos companheiros de jornada: Amanda, Clarissa, Jacqueline, Luis e Milena. Obrigada pelas conversas da manhã, tarde, noite e madrugada, pelo suporte sempre que necessário, pelas palavras de incentivo, pela troca constante de conhecimento e por aceitarem compartilhar tão abertamente as lágrimas angústias e problemas, os sorrisos, alegrias e conquistas.

Às professoras do Programa de Pós-Graduação em Estudos da Linguagem da PUC-Rio, por terem contribuído para minha formação acadêmica.

A todas as participantes desta pesquisa que tão gentilmente aceitaram contar suas histórias;

Às minhas amigas e irmãs, Geovanna, Lúcia e Mônica, essenciais para o final desse percurso, pelas palavras de incentivo, pelas longas conversas e pelo companheirismo;

Aos colegas do grupo NAVIS, pelas valiosas discussões e contribuições.

Aos funcionários da secretaria de Letras da PUC-Rio, sempre educados e simpáticos, especialmente a Chiquinha, pela prontidão em ajudar;

Ao CNPq e à PUC-Rio pelos auxílios concedidos para a realização desta pesquisa.

A todos vocês, o meu mais sincero agradecimento!

Resumo

Freire, Raquel; Bastos, Liliana Cabral (Orientadora). **“Segunda eu começo”**: a estrutura cíclica das narrativas sobre dieta e a construção do sofrimento. Rio de Janeiro, 2018. 150p. Dissertação de Mestrado. Departamento de Letras, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

As histórias sobre dieta parecem circular habitualmente em nossa sociedade, sendo associadas principalmente aos sentimentos de culpa, frustração e insatisfação. Partindo desse quadro, a presente pesquisa se propõe a investigar a construção do sofrimento em narrativas sobre dieta através de entrevistas semiestruturadas realizadas com universitárias que estavam sob assistência dietoterápica de nutricionista. Busca-se compreender como os discursos sobre alimentação, corpo e saúde atuam na história de vida das mulheres que fazem dieta e como eles são significados através de suas narrativas. Assim, adota-se a perspectiva SocioInteracional e a Análise de Narrativa que estão situadas no paradigma qualitativo e interpretativista da pesquisa. A análise parte da situação microsocial, especificamente narrativas coconstruídas durante a entrevista, por entender que ela é um espaço de construção, contestação e negociação dos significados que transitam no âmbito macrossocial. Os resultados apontam as estratégias narrativas utilizadas pelas entrevistadas para se afastar de estigmas de cunho físico e psicológico. Nota-se também o caráter cíclico dessas narrativas, relacionando o processo de “fazer dieta” a um percurso sem fim que busca atender expectativas construídas individual e socialmente sobre alimentação, corpo e saúde. Essas narrativas cíclicas moldam o sentimento de aprisionamento causado pelo controle rigoroso da alimentação, construindo a ideia do sofrimento. Por fim, esta dissertação abre espaço para um debate crítico e multidisciplinar, visto que as práticas disciplinadoras do corpo e da alimentação têm culminado em constrangimentos para a expressão do *eu*.

Palavras chave

Dieta; narrativa; sofrimento; alimentação; corpo; estigma; mulheres

Abstract

Freire, Raquel; Bastos, Liliana Cabral (Advisor). **“I’ll start on Monday”:
the cyclic structure of dieting narratives and the construction of suffering.**
Rio de Janeiro, 2018. 150p. Dissertação de Mestrado. Departamento de Letras,
Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

The stories about dieting seem to ordinarily circulate in our society and they are mainly tied to feelings of guilt, frustration and dissatisfaction. Based on this context, this research aims to investigate the construction of suffering in dieting narratives through semi-structured interviews conducted with university students who were under dietary assistance with a nutritionist. It seeks to understand how the discourses about eating, body and health act on the life stories of women who go on a diet and how they are made significant through their narratives. The SocioInteractionist perspective and the Narrative Analysis, which are located in the qualitative and interpretative research paradigm, are used as theoretical framework. The analysis starts from the microsocial situation, specifically narratives coconstructed during the interview, since it is a space of construction, contestation and negotiation of the meanings that go through the macrosocial sphere. The results show the narrative strategies used by interviewees to move away from physical and psychological stigmas. It also points out the cyclical structure of these narratives, relating the process of dieting to an endless journey that seeks to meet expectations about eating habits, body and health, built both individually and socially. These cyclic narratives shape the sense of imprisonment caused by the rigorous control of eating, constructing the idea of suffering. Finally, this dissertation opens space for a critical and multidisciplinary discussion, since disciplinary practices of the body and eating have been resulting on embarrassments to self-expression.

Keywords

Dieting; narrative; suffering; body; eating habits; stigma; women

Sumário

1	Introdução	12
2	Metodologia da Pesquisa	17
2.1	Posicionamento metodológico	17
2.2	Os caminhos da pesquisa	20
2.2.1	As entrevistas	23
2.2.2	A geração e caracterização dos dados e os procedimentos de análise	25
2.2.3	A transcrição dos dados	30
2.3	O perfil dos envolvidos na pesquisa	31
2.3.1	As participantes	31
2.3.2	A pesquisadora	33
3	Uma sociedade das dietas	35
4	Alimentação, corpo e estigma	42
4.1	A alimentação e o controle disciplinar do corpo	43
4.2	Vivendo entre estigmas: a obesidade e os transtornos alimentares e psicológicos	50
5	Narrativas	55
5.1	O modelo laboviano	56
5.2	História de vida	58
5.3	Narrativa cíclica	61
5.4	Narrativa de sofrimento	64
5.5	Narrativa, interação e outros entendimentos	68
5.6	Narrativa e agência	73

6. Histórias com a dieta	78
6.1 Dando o primeiro passo	82
6.1.1 Considerações parciais	90
6.2 A jornada e o sofrimento	93
6.2.1 Considerações parciais	111
6.3 Seria esse o fim da história?	115
6.3.1 Algumas reflexões	127
7. Considerações finais	133
7.1 Um caminho muito longo: implicações e limitações da pesquisa	136
8 Referências bibliográficas	141
Anexo 1	148
Anexo 2	149

“O hábito da dieta é o mais potente sedativo político na história feminina. Uma população tranquilamente alucinada é mais dócil”.

O Mito da Beleza, Naomi Wolf

1 Introdução

Alice: cara, eu sou apaixonada por batata frita, aí, e tipo, final de semana uma coisa da minha família é sair pra comer, saber, então assim, cara, não tem como fazer dieta final de semana, mas aí eu tento fazer durante a semana também, aí é isso, tem dias que eu faço, tem dias que eu não faço, mas

Raquel: é um vai e volta

Alice: é um vai e volta

A epígrafe escolhida para iniciar esta introdução retrata uma parte da interação entre Alice e Raquel em uma das entrevistas realizadas durante a pesquisa. Num primeiro momento, ela pode parecer banal, afinal, quem nunca pensou se deveria abrir mão de comer certo alimento que gosta? Ou talvez, já até chegou a eliminá-lo da rotina alimentar. Justamente devido ao não estranhamento da epígrafe acima, acredito ser de extrema importância propor uma discussão crítica sobre a prática da social da dieta. Afinal, ter medo de comer ou parar de comer não deveria ser entendido como natural, tendo em vista que “para sobreviver, o ser humano deve se nutrir” (Contreras & Gracia, 2011, p.289).

Muito além de ser um ato biológico, comer muito, comer pouco ou não comer nada é um ato social e culturalmente modulado (Contreras & Gracia, 2011). Essas escolhas e a naturalização delas podem dizer muito sobre quem somos (ou sobre quem queremos ser) e sobre o contexto no qual estamos inseridos, pois a “vida social se organiza em conjunto com a alimentação” (Carvalho et al, 2011, p.159). Na sociedade ocidental, existe certo prestígio na privação do alimento em prol de uma saúde e corpo idealizados. Diante desse quadro, a dieta aparece como ferramenta fundamental para alcançar tais objetivos. As dietas estão por todos os lados e existem até mesmo frases consideradas “típicas” de uma pessoa que “está de dieta”, dentre elas, destaco aquela que deu origem ao título desta dissertação: “*segunda eu começo*”. Basta uma pesquisa rápida dessa frase na ferramenta *Google* para verificar como ela está relacionada centralmente a qualquer forma de mudança alimentar e às atividades físicas. Retomando a interação da epígrafe, o fim de semana é o tempo escolhido para

comer, socializar. Mas, na segunda, durante a semana, é o momento de “tentar de novo”. Assim, nas palavras de Alice e Raquel, a dieta é “um vai e volta”.

A palavra dieta pode apresentar diversos significados. Para os gregos, ela seria relativa à palavra *diaita* significando um regime de vida em geral, não restrito à alimentação (Contreras & Gracia, 2011). O Glossário temático de Alimentação e Nutrição¹ fornece as seguintes definições para dieta: “alimentação geral que serve de padrão para os indivíduos” e “tipo de alimentação específica recomendada a um indivíduo para atender às necessidades terapêuticas”. Considerando os aspectos culturais, históricos e sociais, é possível apontar como a alimentação e as prescrições dietéticas podem variar, adequando-se a objetivos religiosos, científicos, místicos, estéticos, entre outros (Contreras & Garcia, 2011). Diante da crescente valorização da estética, da magreza, e da boa saúde como formas de prestígio social (Le Breton, 2006; Santos, 2008; Contreras & Gracia, 2011), a palavra dieta aparece principalmente vinculada à regulação da alimentação para alcançar certo ideal de corpo e saúde; assim, “estar de dieta” tem sido associado ao controle alimentar visando o emagrecimento.

Segundo Giddens (2002), foi por volta de 1920 que o termo dieta passou a ser relacionado pela primeira vez ao controle e regulação do peso e da saúde. Atualmente, a dieta não é uma prática restrita às pessoas com obesidade ou sobrepeso; ela é para todos e atua como um projeto de vida, uma maneira de se construir para o mundo. Na Nutrição da modernidade, a “dieta representa uma prescrição ou orientação que, seguindo as recomendações de consumo diário de nutrientes, deve estabelecer as quantidades de alimentos e horários em que estes devem ser consumidos” (Carvalho & Luz & Prado, 2011, p.169).

Com base num levantamento bibliográfico e através de um conhecimento empírico, destaco como a dieta também aparece ligada à insatisfação corporal, ao sentimento de angústia e ao sofrimento por abrir mão da comida e pela tentativa constante de manter a alimentação e o corpo estritamente controlados. Talvez por tradicionalmente apresentar uma rigurosidade extrema na prescrição das quantidades do alimento, essa vigilância tenha sido relacionada a emoções negativas. Em contrapartida, tendo em vista as possíveis consequências na saúde

¹ Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria Executiva. Glossário temático: alimentação e nutrição. Secretaria de Atenção à Saúde. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

física e psicológica de seus praticantes, alguns questionamentos sobre as técnicas de emagrecimento vêm sendo realizados por pesquisas tanto no campo da Biomédica quanto das Ciências Sociais. Diante desse quadro, torna-se cada vez mais relevante abordar a dimensão social da alimentação e das práticas que a controlam.

Considerando o caráter multidimensional da alimentação (Contreras & Gracia, 2011), acredito na relevância social e acadêmica de abordagens de pesquisa visando uma conversa multidisciplinar a fim de dar conta da complexidade do tema. O estudo realizado nesta dissertação é de cunho qualitativo interpretativista (Denzin e Lincoln, 2006), ancorado pelos entendimentos de discurso da Sociolinguística Interacional. Esse paradigma, por si só, propõe um olhar mais abrangente e multidisciplinar para os trabalhos no âmbito acadêmico. Partindo dessas considerações, este estudo almeja contribuir com conhecimentos teóricos e práticos para outras áreas do saber, através de uma análise dos dados embasada pelas ferramentas analíticas dos Estudos da Narrativa (Labov, 1972; Gergen & Gergen, 1986; 1988; Brunner, 1990; Mishler, 1991; Linde, 1993; Bastos, 2004; 2005; 2008). Apesar da alimentação e da dieta serem temáticas recorrentes em pesquisas da Antropologia, Sociologia, Alimentação e Nutrição e até mesmo da Linguagem, esta dissertação preenche uma lacuna no âmbito acadêmico ao eleger a perspectiva microinteracional através da análise da narrativa para abordar o assunto.

Assim, para além discutir como a alimentação e o corpo são representados pela sociedade, esta pesquisa ocupa-se principalmente da valorização de um olharêmico e interacional a fim de compreender como esses significados são construídos e contestados pelas praticantes de dietas. O estudo está fundamentado na análise discursiva, priorizando a construção de sentidos através de narrativas que emergem de situações de entrevista. As narrativas, por sua vez, são aqui entendidas como uma forma de organizar o discurso e as experiências, e assim agir na vida social. (Brunner, 1990; Mishler, 1991; Moita Lopes, 2002; Bastos, 2004; 2008; Bastos & Biar, 2015). A geração de dados (Garcez, 2014) ocorreu através de entrevistas semiestruturadas realizadas com mulheres que fazem acompanhamento nutricional, tendo como tópico central a prática de dietas e atividades físicas.

Tendo em vistas essas reflexões, as enriquecedoras discussões sobre o trabalho durante o mestrado, principalmente no grupo de pesquisa NAVIS (Narrativa e Interação Social), e as entrevistas de pesquisa realizadas, foram delineadas quatro perguntas que orientam a delimitação teórica e a análise dos dados do presente estudo:

1. *Como as participantes se constroem frente a discursos sobre alimentação saudável e exaltação da magreza?*
2. *Quais elementos as participantes apontam como motivadores para iniciar um controle alimentar?*
3. *Como a estrutura dessas narrativas pode estar relacionada aos sentimentos discursivamente elaborados sobre a dieta?*
4. *Que significados sobre a dieta são narrativamente coconstruídos com a pesquisadora?*

Buscando responder as perguntas acima propostas, esta dissertação foi estruturada em sete capítulos, iniciando com a introdução, esclarecidos a seguir:

No capítulo 2, apresento o posicionamento metodológico norteador da pesquisa, destacando a perspectiva qualitativa e interpretativista (Denzin & Lincoln, 2006; Minayo, 2017; Biar, 2009), a análise microinteracional e o entendimento da entrevista de pesquisa como um evento social de coconstrução de significados (Mishler, 1986; Moita Lopes, 2004). Considerando a relevância de cada um dos passos na elaboração de um trabalho, discorro sobre o caminho da pesquisa, abordando a motivação da pesquisa, a geração, caracterização e transcrição dos dados, com informações sobre as participantes, as entrevistas e o papel da entrevistadora (Silverman, 2001; Rollemberg, 2013; Garcez, 2014; Bastos & Biar, 2015).

No capítulo 3, é realizada uma contextualização da pesquisa com base em reportagens e postagens da internet sobre alimentação, saúde e corpo tendo em vista o papel da mídia na propagação de discursos sobre essa temática. Esses dados, por sua vez, são articulados a uma breve discussão teórica sobre a mídia, corpo e alimentação (Santos, 2008; Contreras & Gracia, 2011).

No capítulo 4, discuto os pressupostos teóricos que embasam o entendimento sobre a relação entre alimentação, corpo e estigma. Assim,

proponho uma conversa entre as reflexões de pesquisadores de diferentes áreas a fim de compreender o papel da alimentação (Santos, 2008; Contreras & Gracia, 2011), o controle disciplinar do corpo (Foucault, 1988[1976]; 1988 [1984]; 1999 [1975]; Giddens, 2002; Le Breton, 2007), os discursos sobre saúde e os entendimentos sobre estigma (Goffman, 1980 [1963]).

No capítulo 5, apresento o embasamento teórico dos Estudos da Narrativa que contribui para a elaboração desta pesquisa. Iniciando com os estudos pioneiros de Labov (1972), seguido das concepções apresentadas por Linde (1993) sobre histórias de vida, enfatizando os conceitos de causalidade e coerência. Ampliando o entendimento sobre a estrutura da narrativa, discorro sobre os estudos de Gergen & Gergen (1986; 1988), privilegiando os movimentos narrativos de progressão, regressão e estabilidade. Além disso, para embasar a construção narrativa do sofrimento, são destacados pesquisadores que discutem a temática, como Klienman (1997), Hydén (1997), Charmaz (1999), Le Breton (2007), Bastos (2008), Piccardi (2016). Apresento também o entendimento de narrativa orientada por uma visão interacional, enfatizando os processos de coconstrução dos significados (Brunner, 1990; Mishler, 1991; 2000; Moita Lopes, 2002; Bastos, 2005; Riessman, 1993; 2008; Bastos & Biar, 2015). Por fim, abordo a noção de agência (Asad, 2000; Ahearn, 2000; 2001; Giddens, 2001; Durante, 2004) nas narrativas.

No capítulo 6, diferentes excertos retirados de quatro entrevistas são analisados, guiando o olhar principalmente para a estrutura cíclica das narrativas, a construção discursiva do sofrimento e para como os significados sobre alimentação e corpo que são coconstruídos. A análise está agrupada em três partes que contemplam as perguntas de pesquisa destacadas. Além disso, ao fim de cada seção, é apresentada uma discussão comparativa das análises dos excertos, facilitando o entendimento sobre eles.

Por fim, o capítulo 7 se encarrega em concluir a dissertação, retomando as questões de pesquisa e articulando os entendimentos produzidos através da teoria e da análise dos dados. Ademais, são discutidas as limitações e implicações da pesquisa, considerando a proposta inicial de contribuição para outras áreas da pesquisa acadêmica e a conversa entre as perspectivas micro e macrossocial.

2 Metodologia de Pesquisa

À luz dos estudos da narrativa, interação e corporeidade, o intuito desta pesquisa é analisar discursivamente as narrativas de jovens mulheres que passaram e passam pela experiência de fazer uma dieta para perda de peso/emagrecimento sob assistência dietoterápica de nutricionista. Assim, busca-se compreender quais discursos sobre alimentação, corpo e saúde são feitos relevantes na elaboração dessas histórias e como eles são construídos e significados pelas participantes da pesquisa. Para desenvolver esses objetivos, foram realizadas entrevistas ocorridas em diferentes ambientes, seguindo alguns critérios que serão detalhados nas próximas seções. As perguntas de pesquisa foram previamente apresentadas na introdução, ressaltando apenas que a elaboração das perguntas já é compreendida aqui como uma etapa analítica, posto que elas foram formuladas e reformuladas durante a geração e apreciação dos dados.

O presente capítulo se propõe a discorrer sobre os pressupostos teórico-metodológicos que guiam esta dissertação a fim de contemplar os questionamentos discutidos. Inicialmente, discorro sobre o posicionamento epistemológico, tratando da natureza da pesquisa. A seguir, apresento a contextualização da pesquisa, os procedimentos metodológicos da entrevista, geração, transcrição e procedimento de análise dos dados, assim como os dados auxiliares. Por fim, elaboro um perfil das participantes e da pesquisadora, destacando informações como idade, escolaridade, entre outros.

2.1 Posicionamento metodológico

Como previamente apresentado, este trabalho se alinha à pesquisa qualitativa. Definir esse tipo de pesquisa não é uma atividade simples, uma vez que como discutem Denzin & Lincoln (2006, p.17) “a pesquisa qualitativa é, em si mesma, um campo de investigação. Ela atravessa disciplinas, campos e temas”. No que tange as questões metodológicas, a abordagem qualitativa não visa

privilegiar uma prática em relação à outra, nem sequer possui um conjunto de práticas e métodos fixamente estabelecidos e concretizados como seus (Denzin & Lincoln, 2006). Pelo contrário, a pesquisa qualitativa dispõe de um caráter interdisciplinar de ordem teórica e metodológica, valorizando assim os diversos paradigmas, o que garante ao pesquisador a condição de lançar mão de estratégias que se adequam de forma mais produtiva ao seu objetivo e objeto de pesquisa. Logo, “o domínio da investigação qualitativa proporciona algumas das mais ricas e compensadoras explorações disponíveis na ciência social contemporânea” (Gergen & Gergen, 2006, p.367).

O estudioso Moita Lopes (2004) discorre sobre o que ele denomina uma abordagem teórico metodológica híbrida. Segundo ele (p.166), a “complexidade do mundo social só pode ser focalizada se hibridizarmos nossas teorias e metodologias, constantemente em contato com outras áreas do conhecimento”. Debater sobre a relação entre alimentação e corpo (que acaba esbarrando em assuntos voltados para transtornos alimentares, psicológicos e a obesidade, como veremos em capítulos subsequentes) já é por si só uma tarefa abrangente, pois fatores linguísticos, sociais, midiáticos, psicológicos, antropológicos precisam ser levados em consideração. Sendo assim, torna-se essencial uma conversa entre a Linguagem e outras áreas do saber, como por exemplo, os estudos da Antropologia, Antropologia da Nutrição, Sociologia, Nutrição, Saúde Pública, Filosofia, sendo esta uma das propostas almejadas aqui. Não é a ambição da análise, todavia, adentrar as complexidades das teorizações de outras disciplinas por não ser o campo de atuação da pesquisadora; porém, respaldada pela abordagem qualitativa, torna-se possível encontrar espaço para uma enriquecedora reflexão multidisciplinar.

A pesquisa qualitativa envolve também a valorização da natureza interpretativa do discurso. Assim, confronta-se a ideia tradicional de afastamento do objeto de pesquisa e neutralidade do pesquisador, abrindo espaço para as diferentes representações e pontos de vista sobre o mundo. A partir dessa visão, acredita-se que toda pesquisa científica é orientada por crenças, ideologias, sentimentos sobre a compreensão do mundo e das relações sociais, até mesmo aquelas que não se enquadram como qualitativas. As observações e

questionamentos situam ambos, observador e observado, histórico e socialmente no mundo.

A abordagem qualitativa interpretativista entende os participantes da pesquisa como seres atuantes que constroem determinado entendimento da realidade. O processo de pesquisa é uma ação coconstruída e os significados ali construídos não apenas representam, como dão forma à vida social. Na tentativa de se aproximar dos sentidos produzidos pelas pessoas acerca de determinado fenômeno, os pesquisadores lançam mão de práticas para geração de dados como entrevistas, conversas, história de vida, produções culturais, notas de campo, experiência pessoal, estudo de caso, entre outras (Denzil & Lincoln, 2006).

Conforme as reflexões acima, os dados analisados no presente trabalho foram gerados a partir de entrevistas, a fim de refletir acerca dos significados produzidos sobre a temática em questão. As considerações sobre os dados contemplam a escolha da interação social como perspectiva analítica, mais precisamente, a *micro* interação, a partir das ferramentas dos estudos da Sociolinguística Interacional. A análise interacional aparece em contrapartida à sociologia *macro*. Partindo do entendimento *macro*, existe uma esfera maior de ordem social que rege os comportamentos e decisões dos indivíduos, submetendo-os a padrões estabelecidos. Por outro lado, a visão *microinteracional* entende que nas relações cotidianas, através de nossas ações somos capazes de resistir a certos discursos sociais, mais que isso, nós também criamos e moldamos tais discursos.

Desta forma, o indivíduo assume papel ativo na definição e negociação dos sentidos e valores que perpassam a existência social. Apesar de eleger a microinteração como ponto de partida para a análise, podemos considerar que essa dimensão permite a elaboração de entendimentos sobre o contexto macrossocial de uma sociedade das dietas (ver capítulo 3) e exaltação do corpo esbelto da mulher. Assim, somos capazes de levantar significados sobre como as mulheres compreendem, contestam, negociam, constroem e reconstroem os discursos circulantes na vida cotidiana, como colocado nas perguntas de pesquisa.

Por fim, diante dos debates e comparações entre pesquisas de cunho quantitativo e qualitativo, torna-se importante ressaltar que a pesquisa qualitativa interpretativista não é inferior em seu caráter científico quando contrastada à

quantitativa. Pelo contrário, muitos estudiosos aclamam justamente a necessidade de um método rigoroso e cristalino por parte do pesquisador no percurso de seu estudo, tanto no que diz respeito à complexidade do objeto estudado quanto sobre seu papel de pesquisador/cidadão atuante. Em consonância a essa visão, Minayo (2017, p.2) explica que “ao reconhecer sua distinção em relação aos métodos quantitativos, a abordagem qualitativa não está isenta de parâmetros e normas que possam dar-lhe status de cientificidade”. As preocupações e perguntas da pesquisa qualitativa diferem daquelas objetivadas pelo método quantitativo, exigindo, então, um tipo de abordagem que atenda suas necessidades. Desta forma, “pesquisas qualitativas e quantitativas se complementam, mas são de natureza diversa. Uma trata da magnitude dos fenômenos, a outra, da sua intensidade. Uma busca aquilo que se repete e pode ser tratado em sua homogeneidade, a outra, as singularidades e os significados” (idem).

2.2 Os caminhos da pesquisa

A temática sobre alimentação, imagem da mulher e saúde sempre foi um interesse pessoal, fato que me levou até mesmo a cursar alguns períodos da graduação de Nutrição. Assim, já no primeiro semestre do mestrado, ao escrever um trabalho final na disciplina de Introdução à Análise do Discurso sobre a construção do conceito do termo *fitness* na mídia digital, foi possível refletir mais crítica e academicamente em a relação a esses temas. Diante das reportagens que investigava, através do contato com as redes sociais (mais especificamente, *Instagram* e *Facebook*) e a partir das próprias experiências cotidianas, surgiram questionamentos sobre a frequência cada vez mais constante de padronizações corporais (especialmente para o público feminino) atreladas a discursos sobre alimentação saudável. Segundo Santos (2008), apesar da preocupação do público masculino com o corpo ter crescido, há uma significativa diferença na maneira como essa preocupação é manifestada nos dois universos (masculino e feminino). Em geral, mulheres parecem se dedicar mais “fielmente” ao cuidado de si (Santos, 2008), incluindo aí tratamentos estéticos, dietas e atividades físicas. A partir dessas observações, o caminho da pesquisa foi redirecionado, buscando entender

como as mulheres se construía diante de um contexto social, identificado aqui como sociedade das dietas (ver capítulo 3).

O passo inicial para esta pesquisa foi a realização de entrevistas em uma academia de ginástica no município de São Gonçalo. Essa primeira etapa ocorreu devido a dois motivos: primeiramente, como o objetivo da pesquisa estava voltado para a relação entre o corpo, identidade feminina e o conceito *fitness*, o ambiente da academia parecia um local propício para realização das entrevistas; segundo, por ser frequentadora da academia em questão, havia certa facilidade no acesso às entrevistadas, além da familiaridade com ambiente. Durante esse momento inicial foram gravadas seis entrevistas semiestruturadas, realizadas em um espaço social do shopping no qual a academia está localizada. A pergunta desencadeadora das entrevistas era *por que você malha?*, considerando os pontos já destacados.

Entretanto, no percurso analítico dessas entrevistas, foi possível notar a frequência expressiva de narrativas sobre a prática de uma restrição, reeducação, ou mudança alimentar. Essas narrativas vinham acompanhadas dos sentimentos de sofrimento, ansiedade e superação por parte das entrevistadas. Tal característica culminou em um olhar diferente para os dados e para a própria compreensão sobre a pesquisa. Através da observação dessas narrativas, lembrei-me de tantas conversas com amigas sobre dietas e as dificuldades de manter a alimentação equilibrada e o peso “ideal”. Além disso, raros eram os momentos nos quais eu mencionava ou conversava informalmente com mulheres sobre minha pesquisa e que elas automaticamente não se engajavam na discussão através de pequenas histórias, relatos ou comentários sobre a dificuldade em se alimentar bem, cuidar do corpo e se manter saudável. No que concerne às entrevistas de pesquisa, não houve uma mulher entrevistada que não relatasse um acontecimento sobre sua relação com a dieta com considerações negativas sobre o processo.

No contexto social no qual estamos inseridos (ver capítulo 3 e 4), algumas atitudes em relação ao alimento parecem ser comumente naturalizadas: a decisão de abrir mão de comer durante uma confraternização familiar; passar horas do dia sem ingerir qualquer forma de alimento; ficar em casa ao invés de sair porque “não resiste” a um comer doce; cortar nutrientes da alimentação cotidiana por conta própria; passar muitas horas dentro de uma academia. Na sociedade ocidental, esses comportamentos nos são familiares (Contreras & Gracia, 2011) e

difícilmente causarão um estranhamento a ponto de identificá-los como comportamentos “anormais”. Para a pesquisadora Santos (2008, p.23), “as práticas alimentares são, sobretudo, práticas socialmente construídas e que possuem uma marca identitária da cultura de uma sociedade”. As escolhas feitas em relação a o que comer, porque comer, como comer e quando comer são mediadas cultural e socialmente, e têm sido cada vez mais restritivas, culminando em sentimentos como frustração, incerteza, além de transtornos alimentares e psicológicos.

O fato de essas situações serem parte da vida cotidiana, mesmo diante dos recentes questionamentos levantados por estudiosos sobre padrões corporais e perigos das dietas rigorosas e restritivas, despertou certa inquietação e desencadeou uma necessidade em investigar cientificamente o papel da alimentação, mais precisamente da restrição alimentar, e do controle corporal, através do mecanismo da dieta, na vida das mulheres. A intenção inicial era realizar mais entrevistas na mesma academia com perguntas direcionadas para o novo objetivo. Manter as entrevistas nesse ambiente parecia coerente visto que atividade física e dieta costumam ser um “combo”, ou seja, elas caminham conjuntamente na busca pelo cuidado estético e pela saúde.

Todavia, durante esse período de mudança do foco analítico da pesquisa, implicações de caráter pessoal dificultaram meu acesso à academia em questão. Na busca de novas possibilidades para geração de mais dados, recorri primeiramente a uma nova academia, por mim frequentada, no bairro da Tijuca (Rio de Janeiro). Apesar das mulheres abordadas nessa academia terem se mostrado solícitas, as mesmas não tinham muito tempo a ser cedido para a realização das entrevistas e não estavam dispostas a gravar em outro local ou horário. Por fim, após tentativas também não bem sucedidas em contatar consultórios de nutricionistas e entrevistar os pacientes das mesmas, optei por delimitar as participantes da entrevista seguindo novos critérios, mas que fossem condizentes com a proposta e objetivos do estudo, como explicado a seguir.

Por abordar a temática de dieta e alimentação, a principal delimitação foi selecionar entrevistadas que estavam fazendo dieta sob assistência dietoterápica de nutricionista. Partindo da ideia de que, em nossa sociedade, as técnicas de controle do corpo são destinadas principalmente a mulheres (Contreras & Gracia, 2011; Santos, 2008; Giddens, 2002; Le Breton, 2006) e também mediante uma

facilidade pessoal em conversar sobre o assunto com o público feminino, a escolha das entrevistadas também foi baseada no gênero: todas são mulheres. O processo de geração dos dados e outras delimitações mais específicas, bem como o processo de entrevista e transcrição dos dados são detalhados nas sessões abaixo para maior esclarecimento sobre a metodologia da pesquisa.

2.2.1 As entrevistas

As entrevistas e sua função na pesquisa acadêmica são compreendidas de maneira particular dependendo do posicionamento epistemológico adotado. Mais que isso, a forma de conceber a entrevista mudou no decorrer da história e desenvolvimento de novas abordagens metodológicas. Considerando o enquadre desta pesquisa como qualitativa interpretativista, adota-se a perspectiva defendida por Mishler (1986) na qual a entrevista é um evento social interacional de coconstrução de significados. Cabe aqui também fazer um empréstimo da definição de situação social de Goffman (2013, [1964], p.17) explicada como uma situação que “emerge a qualquer momento em que dois ou mais indivíduos se encontram na presença imediata um do outro e dura até que a penúltima pessoa tenha se retirado”. Desta forma, a entrevista de pesquisa será compreendida como uma situação social e, logo, possui o potencial de ser usada para a geração de dados de um estudo que vise refletir tanto sobre questões sociais quanto sobre aspectos interacionais do discurso.

Além disso, existe atualmente certa familiaridade com o gênero entrevista dada a condição de estarmos constantemente sendo submetidos a entrevistas de emprego, pesquisas de senso, aplicativos de pergunta e resposta na internet, formulários, pesquisa de satisfação após o consumo de um serviço ou produto, e até mesmo a pesquisa acadêmica. Para Silvermman (2001) estamos inseridos numa sociedade de entrevistas, na qual estamos sempre falando de nós mesmos. De certa forma, esse conhecimento das entrevistas acaba por facilitar o acesso aos participantes de um estudo, pois os mesmos costumam não estranhar o pedido de uma entrevista. Tomemos como exemplo as próprias entrevistas desta pesquisa: nenhuma das mulheres abordadas recusou ou demonstrou estranhamento com a

solicitação de uma entrevista para um trabalho acadêmico. Pelo contrário, todas as participantes se mostraram muito dispostas a contribuir. Certamente que isso não é um padrão, e imprevistos e exceções podem ocorrer no processo.

Tradicionalmente, a entrevista estava centralizada na troca de perguntas e respostas entre pesquisador e pesquisado quase que de forma mecânica. Esse processo era uma relação de estímulo e reação e “uma questão fundamental para os pesquisadores era como padronizar os estímulos de modo a provocar respostas também padronizadas e comparáveis” (Bastos & Santos, 2013, p.12). Conseqüentemente, os papéis de ambos são estabelecidos de antemão: cabe ao pesquisador chegar ao local da entrevista com as perguntas fechadas e ao entrevistado responder da maneira mais clara possível a fim de fornecer as informações requisitadas. Nessa visão, valoriza-se um afastamento do objeto, ou seja, pressupõe-se certa neutralidade do pesquisador em relação à sua pesquisa e ao processo de coleta de dados. As perguntas são elaboradas para subtrair ao máximo as diferentes interpretações a fim de retratar a objetividade da realidade de determinado fenômeno.

Entretanto, outras abordagens da entrevista criticam esse tratamento dos dados, pois ele acaba realizando um apagamento da subjetividade e dos esforços interacionais que são feitos pelo entrevistador e entrevistado na manutenção do ritmo e sentido da conversa. Sendo assim, Mishler (1986) coloca à nossa disposição uma abordagem das entrevistas voltada para o discurso na qual a entrevista é uma situação arquitetada conjuntamente com participação ativa de ambos os lados. Assim, ele “localiza a entrevista em contextos sociais macros e micros e analisa os diferentes efeitos que as diferentes atitudes dos entrevistadores despertam nos entrevistados”. (Bastos & Santos, 2013, p.12). As identidades e os significados sociais são articulados durante a entrevista, não sendo possível garantir a objetividade das perguntas e das respostas. Essa proposta reconhece justamente o engajamento dos participantes da interação na construção das subjetividades.

A voz, a história, as ideologias e concepções do sujeito entrevistado não devem ser apagadas, mas situadas. Desta forma, “deixar que a voz do entrevistado seja ouvida é importante, assim como examinar que voz é essa: se da família, da instituição em que trabalha, de si próprio, do meio no qual se circula amigos, da

sociedade, de tudo isso junto” (Rollemberg, 2013). Não surpreendentemente, entrevistas que ocorrem seguindo as mesmas perguntas geram as mais diversas respostas e opiniões, além de variar significativamente na duração. Muitos fatores internos e externos influenciam a produção de uma entrevista que vão desde o ambiente escolhido até mesmo aos sentimentos vivenciados pelo entrevistador e pelo pesquisado no momento no qual a entrevista acontece.

Tendo em vista tais considerações, as entrevistas realizadas nesta dissertação visam valorizar a natureza dinâmica e dialógica do discurso ao adotar a estrutura de perguntas semiestruturadas. Não existiram perguntas fixas para serem obrigatoriamente respondidas, mas sim um roteiro temático pré-elaborado a fim de guiar todas as entrevistas de maneira similar, estando consciente das variações possíveis e até esperadas. Centralmente, buscava-se a produção geral de narrativas, histórias de vida que estivessem voltadas para o contexto alimentar e de controle corporal. Durante os processos de geração e análise das entrevistas, buscou-se assumir constantemente a ideia de que, como discutido, “uma entrevista é o produto conjunto daquilo que entrevistadores e entrevistados falam sobre e de como eles falam um com o outro” (Mishler, 1986, p.7, tradução minha), sem a pretensão de obter respostas prontas e definitivas, mas, pelo contrário, buscando reflexões mais aprofundadas.

2.2.2

A geração e caracterização dos dados e os procedimentos de análise

Uma vez tendo sido especificado que este estudo entende a entrevista de pesquisa como uma situação social coconstruída, esta subseção se propõe a ilustrar uma caracterização geral das entrevistas realizadas. Em contrapartida a nomenclatura “coleta de dados” comumente utilizada, principalmente no que diz respeito a pesquisas quantitativas, opta-se pela utilização do termo “geração de dados”. O emprego dessa terminologia ocorre “por entendermos que a vida social que nos interessa compreender é em si evanescente e que não pode ser captada integralmente por nenhum aparelho ou método de gravação” (Garcez, 2014, p.262). Nessa abordagem, não se acredita na existência de dados prontos à priori,

visto que a situação social é situada e construída de acordo com o ambiente, os participantes e outros fatores envolvidos na interação.

As entrevistas foram gravadas através do gravador de um *smartphone* com o consentimento das participantes concedido oralmente antes da gravação e mediante um termo de consentimento lido pela pesquisadora em conjunto com as entrevistadas e assinado por cada uma ao término das entrevistas. Uma via de cada consentimento permaneceu com a pesquisadora e outra via com as pesquisadas. O termo foi aplicado com o intuito de garantir o caráter ético da pesquisa e clarificar para as participantes os procedimentos, objetivos e implicações do estudo (uma cópia do termo de consentimento utilizado encontra-se disponível no Anexo II). As gravações não ocorreram no mesmo dia nem no mesmo local, visto que não houve delimitação de um campo de pesquisa físico específico para a realização desse estudo.

O trabalho de campo teve início em outubro de 2016, com o objetivo primordial descrito previamente, e estendeu-se até julho de 2017. As entrevistas foram realizadas em quatro ambientes distintos, todos no estado do Rio de Janeiro: num shopping de São Gonçalo, numa academia na Tijuca, no campus de duas universidades diferentes localizadas na zona sul, culminado em um total de doze entrevistas. Num primeiro recorte analítico, privilegiamos sete entrevistas, dentre as dozes, guiadas pelos seguintes critérios: 1) participantes que passaram pela assistência dietoterápica de nutricionistas 2) entrevistas que continham narrativas sobre a prática da dieta com objetivo central de alcançar o emagrecimento 3) nível de escolaridade (universitárias).

De uma maneira geral, as doze entrevistas abordam temáticas muito próximas, com histórias similares que destacam as dificuldades em “manter a dieta” e apresentam tempo de duração variado. As quatro últimas entrevistas acabam por conter narrativas e histórias maiores e mais elaboradas justamente porque as perguntas foram reformuladas durante o caminho da pesquisa. A tabela a seguir apresenta uma sumarização das entrevistas, destacando os nomes (fictícios – ver subseção 2.2.3) das participantes, a data, a duração, o local e os principais assuntos abordados em cada uma delas:

	Data	Duração	Local	Temas
Isis	Novembro de 2016	14':10''	Área social do shopping	Prática de atividades físicas; alimentação; infância e adolescência acima do peso; imagem da mulher; imposições sociais sobre o corpo.
Hanna	Novembro de 2016	10':00''	Área social do shopping	Trajetória de vida lutando contra a obesidade; práticas de atividade física; dificuldades de manter uma dieta.
Alice	Maio de 2017	15':00''	Academia	Preocupações sobre aparência, peso e alimentação; diagnóstico de depressão; consumo excessivo de remédios para emagrecer; influência das redes sociais.
Bianca	Junho de 2017	21':32''	Campus da universidade	Relação com a comida desde a infância; influência da família nos hábitos alimentares; preocupações sobre a aparência e a saúde; expectativas sociais sobre o corpo da mulher.
Diana	Junho de 2017	22':42''	Campus da universidade	Implicações psicológicas da preocupação com a aparência e com a alimentação; histórico pessoal com anorexia, bulimia e transtorno dismórfico corporal.
Sarah	Junho de 2017	39':42''	Campus da universidade	Imposições sociais sobre o papel da mulher; dificuldades em manter uma dieta controlada; restrições alimentares; a influência das redes sociais.
Talita	Julho de 2017	22':57	Campus da universidade	Expectativas em relação a profissão de nutricionista; dificuldade em manter uma dieta controlada; relação conturbada com a alimentação; privações do alimento.

Devido à limitação de espaço e ao tipo de análise proposta nesta dissertação, foi necessário realizar um segundo recorte analítico, selecionando um número menor de entrevistas para compor o capítulo de análise. Assim, quatro entrevistas foram escolhidas (Isis, Hanna, Diana e Talita), tendo como critério a melhor adequação às categorias de análise, explicadas a seguir. Cabe ressaltar que, como apresentado na tabela acima, a temática das entrevistas são muito semelhantes; além disso, a estrutura das narrativas, as argumentações e apresentações de ideias presentes nas quatro entrevistas selecionadas são igualmente recorrentes nas outras três. É importante destacar também que todas as doze entrevistas iniciais foram analisadas, contribuindo para os *insights* teóricos e analíticos que fundamentaram a construção desta pesquisa. Assim, como explicado, a seleção de quatro entrevistas precisou ser feita meramente para fins práticos, visando garantir a qualidade da pesquisa.

A análise dos dados foi orientada pelo objetivo central da pesquisa, a saber: *compreender quais significados sobre alimentação, corpo e saúde são narrativamente construídos pelas entrevistadas tendo em vista o contexto social de valorização da alimentação saudável e exaltação do corpo magro*. Esse objetivo foi segmentado em quatro perguntas norteadoras da pesquisa, apresentadas na introdução. A partir das entrevistas e perguntas de pesquisa, procedemos a três agrupamentos analíticos: (1) *dando o primeiro passo*; (2) *a jornada e o sofrimento*; (3) *seria esse o fim da história?* Os parâmetros dessa divisão são inspirados pela estrutura narrativa do modelo laboviano (ver capítulo 5). Assim, o primeiro grupo engloba os excertos que contém *sumário e orientação*; o segundo, *avaliação e ação complicadora*; e o terceiro, *coda e resolução*. Cada um desses critérios está detalhado no capítulo de análise.

Abaixo são apresentadas as escolhas teóricas realizadas como suporte para a análise e como elas buscam responder as perguntas de pesquisa propostas:

1) *Como as participantes se constroem frente a discursos sobre alimentação saudável e exaltação da magreza?* Para responder a essa pergunta, recorreremos às noções de agenciamento (Duranti, 2004; Asad, 2000; Giddens, 2001) e avaliação (Labov; 1972) a fim de observar se as participantes se constroem de maneira mais agentiva na decisão de começar e seguir a dieta, assumindo as ações para si, ou menos agentiva, condicionando suas escolhas a um

macrodiscurso. As avaliações auxiliam a compreender como as participantes demonstram analisar suas atitudes e os passos da dieta. Além disso, algumas noções sobre o controle disciplinar do corpo e da alimentação (Foucault 1988[1976]; 1988[1984]; Contreras & Gracia, 2011; Le Breton, 2007; Giddens, 2002) auxiliam na discussão sobre quais discursos são feitos relevantes nessas histórias.

- 2) *Quais elementos as participantes apontam como motivadores para iniciar um controle alimentar?* A estrutura laboviana (1972) é fundamental para apontar esses elementos através da identificação do sumário/resumo e orientação, visto que através dessas ferramentas de construção narrativa, as participantes localizam as histórias e apresentam suas motivações. É necessário destacar também o entendimento sobre Estigma (Goffman, 1980[1963]) visto que questões como obesidade e sobrepeso são relacionadas à prática da dieta.
- 3) *Como a estrutura dessas narrativas pode estar relacionada aos sentimentos discursivamente elaborados sobre a dieta?* Para dar conta deste questionamento, é importante explorar a estrutura canônica proposta por Labov (1972), os movimentos narrativos de progressão, regressão e estabilidade apresentados por Gergen & Gergen (1986; 1988) e as reflexões sobre as estruturas das narrativas de sofrimento propostas por Hydén (1997) e Piccardi (2016). Além disso, as discussões levantadas por Asad (2000) contribuem para compreender a relação entre os processos agentivos e o sofrimento.
- 4) *Que significados sobre as dietas são narrativamente coconstruídos com a pesquisadora?* A análise para responder a essa pergunta está embasada nos estudos da narrativa como uma coconstrução de significados (Mishler, 1991; 2002; Riessman, 1993; Moita Lopes, 2002; Bastos, 2005; Bastos & Biar, 2015), buscando observar como as entrevistadas e eu compartilhamos certos significados acerca da prática da dieta e construímos a narrativa de maneira conjunta.

Sendo assim, as informações apresentadas acima atuam como uma introdução e breve reflexão sobre as entrevistas realizadas, a forma como os dados serão abordados e a relevância dos assuntos discutidos. Uma análise mais

detalhada e ancorada por aspectos linguísticos do discurso é realizada no capítulo de análise dos dados.

2.2.3

A transcrição dos dados

O processo de transcrição dos dados é considerado por si só como uma etapa analítica interpretativa das entrevistas (Garcez, 2014; Santos, 2013). Seleções e escolhas são feitas na hora de transcrever, e “diferentes formas de transcrição carregam e dão suporte a diferentes interpretações e posicionamentos teóricos” (Santos, 2013, p.31). Algumas formas são mais comuns como, por exemplo, o uso da ortografia, o uso da grafia modificada, a transcrição fonética (Garcez, 2014); todas elas apresentam vantagens e limitações para a leitura dos dados. Esta pesquisa adota uma simplificação das convenções de transcrição de Jefferson (Anexo I) que foram desenvolvidas pela pesquisa da Análise da Conversa Etnometodológica, sendo usadas e sugeridas por muitos pesquisadores da Sociolinguística Interacional. Contudo, não é a proposta aqui detalhar ou analisar todas as marcas de fala por este não ser o foco do estudo; porém, algumas marcas de alongamento e pausas são relevantes para as considerações acerca das narrativas e da interação.

De forma geral, os dados transcritos nesta dissertação seguem as orientações sugeridas por Garcez (2014): a ortografia não é modificada, exceto em casos específicos “em que se observa que os participantes manifestam atenção a alguma produção como algo especial”; apagamento do *-r* nos verbos durante a fala não são registrados; no caso de palavras como “vamos” em que frequentemente pronunciamos “vamu” também ocorre a opção de manter a primeira forma; apenas em palavras do tipo “está, estou, estive” que optamos por adotar a grafia *tá, tô, tive*. Essas escolhas na grafia da transcrição são importantes, pois, em alguns casos, existem formas que poderiam causar estranhamentos ou até mesmo gerar pré-julgamentos sobre o indivíduo, indicado uma fala mal cuidada ou inferior.

Há também o cuidado com a identificação das participantes, pois assim como explicitado no termo de consentimento, busca-se preservar a identidade de cada uma, mantendo o anonimato. A maneira como o analista decide nomear os

indivíduos nas transcrições é fundamental, pois pode elucidar questões mais amplas, enquadrando os participantes em: categorias identitárias, categorias institucionais (professor/aluno, médico/paciente), posição social, gênero, entre outras (Garcez, 2014) que abrem espaço para preconceitos e interpretações sobre relação de poder *à priori*, e acabam por negligenciar aspectos importantes da interação. Visto que a seleção de participantes para esta pesquisa se restringiu a um grupo delimitado, sabe-se que todas as entrevistadas são mulheres. Assim, elas são nomeadas a partir de pseudônimos por acreditar que “se aproxima da maneira como as pessoas normalmente nomeiam-se umas às outras nas interações rotineiras (por nomes próprios)” (Garcez, 2014, p.271), além de manter o anonimato.

2.3 O perfil dos envolvidos na pesquisa

2.3.1 As participantes

Como mencionado, a seleção das participantes se deu primordialmente em função do critério de acompanhamento com um profissional da nutrição, pois o objetivo maior da pesquisa envolve analisar as narrativas sobre dietas. Outro critério adotado foi a escolha do público feminino, tendo em vista que, baseado na revisão de literatura (Giddens, 2002; Le Breton, 2007; Santos, 2008; 2010; Contreras & Gracia, 2011; Fabrício, 2004) e na própria observação das notícias e mensagens divulgadas na internet, foi possível depreender que as mulheres são o maior alvo, principalmente da mídia, para a prática de controles alimentares. Além disso, como apresentado por muitos estudiosos (Le Breton, 2007; Giddens, 2002), no corpo estão inscritas questões identitárias, incluindo-se aí marcas consideradas indicadoras de masculinidades e feminilidades. Para Santos (2008, p.44) “a identidade masculina é examinada através do que ele come enquanto que a identidade feminina é examinada através do que ela não come”.

Durante o primeiro recorte analítico para definir as entrevistas que iriam compor o capítulo de análise desta dissertação, foi possível observar que as

entrevistadas eram em sua maioria universitárias com uma faixa etária entre 18 e 30 anos. Talvez essa semelhança tenha ocorrido devido ao horário, local e público da academia, porém não é objeto da pesquisa se aprofundar nessas características das participantes. Todavia, buscando delimitar a escolha das entrevistas, pelos motivos já explicados, optamos por privilegiar as entrevistas realizadas com universitárias. Considerando que vivemos numa sociedade no qual as mulheres tem gradativamente buscado se inserir em outros contextos sociais, procurando assumir papéis para além do ser mãe e “do lar”, torna-se interessante também atentar para como as universitárias, que de uma forma geral estariam numa fase inicial de inserção no mercado de trabalho, se constroem, contestam e articulam os múltiplos discursos sobre “ser mulher” relacionados a questões da alimentação e do corpo.

Um ponto levantado durante a seleção das entrevistas que entrariam no escopo desta pesquisa foi em relação ao local no qual as participantes moram e/ou estudam. Como as entrevistas foram realizadas em locais distintos, os dados são de pessoas que residem em municípios muito diferentes, mas todas as participantes são do estado do Rio de Janeiro. Porém, mesmo diante das diferenças geográficas, as narrativas dessas mulheres se inter cruzavam em histórias e sentimentos. Portanto, essas diferenças de localidade, que poderiam ser uma dificuldade para a análise, são utilizadas para respaldar justamente a abrangência na propagação desses discursos. Por serem universitárias, e assim estarem enquadradas numa faixa etária similar, existe algumas semelhanças compartilhadas por essas mulheres.

Baseado nessas observações, as informações apresentadas a seguir nos situam de forma mais clara sobre essas participantes:

- *Isis*: estudante de Nutrição, 20 anos e moradora de São Gonçalo. A abordagem a Isis deu-se na área de musculação da academia, na qual expliquei rapidamente o objetivo da pesquisa e a convidei a participar da entrevista. Inicialmente, Isis se mostrou relutante sobre o tema, mas aceitou o convite e se mostrou muito participativa durante toda a entrevista.
- *Hanna*: estudante de Biologia, 22 anos e moradora de São Gonçalo. Nossa conversa teve início ainda antes da entrevista quando abordei Hanna e sua

amiga Camila no espaço coletivo do vestiário feminino da academia. Nesse nosso primeiro contato, Hanna já se mostrou muito interessada no tema da pesquisa.

- *Alice*: estudante de Design, 22 anos e moradora do Rio de Janeiro. Nosso primeiro contato foi enquanto esperávamos pelo início de uma aula coletiva na academia. Alice se mostrou muito disposta a colaborar com a pesquisa e realizamos a entrevista no mesmo dia.
- *Bianca*: estudante de Psicologia, 24 anos e moradora do Rio de Janeiro. Para chegar até Bianca, contei com a ajuda de uma amiga particular (Mariana). Bianca é paciente da irmã de Mariana que é nutricionista. Assim como as outras participantes, Bianca foi muito simpática e demonstrou interesse na pesquisa.
- *Diana*: estudante de Psicologia, 24 anos e moradora do Rio de Janeiro. Cheguei até Melissa por indicação de Bianca, visto que ambas são amigas. Melissa se mostrou muito interessada no assunto, principalmente por ver uma relação com a Psicologia.
- *Sarah*: estudante de Psicologia, 21 anos e moradora do Rio de Janeiro. Foi também através de Bianca que pude chegar até ela. Sarah, assim como Diana, mostrou-se envolvida na entrevista pela relação com sua vida pessoal e profissional.
- *Talita*: estudante de Nutrição, 24 anos e moradora do Rio de Janeiro. Talita e eu já nos conhecíamos, pois havíamos cursado algumas disciplinas juntas no curso de Nutrição. Certo dia, numa conversa informal sobre alimentação e redes sociais, Talita começou a contar sobre sua experiência pessoal. Assim, expliquei-a sobre minha pesquisa e ela prontamente aceitou participar.

2.3.2 A pesquisadora

Este espaço está dedicado a traçar o perfil da pesquisadora, buscando dialogar com autores que relativizam a visão sobre a neutralidade do olhar do

pesquisador. Em toda pesquisa acadêmica, independente de sua natureza, o pesquisador é indivíduo operante, construtor dos questionamentos e junto a ele aparecem suas ideologias e crenças. Alguns estudiosos vão além e falam do pesquisador como um *bricoleur* interpretativo que “entende que a pesquisa é um processo interativo influenciado pela história pessoal, pela biografia, pelo gênero, pela classe social, pela raça e pela etnicidade dele e daquelas pessoas que fazem parte do cenário”. (Denzil & Lincoln, 2006, p. 20). Mais do que ser um observador das histórias que moldam o estudo, o pesquisador atua nessas histórias.

Partindo dessa linha de pensamento, acredito na relevância de parte de minha experiência pessoal para compreender a relação de cooperação (e, por vezes, de amizade) construída com as entrevistadas durante as entrevistas de pesquisa. Estou incluída na pesquisa e na análise de maneira dupla: primeiro, porque me alinho à visão interpretativa de que a história e as ideologias do pesquisador o tornam cocriador do significado; segundo, porque assim como as participantes da pesquisa, também sou mulher, jovem, universitária, passei por várias fases de dieta, restrições alimentares, relações conturbadas com a comida com o corpo, sendo, então, alocada na categoria a qual busco compreender.

Para Moita Lopes (2004, p.166), “o pesquisador tem corpo, raça, desejo, classe social, gênero etc., enfim, tem história: não há mais espaço para uma racionalidade descorporificada. A racionalidade é marcada pela história do pesquisador”. Logo, por estar inserida no grupo que almejo estudar e por considerar minha história de vida como suporte empírico, a noção de neutralidade do pesquisador é aqui relativizada. Apesar de não tratar explicitamente sobre isso com as entrevistadas, durante as entrevistas (como veremos na análise) meus posicionamentos, por ora abrem a possibilidade do surgimento de narrativas de confissão (como as próprias entrevistadas ressaltam), mas também induzem certas reflexões, utilização de termos e críticas. Assim, negar que o pesquisador está imbricado nos significados produzidos é esquecer que estamos tratando de um indivíduo, um ser social. Portanto, todas essas ponderações são levadas em consideração para garantir o máximo de clareza e integridade da pesquisa.

3

Uma sociedade das dietas

“eu acho que a gente vive, atualmente a gente vive um paradoxo muito grande, sabe? porque ao mesmo tempo que tem, vendo tipo modelos em cartazes e em desfiles de moda com tamanhos de peso normais, assim, sabe, querendo mostrar que existe, que não existe um padrão, que cada um tem o seu corpo, cada vez mais a gente é cobrado pelas redes sociais a ter um determinado corpo”
(Alice, 22 anos, estudante de Design)

O excerto acima foi retirado da entrevista realizada com Alice, sendo muito significativo por representar alguns dos pontos centrais que motivaram a escolha temática desta pesquisa. No entendimento de Alice, vivemos um “paradoxo” caracterizado por dois discursos principais. Resumidamente, o primeiro seria “seja magra” enquanto o segundo seria “aceite seu corpo como ele é”. E se no passado o incentivo a certo padrão corporal era divulgado sobretudo pelo mundo da moda e pelas revistas femininas, hoje ele atinge uma proporção imensurável através da internet, mais especificamente, das redes sociais. Muitos são os perfis e as páginas com conteúdo voltado para alimentação, atividades físicas, dietas, sendo essas informações divulgadas por profissionais da saúde (médicos, nutricionistas, professores de educação física, psicólogos, etc) e até mesmo por pessoas de áreas não médicas, comumente chamadas de influenciadores digitais.

Diante desse cenário, o objetivo deste capítulo é articular algumas das discussões apresentadas na introdução e na motivação da pesquisa (capítulo de metodologia) ao contexto atual sobre dietas, corpo, alimentação e mulher através de exemplos provenientes da internet que nos situam naquilo que é entendido aqui como uma *sociedade das dietas*. Para isso, precisamos recorrer às redes sociais, aos sites e blogs, destacando exemplos que ilustrem como as dietas têm sido representadas atualmente, ou seja, quais ideias aparecem relacionadas à expressão “estar de dieta”. Essa contextualização auxilia na compreensão dos capítulos que seguem, principalmente a análise dos dados, visto que fundamenta muitas das histórias, preocupações e angústias trazidas pelas participantes da pesquisa como motivação para iniciar e se manter na prática de um controle alimentar.

O levantamento dos dados auxiliares foi baseado num conhecimento empírico, ou seja, através de minha própria experiência com as redes sociais desde o início da pesquisa, considerando que a crescente propagação de ideais sobre as dietas na internet foi um aspecto que despertou meu interesse no assunto, contribuindo para este estudo. Temas como alimentação e dieta são recorrentes em todos os meios de comunicação, como nas propagandas (Santos, 2007), e nas últimas décadas eles ganharam maior espaço no universo da Internet que atua como difusora “tanto de um discurso midiático em torno do corpo idealizado como de um discurso publicitário inserido na lógica de um mercado voltado para o emagrecimento” (Santos, 2007, p.358).

Apesar de a dieta aparecer frequentemente associada à moda, beleza, e saúde (Santos, 2007), ela pode englobar propósitos variados e ser relacionada a diferentes sentimentos. Existem aquelas dietas mais tradicionais e populares, como dieta da proteína, dietas para o emagrecimento, dietas voltadas para “controlar” questões patológicas, dietas mais ou menos rigorosas (Santos, 2007; 2010). Dentro dos múltiplos significados da dieta, uma das suas expressões é através da relação entre a busca pelo corpo magro e “saudável” e uma ideia de sofrimento, sendo essa a que mais se aproxima da maneira como as participantes desta pesquisa constroem suas narrativas (ver capítulo 6).

Partindo dessa relação com o sofrimento, destaco inicialmente a postagem de uma nutricionista em seu perfil público no *Instagram* que vincula, dentre outros assuntos, reflexões e pesquisas contra “terrorismos nutricionais”. Na postagem em questão a nutricionista pergunta para seus seguidores “*qual a primeira coisa que lhe vem à cabeça quando você ouve a palavra dieta?*”. Olhando para as respostas², elas geralmente são estruturadas com apenas uma palavra e a maioria delas aponta para uma mesma concepção da dieta. As palavras mais recorrentes nessas respostas são: sofrimento, restrição, fome, privação, compulsão, derrota, pavor, sacrifício, fracasso. Palavras muito semelhantes estão presentes nas narrativas das entrevistadas desta pesquisa, reforçando como a dieta tem sido associada principalmente a dificuldades que culminam no sofrimento.

² Todas as pesquisas da Internet realizadas para compor este capítulo tiveram último acesso em 26 de fevereiro de 2018

Outra boa exemplificação são as imagens que circulam em perfis do *instagram* sobre dieta e alimentação:



Fonte: www.instagram.com

Atrelado a essas propagações da dieta com uma conotação negativa, a mídia fortalece seu discurso sobre alimentação e corpo ao fundamentar suas matérias nos saberes médicos, popularmente vinculados como verdades absolutas. Com isso, vocabulários antes exclusivos do meio médico, passaram a circular de maneira naturalizada no cotidiano das pessoas (Santos, 2008). Carboidratos, proteínas, gorduras, índice glicêmico, *light*, *diet*, *integral*, glúten, lactose, *low carb*, alimento termogênico, gordura *trans*, são conceitos agora comuns a uma grande parte da população para descrever os alimentos. Essa apropriação do vocabulário médico cientificista fica clara quando olhamos para as manchetes de matérias de jornais online e páginas das redes sociais. Uma página do *facebook*, de um site muito popular voltado para o público feminino, com dicas sobre alimentação, saúde, corpo, bem-estar, entre outros temas relacionados, apresentava as seguintes matérias como destaque:

“Como baixar o índice glicêmico dos alimentos e emagrecer mais”³

“Estudo: tanto faz cortar gordura ou carboidrato para emagrecer”⁴

“Dieta bioquímica: - 3kg comendo na hora certa”⁵

Segundo Santos (2008, p.33) ocorre atualmente uma “cacofonia alimentar dirigida para um público que assume múltiplos papéis: consumidores, leitores,

³ <https://boaforma.abril.com.br/dieta/como-baixar-o-indice-glicemico-dos-alimentos-e-emagrecer-mais/>

⁴ <https://boaforma.abril.com.br/dieta/estudo-tanto-faz-cortar-gordura-ou-carboidrato-para-emagrecer/>

⁵ <https://boaforma.abril.com.br/dieta/dieta-bioquimica-3kg-comendo-na-hora-certa/>

pacientes, telespectadores, cidadãos, alunos”. Assim, vivenciamos um fenômeno de hiperinformação, no qual todo esse conhecimento científico está, por um lado, mais acessível, mas por outro lado, está frequentemente acompanhado de sensacionalismos, sendo apresentado como verdade irrefutável. Fabrício (2004, p.243) destaca que “geralmente manchetes chamativas e reportagens de conteúdo questionável são apresentadas ao grande público, simplificando noções complexas e apresentando fatos contestáveis e provisórios como certezas inauditas, “comprovadas pela ciência””. Como exemplo, temos os questionamentos que ganharam espaço na mídia através da eleição de “alimentos vilões” e “alimentos milagrosos”:

“febre do momento, óleo de coco não traz benefícios e ainda pode fazer mal”⁶

“mitos e verdades: descubra se o ovo é vilão ou mocinho da boa alimentação”⁷

“ingerir proteína é essencial na dieta, mas excesso causa riscos à saúde”⁸

Simultaneamente, permanece o culto à magreza, aos corpos musculosos, às dietas diversas e à atividade física em excesso. Para exemplificar, basta uma pesquisa rápida na ferramenta *Google* de alguns termos mais comuns relacionados à alimentação e corpo. A palavra “dieta” gera aproximadamente 63.400.000 resultados, sendo que na primeira página todos os resultados apontam para a perda rápida de muito peso em poucos dias; a palavra “emagrecer” gera aproximadamente 6.510.000 resultados que são muitos semelhantes aos mostrados na pesquisa de “dieta”; a expressão “corpo saudável” gera 12.600.000 resultados abrangendo dicas de emagrecimento, alimentação, atividade física, saúde da mente, entre outros. No *Instagram*, realiza-se a pesquisa de tópicos com base nas *hashtags* utilizadas nas postagens de usuários. A *#dieta* gera 10.509.973 publicações públicas e aparece vinculada a *#dietas*, *#dietafit*, *#emagrecendo*, *#perdergordura*. Uma *hashtag* também popular é *#dietasemsofrer* com 1.199.179 publicações públicas.

⁶ <http://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2017/04/1872436-febre-do-momento-oleode-coco-nao-traz-beneficios-e-ainda-pode-fazer-mal.shtml>

⁷ <http://globoesporte.globo.com/eu-atleta/nutricao/noticia/2017/01/mitos-x-verdadesdescubrase-o-ovo-e-vilao-ou-mocinho-da-boa-alimentacao.html>

⁸ <http://g1.globo.com/bemestar/noticia/2013/04/ingerir-proteina-e-essencial-na-dieta-mas-excesso-causa-riscos-saude.html>

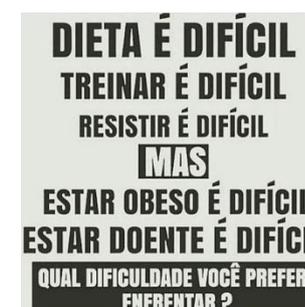
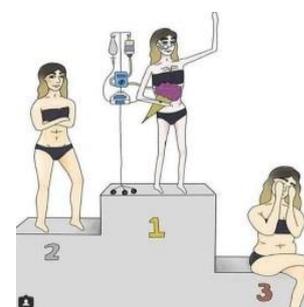
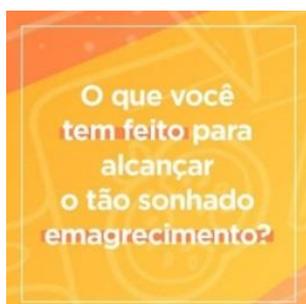
No *Youtube*, outra rede social muito utilizada, não é difícil encontrar vídeos narrando experiências com dietas ou incentivando a prática delas. As frases abaixo são títulos de alguns vídeos bem populares nos canais de nutricionistas e *youtubers*:

“revelando: minha dieta/seca barriga” (65 mil visualizações)⁹

“voltei pra dieta | diário da dieta” (233 mil visualizações)¹⁰

“existe dieta milagrosa? como estou emagrecendo?” (132 mil visualizações)¹¹

Nas redes sociais, as imagens, perfis e vídeos incentivando a dieta e a alimentação regrada reforçam o discurso da restrição e do corpo padronizado, como podemos observar nas imagens abaixo retiradas de perfis do *Instagram*:



Fonte: www.instagram.com

⁹ https://www.youtube.com/watch?v=iqcfLv_vlMA

¹⁰ <https://www.youtube.com/watch?v=x8WuhheKVS8>

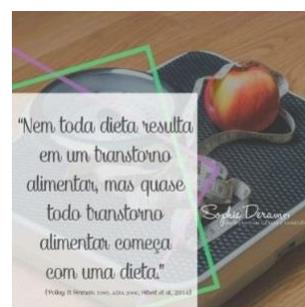
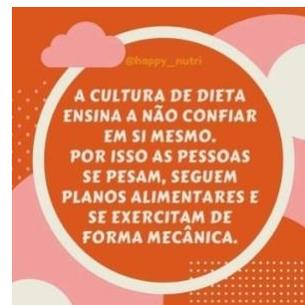
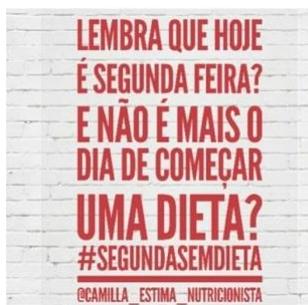
¹¹ <https://www.youtube.com/watch?v=dkvWJONLdDA&t=4s>

Todos esses exemplos nos colocam diante de muitos questionamentos sobre a tríade corpo, alimentação e saúde. Gostaria de destacar dois pontos que considero centrais nessa discussão. Primeiro a representação negativa da dieta e da alimentação. O ato de comer, que é “uma necessidade biológica primária” (Campos, 2016, p.234), passa a ser associado ao medo e a angústia. Os exemplos apontam (mesmo que de maneira superficial) para como a alimentação tem sido reduzida a contagem de nutrientes, a regras de “pode e não pode”, a lipofobia (Contreras & Gracia, 2011) e a forma “perfeita” do corpo. Assim, vivenciamos uma resignificação da prática alimentar. Apesar das múltiplas representações da dieta, Santos (2007, p.360) aponta a existência de uma busca por “uma identidade particular da dieta, de acordo com os mais variados estilos de vida” que estaria centralizada na dieta hipocalórica e hipolipídica, além de possuir em comum o compartilhamento de discursos que advêm do campo científico (Santos, 2007).

Segundo, esses discursos sobre alimentação, corpo e saúde continuam a ser expressivamente dirigidos ao público feminino quando ligados ao emagrecimento. Os perfis do *Instagram* dos quais as imagens acima foram retiradas, por exemplo, envolvem majoritariamente interações entre mulheres. A mídia constrói e exalta um ideal feminino homogêneo que obedece a discursos hegemônicos sobre gênero, mas, ao mesmo tempo, divulga várias possibilidades de identidade ao fazer circular rapidamente uma variedade de discursos sobre formas de vida (Fabrício, 2004), ou sobre formas de alimentação. Retomamos a cacofonia alimentar, principalmente voltada para normatizações sobre o corpo da mulher. A dieta feminina costuma ser marcada pelo baixo consumo de calorias e a mulher é definida por aquilo que ela não come (Santos, 2008). Além disso, o corpo feminino é caracterizado pela leveza, magreza e elegância. Apesar do espaço cedido aos corpos musculosos, as mulheres que apresentam a estrutura “malhada demais” são frequentemente alvo de comentários estereotipados.

Diante dos crescentes problemas resultantes da exaltação às dietas, movimentos contrários à prática vêm ganhando espaço nas redes sociais. Recentemente, uma nutricionista desenvolveu em seu perfil do *Instagram* um movimento chamado *#segundasemdieta*, compartilhado por outros perfis, alguns mais populares, outros menos. Nutricionistas, psicólogas e outros profissionais, também aderiram à propagação de uma relação mais “amigável” com a comida e

com corpo, porém esses perfis e posicionamentos ainda são uma vertente relativamente recente. As imagens a seguir ilustram algumas das postagens do *Instagram* inspiradas por esses movimentos:



Fonte: www.instagram.com

Retomando a epígrafe do início deste capítulo, Alice afirma a existência de um paradoxo. Acredito na importância desses novos questionamentos sobre práticas alimentares e padrões corporais, visto que eles trazem à luz outra concepção sobre alimentação e corpo buscando justamente romper uma relação de medo que vêm sendo estabelecida com a comida. Entretanto, eles ainda disputam espaço com muitos discursos que fazem apologia a certo padrão alimentar e corporal, causando, talvez, a confusão descrita por Alice. Esses dados e reflexões foram brevemente apresentados nesta contextualização com a intenção de ilustrar a forma expressiva pela qual esses discursos são propagados na Internet, principalmente através da exaltação do sofrimento encontrado na privação do alimento em prol de uma forma idealizada de corpo. Assim, a principal finalidade desta seção é mostrar como as preocupações apresentadas pelas participantes da pesquisa na análise dos dados conversam diretamente com nosso contexto macrossocial.

4 Corpo, alimentação e estigma

“eu tenho uma amiga que desde pequena ela sempre foi muito gordinha, ela sempre fez dieta, ela sempre fez exercício, ela sempre correu atrás, ela nunca deixou de ser gordinha, sabe cara, imagina a frustração, sabe, e claro que vão falar que é falta de vontade”

(Bianca, 24 anos, estudante de Psicologia)

Ancoradas pelo entendimento de corpo e alimentação num sentido amplo que considera aspectos sociais, históricos e culturais, as discussões realizadas neste capítulo buscam embasar teoricamente a preocupação atribuída a uma ideia de saúde vinculada à forma física magra que comumente aparece associada às práticas das dietas, como pode ser observado na epígrafe acima. Para isso, tendo em vista a conversa multidisciplinar almejada, este capítulo articula uma discussão entre os estudos da Sociologia (Le Breton, 2007; Goffman, 1980 [1963]; 2009 [1959].), da Antropologia (Contreras & Gracia, 2011), da Filosofia (Giddens, 2002; Foucault, 1988[1976]; 1988[1984]), das Ciências Sociais (Santos, 2008; 2010) e da Saúde (Granberg, 2006; 2011; Carvalho et al, 2011; Kraemer et al, 2014), para refletir sobre os assuntos propostos.

Inicialmente, discorro sobre a relação entre a alimentação e o controle disciplinar no corpo, destacando como no decorrer do desenvolvimento do pensamento científico, os significados sobre corpo, alimentação e saúde também foram sendo reformulados, sempre em consonância com as “verdades” estabelecidas pela ciência. Além disso, partindo de uma perspectiva foucaultiana, ressalto como a vigilância alimentar e corporal podem atuar no controle disciplinar da população, produzindo corpos dóceis e manipuláveis. Por fim, tendo em vista a construção de normatizações do corpo e do comer que acaba por conferir significados de “normais” e “anormais” a certas práticas e características físicas, discuto sobre a questão do estigma, com ênfase na obesidade e nos transtornos psicológicos e alimentares.

4.1

A alimentação e o controle disciplinar do corpo

“eu faço até hoje um controle psiquiátrico, com médico, e psicóloga, nutricionista, faço controle de tudo”

(Diana, 24 anos, estudante de Psicologia)

Nas palavras de Le Breton (2007, p.7) “o corpo é o vetor semântico pelo qual a evidência da relação com o mundo é construída [...] antes de qualquer coisa, a existência é corporal”. Pelo corpo expressamos sentimentos, gesticulamos, demonstramos dor, nos exercitamos, aparentamos saúde, doença. Esses aspectos abrangem não apenas a aparência física, como também vestimentas, adornos, escolhas alimentares, entre outros. Uma vez que o corpo é espaço de produção de significados, obter controle sobre o mesmo pode trazer à luz aspectos sobre o “eu” na vida em sociedade. E para Castro (2007, p.139), as dietas e as atividades físicas se transformaram nos “principais recursos adotados pelos indivíduos para tornarem ou manterem seus corpos adequados ao projeto de construção de identidade”. Assim, essas práticas seriam os dois pilares fundamentais para a busca do corpo magro, belo, jovem, ou seja, do indivíduo “bem-sucedido” (Santos, 2007).

A maneira como o corpo é compreendido em determinada época ou sociedade influencia diretamente a própria cultura alimentar (Contreras & Gracia, 2011; Santos, 2008), ou seja, o comportamento alimentar da população, com regras sobre quais alimentos podem ou não ser consumidos em prol do ideal de corpo e saúde estabelecidos. Muitos são os discursos sobre alimentação e corporeidade que perpassam a nossa atual sociedade. Algumas abordagens de áreas como Sociologia, Ciências Sociais e Antropologia destacam a importância de trazer à luz aspectos culturais e sociais para o entendimento sobre o corpo. Por outro lado, a abordagem cientificista concentra-se principalmente no biológico e na anatomia para dar significado ao corpo, à alimentação e à ideia de saúde. No que tange a alimentação, vivenciamos uma “cacofonia dietética” (Harper, 1988 apud Contreras & Gracia, 2011): há uma pluralidade de discursos em diferentes esferas a respeito da alimentação regulando os hábitos nutricionais da população.

Alguns desses discursos sobre alimentação por vezes se complementam, por vezes se contradizem, mas quase sempre possuem em comum o princípio do bem-estar como um de seus pilares. Em meio a essa “cacofonia dietética”, porém, o discurso da Medicina parece dispor de maior representatividade nas sociedades ocidentais; a relação intrínseca entre alimentação, corpo e saúde está fundamentada pelas normas sobre a comida e pela definição de saúde e doença que são moldadas pelo discurso biomédico, pela anatomofisiologia, apresentado como verdade irrefutável (Le Breton, 2007). Até mesmo a mídia, grande produtora e vinculadora de “verdades”, ganha maior força e veracidade à medida que está embasada pelas pesquisas da ciência médica, como vimos no capítulo 3.

O discurso biomédico estabelece não somente aquilo que pode ou não pode ser comido, mas também como comer, a quantidade de energia que pode ser ingerida, os horários da alimentação, como regular a vontade de comer (Contreras & Gracia, 2011; Kraemer et al, 2014). Tudo isso partindo de um conceito de saúde reatualizado (Santos, 2008); a saúde é entendida “não como um dado e sim uma tarefa” na qual os indivíduos devem adotar “um conjunto de comportamentos que define a vida saudável” (Santos, 2008, p.27). Esses conjuntos de comportamentos/práticas funcionam como regras gerais a serem seguidas por toda a população de maneira individual.

Diante da sociedade da abundância (Contreras & Gracia, 2011), com o constante estímulo ao consumo, com alimentos sendo tratados como mercadorias e com a grande variedade/disponibilidade de produtos alimentícios, a responsabilidade sobre o controle, a regulação da quantidade e, conseqüentemente, a culpa por obter uma doença recaem diretamente sobre o indivíduo. Dentro desse contexto biomédico e de abundância, a pessoa seria a única causadora de sua própria doença; supõe-se que uma pessoa obesa, por exemplo, só se encontra nesse estado porque ela não soube se controlar ou fazer suas escolhas alimentares corretamente. Assim, paradoxalmente, ao mesmo tempo em que ocorre o estímulo ao hiperconsumo e em que as opções de produtos alimentícios são crescentes, propaga-se a ideia do controle, da escolha e do equilíbrio alimentar como ações estritamente individuais.

As regras sobre alimentação e sobre o corpo podem ser compreendidas, dentro de uma perspectiva foucaultiana, como estratégias de controle e

manutenção da ordem social. Segundo Foucault, o poder é exercido pelas disciplinas e pelas regulações da população (*bipolíticas*). A disciplina está centrada no adestramento do corpo, “na ampliação de suas aptidões, na extorsão de suas forças” (Foucault, 1988 [1976], p.130); ela está voltada para o desempenho, visando produzir efeitos individualizantes dos corpos. As estratégias de regulação da população estão centradas no “corpo-espécie”, focalizando a regulação dos processos biológicos como “a proliferação, os nascimentos e a mortalidade, o nível de saúde, a duração da vida, a longevidade” (idem). A articulação entre essas duas técnicas garante a grande forma de poder sobre a vida.

Nesta relação, aparece também a noção de norma. Todavia, é uma normatização que não se restringe à instituição judiciária, mas que “se integra cada vez mais num contínuo de aparelhos (médicos, administrativos, etc) cujas funções são, sobretudo, reguladoras”. Com o pensamento científico, a norma “passa a ser ditada pela ciência, pelos princípios da Razão e pelo método científico” (Kraemer et al, 2014, p.1345). A relação poder-norma se dá pela instauração dos “regimes de verdade” através de produções discursivas que detêm maior autoridade sobre determinados significados. Segundo Foucault (1979, p.12),

cada sociedade tem seu regime de verdade, sua ‘política geral de verdade’; isto é os tipos de discurso que ela acolhe e faz funcionar como verdade; os mecanismos e as instâncias que permitem distinguir os enunciados verdadeiros dos falsos, a maneira como se sanciona uns e outros; as técnicas e os procedimentos que são valorizados para a obtenção da verdade ; o estatuto daqueles que tem o encargo de dizer o que funciona como verdadeiro

Numa sociedade na qual a verdade é conferida ao discurso científico, o poder não está apoiado diretamente na repressão, na punição física ou em uma dominação de caráter negativo; esse mecanismo discursivo, pelo contrário, naturaliza certas práticas, desejos, saberes, conhecimento, assim, ele é um “poder essencialmente normalizador” (Foucault, 1988[1976]). As normas “são propostas aos indivíduos, não como uma imposição, mas como um convencimento racional de um conhecimento produzido”. Nesse sentido, através das prescrições para a alimentação, sexualidade, vestimentas, entre outros, instaura-se um sistema de normatização da vida (Kraemer et al, 2014). É nesse cenário que a alimentação saudável e o controle sobre ela, principalmente através da dieta, operam como

princípios regulamentadores da conduta humana. A saúde do indivíduo começa a ser modulada pelo conjunto de saberes sistematizado pelos conhecimentos médicos que vão sutilmente sendo incorporados como verdades lógicas e incontestáveis nos mais diversos âmbitos da sociedade.

Nesse contexto, a terapêutica na Nutrição atua atribuindo “à alimentação saudável um conceito normativo, um valor idealizado” (Kraemer et al, 2014, p.1349). As recomendações sobre o comer, sobre o que é saudável, passam a ser utilizadas pelos profissionais da saúde, assim como pela mídia, para estipular padrões idealizados “para um indivíduo idealizado, materializando em um padrão legitimado socialmente” (idem). Esse ideal de alimentação, por sua vez, “ignora o sujeito, seu desejo, sua história de vida, seus prazeres cotidianos, afetos, compulsões e fobias, reduzindo-o a um ser que ingere calorias e nutrientes” (idem). A individualidade do sujeito é desconsiderada a partir do momento em que é instituído um padrão único de vida saudável e, conseqüentemente, o modelo que deve ser seguido a fim de evitar o adoecimento. O alimento se insere num processo de medicalização e a prescrição dietética assume o papel de reguladora. Segundo Contreras e Gracia (2011, p.322),

esse modelo normativo foi sendo especificado em torno de um padrão de evitamento e restrição alimentar (o que, como e quanto se deve ou não comer) cujos objetivos principais foram disciplinar e padronizar os cuidados com o corpo e com a saúde e procurar a manutenção de certa ordem social.

Diante do significativo aumento das enfermidades e doenças apresentadas como resultantes do consumo exacerbado de alimentos “inadequados”, uma maneira eficiente para propagar o valor de outros alimentos seria justamente através da relação de “alimentos vilões” e “alimentos bons”, de “hábitos saudáveis” e ‘hábitos não saudáveis’. Aos poucos essas verdades vão sendo naturalizadas e incorporadas pela população como regras do cotidiano, sem que se coloque em questão de uma maneira crítica o que as gerou inicialmente. Concomitantemente, aparecem discursos contrários a essas normas, porém eles não atingem a esfera pública, social e cultural com a mesma força dos discursos hegemônicos de ordem biomédica. Afinal, “a medicina está em todo lugar e tem sempre uma palavra a dizer” (Kraemer et al, 2014, p.1347), e essa palavra constantemente se apresenta como lei. Não significa que os conhecimentos

produzidos por essa ciência devam ser desprezados, mas sim que é necessário refletir criticamente sobre a maneira como esses discursos são propagados e reproduzidos.

A dieta entra, então, como uma potente estratégia de manutenção dos corpos e da saúde:

numa sociedade em que a ordem alimentar segue a disseminação do biopoder, “fazer dieta” carrega consigo o sentido de restrição de um regime de vida, primando por práticas voltadas para o controle e a segurança, como modo ou tentativa de evitar a doença, de afastar os riscos à saúde (Carvalho & Luz & Prado, 2011, p.161)

Paralelamente ao controle alimentar no contexto da doença/saúde, outra normatização orienta as escolhas alimentares e o padrão de vida dos indivíduos: o corpo magro. O consumo considerado abusivo de certos alimentos “repercute na saúde, mas também no aspecto físico, nas formas do corpo” (Contreras & Gracia, 2011, p.293). O comer em excesso pode implicar no sobrepeso e na obesidade, contradizendo duas mensagens principais da nossa sociedade, a ideia do “seja saudável” e também idealização da magreza como sinônimo de beleza. A obesidade, novamente ancorada pelo discurso biomédico, é quase sempre diretamente caracterizada como uma patologia resultante da falta de cuidado individual com a saúde (mais especificamente, a alimentação). Apesar de muitos estudos atuais apontarem o caráter multifatorial da obesidade, há uma presença expressiva da ideia de que o obeso é uma pessoa descuidada e sem autocontrole. Quanto mais o sobrepeso é entendido como errado, desviante e não saudável, mais a magreza adquire seu caráter de prestígio; o “ser magro” passa ser integrado na normalidade social, tornando-se uma regra, uma verdade.

A magreza vai além de uma representação da saúde, visto que ela também está na moda, na beleza e no reconhecimento social (Contreras & Gracia, 2011); ela é um “preditor para o sucesso amoroso, profissional, e a felicidade. Implica em mudanças nas relações sensuais com o próprio corpo. Ou seja, é uma proposta de reconstrução do eu a partir da reconstrução do corpo” (Santos, 2008, p.32). Todavia, na tentativa de alcançar esse modelo de “corpo saudável” as pessoas acabam renunciando “aos critérios de saúde que lhe deram origem” (Contreras & Gracia, 2011). A busca desenfreada pela magreza culmina em outros tipos de doenças, agora de cunho psicológico, que emergem da pressão naturalizada para

se adequar ao padrão. Enquadram-se aqui problemas como depressão, anorexia, bulimia, compulsão alimentar, dismorfia corporal, entre muitos outros, que vão inclusive ganhando espaço nas discussões médicas e se encaixando em novas prescrições sobre o “normal” e o “anormal” no comportamento humano. Assim, as distorções da imagem corporal também incorporam o discurso biomédico e são “vivas como atributos individuais e reproduzidas pelos próprios sujeitos como defeitos pessoais, embora sejam fenômenos culturais, subjetivos e construídos no meio social” (Campos, 2016, p.233).

Para Contreras e Gracia (2011), a sociedade da abundância apresenta um paradoxo muito grande em relação às patologias: por um lado aquelas resultantes do excesso de comida, como a obesidade, e por outro, as resultantes da restrição descontrolada ao alimento, como a anorexia. Como destaca Santos (2008, p.29),

a referência central do corpo contemporâneo é o corpo magro, leve, flexível e, ao mesmo tempo, rígido. Tal referência está submersa em um cenário no qual se encontram diferentes modalidades corporais: o corpo obeso, desnutrido, anorético e magro, musculoso, deformado, esculpado.

A magreza adquiriu importante valor moral e a dieta, juntamente com suas possíveis consequências negativas, é justificável à medida que ocorre em prol de uma saúde ideal (Contreras & Gracia, 2011). Ser magro passou a ser referencial de sucesso e poder, enquanto ser gordo significa derrota e fraqueza. Cabe ressaltar que durante muitos anos a orientação médica para a população era o emagrecimento; todavia, diante do culto a magreza e dos problemas que o acompanham, alguns nutricionistas e psiquiatras têm questionado tais prescrições. Afinal, como já discutido, ignoram-se os princípios básicos da saúde em nome da forma magra. Portanto, na atualidade outros discursos emergem simultaneamente ao da magreza como saúde. Uma nova prescrição médica que incentiva a saúde através de uma alimentação mais diversificada, e talvez menos restritiva, abre espaço para os corpos musculosos e esculpidos como “normais”.

O novo desafio parece ir além do emagrecer e manter-se magro; é preciso que o corpo exiba os músculos, vistos como sinônimo de uma alimentação farta em proteínas, controlada em carboidratos e principalmente, extremamente saudável; mais do que nunca a regra parece ser: seja saudável. Porém, esse saudável permanece sendo avaliado a partir da forma física. As normatizações

implicam uma sociedade cercada por regras que visam atingir um padrão de corpo e de saúde. Como aponta Cruz (2015, p.39), “quanto mais se fala sobre o padrão corporal, mais esse padrão está sendo vigiado e, portanto, mais estreitos os limites entre os quais as pessoas devem se enquadrar”. Assim, cada vez mais comportamentos ritualizados são impostos como normas, deixando menos espaço para expressão individual. Criam-se corpos dóceis e manipuláveis. Para Foucault, (1999, p.163) “é dócil um corpo que pode ser submetido, que pode ser utilizado, que pode ser transformado e aperfeiçoado”. A regulação extrema da alimentação atua na submissão desses corpos, no seu controle e transformação contínua para que eles se adequem a uma exigência social.

É preciso frisar que essas normatizações estão dirigidas principalmente, mesmo que não exclusivamente, ao corpo da mulher (Santos, 2008; Giddens, 2002; Contreras & Gracia, 2011). Em meio aos discursos sobre alimentação, corpo e saúde, estabelece-se um ideal de feminilidade ditado pela magreza e, como coloca Campos (2016, p.234), “a pessoa gorda, principalmente do sexo feminino, parece ser o alvo principal dessa ditadura da magreza”. Historicamente, mediante o crescimento do interesse pelo estudo da sexualidade e da experiência corporal, as mulheres foram construídas como um grupo homogêneo (Fabrício, 2004) que compartilha características como leveza e fragilidade. Conseqüentemente, as regras alimentares são diferentes para as mulheres (quando comparadas aos homens) à medida que o consumo de certo alimento (ou o não consumo) é uma estratégia utilizada para moldar o corpo de acordo com as expectativas sociais. Além disso, os significados sociais proporcionados aos corpos são construídos baseados em noções sobre gênero. Assim, não podemos desconsiderar a questão da mulher ser associada ao corpo magro como uma forma de ressaltar a sua “feminilidade”.

Diante dessas reflexões, é possível observar como o alimento passou a ser apresentado como um meio para construir o “corpo perfeito”, incluindo-se aqui questões estéticas e concepções sobre saúde. Tornamo-nos, então, cada vez mais escravos e prisioneiros de um ideal de alimentação, corpo e saúde que dificilmente se enquadra no cotidiano e realidade da população.

4.2

Vivendo entre estigmas: a obesidade e os transtornos alimentares e psicológicos

“a sociedade diz isso: você é gorda, você não é aceita”

(Isis, 20 anos, estudante de nutrição)

De acordo com Goffman (1980 [1963], p.11), “a sociedade estabelece os meios de categorizar as pessoas e o total de atributos considerados como comuns e naturais para os membros e cada uma dessas categorias”. Esse poder de “normalidade” atribuído a certas categorizações atua diretamente na exclusão do indivíduo e causa constrangimento àqueles que se afastam do estabelecido como natural/normal. Consequentemente, vivencia-se uma sociedade cercada por características estigmatizantes, estranhamentos sociais e identidades marginalizadas. Assim, adentramos um encontro social com concepções prévias sobre o que seria correto e aceito, baseado em nossas experiências sociais, e, logo, quando possível, buscamos esconder qualquer característica potencialmente capaz de arruinar nossa imagem pessoal na interação. Apropriando-se das palavras de Goffman ((1980 [1963], p.13), o termo estigma é

usado em referência a um atributo profundamente depreciativo, mas o que é preciso, na realidade, é uma linguagem de relações e não atributos. Um atributo que estigmatiza alguém pode confirmar normalidade de outrem, portanto ele não é, em si mesmo, nem honroso nem desonroso.

Logo, o estigma não é o atributo em si, mas a forma como o mesmo é percebido socialmente, ou até mesmo numa situação específica. As características compreendidas como estigmatizantes podem variar no decorrer da história ou em diferentes contextos culturais e interacionais. Em épocas passadas, por exemplo, um corpo obeso era entendido como sinônimo de fartura e prestígio social; atualmente, um indivíduo portador dessa característica é estigmatizado (Cruz, 2015). A magreza, por sua vez, antes associada à pobreza, hoje é sinônimo de autocontrole, beleza e *status* social. Assim, o “ser magro” ou “ser gordo” adquiriram novos significados que moldam o comportamento das pessoas na busca por um novo ideal. Consequentemente, o “comer muito” ou “comer pouco”

também são enquadrados como ações normais e/ou desviantes, dependendo da intensidade e momento situacional na qual as pessoas praticam tal ação.

Na discussão sobre estigma, Goffman (1980 [1963]) apresenta também que algumas das características estigmatizantes seriam passíveis de correção, pois para certos estigmatizados existe a possibilidade de reparar aquilo entendido como seu defeito, como exemplo, através das cirurgias plásticas. Podemos adicionar ainda o corpo “acima do peso ideal”; pessoas obesas ou com sobrepeso tendem a buscar na atividade física, nas dietas, nos tratamentos estéticos, uma maneira de se livrar desse rótulo. Por outro lado, indivíduos com o padrão de corpo dentro do “ideal” também costumam lançar mão da atividade física e dietas como uma medida de prevenção, ou seja, para evitar que adquiram a característica vista como estigma.

Os estigmas operam socialmente “com maior ou menor evidência conforme o grau de visibilidade da deficiência” (Le Breton, 2007, p.50) ou o grau de visibilidade da falha, do desvio. Alguns estigmas são inevitavelmente evidenciados na interação e não podem escondidos; outros estão suscetíveis a manipulação do estigmatizado que pode controlar sua exposição ou não exposição. Para Goffman essas condições são classificadas como *desacreditável* e *desacreditado*, respectivamente. A partir dos dados desta pesquisa, torna-se possível destacar a presença de ambas as classificações nas narrativas construídas pelas entrevistadas.

As participantes da pesquisa contam histórias da época em que estavam acima do “peso ideal”, principalmente para justificar o início da prática da dieta. Assim, elas posicionam seu “antigo *eu*” como alguém estigmatizado devido à condição de pessoa obesa ou gorda. Essa característica se enquadra no perfil de *desacreditável*. Cabe destacar que em nossa cultura ocidental, “ser gordo” é um atributo amplamente estigmatizado (Granberg, 2011; Santos, 2008) e a obesidade se tornou “uma espécie de monstro moderno, uma deformidade física (e também moral) não sendo mais tolerado socialmente” (Santos, 2008, p.30).

Por outro lado, algumas entrevistadas também trazem à luz a questão de se tornar “paranoica”, “superficial” e “obsessiva”, nesse caso, voltado para a preocupação com corpo. A condição de mulher paranoica, surtada e obsessiva não seria um estigma físico, mas sim de cunho psicológico e social e que pode ser

acobertado pela pessoa durante uma interação. Essas características são frequentemente atribuídas às pessoas que deixam transparecer na interação um cuidado e atenção dado a alimentação e ao corpo que se afasta do limite socialmente aceitável. Existe uma linha muito tênue entre a preocupação saudável e a preocupação excessiva (e desviante) sobre essas questões; e existe um grupo social específico mais vulnerável a essa estigmatização: as mulheres e, principalmente, as mulheres jovens (justamente o perfil participante desta pesquisa). De acordo com Contreras & Gracia (2011, p.323):

[...] foram e são problemáticas as mulheres que comem pouco, as que comem muito, as que pensam na comida com fins apenas estéticos ou as que consomem de forma restrita com fins equivocadamente saudáveis. Hoje parece que o mero fato de ser “comedora”, “mulher” e “adolescente” aumenta as possibilidades de risco e/ou desvio da norma, e conseqüentemente, de desenvolvimento de doenças da ordem dos transtornos alimentares.

Os antropólogos Contreras & Gracia (2011) destacam mais um fator que costuma ser socialmente caracterizado como um desvio no que tange a alimentação e o corpo: os transtornos alimentares. Nos últimos anos, os debates, notícias e pesquisas sobre transtornos como anorexia, bulimia, compulsão alimentar, ortorexia, entre outros, têm crescido significativamente, todavia, no meio social, alguns destes são atrelados a uma falta de força de vontade, falta de autocontrole ou até mesmo a problemas de “meninas adolescentes mimadas”. Assim, “fazer dieta, exercício, ou se empanturrar comendo não são comportamentos desviantes em si mesmos, apenas quando considerados sintomas de disfunção mental” (Contreras & Gracia, 2015, p.325).

Apesar de muitos estudos apontarem a prática de uma dieta muito rigorosa ou restritiva como potencial precursora de transtornos alimentares e/ou psicológicos, além de uma significativa tendência da pessoa posteriormente recuperar o peso perdido, ela ainda parece ser a alternativa mais viável e rápida para se afastar do estigma da obesidade e adotar um novo *self* livre de avaliações estigmatizadoras. Num estudo com pessoas após terem praticado uma dieta, Granberg (2006, 2008) discute dois conceitos principais, sendo eles, “saída do estigma” (*stigma exit*) e “possíveis *eus*” (*possible selves*) que podem nos auxiliar na compreensão da relação entre estigma, dietas e o *self*.

A pesquisadora explica que “um *stigma exit* pode ser entendido como o processo de desfazer-se das definições estigmatizadas do *self* e caminhar em direção a significados de identidade que são ‘normais’ em relação à antiga categoria estigmatizada” (Granberg, 2011, p.31). Os *possible selves*, por sua vez, estariam relacionados a ideia de que a “habilidade de antecipar quem a pessoa pode se tornar e imaginar os benefícios resultantes podem ambas motivar e sustentar uma transformação identitária” (Granberg, 2006, p.110). Assim, no processo de perda de peso, a pessoa estaria buscando se desvincular da característica estigmatizante e, ao mesmo tempo, trabalhando com a ideia de um possível (ou possíveis) futuro “eu”, ou seja, um “eu magro” ou um “eu não gordo”, sendo seduzida ainda pelas vantagens que acompanhariam tal transformação, como exemplo, uma maior aceitação social (Granberg, 2006, 2011).

Ainda sobre *stigma exit*, Granberg (2011) aponta a existência de três dimensões: comportamental, estrutural e cognitiva. A dimensão comportamental seria o próprio ato de perder peso, assim, envolve o comportamento adotado pelo indivíduo para deixar a imagem de estigmatizado; a estrutural está voltada para a interação social, ou seja, se as pessoas ratificam ou não a mudança alcançada pelo indivíduo: o *feedback* social; e, a dimensão cognitiva completaria a saída do estigma a medida que o indivíduo alterasse seus pensamentos em relação a sua própria identidade, isto é, internalizar os comportamentos de uma pessoa agora “normal” ou “não estigmatizada”. Não cabe aqui adentrar a discussão sobre essas dimensões, principalmente no que diz respeito à dimensão cognitiva e psicológica; porém, tais reflexões propostas por Granberg (2011) contribuem para o entendimento da dieta como uma estratégia para se desvincular de uma característica potencialmente estigmatizante. Assim como discutido por Goffman (1980 [1963]), para algumas pessoas socialmente estigmatizadas existiria a possibilidade de correção das características identificadas como estigma.

Ambos os autores também refletem sobre até que ponto corrigir a falha implicaria em ser socialmente aceito. Para Goffman (1980 [1963], p.19), quando o “conserto” é possível “alguém que tinha um defeito particular transforma-se em alguém que tem provas de tê-lo corrigido”. Ao discutir sobre a dimensão estrutural, Granberg (2011) ressalta que comentários como “você perdeu peso”

podem até ratificar a mudança – entendida como – positiva, mas, ao mesmo tempo, evidenciam a antiga identidade de “pessoa gorda”. Assim, o *feedback* social fornecido durante uma interação pode continuar trazendo à luz a característica estigmatizante do indivíduo, mesmo após a mudança. Talvez também por esse aspecto, as histórias sobre dieta sejam narrativas cíclicas, como se discute posteriormente no capítulo 6, visto que a pessoa precisa estar constantemente se reinventando, praticando novas estratégias de emagrecimento, buscando novas maneiras de tratar o corpo (corpo magro, corpo malhado, corpo sarado) para se afastar cada vez mais de um *self* socialmente estigmatizado.

Por fim, gostaria de ressaltar que, apesar de orientar o olhar analítico para a situação microinteracional, destacando como os estigmas são compreendidos, legitimados e contestados na interação, é possível observar pelas reflexões desta seção que também lanço mão de uma ideia macrodiscursiva em relação às categorias estigmatizadas. Em sua tese sobre narrativas de grandes obesos, Cruz (2015, p.45) faz a seguinte reflexão:

a atitude de inserir o olhar sobre o estigma num macro contexto discursivo não equivale a negligenciar o sujeito, mas sim a uma tentativa de evitarmos uma análise unilateral e, portanto, reduzida sobre processos sociais mais abrangentes onde se travam as lutas discursivas.

Durante a análise, busco destacar a importância do aqui e agora da interação, sem negligenciar a construção conjunta de significados, mas também escolho olhar para os discursos macrosociais que são tidos nas narrativas como verdades “dadas” à priori. Além disso, não podemos desatentar para o fato da conversa pré-entrevista (ver capítulo 2) fornecer indícios às participantes de que eu compartilhava da busca pela alimentação e corpo “saudáveis”, o que é ratificado durante a entrevista. Logo, esse olhar micro necessita estar articulado a “ampla rede de significados a respeito de alimentação e do corpo” (Cruz, 2015, p.45), principalmente para não cairmos na ideia muito comum de essas mulheres serem inteiramente responsáveis pelas escolhas e consequências em relação à dieta, ou seja, a culpabilização individual, sem considerar o aspecto social e cultural.

5 Narrativas

*“Talita, começa me contando sua história com a dieta, quando você começou a fazer,
porque você começou a fazer”*

(Raquel, entrevistadora/pesquisadora)

Contar histórias é uma ação comum em nossa sociedade. As histórias estão presentes em nossas vidas desde a infância, seja na escola ou no convívio familiar. Compartilhar histórias quase sempre remete ao desenvolvimento de uma relação de proximidade e intimidade entre as pessoas. Nós estamos sempre narrando. Assim, as narrativas são capazes de evidenciar a riqueza de aspectos passíveis de análise presente no âmbito individual e social. As pessoas utilizam a narrativa “para lembrar, argumentar, se justificar, persuadir, entreter, e até mesmo para enganar um público específico”. (Riessman, 2008, p.8). Não surpreendentemente, as narrativas se tornaram uma maneira frequente de geração de dados nos estudos qualitativos.

No âmbito da análise interacional, em consonância com o entendimento socioconstrucionista do discurso, a narrativa possui um valor essencial, pois ela é a forma na qual o narrador constrói sentidos sobre si mesmo e sobre o mundo ao seu redor, além de coconstruir e negociar tais significados com o ouvinte/outros participantes da interação (Bastos, 2005). A análise da narrativa é importante à medida que através dela “podemos alcançar e aprofundar inteligibilidades sobre o que acontece na vida social” (Bastos & Biar, 2015, p.98). As escolhas feitas pelo narrador, desde aspectos linguísticos até quais experiências de vida ele decide narrar, trazem à luz questões sobre a própria sociedade e os discursos que sobre ela atuam. A narrativa é uma maneira de organizar o discurso, as experiências, e assim agir na vida social. (Brunner, 1990; Mishler, 1991; Bastos, 2008; Bastos & Biar, 2015; Moita Lopes, 2002).

Tendo em vista esses entendimentos, nas seções que seguem este capítulo algumas dessas teorizações sobre narrativa serão apresentadas a fim de

proporcionar uma conversa direta com os dados e posicionamento da pesquisa. Primeiramente, destaco os estudos de Labov e Waletzky (1967) e Labov (1972) pioneiros nas contribuições formais sobre a narrativa nos estudos da linguagem. Em seguida, apresento as considerações de Linde (1993) sobre histórias de vida, coerência e causalidade, categorias essenciais para a compreensão das motivações para a prática das dietas discutidas na análise dos dados.

A fim de articular o entendimento da construção cíclica nas narrativas sobre dietas (detalhado na análise dos dados), lanço mão da teoria de Gergen & Gergen (1986; 1988) dos movimentos narrativos de progressão, regressão e estabilidade e das contribuições teóricas sobre o sofrimento (Klienman, 1997; Le Breton, 2006; Bastos, 2008; Piccardi, 2016). Por esta pesquisa estar alinhada a uma visão socioconstucionista do discurso, acreditando na construção conjunta dos significados, alguns entendimentos sobre narrativa e interação são apresentados, embasados pelos estudiosos da área (Brunner, 1990; Mishler, 1991; 2000; Moita Lopes, 2002; Bastos, 2005; Riessman, 1993; 2008; Bastos & Biar, 2015). Por fim, como esta pesquisa também almeja compreender como as entrevistadas se constroem em relação aos discursos sobre alimentação, corpo e saúde, apresento a noção de agência (Asad, 2000; Ahearn, 2000; 2001; Giddens, 2001; Durante, 2004) relacionada aos estudos da narrativa.

5.1 O modelo laboviano

“quando eu comecei com a Julia, tipo, eu cortei um pouco dos doces...”
(Bianca, 24 anos, estudante de psicologia)

Atualmente, Labov é conhecido como uma referência nos estudos da narrativa no campo linguístico. Apesar de haver críticas (ver seção 5.5), o modelo laboviano continua a ser utilizado, assim como continua tendo sua importância para a área. Segundo as pesquisadoras Bastos & Biar (2015, p.100), “na abordagem laboviana, a narrativa é definida como a forma de se recapitular discursivamente experiências passadas a partir de uma articulação sequencial de

orações”, o que pode ser observado pelo exemplo da epígrafe no qual Laura começa a narrar sua história com a dieta.

Como mencionado, Labov contribuiu com a observação de aspectos mais formais da narrativa. Na perspectiva laboviana, uma narrativa precisa apresentar um ponto, ou seja, um motivo que a justifique e ela também deve ser contável, ou seja, um acontecimento extraordinário. Em relação a sua estrutura, Labov nos apresenta seis elementos básicos da narrativa, são eles:

1. *resumo*: como a nomenclatura indica, resume a história e situa de forma geral a narrativa, podendo despertar (ou não) o interesse do ouvinte. O resumo é sustentado ou seguido pela orientação.
2. *orientação*: apresenta elementos marcadores de tempo, espaço, contexto, participantes, entre outros.
3. *ação complicadora*: elemento obrigatório, envolve os eventos ou acontecimentos centrais da história. Os eventos são narrados gramaticalmente no passado seguindo uma sequência temporal.
4. *avaliação*: carrega as questões emocionais, avaliativas que o narrador realiza sobre a própria história podendo ocorrer dentro da narrativa (interna) ou através de uma pausa na narrativa seguida de avaliação (externa).
5. *resolução*: o desfecho dos eventos narrados
6. *coda*: sinaliza a finalização da narrativa.

Quando uma narrativa apresenta todos esses elementos labovianos em sua estrutura, ela é comumente reconhecida como uma *estrutura canônica*. Certamente este é apenas um dos modelos disponíveis para analisar uma narrativa e em nosso cotidiano e nem sempre as histórias seguirão integralmente tal estrutura. As narrativas selecionadas para esta dissertação, por exemplo, não apresentam necessariamente a sequência ou sequer todos os elementos da narrativa laboviana. Todavia, isso não exclui o papel fundamental da contribuição de Labov, assim como não impossibilita que lancemos mão de suas teorizações em análises de narrativas não canônicas, como veremos mais adiante na análise dos dados.

5.2 História de vida

“eu sempre sofri com a obesidade, desde pequenininha, mas também nunca liguei para o que os outros pensavam”

(Hanna, 22 anos, estudante de Biologia)

O trabalho *Life Stories* (1993) de Charlotte Linde é outra contribuição importante para os estudos da narrativa. Segundo Linde uma história de vida pode ser identificada através de dois critérios principais: primeiro, a história precisa possuir um ponto sobre o indivíduo e não sobre uma questão geral da sociedade; segundo, a história precisa ser contável em momentos diferentes durante um longo tempo da vida de uma pessoa. Desta forma, em consonância com Labov (1972), um acontecimento não é contável caso ocorra no cotidiano, “para se tornar uma história, um evento precisa ser incomum de alguma forma ou ir contra às expectativas ou normas” (Linde, 1993, p.21, tradução minha¹²).

Uma história de vida não permanece fixa no âmbito individual, ela é “uma unidade social”, ela é trocada entre pessoas, “ao invés de ser guardada na solidão das cavernas da mente” (idem, p.4). Diferentemente de autobiografias, por exemplo, a história de vida é uma prática oral, transmitida em narrativas na interação social. Identificar um evento como narrável depende também da habilidade do narrador em reconhecer que certo evento possui reportabilidade e relevância moral. Uma história de vida “não é simplesmente uma coleção de histórias, explicações, e assim por diante” (idem); ela envolve a relação construída entre as diversas histórias, relatos. Assim, em momentos diferentes, novas histórias podem ser adicionadas ao repertório da história de vida, sempre seguindo uma lógica temática que garanta sua coerência, expressando então uma ideia geral sobre quem somos.

Como essa história está sempre sendo construída, ela é incompleta. A história de vida é descontínua no sentido de que partes diferentes dela podem ser contadas em momentos muito variados, assim como para pessoas diferentes. Da mesma forma, por se tratar de toda a história de vida de um indivíduo, não seria

¹² todas as citações de Linde (1993) são traduções minhas

possível contá-la por completo em um único momento, visto que dentro dela estão enquadradas diferentes narrativas de épocas variadas, porém tematicamente interligadas. Tomemos como exemplo as narrativas sobre dietas. Essas narrativas são entendidas no decorrer deste trabalho como parte do repertório de uma história de vida, pois são significativas no autoconhecimento e na construção identitária do indivíduo. Da mesma forma, elas seguem os dois critérios estipulados por Linde: costumam apresentar uma reflexão sobre o próprio indivíduo e são altamente contáveis.

Em relação à descontinuidade, uma pessoa pode ter passado por um evento narrável com a dieta quando ela era adolescente e essa mesma história pode ser recontada até mesmo durante sua velhice, dependendo do contexto e da relevância moral ou social que ela terá naquela situação. Vale ressaltar que como já discutido, vivenciamos uma sociedade nas qual as dietas são valorizadas, assim, essas histórias se tornam socialmente pertinentes de serem contadas e recontadas. Porém, também alteramos a nossa história de vida à medida que o contexto, a relação com o ouvinte, nossos valores, ponto de vista e ideologia mudam.

As histórias de vida apontam para uma manutenção de um grau de intimidade entre narrador e ouvinte, tendo em vista que nossas relações cotidianas são construídas a partir do compartilhamento das narrativas. Geralmente, alegamos intimidade ou grande amizade com certa pessoa quando conhecemos suas histórias da infância ou de momentos importantes e marcantes de sua vida. Todavia, essas histórias também podem surgir em momentos que não necessariamente de intimidade. As situações de entrevista, por exemplo, podem ser construídas justamente para trazer à luz parte da história de vida e raramente existe uma relação de intimidade entre o entrevistador e entrevistado. Nessas entrevistas, geralmente aparecerão várias narrativas ou pequenas narrativas voltadas para a mesma temática, explicações e reflexões sobre essas histórias (Linde, 1993). Esse é especificamente o caso das histórias geradas para esta pesquisa, pois as entrevistas visavam destacar as partes da história de vida das participantes voltada para hábitos alimentares, práticas de atividade física e situações entendidas como constrangedoras devido à forma física do corpo.

Outra característica importante presente nas histórias de vida é a coerência que “deriva das relações que partes de um texto estabelecem com outra parte e

com o texto como um todo, assim como da relação que o texto estabelece com outros textos do mesmo tipo” (Linde, 1993, p.12). A coerência também é uma relação construída conjuntamente entre o falante e o ouvinte. É um trabalho de mão dupla; enquanto por um lado o falante se esforça para construir uma narrativa lógica e inteligível, por outro o ouvinte se esforça para fazer com que os fatos tenham sentido e, ao mesmo tempo, ele demonstra, linguisticamente ou não, sua compreensão sobre os fatos. O que ocorre é uma espécie de negociação e construção colaborativa da história e do sentido.

A temporalidade atua na construção dessa coerência na história de vida no que diz respeito à estrutura linguística. Para Linde (1993, p.127), “a ordem temporal das orações principais – ou seja, a ordem narrativa, representa um dos mais fundamentais princípios para criar textos”. A autora destaca dois aspectos principais que estariam envolvidos na ordem da narrativa: a causalidade e continuidade. A ideia de causalidade, por exemplo, permite que a narrativa seja construída de maneira coerente e seja de certa forma aceita pelo ouvinte e até mesmo pelo narrador.

Nas narrativas sobre dieta, estruturas como a história de Hanna, destacada na epígrafe, constituem um sentido de adequação, um motivo coerente para a decisão de entrar numa dieta, pois tem implicações na saúde da pessoa; a obesidade se apresenta socialmente como um motivo coerente para entrada na dieta. Algumas razões, como a própria Linde discute, podem ser inadequadas. Uma inadequação entre causa e efeito indicaria uma descontinuidade. No exemplo da dieta, uma explicação como “*eu queria muito ser magra, então decidi entrar na dieta*” não parece ser suficiente para justificar as restrições e angústias que acompanham essa prática (como será discutido na seção 5.4), principalmente porque conferem certo descrédito à imagem da mulher, caracterizando-a como superficial (ver seção 3.3 sobre estigma). Quando ocorre essa descontinuidade na narrativa, Linde afirma que a mesma “não pode simplesmente ser deixada sem uma explicação futura; um falante que apresenta uma sequência descontínua deve apresentar alguma avaliação ou explicação da descontinuidade” (Linde, 1993, p.152). Talvez por isso as narrativas de dietas estejam cercadas de explicações e justificativas que também contribuem para a construção cíclica dessas histórias, como argumentado na próxima seção.

5.3 Narrativas cíclicas

“não tem como fazer dieta final de semana, mas aí eu tento fazer durante a semana também aí é isso, tem dias que eu faço, tem dias que eu não faço”

(Alice, 22 anos, estudante de Design)

Segundo Gergen & Gergen (1986, p.25) um dos possíveis motivos para optarmos por narrar um acontecimento é pela capacidade da narrativa de estruturar os eventos de maneira que eles demonstrem “primeiro, uma conexão ou coerência, e segundo, um senso de movimento ou direção através do tempo”. Para esses autores, uma narrativa precisa ter um objetivo ou um ponto e, uma vez estabelecido o ponto, faz-se necessário que os acontecimentos sejam organizados de forma a garantir que o objetivo seja algo provável de ser alcançado. Todos os eventos narrados precisam apontar para esse objetivo, caso eventos não relacionados sejam contados, pode-se perder o engajamento, interesse e a coerência da narrativa (Gergen & Gergen, 1986).

Um evento “justifica” o próximo, garante o sentido do acontecimento seguinte. Como exemplo, os autores discorrem sobre uma situação na qual uma pessoa ganha na loteria. A história da pessoa que simplesmente ganhou e ficou rica não é tão interessante e atraente quanto a história daquela pessoa que passou um longo tempo planejando e formulando uma maneira de ganhar, até, finalmente, ganhar. Da mesma forma, podemos pensar nas histórias de dieta. Ler ou ouvir um depoimento de uma pessoa que simplesmente emagreceu cinco quilos em um mês, sem esforço algum, não é tão envolvente quanto a história da pessoa que narra toda sua trajetória, o sofrimento, os altos e baixos, as coisas das quais precisou abrir mão até atingir seu objetivo. Sendo assim, podemos assumir que as narrativas sobre essas mudanças de hábitos alimentares e atividades físicas tendem a ser mais elaboradas e apresentam uma relação mais forte de causalidade entre os eventos apresentados a fim de justificar suas ocorrências e garantir o engajamento do ouvinte.

Uma vez tendo definido que o sucesso de uma narrativa é estimado pela organização dos eventos para atingir determinado ponto (Gergen & Gergen, 1986, 1988), pode-se destacar três modelos prototípicos de narrativa (idem):

1. *Narrativa progressiva (progressive narrative)*: os eventos são apresentados de forma a seguirem continuamente em direção ao objetivo, respeitando uma relação de conexão e coerência. Em relação a direcionalidade, essa narrativa assume uma ordem crescente e positiva de acontecimentos, na qual o objetivo é alcançado.
2. *Narrativa regressiva (regressive narrative)*: os eventos se movem de forma a se distanciar do objetivo. No critério de direcionalidade, essa narrativa adota uma ordem decrescente e negativa de acontecimentos, na qual progresso até o objetivo é impedido.
3. *Narrativa de estabilidade (stability narrative)*: definida como uma narrativa na qual “os incidentes, imagens e conceitos são conectados de tal forma que o protagonista permanece essencialmente estável no que diz respeito a sua posição avaliativa” (Gergen & Gergen, 1986, p.27, tradução minha¹³), ou seja, nenhuma mudança ocorre em direção ao objetivo.

Os autores destacam ainda que esses três modelos são considerados uma base analítica, sendo possível a ocorrência de modificações mais complexas a partir deles. Essas formas de narrativa são comuns principalmente em contextos literários. Tomemos como exemplo a narrativa trágica (Gergen & Gergen, 1986): ela não segue uma estrutura única de uma narrativa progressiva ou regressiva; na verdade, na narrativa trágica a personagem principal terá sua conquista apresentada inicialmente até um ápice (progressiva) e em seguida os acontecimentos serão opostos, serão decrescentes (regressiva). Continuando com exemplos mais literários, uma comédia ou história com final feliz apresenta uma estrutura oposta: os acontecimentos são problemáticos e complicados até que por fim começam a dar certo e então caminham para um final feliz. Existem casos nos quais uma narrativa progressiva é precedida por uma narrativa de estabilidade o que os autores chamam de “*happily ever after*” (idem).

Esses modelos estruturais são entendidos como os mais comuns, ou seja, formas circulantes na sociedade. Porém, as narrativas contadas na vida cotidiana, principalmente as autobiográficas, podem variar significativamente em sua estrutura. As “experiências comuns na cultura tipicamente oferecerão ao indivíduo uma exposição a uma grande variedade de formas narrativas, desde mais

¹³ todas as citações de Gergen & Gergen (1986; 1988) são traduções minhas

rudimentares até mais complexas” (Gergen & Gergen, 1988, p.33). Logo, a multiplicidade de formas narrativas está em parte condicionada ao meio social, aos tipos de estruturas que a pessoa tem acesso, assim como ao conteúdo da história e a impressão que se deseja transmitir.

O engajamento dramático também pode ser considerado essencial para uma narrativa. Engajamento dramático é “a capacidade de criar sentimentos de drama e emoção” (Gergen & Gergen, 1986, p.28). O impacto dramático das histórias pode variar dependendo de seu conteúdo e/ou contexto, mas o que garante este engajamento não são os acontecimentos por si só, mas a relação entre os acontecimentos; e essas relações são exatamente o interesse da teoria da forma da narrativa (Gergen & Gergen, 1986). Considerando os três exemplos prototípicos de narrativa, pode-se destacar que uma narrativa de estabilidade dificilmente apresentará um caráter dramático atrativo, porém uma narrativa com alternâncias entre acontecimentos crescentes e decrescentes terá um engajamento dramático muito maior.

As tragédias com quedas drásticas e rápidas de acontecimentos são um exemplo do poder do efeito dramático e desse aspecto de temporalidade. Ou, como colocam Gergen & Gergen (1986, p.30). “quanto mais rápido uma pessoa move em direção ou contra o ponto estabelecido, mais engajamento haverá na história”. Um terceiro aspecto da narrativa é o suspense. Em algumas histórias o efeito dramático “é criado não pela história em si, mas por uma potencial ou previsível série de eventos” (idem). Logo, o suspense seria um conjunto, uma “conversa” entre os outros dois aspectos previamente discutidos.

Seguindo as teorizações apresentadas por Gergen & Gergen (1986; 1988), como também veremos mais profundamente na análise dos dados, as narrativas de dieta raramente seguem o modelo de narrativa de *estabilidade*. Essas narrativas costumam ser construídas através da repetição contínua de movimentos de *regressão* e *progressão*. Tendo em vista tal estrutura, chamaremos aqui esse padrão narrativo presente nos dados como *narrativas cíclicas*, uma vez que elas não seguem uma direcionalidade contínua e linear até seu objetivo, mas se desenvolvem de maneira circular e repetitiva, por oras se aproximando e por outras se afastando do objetivo principal ou de seu ponto de importância. Para Gergen & Gergen (1986; 1989), o estabelecimento do alvo na narrativa é

essencial, sendo ele o determinante do sentido da história (progressão, regressão ou estabilidade). Como discutido no capítulo de análise, na dieta o alvo principal seria o emagrecimento, assim, os eventos que contribuem para a perda de peso são entendidos como *progressão* e os eventos que afastam a personagem da perda do peso, ou a fazem ganhar/recuperar peso, são compreendidos como *regressão*.

Ao partir do princípio que o alvo da história de dieta é a perda de peso, não se busca apagar questões como saúde e bem-estar; de fato, estes tópicos perpassam as narrativas das participantes da pesquisa. No entanto, a ideia de ciclicidade trazida por essas narrativas é estabelecida principalmente mediante a manutenção ou não do peso pela protagonista da história. A prática da dieta “não se trata apenas de uma decisão diária, é uma decisão que se faz a todo momento sobre o quê, como e quando se deve ou não comer” (Santos, 2008, p.32). Sendo esta uma decisão constante e diária, é possível supor que existam altos e baixos e, logo, idas e vindas que constroem sua estrutura circular. Além disso, a dieta “envolve um controle permanente dos desejos, sensações, fomes, ansiedades, uma reconstrução do gosto alimentar que, por muitas vezes, desestruturam vidas humanas” (idem). Esse sentimento de desorganização se relaciona a uma ideia de aprisionamento da alimentação que, por fim, fundamenta também o sofrimento, como discutido na próxima seção.

5.4 **Narrativas de sofrimento**

“eu não me atrevo a comer o que eu quero, a hora que eu quero, entendeu, eu sei o efeito que a comida tem sobre mim”

(Diana, 24 anos, estudante de Psicologia)

Como discutido até o momento, as narrativas podem ser vistas e analisadas de várias formas e, no que tange as histórias de vida (Linde, 1993), alguns episódios são mais comumente narrados. Partindo dessa perspectiva, pressupõe-se que narrativas envolvendo casos de sofrimento estejam enquadradas no repertório de história de vida, uma vez que são significativas na vida de uma pessoa e contáveis em variados contextos, pois são relativas a momentos particularmente

delicados. Essas histórias, identificadas aqui como *narrativas de sofrimento*, costumam aparecer em diversas circunstâncias, como em casos de violência urbana, doenças, suicídio, depressão, transtornos psicológicos, violência doméstica, entre outros.

Ao serem contadas, as narrativas de sofrimento de alguma forma atuam na transformação da vida da pessoa, na sua compreensão sobre si mesma e sobre o mundo. É fundamental ressaltar que nesta pesquisa o sofrimento é entendido como uma experiência social, em consonância pesquisadora Bastos (2008). Da mesma forma, para Kleimann (1997) o sofrimento humano pode ser experienciado de formas diferentes, sendo que ele é tanto coletivo como individual. Sendo assim, ao falarmos sobre as narrativas de sofrimento é preciso considerar não apenas o aspecto pessoal, mas também quais concepções da ordem macrossocial são feitas relevantes para a construção da história.

No âmbito da saúde, as histórias de sofrimento são frequentemente proferidas pelo doente, por parentes e/ou por pessoas próximas a ele que foram emocionalmente afetadas pela doença do outro. Bastos (2008), por exemplo, realiza uma análise da construção do sofrimento na narrativa de profissionais de saúde geradas em reuniões de trabalho de um grupo interdisciplinar. Ela divide as histórias em episódios e trajetórias de sofrimento. Os episódios eram utilizados para “remeter ritualmente ao sofrimento gerado pelo trabalho”, enquanto a trajetórias eram cocontruídas nas reuniões e topicalizavam “o sofrimento do outro (do paciente)” além de sinalizarem “o sofrimento do profissional de saúde diante desse outro, e do trabalho com o outro” (idem, p.83).

As narrativas de sofrimento podem ser um recurso de promoção da cura (Piccardi, 2016), o ato de narrar seria, então, uma ação de restauração, recuperação. Não obstante, existem os grupos de apoio e terapias nos quais os pacientes contam suas experiências, aflições e dores. Não cabe aqui adentrar as implicações psicológicas e terapêuticas; todavia, se pensarmos em nossas próprias experiências de vida, podemos reconhecer momentos nos quais contar um acontecimento para o amigo ou um familiar auxiliou na recuperação, gerou um sentimento de tranquilidade ou até mesmo foi um processo de autoconhecimento. Para Hydén (1997, p.50, tradução minha) “a narrativa é uma das mais poderosas formas de expressar o sofrimento e experiências relacionadas ao sofrimento”. Da

mesma forma, para Granberg (2006, p.112, tradução minha) “a narrativa dá sentido a experiências que são confusas ou dolorosas”.

Abordar a temática do sofrimento não restringe o assunto a doenças, visto que questões de ordem social também podem causar sofrimento e, assim, outras maneiras de narrar e experienciar a dor. Portanto, outro ponto a ser destacado é o sofrimento social, descrito por Klienman (1997) como

um conjunto de problemas que tem origem e consequências nos danos devastadores que a força social pode infringir à experiência humana. O sofrimento social resulta daquilo que o poder político, econômico e institucional faz às pessoas e, reciprocamente, de como estas formas de poder influenciam respostas a problemas sociais. Inclui-se na categoria de sofrimento social condições que são geralmente divididas entre campos diferentes, condições que envolvem simultaneamente saúde, bem-estar e questões legais, morais e religiosas.

Acredito que as narrativas sobre dieta analisadas nesta pesquisa se enquadram justamente na perspectiva apresentada por Klienman (1997). Tais narrativas evidenciam ambas as questões (social e de saúde) tendo em vista casos relatados pelas entrevistadas abordando tanto obesidade e transtornos alimentares ou psicológicos quanto questões voltadas para cobranças sociais e imposições sobre a aparência física. Os sentimentos de frustração, culpa, angústia e perda de autocontrole mental e corporal perpassam as narrativas de dieta proferidas pelas participantes desta pesquisa. Como apresenta Charmaz (1999, p.366), os sentimentos de “perda de controle, perda de certeza, e perda da perspectiva sobre o futuro, todos causam sofrimento. A perda de controle sobre a saúde por incluir a perda do controle corporal e da autonomia pessoal”.

As narrativas de sofrimento também apresentam particularidades em relação a sua estrutura:

[as narrativas de sofrimento não se tratam] necessariamente de narrativas estruturadas de modo convencional, com começo, meio e fim, mas frequentemente de fragmentos que ora se juntam, ora se distanciam, que refletem de um modo ou de outro o corpo caótico que sofre, e cuja coerência precisa ser construída na e durante a interlocução. (Piccardi, 2016, p.3)

Ao discutir as narrativas de doenças (*illness narratives*) e sua relação com o sofrimento, Good (1994 apud Hydén, 1997) explica que o principal problema dessas narrativas é o fato delas não costumarem possuir um final, visto que ao

adoecer, a pessoa não tem conhecimento de como a situação se desenvolverá. Logo, essas narrativas tendem a apresentar uma organização que não nos permite identificar o começo, o meio e o fim. Devido à ausência de um final definido, elas são “narrativas numa eterna busca por significado” com uma “negociação contínua e ambígua” (Hydén, 1997, p.61, tradução minha). As reflexões Piccardi (2016), Good (1994 apud Hydén, 1997) e Hydén (1997) podem ser associadas tanto ao movimento narrativo (progressão, regressão e estabilidade) discutido por Gergen & Gergen (1986; 1988) quanto à estrutura não convencional das narrativas de dietas. Essas discussões de certa forma fundamentam a estrutura da denominada *narrativa cíclica* (seção anterior), pois, como disse Piccardi, refletem o “corpo caótico que sofre”.

Considerando as narrativas discutidas no estudo de Hydén (1997), a questão do sofrimento (mesmo que percebido e experienciado de formas diferentes) é um ponto em comum com as narrativas analisadas nesta pesquisa, o que as fazem compartilhar também a estrutura confusa e irregular. Tal estrutura remete a uma ideia de aprisionamento e incerteza, pois a pessoa se encontra sempre do dilema constante de controlar o peso; parece que o ato de parar uma dieta implica em recuperar o peso e, logo, o fato de precisar enfrentar julgamentos e experiências estigmatizantes resultantes da aparência e/ou doenças relacionadas ao aumento da gordura corporal.

Além disso, as práticas alimentares restritivas e a atividade física excessiva estão comumente associadas a uma “luta” contra a própria forma do corpo e contra o instinto natural da fome, atribuindo esse aspecto caótico e doloroso. Como Santos (2010, p.469) bem explica, as dietas são “associadas à restrição e ao sacrifício, tendo a prática alimentar como algo externo ao cotidiano”. A ideia do sacrifício associado à dieta é também normalizada em nossas práticas sociais; parece haver um consenso de que para ser magra e, logo, aceita, é preciso um mínimo de esforço, dor e aflição - indicadores de força de vontade e autocontrole.

Cabe ressaltar que o sofrimento não pode ser padronizado e, na reflexão feita por Kleinmam & Kleinman (1996, tradução minha) “não existe uma única maneira de sofrer; não existe uma forma universal para o sofrimento sem que se considere o tempo e o espaço”. Justamente por isso, é relevante lembrar o contexto social no qual vivemos, como discutido no capítulo 3, de uma sociedade

na qual ocorre a exaltação da prática das dietas alinhada ao sofrimento. Le Breton (2007, p.53) explica que

Como a fome e a sede, a dor é um dado biológico, mas da mesma forma que não encontram em seus pratos sensações idênticas, experimentam a comida de modo diferente, dando-lhe significação própria, os homens não sofrem da mesma maneira e nem a partir da mesma intensidade da agressão. Eles atribuem valor e significados diferentes à dor conforme sua história e pertencimento social

Sendo assim, tanto a história de vida do indivíduo como seu contexto social influenciam sua percepção e construção do sofrimento. O mesmo ocorre nas histórias sobre dietas: por um lado, a relação individual estabelecida com o próprio corpo e com a alimentação desde a infância são fatores que interferem e dão significados diferentes a cada narrativa; por outro lado, o contexto da sociedade das dietas é compartilhado por essas mulheres em diversos aspectos o que garante a grande semelhança na estrutura cíclica como tais histórias são narradas. Partindo do entendimento de narrativa como uma maneira de construir e dar sentido ao mundo ao nosso redor e a nós mesmo (Moita Lopes, 2002), narrar um episódio de sofrimento seria então uma forma de organizar e produzir significado e coerência sobre si e sobre a experiência vivenciada.

5.5 Narrativa, interação e outros entendimentos

Bianca: primeira coisa de tudo, ela é magra

Raquel: é

Bianca: tipo, barriga chapada

Raquel: tava falando dela hoje, todo mundo sabe quem é

Bianca: é, todo mundo hoje em dia, ela é referência assim né

(interação entre Raquel e Bianca em entrevista)

Ao longo do tempo algumas revisões foram elaboradas em relação ao trabalho de Labov (1972). Uma das principais críticas feitas aborda “a forma como gêneros menos prototípicos de narrativas são negligenciados nesse modelo clássico” (Bastos & Biar, 2015, p.106). Labov (1972) coletou seus dados a partir de entrevistas específicas num contexto específico, gerando assim certo modelo narrativo. Contudo, contextos, motivações e participantes variados culminam em

narrativas que diferem do modelo canônico. Logo, o que muitos autores questionam é justamente a limitação gerada por esse modelo, excluindo outras possibilidades de narrativas igualmente ricas e importantes para uma análise linguística, discursiva e social.

Além disto, a definição fornecida por Labov e Waletzky (1967) e Labov (1972) restringe a narrativa a uma recapitulação do passado, na qual orações precisam estar interligadas de maneira coerente e sequencial com verbos no passado. Entretanto, “existem várias maneiras de narrar uma experiência; como um falante, escritor, ou artista visual escolhe fazer isto é significativo” (Riessman, 2008, p.11). Se existem várias maneiras de narrar, logo, as estruturações da narrativa também são diversificadas. Muitas vezes, ao contar uma história, o narrador insere reflexões sobre o presente, ideias sobre o futuro, ou alguma outra informação que não precisa obrigatoriamente seguir a estrutura de verbos no passado; e isso não significa que a narrativa tenha sido interrompida.

Da mesma forma, a maneira como os acontecimentos e as frases são interligados e até mesmo a noção de causalidade pode variar dependendo da intenção do narrador e do tipo de história que está sendo contada. Uma análise narrativa precisa dar conta de levantar compreensões sobre as escolhas lexicais, estruturais e temporais elaboradas pelo narrador. Segundo Riessman (2008, p.11, tradução minha), “o analista está interessado em como um falante ou escritor reúne e organiza eventos e utiliza a linguagem e/ou imagens visuais para comunicar significado, isto é, estabelecer pontos específicos para um público”.

Outros entendimentos mais abrangentes sobre narrativas contribuem significativamente para uma pesquisa na área. Bamberg & Georgakopolou (2008), por exemplo, propõem uma análise voltada para o que eles chamam de pequenas histórias (*small stories*) que envolvem além das categorias propostas no modelo laboviano:

nós temos empregado o termo ‘pequenas histórias’ como um termo guarda-chuva que abrange uma gama de atividades narrativas sub-representadas, como histórias sobre eventos em andamento, eventos futuros ou hipotéticos e eventos compartilhados, mas ele também apreende alusões a histórias passadas, histórias diferidas, e recusas em falar. Essas histórias são tipicamente pequenas quando comparadas às páginas e páginas de transcrição narrativas de entrevistas. (Bamberg & Georgakopolou, 2008, p.381).

Assim, para eles, a narrativa vai além dos eventos ocorridos no passado, como dito no modelo laboviano. Da mesma forma, Riessman (1993) aponta a existência de gêneros narrativos, ou seja, diferentes formas de narrabilidade. Alguns exemplos fornecidos por Riessman (1993) são: narrativas habituais, quando o evento costuma acontecer frequentemente; narrativa hipotética, quando uma história não ocorreu de fato; narrativas centradas em um tópico (*topic-centered narratives*), isto é, recapitulações de eventos no passado que estão conectados por um tema em comum. Portanto, pode-se supor que em cada um desses gêneros narrativos, o narrador optará por uma organização e ordenação temporal diferente, adequando-se ao motivo pelo qual a história está sendo contada.

Um fator importante destacado na teoria de *pequenas histórias* de Bamberg & Georgakopolou (2008) é que até mesmo uma história mais coloquial, que poderia ser interpretada como uma “conversa sobre nada”, pode ser uma narrativa; isto depende dos participantes da interação. Em alguns casos, uma narrativa só faz sentido em determinada interação, pois ela está sendo construída pelos participantes com base nos sentidos negociados naquele momento específico (Bamberg & Georgakopolou, 2008). Para Riessman (1993, p.61), as narrativas “estão situadas numa interação particular, mas também em discursos sociais, culturais e institucionais”.

Desta forma, torna-se necessário considerar tanto o contexto macrossocial quanto o caráter interacional e situacional de uma narrativa (como na entrevista de pesquisa, por exemplo), sendo o segundo um fator negligenciado por alguns pesquisadores mais tradicionais. A história é uma construção conjunta (Mishler, 1991) e investigar o papel, efeitos e sentidos produzidos pelo narrador juntamente com o ouvinte permite uma compreensão mais ampla sobre fenômeno narrativo. Uma história nunca é contada sem uma audiência; ela é sempre direcionada a alguém em um contexto específico. Em relação a esta pesquisa, pensar sobre as características interacionais estabelecidas entre a pesquisadora e as participantes no momento da entrevista, e sobre quais as circunstâncias macrossociais estão em jogo no cenário da interação, é essencial para a consistência e relevância da análise, pois como no exemplo da epígrafe desta seção, muitos conhecimentos são

compartilhados entre as entrevistadas e eu, permitindo um ambiente favorável para o surgimento de certas histórias.

A narrativa é um ato social e, logo, os sentidos estão a todo o momento sendo negociados, construídos e contestados. A negociação da vida social “requer que o indivíduo seja capaz de se fazer inteligível com uma identidade contínua, integral ou coerente” (Gergen & Gergen, 1986); afinal, buscamos nos construir favoravelmente ao olhar do outro. Da mesma forma, o narrador visa contar sua história de maneira compreensível e coerente, a fim de tornar a sua visão ou o “ponto da história” alcançável. Isto não significa, entretanto, que todas as narrativas consigam ser bem-sucedidas neste aspecto. Como discutido, narrativas sobre experiência de sofrimento dificilmente seguem a coerência esperada, apresentando uma estrutura mais irregular; além disso, a coerência e linearidade também são reformuladas e contestadas de acordo com os objetivos e participantes da interação.

De forma geral, como seres sociais, não desejamos contar uma experiência e passar a impressão de “por que essa história está sendo contada?”. Para Labov (1972) e Linde (1993), isso significa a necessidade de reportabilidade de um acontecimento, ou seja, ele precisa ser algo extraordinário. Entretanto, a reportabilidade também é negociável no jogo interacional. O narrador dificilmente conseguirá dar continuidade a sua história atendendo suas expectativas iniciais quando o ouvinte não está positivamente engajado na interação. Seguindo a visão de Bamberg & Georgakopolou (2008) e Riessman (1993), a reportabilidade não estaria necessariamente ligada ao extraordinário, visto que situações comuns, repetidas e corriqueiras também podem ser enquadradas como narrativa. Logo, a reportabilidade é situacional; a história é contável quando ela é assim entendida em determinado contexto, mesmo quando aparentemente comum.

A construção narrativa necessita de um “elenco de apoio” (Gergen & Gergen, 1988), um ouvinte disposto a abrir o espaço necessário para que a história aconteça e, assim, ele demonstra seu interesse linguisticamente (com frases como “aham”, “uhum”, “entendo”) ou não linguisticamente (um sorriso, uma confirmação com a cabeça, um olhar atento, etc.). Com explica Bastos (2004, p.120) o ouvinte pode “mostrar atenção fazendo perguntas de pedido de esclarecimento ou comentários, ou ainda reagindo emocionalmente com

expressões faciais, gestos, interjeições”. Consequentemente, quando o engajamento do ouvinte é negativo, seja demonstrando falta de interesse ou descrédito sobre a história narrada (solicitando, por exemplo, uma justificativa ou então através do silêncio), o rumo da narrativa pode ser modificado. As narrativas sobre dietas apresentadas nesta pesquisa, por exemplo, precisam de um público e contexto disposto a aceitar sua importância para que elas tenham continuidade.

Uma vez tendo entendido que a construção narrativa depende do contexto e da interação, a noção temporal também pode ser questionada. De acordo com Mishler (2002, p.114), a história passa a ser “um produto conjunto, no qual o curso da narrativa pode ser interrompido e o relato, constado, a ordem temporal pode ser violada por digressões e *flash-backs*, e o final pode ser incerto e ambíguo”. Sendo assim, as interrupções, as avaliações e até mesmo o processo de coconstrução narrativa podem culminar em variações temporais na história que escapam das orações no passado propostas por Labov (1972). Não significa negligenciar a ordem temporal, pois ela é um aspecto importante nas narrativas; todavia, ela não é suficiente por si só (Mishler, 2002).

A própria vida “real” não é organizada de maneira linear com uma relação direta e sempre coerente de causa e efeito, cada trajetória de vida “é marcada por solavancos e turbulências, desvios e hiatos” (Mishler, 2002, p.112). O mesmo ocorre nas narrativas à medida que elas constroem o mundo ao nosso redor. Assim, não podemos esperar que uma narrativa siga obrigatoriamente as regras temporais. Como observamos nos modelos propostos por Gergen & Gergen (1986; 1988), certas histórias tendem a seguir um movimento de progressão, outras de regressão, e outras podem “escapar” a essa estrutura, dependendo da intenção do narrador.

Com base nesses entendimentos, as narrativas apresentadas na análise desta dissertação não são compreendidas exclusivamente de acordo com o modelo canônico laboviano. Alguns aspectos fornecidos por Labov (mais especificamente a avaliação) são diretamente utilizados na análise, visto que contribuem para a compreensão da construção do sofrimento. Outros aspectos da estrutura laboviana são utilizados mais exclusivamente como uma inspiração para a organização geral da análise, como previamente mencionado na metodologia e posteriormente explicado no capítulo 6. Além disso, outra estrutura narrativa observada é aquela

apresentada por Gergen & Gergen (1986; 1988), considerando sempre as motivações e justificativas para eventuais fugas a tal estrutura, atrelada aos entendimentos discutidos nesta seção.

As narrativas de dieta são também conceituadas como parte da história de vida (Linde, 1993) das entrevistadas. Como elas são socialmente expressivas (ver capítulo 3), entende-se ser comum a existência de histórias com a dieta na vida de mulheres. Desta forma, o que acontece nos dados é que por vezes aparecem pequenas narrativas, episódios específicos e relatos que fazem parte deste grande repertório temático que é a dieta. Além disso, principalmente por ser uma história de vida, essas narrativas ainda estão em andamento no presente, não sendo possível aplicar unicamente a ideia temporal do passado. A história sempre tem início em um momento passado (como a infância e a adolescência), mas possui avaliações, acontecimentos, reflexões, implicações diretas no presente.

5.6

Narrativa e agência

“eu caí naquele discurso de que nutricionista tem que ser magro”

(Talita, 24 anos, estudante de Nutrição)

Nas palavras de Hall (2004 apud Block, 2012), agência é um “tema controverso que tem sido no centro da discussão da subjetividade durante séculos”, além disso, “ao explorar a agência, estamos, de fato, abordando a questão fundamental da responsabilidade: na ação pessoal, na criação estética, nas normas inter-persona e nas avaliações sociais”. Definir agência não é uma atividade simples e muito menos possível de ser feita nas poucas linhas de uma dissertação. Agência é um conceito multifacetado e para discuti-lo, precisamos compreender que estamos sempre escolhendo uma (ou mais) dentre várias perspectivas e, logo, favorecendo certo olhar teórico. Autores da Psicologia, Antropologia, Filosofia, Sociologia, entre outros, empenharam-se sobre essa questão a fim de entender como o agenciamento produz os sentidos de nossas ações individuais e sociais. Ao estudar agência, trazemos à luz reflexões acerca da responsabilidade, além da discussão de até que ponto os indivíduos são capazes de

atuar sobre as normas sociais e/ou serem influenciados por elas em suas ações cotidianas.

Para Duranti (2004), a agência está envolvida em qualquer ato de fala e nas ações humanas, independente das intenções do falante e do ouvinte. Isto ocorre tendo em vista que quando falamos, criamos certa ideia de realidade, seja adicionando uma nova informação ou repetindo um fato já conhecido (Duranti, 2004). Sendo assim, o agente possui a capacidade de produzir ações que geram consequências em si mesmo e naqueles envolvidos na situação (Lyons, 1977, Jackendoff, 1990 apud Duranti, 2004). A pesquisadora Ahearn (2001, p.112) explica que na visão de Karp (1986) o agente “se refere a uma pessoa engajada no exercício do poder no sentido da capacidade de produzir efeitos e (re) constituir o mundo”. O agente está diretamente envolvido em uma ação; a ação, por sua vez, nem sempre é consciente (Giddens, 2001) tendo em vista as ideologias e discursos do senso comum capazes de atuar sobre o indivíduo sem que haja uma reflexão direta e intencional.

Em seu texto intitulado “Linguagem e Agência”, Ahearn (2001) discute algumas maneiras nas quais o conceito de agência tem sido tratado. A primeira ideia é a de agência como “livre arbítrio”, associada à filosofia. A segunda perspectiva tende a equacionar agência à resistência, uma característica comum nos estudos antropológicos sobre subalternos e teorias feministas (Aheran 2000, 2001). Nessa visão, o agente seria aquele capaz de resistir aos *status quo*. Fala-se também da ausência de agência, relacionada ao entendimento de poder e dos discursos hegemônicos, propagada por Foucault. Por fim, Ahearn (2000, p.112) introduz sua própria definição de agência como a “capacidade de agir socioculturalmente mediada”.

Os aspectos sociais e culturais precisam ser considerados ao analisar a questão da agência. Segundo Giddens, ao produzir uma ação estamos também reproduzindo aspectos da vida social. O autor nos oferece a seguinte definição:

a agência se refere não apenas a intenções que as pessoas têm ao fazer coisas, mas, em primeiro lugar, à capacidade delas em fazer estas coisas (por isso agência implica em poder) [...] A agência envolve eventos nos quais um indivíduo é o autor, no sentido de que o indivíduo poderia, em qualquer fase de uma dada sequência de comportamento, ter agido diferentemente (Giddens, 2001, p.9)

Essas teorizações e definições nos auxiliam num entendimento mais amplo de agência e agente, tornando claro também as diversas implicações que garantem a complexidade e abrangência de tais conceitos. Entretanto, nesta pesquisa, não cabe discutir profundamente as questões de intencionalidade, desejo e responsabilidade do indivíduo; tem-se por objetivo analisar as estratégias linguísticas e discursivas utilizadas pelas participantes da pesquisa para reivindicar (ou não) a agência sobre suas ações. Para Ahearn (2001, p.131), o foco na interação linguística auxilia na compreensão da relação entre os processos micro e macro da agência, sendo que a linguagem e a cultura precisam ser estudadas conjuntamente. Desta forma, torna-se necessário considerar as formulações discursivas escolhidas pelos falantes, bem como o contexto macrossocial no qual ele está inserido.

Assim, neste trabalho, procura-se entender as formas nas quais a agência é produzida e negociada na interação e construção narrativa. Partindo da concepção de que quando narramos estamos criando sentido sobre nós mesmos e o mundo ao nosso redor, alinho-me a noção de agentividade de Duranti (2004) como algo presente em qualquer ato de fala, independente da intenção inicial do indivíduo. Assim, ao narrar uma história, o autor está inevitavelmente sendo o agente de sua narrativa; pistas linguísticas e discursivas nos levam a identificar se ele está assumindo tal agência ou se colocando como passivo diante da ação de outros indivíduos ou discursos. Para Duranti (2004), a maneira como falamos, gesticulamos, ou até mesmo o ato de evitar falar são indícios da produção da agência vinculada à performance da língua.

Nas narrativas sobre dieta, a questão da agência emerge quando buscamos analisar como a pessoa entende e, logo, constrói discursivamente a própria ação de “fazer dieta”. Observa-se, a partir dos dados da pesquisa, que a pessoa pode atribuir a si mesma a decisão de iniciar uma mudança alimentar através de estruturas como “eu comecei a fazer dieta porque eu queria...”. Ou então, a pessoa pode responsabilizar à outra de maneira direta, como por exemplo, “minha mãe me obrigou a fazer dieta”. Por vezes, a motivação é conferida não a um indivíduo, mas a uma ordem social que supostamente seria capaz de impor e controlar as atitudes individuais: “a sociedade exige que você seja magra, então quando comecei a dieta...” (ou como na fala de Talita reproduzida na epígrafe). Desta

forma, o objetivo não envolve analisar se a pessoa está ou não sendo agente, mas como essa pessoa demonstra entender suas próprias ações discursivamente, ou seja, sua agentividade.

Assim, observa-se o uso de verbos de ação e a presença do sujeito nas frases das participantes como uma das estratégias de identificação da agência, como sugerido Duranti (2004). Também tomando o macro como ponto de partida, procura-se entender se a narradora da história se apresenta como ator de transformação, tendo atitudes contrárias aquelas estabelecidas socialmente, ou como passiva, ou seja, submissa a um contexto maior. Aqui a definição de agência se aproxima mais da ideia de resistência a uma ordem social. Esse contexto macro seria justamente o ideal da prática de dietas e a busca pelo “corpo magro”. Sendo assim, um dos questionamentos que emerge é se ao optar pela dieta, e, então, buscar se enquadrar num perfil de corpo socialmente aceito, as entrevistadas estariam assumindo um protagonismo como agentes transformadoras, conscientes ou então se condicionando ao discurso hegemônico da magreza e beleza feminina.

Cabe destacar ainda a relação entre agentividade e sofrimento. Como discutido, as narrativas sobre dietas são enquadradas nesta pesquisa como narrativas de sofrimento, considerando principalmente a questão da exclusão social e os sentimentos de frustração e insatisfação relacionados à prática constante de uma dieta. Essa relação é importante, pois nos leva a refletir se o sofrimento coloca o sujeito como passivo diante de uma situação; se o sofrimento torna o indivíduo agente; ou se o sofrimento é por si só uma maneira de agir. No texto “agência e dor”, Asad (2000, p.40) explica que quando alguém está sofrendo, costumamos supor que eles não são agentes. Entretanto, ele prossegue com a seguinte discussão:

Sofrer (dor física ou mental, humilhação, privação) é, ou assim pensamos ser, estar em um estado passivo – um objeto não um sujeito. Nós prontamente permitimos que a dor possa ser a causa para uma ação (um movimento para encerrar o sofrimento, digamos), mas normalmente não pensamos nela como uma ação em si. A dor é algo que acontece com o corpo ou que aflige a mente. Ou então, assim costumamos pensar. Ainda assim alguém pode pensar na dor não apenas como um estado passivo (apesar dela poder ser apenas isso), mas em si mesma como agentiva.

Na pesquisa de Piccardi (2016, p.9), por exemplo, as narrativas analisadas mostraram que “a dor em discurso é um processo ativo”, assim, a pesquisadora conclui que “diferentemente do que comumente se pensa a respeito da dor e do sofrimento, ambos não tornaram os sujeitos passivos”. Esta relação representa mais um dos pontos complexos na tentativa de identificar a agência dos indivíduos. Cabe, então, observamos atentamente nas narrativas sobre dietas como a ideia do sofrimento do controle alimentar e do julgamento social atua nas ações das entrevistadas.

6

Histórias com a dieta

Embasada por uma concepção de discurso que privilegia sua natureza situacional e a coconstrução de significados, esta seção ocupa-se da investigação do tema dieta e sua relação com o corpo e a alimentação na narrativa de mulheres que realizam acompanhamento nutricional. As entrevistas aqui analisadas são entendidas como eventos sociais e as narrativas como uma maneira de organizar e dar sentido à vida social. Para a discussão dos dados, foram selecionados excertos de quatro entrevistas, dentre as doze realizadas para este estudo, visando atender as perguntas de pesquisa apresentadas na introdução e retomadas abaixo:

- 1) *Como as participantes se constroem frente a discursos sobre alimentação saudável e exaltação da magreza?*
- 2) *Quais elementos as participantes apontam como motivadores para iniciar um controle alimentar?*
- 3) *Como a estrutura dessas narrativas pode estar relacionada aos sentimentos discursivamente elaborados sobre a dieta?*
- 4) *Que significados sobre as dietas são narrativamente coconstruídos com a pesquisadora?*

Como previamente mencionado na metodologia, a análise das entrevistas está organizada em três momentos principais. Para compreender a divisão, faz-se necessário resgatar a estrutura proposta por Labov (1972) na qual uma narrativa apresenta seis elementos principais: resumo, orientação, ação complicadora, avaliação, resultado e coda. Tais componentes foram utilizados como inspiração para o agrupamento dos dados da seguinte forma: *dando o primeiro passo (6.1), a jornada e o sofrimento (6.2) e seria esse o fim da história? (6.3)*. Cada grupo é composto por episódios narrativos retirados da entrevista de quatro participantes: Hanna, Isis, Diana e Talita (os parâmetros utilizados para a seleção dessas entrevistas estão explicitados no capítulo 2). Em alguns momentos os excertos se repetem, ora como um recurso de contextualização, ora por se enquadrarem significativamente no objetivo da seção.

Cada entrevista desta pesquisa está sendo entendida como uma “grande narrativa”, ou, uma história de vida (Linde, 1993) composta por diversas narrativas, relatos, pequenas narrativas, episódios narrativos, todos tematicamente interligados. Todos os excertos analisados remetem a momentos diferentes da vida das entrevistadas, desde a adolescência até os dias atuais, e contribuem significativamente para a elaboração do repertório de história de vida (ver capítulo 5, seção 5.2) de cada participante, costurando o sentido e coerência dos acontecimentos. Portanto, no que tange a sua estrutura, alguns excertos são narrativas mais canônicas (Labov, 1972) sobre um evento específico e outros não, assemelhando-se mais ao entendimento de pequenas histórias (Bamberg & Georgakopolou, 2008). Partindo desses entendimentos e inspirada pela estrutura laboviana, os critérios de organização da análise são explicados a seguir, tendo em vista que eles estão relacionados à entrevista como um todo:

- *Dando o primeiro passo:* foi selecionado um excerto de cada entrevista que apresentasse em sua estrutura o resumo e/ou orientação marcando o começo da história sobre o primeiro contato da participante com a prática da dieta. Segundo Labov, o sumário/resumo responderia a pergunta “sobre o que é a narrativa?” e a orientação responderia as perguntas “quem? quando? o quê? onde?”. Assim, enquadram-se nessa seção uma síntese da história como um todo, contendo o tema, o objetivo (resumo) e a idade/fase da vida/ano no qual a entrevistada iniciou a dieta pela primeira vez (orientação).
- *A jornada e o sofrimento:* estão nessa seção os excertos (entre dois e quatro de cada entrevista) que abrangem o processo de fazer dieta em si, contendo os eventos (ação complicadora) positivos e negativos, respondendo a pergunta “O que aconteceu?” proposta por Labov. Além disso, foram consideradas as ponderações e julgamentos das entrevistadas (avaliação) sobre as etapas da dieta e sobre suas próprias ações, com base nas perguntas “e então?” e “e daí?” (Labov).
- *Seria esse o fim da história?:* partindo do pressuposto do emagrecimento como um dos objetivos centrais da dieta, os excertos da seção final (entre um e dois de cada entrevista) buscam responder a pergunta “o que finalmente aconteceu?”, apresentando as consequências da dieta (resultado).

Destaca-se também a presença de elementos que apontam para o fim do processo narrativo (coda).

Apesar das categorias descritas acima terem guiado a categorização das seções do capítulo, isso não significa que certos elementos da estrutura laboviana não possam estar presentes em outras seções, eles apenas não são elementos obrigatórios. A avaliação, por exemplo, é uma categoria que aparece nos três grupos por contribuir significativamente para a análise; porém, ela não foi uma motivação para a organização das seções 6.1 e 6.3. Ao fim de cada seção, são apresentadas discussões parciais sobre a análise realizada, lançando mão de quadros que sumarizam alguns pontos em comum das quatro entrevistas para facilitar a comparação entre elas e a conversa mais detalhada entre a teoria e as análises. Essas reflexões se propõem a explorar melhor a relação entre aquilo que é discutido no âmbito microinteracional, ou seja, nas narrativas da entrevista, e as ideias do contexto macrossocial, principalmente as noções de estigma e padrões corporais.

As informações sobre cada uma das entrevistadas também estão detalhadas no capítulo de metodologia. A fim de facilitar a visualização das informações, o quadro a seguir apresenta uma contextualização das participantes e suas respectivas entrevistas. A ordenação das participantes na tabela é a mesma seguida durante todas as subseções do capítulo: o primeiro excerto sempre será referente à entrevista de Hanna, por considerar seu modelo de narrativa o mais prototípico, auxiliando na análise das narrativas que a sucedem; a ordenação das outras três participantes foi guiada apenas pela data de realização da entrevista, sem interferência no processo de análise, sendo, dentre elas, Isis a primeira entrevistada e Talita, a última.

	Idade	Curso	Local da entrevista	Temas
Hanna	22 anos	Biologia	Área de lazer do Shopping	Trajetória de vida lutando contra a obesidade; práticas de atividade física dificuldades de manter uma dieta.
Isis	20 anos	Nutrição	Área de lazer do	Prática de atividades físicas; alimentação; infância e adolescência acima do peso; imagem

			Shopping	da mulher; imposições sociais sobre o corpo.
Diana	24 anos	Psicologia	Campus da Faculdade	Implicações psicológicas da preocupação com a aparência e com alimentação; histórico pessoal com anorexia, bulimia e transtorno dismórfico corporal.
Talita	24 anos	Nutrição	Campus da Faculdade	Expectativas em relação à profissão de nutricionista; dificuldade em manter uma dieta controlada; relação conturbada com a alimentação; privações do alimento.

De uma forma geral, este capítulo se apropria das seguintes teorizações (todas previamente discutidas na teoria) para o embasamento da análise:

- A teoria de Gergen & Gergen (1986; 1988) sobre o movimento narrativo e o entendimento de *narrativa cíclica*, destacando os movimentos de progressão, regressão e estabilidade dos acontecimentos narrados;
- A estrutura laboviana, com um olhar mais minucioso para as *avaliações* a fim de analisar os entendimentos das entrevistadas sobre suas ações, imagem corporal e relação com a comida, além da construção do sofrimento;
- As relações de causalidade e coerência (Linde, 1993) que garantem os sentidos dos acontecimentos, ações das narradoras sobre suas narrativas e a coerência entre as motivações e a prática da dieta.
- As noções de agenciamento (Asad, 2000; Giddens, 2001; Duranti, 2004) buscando compreender como as participantes se constroem discursivamente sobre a decisão de mudar a alimentação diante dos discursos macrossociais sobre alimentação e corporeidade;
- O aspecto interacional da narrativa, partindo da perspectiva da narrativa como coconstruída pela entrevistada e entrevistadora, destacando alguns pontos da conversa nos quais minhas falas permitem que a entrevistada dê prosseguimento a suas narrativas e ideias.

6.1

Dando o primeiro passo

O início das entrevistas, como previamente explicado, surgiu através de variações de três questionamentos principais:

- *“por que você malha?”*
- *“por que você começou a fazer dieta?”*
- *“me conta a sua história com a dieta”*

A partir dessas perguntas, as entrevistas tiveram prosseguimento com conversas sobre o tema. Nem sempre logo no momento inicial da gravação as participantes davam início a uma narrativa sobre a prática da dieta em si. Assim, neste primeiro movimento analítico estão destacados os excertos das quatro entrevistas que caracterizam início do percurso da dieta, apresentando orientação e resumo da narrativa a fim de compreender quais as motivações para a mudança na alimentação e como elas contribuem para a ideia do sofrimento. Em seguida, aponto as relações de causalidade e coerência dos fatos (Linde, 1993), bem como as justificativas para controlar a alimentação. Por fim, direciono o olhar para a noção de agenciamento, buscando compreender a quem as participantes atribuem a responsabilidade para praticar a dieta.

- **Hanna**

Após ter abordado Hanna e sua amiga Beatriz na academia e explicado brevemente sobre minha pesquisa, agendamos a entrevista para o dia seguinte. A entrevista teve início com uma conversa tratando principalmente de questões sobre a prática da atividade física. Beatriz foi a primeira a falar e, posteriormente, quando Hanna tomou o turno da conversa, ela começou sua narrativa já narrando sobre sua relação com a obesidade. O primeiro excerto se refere a este momento narrativo de Hanna:

Excerto 1

01	Hanna	e eu sempre sofri (.) com a obesidade (.) desde
02		pequenini:nha, mas também nunca liguei pro que os
03		outros pensa:vam, pro que os outros achavam, e a
04		minha decisão desde pequena quando eu, quando eu
05		comecei - na adolescência(.) claro que adolescente
06		sempre pensa no que os outros vão pensar né, mas
07		sempre foi mais a saúde (.) eu:, naque - naquela
08		época de adolescente isso me incomodava (.) o que
09		os outros iam achar (.) mas isso só com uns 15
10		a:nos [mais ou menos

A narrativa de Hanna é quase um protótipo quando comparada as outras. Ela representa de maneira clara o processo cíclico e a construção do sofrimento voltada para a alimentação que proponho destacar na análise. Sendo assim, nos próximos trechos das outras entrevistas, a narrativa de Hanna será seguida como modelo, sendo retomada quando necessário. Considerando a estrutura laboviana, já a primeira frase da narrativa de Hanna é um resumo da história. Ao dizer *eu sempre sofri com a obesidade* (linha 1), Hanna introduz sua própria condição ao ouvinte e nos direciona sobre o assunto de sua narrativa, assim, de certa forma, ela prepara o ouvinte que, por sua vez, antecipa alguns acontecimentos esperados desse tipo de história. É importante destacar que apesar da entrevista ser sobre alimentação e saúde, a condição de obesidade não era um pré-requisito (para nenhuma das entrevistadas selecionadas) e nem sequer foi mencionada pela entrevistadora.

Em seguida, Hanna introduz uma série de orientações narrativas, localizando o ouvinte em sua história:

- desde pequenininha
- quando eu comecei na adolescência
- naquela época de adolescente
- com uns 15 anos

Essas mesmas expressões apontam principalmente para o período da adolescência, dialogando com a reflexão de Linde (1993) ao destacar não haver um consenso ou comprovação sobre em qual momento ou idade uma história de vida realmente começa, mas que existem indícios de que isso ocorra quando o indivíduo é adolescente. Apesar de Hanna relatar sua condição física ainda na infância (linha 1), a sua história conflituosa com a dieta, com a preocupação com

a aparência e em como ela se apresentava aos outros está voltada para a fase da adolescência (linha 4), sendo a partir desse momento que sua narrativa começa a ser estruturada de maneira discursivamente mais consistente. Além disso, existe uma construção lógica e coerente de causa e efeito como motivação para a dieta, pois a obesidade parece ser uma justificativa socialmente aceitável para a busca do emagrecimento.

A partir das reflexões teóricas sobre agência, podemos compreender que inicialmente ocorre uma mitigação da agência com a frase *eu sempre sofri* (.) com a obesidade, pois a obesidade aparece quase como uma condição imposta à Hanna, além da sua vontade. Ao relatar o período da adolescência, Hanna se constrói de forma mais agentiva: *quando eu comecei na adolescência*. O uso simultâneo do pronome e do verbo de ação na primeira pessoa do singular nessa fala nos indica que durante essa fase Hanna teria uma capacidade de atuar diretamente sobre uma situação que a causava incômodo desde muito nova. Ao afirmar *mas também nunca liguei pro que os outros pensa:vam, pro que os outros achavam* Hanna também está reivindicando a agência de sua decisão, pois destaca que a influência dos outros não interferiu em suas escolhas, sendo essa uma decisão pessoal relacionada à sua determinação em mudar.

- **Isis**

A entrevista com Isis, assim como aconteceu com Hanna, estava primeiramente centrada em assuntos voltados para a prática da atividade física, pois nosso primeiro contato foi na academia. Porém, é interessante notar como já no momento inicial da gravação da entrevista, Isis também introduz a sua história especificamente com a dieta:

Excerto 2

01	Isis	eu já comecei tipo <u>a</u> dieta, dieta eu já começo
02		desde novinha porque eu sempre fui muito gordinha
03		(.) só que <u>aí</u> eu: era muito zoadada no colégio né
04	Raquel	aham
05	Isis	tipo <u>a</u> gorda, e isso
06	Raquel	tinha <u>apeli:do</u> né
07	Isis	<u>nossa</u> , <u>muito</u> demais, e isso me fazia muito mal

08		porque eu era praticamente a única
09	Raquel	uhum
10	Isis	aí eu comecei a fazer dieta e <u>nunca</u> que dava
11		certo mas aí chegou um tempo quando eu fiz mais
12		ou menos 14 anos que eu comecei <u>firme</u> (.) aí
13		emagreci
14	Raquel	firme na dieta?
15	Isis	isso, na dieta
16	Raquel	academia ainda
17	Isis	nada ainda (.) já vou contar tudo, ti:po, desde o
18		comecinho ((risos))

A partir da primeira linha, ela introduz o resumo: dieta eu já começo desde novinha porque eu sempre fui muito gordinha só que aí eu: era muito zuada no colégio, enquadrando sua história como uma narrativa sobre dieta condicionada ao fato dela sempre ter sido uma pessoa acima do peso e criticada pelos colegas. Isis teria saído de uma infância ‘gordinha’ e já preocupada com certo controle alimentar rodeada por frustrações, seguindo para uma adolescência na qual ela decide de fato fazer uma dieta mais firme (linhas 12 e 13). As orientações indicam o período de início da dieta:

- já começo desde novinha
- quando eu fiz mais ou menos 14 anos

A motivação para a prática da dieta está elaborada a partir da mesma ideia de causalidade da narrativa de Hanna: a obesidade. Porém, Isis introduz outra relação de causa e efeito: a repressão que sofria por parte dos seus colegas de escola. Enquanto Hanna oscila entre demonstrar preocupação ou não com um possível julgamento das pessoas do seu convívio social, Isis condiciona o início da dieta diretamente à opinião daqueles ao seu redor, buscando “fugir” da imagem estigmatizada que ela apresentava.

Isis também se constrói agentivamente ao descrever sua decisão em começar uma dieta:

- eu comecei a fazer dieta
- eu comecei firme

Todavia, cabe ressaltar que, assim como Hanna, Isis estava cercada por uma situação de constrangimento social a qual ela mesma coloca como um estímulo para a decisão de mudar seu corpo e sua alimentação. Ela inicialmente condiciona a prática da dieta a uma imposição causada pela situação, principalmente porque ela afirma que sofria com julgamentos por estar acima do peso (era muito

zoada no colégio). Entretanto, suas formulações discursivas enfatizam uma escolha pessoal, passando uma ideia de decisão, determinação e força de vontade em mudar a situação que lhe causava constrangimento.

- **Diana**

Após a indicação de uma amiga para entrevistar Diana, conversamos pelo *WhatsApp* para agendar o dia da entrevista. Alguns dias depois, nos encontramos no campus da universidade frequentada por Diana e demos início à entrevista. Primeiramente, Diana me contava sobre sua infância e como ela era uma menina magra que não possuía preocupação direta com a regulação da alimentação. Até que chegou um momento no qual a situação se inverteu e a inquietação acerca do corpo e da comida começou a fazer parte da vida de Diana. O excerto abaixo foi retirado do momento da entrevista em que Diana começa a narrar essa mudança:

Excerto 3

01	Diana	só que com <u>dezessete</u> anos eu descobri que tinha
02		problema de <u>tireoide</u> (.) e aí nessa época eu
03		engordei <u>muito</u> , eu lembro que eu passei , e
04		passei de <u>cinquenta</u> e cinco quilos para setenta
05		quilos
06	Raquel	cara:mba, quanto tempo isso
07	Diana	em um mês e meio
08	Raquel	sério?
09	Diana	e foi tipo assim a <u>morte</u> pra mim, porque eu
10		sempre fui uma pessoa assim, eu era tipo
11		sequíssima, era super magrinha, não sei o que nã
12		nã nã, e nessa época foi assim, tava redonda e
13		boa parte disso era retenção líquida (.) e
14		assim, eu <u>nunca</u> fui, até, até esse ponto eu eu
15		sempre comi de tudo, nunca tive restrição
16		alimentar nenhuma, sempre comi (.) assi:m
17		(.)nunca me: me: limitei a comer nada entendeu?
18		mas aí <u>quando</u> eu entrei nessa fase eu, foi uma
19		fase que assim, pô: dezessete a:nos, você tem
20		uma preocupação maior com a aparência, tem uma
21		preocupação maior em estar bem né:, e
22	Raquel	[idade complicada né
23	Diana	é uma
24		idade] é, exatamente. e eu fiquei muito mal
25		assim nessa época e aí: eu, meus irmãos me
26		zoavam, me chamavam de gordi:nha, meu pai as
27		vezes fazia uma piadi:nha, porque meus irmãos
28		são super secos, super malhados, é: eu tive
29		problema com a minha vó:, porque minha vó ela é

30		toda preocupada com moda, com, com magreza,
31		com, ela é muito vaidosa, então assim, ela
32		sempre me passou isso, ela me as dava revistas
33		de moda, me dava tudo assim pra eu [ficar
34	Raquel	aí] de
35		repente você:
36	Diana	é: e não eu, e quando eu tive esse problema eu
37		já não me encaixava mais naquele perfil de
38		modelo europeia que ela me dava, entendeu, então
39		foi assim um problema porque ela falava "você
40		tem que fazer uma dieti:nha" e aquilo me
41		machucava muito ouvir aquilo sabe
42	Raquel	com certeza
43	Diana	era, foi difícil pra mim

Como nesse momento da entrevista Diana começa a contar a transformação ocorrida no rumo de sua história de vida, o resumo está representado pela frase: com dezessete anos eu descobri que tinha problema de tireoide (.) e aí nessa época eu engordei muito, assim podemos ter uma noção geral sobre a que se refere o problema narrado. O marco da mudança, e conseqüentemente do início da prática da dieta, foi, assim como nas outras narrativas, a adolescência, destacado através da orientação:

- com dezessete anos.
- e aí nessa época

Olhando para a relação de causa e efeito, a narrativa de Diana se diferencia um pouco das anteriores. O estímulo inicial para a preocupação com a alimentação foi o ganho de peso causado pelo problema na tireoide. Assim, iniciar um processo de emagrecimento devido a um problema patológico que culminou no aumento indesejado do peso não só garante uma justificativa socialmente aceitável da história com a dieta, como também evita qualquer rótulo de pessoa sem autocontrole que poderia se conferido à Diana por ela ter engordado. Outras motivações são apresentadas para construir a consistência da narrativa e suas justificativas não se limitam a preocupações com a saúde. Os motivos que ela aponta estão mais diretamente relacionados ao olhar do outro: a preocupação com a aparência comumente relacionada à adolescência pelo julgamento amigos; a comparação com os irmãos 'malhados'; a pressão da avó preocupada com a estética.

Diana sujeita a ação de iniciar uma restrição alimentar a uma condição além da sua vontade, um problema de saúde; ela não é a agente dessa ação. Podemos

observar que ela sequer utiliza estruturas como “eu comecei a dieta” ou “eu iniciei a dieta”. Na verdade, ela narra ações realizadas no passado, antes da doença:

- até esse ponto eu eu sempre comi de tudo
- nunca tive restrição alimentar nenhuma
- nunca me: me: limitei a comer nada

Através dessas ações positivas do passado é possível entender que após os dezessete anos, Diana não comia mais os alimentos sem certo tipo de controle, além de praticar uma restrição alimentar. Essas formulações discursivas de Diana intensificam a sua posição passiva diante da doença, do controle alimentar e dos decorrentes problemas surgidos devido à prática da dieta, como veremos na análise da seção 6.2.

- **Talita**

O próximo excerto foi retirado do início da entrevista com Talita. Anteriormente, nós estávamos numa conversa informal sobre alimentação e rede sociais, entre colegas e sem a presença do gravador. Durante a conversa, Talita começou a me contar como havia passado por situações complicadas com a alimentação. Assim, expliquei minha pesquisa a ela e ela se dispôs a participar. Logo, iniciamos a entrevista já abordando diretamente o tema dieta.

Excerto 4

01	Raquel	Talita começa me contando sua história com a dieta
02		quando você começou a fazer porque: você começou a
03		fazer
04	Talita	então eu comecei a fazer quando eu entrei para
05		nutrição porque eu caí naquele discurso de que
06		nutricionista tem quem ser magro que nutricionista
07		gordo não tem muita validade:de aquela coisa toda que
08		infelizmente a gente escuta porque existe
09		
10	Raquel	uhum
11	Talita	e: e foi como eu falei foi um dos gatilhos para
12		isso (.) e um outro gatilho também foi a questão de
13		autoestima de me comparar com outras pessoas e como
14		eu estava um pouquinho não estava obesa nem nada
15		disso mas estava um pouquinho cheinha
16		
17	Raquel	uhum

18	Talita	uma gordurinha aqui do lado
19	Raquel	você tava achando que [tava
20	Talita	não tava satisfeita]e aí
21		não tive limites porque eu sou assim oito ou
22		oitenta

A narrativa de Talita é interessante, pois também se diferencia quanto a motivação inicial da dieta (assim como Diana). Além disso, ela não fornece uma idade específica. A orientação é dada a partir de um período da vida:

- quando eu entrei para nutrição.

Como Talita relaciona o início da dieta à entrada na universidade, também podemos associar com uma fase mais tardia da adolescência/início da juventude, por volta dos 18 – 21 anos. Tal orientação está inserida no resumo da história que se estende da linha 1 até a linha 7. Dentro do próprio resumo também é possível destacar a primeira relação de causa e efeito que sustenta a escolha de começar uma dieta: um suposto discurso estigmatizante do nutricionista acima do peso. Sendo assim, a busca pelo emagrecimento se torna coerente à medida que Talita precisa adquirir uma aparência “condizente” com sua profissão para ser bem sucedida e aceita no meio de trabalho.

Assim como Diana, Talita inicialmente profere falas menos agentivas sobre a ação de praticar uma dieta; ela se mostra condicionada a um macrodiscurso de que profissional da nutrição precisa ser uma pessoa magra. Observamos isto pela própria escolha verbal “eu caí” empregada na frase *eu caí* naquele discurso. A preocupação de Talita em não ser uma nutricionista acima do peso encontra-se embasada pela literatura, sendo importante entendermos a relação entre o nutricionista e seu peso (em quilos) para compreender melhor o desenvolvimento da narrativa de Talita.

Araújo et al (2015) desenvolveram um estudo no qual analisaram narrativas de 11 nutricionistas mulheres com obesidade a fim de descobrir como essa condição física afetava a relação delas com o trabalho. Os resultados apontam para experiências de estigma e sofrimento no trabalho (principalmente no campo da nutrição clínica), além de comprometimento da saúde física e mental dessas nutricionistas. Sendo assim, a obesidade é apresentada “como uma deformidade

que não cabe na profissão” (Araújo et al, 2015, p.578). Essas reflexões conversam com as preocupações apresentadas por Diana em relação a sua profissão.

Posteriormente, Talita muda um pouco esse processo agentivo ao destacar não possuir uma autoestima “forte” o suficiente para permanecer da maneira que estava. Assim a ação de se comparar com os outros foi também uma motivação pessoal para buscar a dieta:

- um outro gatilho também foi a questão de autoestima
- me comparar com outras pessoas
- não tava satisfeita

6.1.1 Considerações parciais

De maneira geral, os quatro excertos analisados marcam não apenas o início da dieta, mas também da construção do sofrimento, quase sempre indicando uma condição estigmatizante do corpo. As situações que impulsionaram a decisão ou a condição da mudança na alimentação estão voltadas tanto a problemas de saúde quanto julgamentos e constrangimentos sociais. A tabela abaixo exemplifica as formulações discursivas que caracterizam a motivação inicial construída através do sofrimento:

	Motivações		
Hanna	eu sempre sofri com a obesidade		
Isis	sempre fui muito gordinha	era muito zoada	
Diana	eu engordei muito	meus irmãos me zoavam	minha avó dizia “precisa fazer uma dietinha hein”
Talita	caí naquele discurso de que nutricionista tem que ser magra	estava um pouquinho cheinha	

É possível observar como uma circunstância desfavorável é construída como justificativa para a “entrada” na dieta. Todas as situações iniciais das quatro entrevistadas remetem a uma mesma condição de estigma: o corpo acima do peso

“ideal”. Hanna se enquadra como obesa, enquanto Isis e Diana se identificam como “gorda” e Talita como “cheinha”. Essas caracterizações são diretamente relacionadas a um ponto negativo. Hanna não diz apenas que estava obesa, ela acrescenta o verbo “sofrer”; Isis e Diana trazem a desaprovação de outras pessoas; Talita destaca uma imposição social sobre sua profissão. Assim, todas elas se enquadram num perfil muito similar, identificado como “fora do padrão”.

As motivações ganham maior peso dramático através de avaliações. É relevante notar como todas as participantes introduzem avaliações negativas sobre elas mesmas e sobre a época na qual se encontravam fora de um padrão de corpo. Assim, a próxima tabela traz essas avaliações a fim de fundamentar com mais clareza e consistência as ponderações sobre esses inícios de narrativa:

	Avaliações		
Hanna	claro que adolescente sempre pensa no que os outros vão pensar	isso me incomodava, o que os outros iam pensar	
Isis	me fazia muito mal		nunca que dava certo
Diana	foi a morte pra mim	fiquei muito mal	me machucava muito ouvir aquilo
Talita	não estava satisfeita		não tive limites porque eu sou assim ou oito ou oitenta

Podemos compreender que a entrada na dieta buscava inicialmente uma tentativa de se livrar de uma identidade estigmatizante. Como já argumentado através de fundamentos teóricos e da contextualização dos discursos vinculados pela mídia, a magreza está socialmente associada a “ser normal” (Contreras & Garcia, 2011; Santos, 2008); qualquer desvio dessa norma possui potencial para gerar constrangimentos e marginalizações. As avaliações das entrevistadas apontam justamente para essa reflexão. Essas avaliações são centralmente voltadas para o sentimento de vergonha, insatisfação, dor e falta de autocontrole. Para visualizar melhor as motivações das entrevistadas, podemos pensar numa relação de comparação do perfil “antes” e “depois”, muito comum em exemplos de emagrecimento. Durante a análise, foi destacado como as narrativas estão situadas no passado, mostrando as orientações (Labov, 1972) da história,

principalmente na infância e adolescência. No quadro da motivação, é possível observar também como todos os verbos estão no passado, enquadrando as participantes no perfil de “antes”.

Para Granberg (2011) um processo de “saída do estigma” aponta para uma tentativa de se desvincular das características socialmente estigmatizadas, buscando alcançar um “possível self” detentor de atributos vistos como normais. Goffman (1975) entende que existe, para alguns estigmatizados, a possibilidade de “corrigir” um atributo estigmatizador mediante tratamentos específicos. Esse primeiro momento narrativo das participantes aponta para essa possibilidade de “correção”. Se elas sinalizam o ganho de peso como algo ruim e como motivação inicial para procurar uma mudança nos seus hábitos, a dieta forneceria então a possibilidade de alcançar o perfil magro. Assim, como discutido por Granberg (2011), as participantes começam a dieta com uma idealização de como será o seu “depois” (baseado no perfil antes e depois). As avaliações negativas enfatizam uma ideia de que após adquirir a “nova” forma física do corpo, as respostas sociais durante as interações cotidianas serão mais positivas.

Apesar das situações de sofrimentos destacadas pelas participantes devido aos julgamentos sociais e/ou a um problema de saúde, vimos que elas apresentam falas tanto mais agentivas quanto menos agentivas. Em geral, as falas mais agentivas remetem às tomadas de decisões. Assim, como discutido por Asad (2000) e Piccardi (2016), o processo do sofrimento pode ser identificado como um forte estímulo para “assumir a agência” e modificar sua própria condição. Até mesmo Diana que elabora sua narrativa de maneira mais passiva, quando comparada às outras, devido aos transtornos e doenças, discursivamente se apresenta mais agentiva ao falar sobre seus hábitos alimentares e a prática da atividade física, como pode ser visualizado mais detalhadamente nas próximas seções.

6.2 A jornada e o sofrimento

Os excertos que seguem nesta seção foram retirados de momentos diversos das quatro entrevistas escolhidas para este capítulo, atendendo aos critérios principais de desenvolvimento da ação complicadora e presença de avaliação. O objetivo da seleção é apresentar os passos que sucedem a decisão de iniciar uma dieta, ressaltando as dificuldades e os sentimentos atuantes na elaboração discursiva do sofrimento pelas participantes e na construção cíclica da narrativa. Os dados são analisados partindo inicialmente do movimento narrativo da protagonista (progressão, regressão e estabilidade) seguindo a estrutura proposta por Gergen & Gergen (1986; 1988).

Ao seguir tal estrutura precisamos retomar o entendimento de que nessas narrativas sobre dieta o ponto central da história é entendido aqui como o emagrecimento, como vimos na seção anterior através da apresentação da motivação das participantes. Assim, a perda de peso será entendida como um movimento de *progressão*, qualquer ação que contribua para o ganho de peso ou para uma dificuldade em emagrecer será caracterizada como *regressão*, e quando os eventos permitem a manutenção do peso, *estabilidade*. A observação da presença da categoria avaliação auxilia na compreensão de como as participantes avaliam suas próprias escolhas e ações durante a prática da dieta e de que maneira o sofrimento aparece (ou não aparece) nesses processos discursivos de “autojulgamento”. Por fim, é importante olhar também para alguns momentos interacionais, buscando ressaltar como os significados são coconstruídos e compartilhados, o que contribui para o surgimento de narrativas com características de “confissão”.

- **Hanna**

A narrativa analisada abaixo traz a continuação da história de Hanna e, para fins de contextualização, retomo também o excerto 1 da seção anterior:

Excerto 5

01	Hanna	e eu sempre sofri (.) com a obesidade (.) desde
02		pequenini:nha, mas também nunca liguei pro que os
03		outros pensa:vam, pro que os outros achavam, e a
04		minha decisão desde pequena quando eu, quando eu
05		comecei na adolescência(.) claro que adolescente
06		sempre pensa no que os outros vão pensar né, mas
07		sempre foi mais a saúde (.) eu:, naque - naquela
08		época de adolescente isso me incomodava (.) o que
09		os outros iam achar (.) mas isso só com uns 15
10		a:nos [mais ou menos
11	Raquel	com relação a seu corpo]
12	Hanna	com relação ao meu corpo (.) mas aí fui e emagreci,
13		depois eu engordei de novo porque: é fato, não
14		consigo parar de comer ((risos)) mas eu vi: que
15		isso tava fazendo mal pra minha saúde (.) tipo
16		assim, eu não cheguei a uma obesidade extrema, mas
17		o sobrepeso já fazia mal. eu já tava num sobrepeso
18		de obesidade de: de grau 1 que eles dizem né, que é
19		aquela primeira antes de chegar na obesidade
20		propriamente dita

Partindo da perspectiva laboviana, esse excerto apresenta uma sequência de estruturas no passado que o enquadra como parte da ação complicadora:

- eu comecei na adolescência
- aí fui e emagreci
- eu engordei de novo
- mas eu vi: que isso tava fazendo mal
- eu não cheguei a uma obesidade extrema

Essa sequência de ações nos fornece suporte para a análise baseada na estrutura sugerida por Gergen & Gergen (1986; 1988). Hanna elabora em primeiro lugar um movimento de progressão ao começar a dieta e conseguir emagrecer, tendo em vista sua infância e adolescência numa condição entendida por ela como desfavorável (de obesidade). Tal processo é seguido de uma rápida regressão, pois ela engorda novamente. Esse primeiro movimento de progressão e regressão marca o início do processo que foi discutido como cíclico, ou seja, um “vai e vem” na construção da história, repetido diversas vezes na entrevista com Hanna, assim como nas outras entrevistas.

Talvez para justificar essa mudança tão rápida entre emagrecer e engordar, Hanna acrescenta e enfatiza a condição de ser uma pessoa que não consegue parar de comer: porque: é fato, não consigo parar de comer (linha 2). Essa avaliação garante o aspecto dramático e a construção do sofrimento, pois

intensifica uma dificuldade vivenciada por Hanna: emagrecer envolveria privação do alimento e para Hanna essa seria uma atitude que beira o impossível. Por outro lado, ela aponta a falta de controle alimentar como causadora de problemas em sua saúde, ou seja, o sobrepeso (linhas 16-18). Assim, Hanna elabora uma situação na qual ela se encontra presa entre duas formas de sofrimento: por um lado, ela poderia continuar comendo sem restrições, mas precisando lidar com o sofrimento fisiológico e social da obesidade e, por outro lado, ela poderia realizar um controle mais rigoroso da alimentação, mas enfrentando as possíveis consequências pessoais e psicológicas do processo.

Durante outro momento da entrevista, Hanna reforça um lado negativo do processo da dieta e também repete o movimento de “vai e vem” se referindo a outro momento de sua vida em que ela decidiu retomar a dieta, como observado no excerto abaixo:

Excerto 6

01	Hanna	porque quando a gente começa a a a <u>moldar</u> o nosso
02		corpo pra uma maneira que a gente acha que tá <u>bom</u>
03		(.) a gente começa a ficar obsessiva. eu comecei
04		tem: quatro meses vai fazer cinco agora na academia
05		(.) e eu perdi: em torno de seis quilos, porém no
06		decorrer de um mês pra cá eu relaxei um pouco da
07		academia e ganhei dois (.) aí: eu comecei a entrar
08		em <u>surto</u>
09	Raquel	[então:
10	Hanna	e: voltei] pra dieta de novo
11		de restrição, mas não: o <u>total</u> de alimentação né. uma
12		<u>reeducação</u> alimentar
13	Raquel	diferente da dieta
14	Hanna	é totalmente diferente da dieta ela ela é uma coisa
15		que o nome dieta é uma coisa que assusta né

Novamente, uma sequência de ações no passado pode ser observada:

- eu comecei tem: quatro meses
- e eu perdi: em torno de seis quilos
- eu relaxei um pouco
- ganhei dois
- eu comecei a entrar em surto
- voltei] pra dieta

Hanna atualiza sua narrativa tendo o tempo presente como referência (eu comecei tem: quatro meses) fato que nos fornece o primeiro indício discursivo de que esse processo de dieta ainda está em andamento. Na linha 5, a frase perdi em torno de seis quilos aponta para um movimento crescente e positivo da protagonista através da ação de perder peso, ou seja, uma progressão. Assim como no excerto anterior, a progressão é procedida de uma regressão caracterizada pelo ganho de peso (linhas 6 e 7) e Hanna atribui o fato de engordar ao que ela entende como um “desleixe”.

Este excerto também está todo desenvolvido ao redor de avaliações negativas da própria narradora que contribuem discursivamente para seu sofrimento. Se no primeiro momento de sua história de vida ela declara sofrer com o peso social de ser gorda, neste segundo momento ela enfatiza uma consequência compreendida como inevitável na tentativa de moldar o corpo: ficar obsessiva (linha 3). Assim, além de alegar enfrentar uma luta contra a balança e contra o julgamento social, Hanna destaca as implicações psicológicas do processo de engordar e da tentativa constante de permanecer magra, reforçada pela avaliação eu comecei a entrar em surto. O sofrimento também está construído através da própria repetição do movimento de progressão e regressão que desempenha um papel no envolvimento dramático da narrativa, introduzindo sempre uma nova relação de causalidade que sustenta o começo da dieta de forma coerente.

No início da história de Hanna, ainda no excerto 1 (seção 6.1), ela apresentava a obesidade como uma condição “dada”, ou seja, uma patologia presente em sua vida desde a infância, sem apontar as circunstâncias que poderiam ter levado a esse quadro. Porém, nos excertos 5 e 6, Hanna desenvolve falas indicadoras de uma culpabilização individual, com formulações discursivas mais agentivas sobre esse processo:

- eu engordei de novo porque: é fato, não consigo parar de comer (excerto 5 - linha)
- no decorrer de um mês pra cá eu relaxei um pouco da academia e ganhei dois (excerto 6 - linha)

O excerto é finalizado pela decisão de retomar a dieta: e: voltei pra dieta de novo de restrição o que seria um segundo indício da continuidade

da dieta no tempo presente, ou seja, no momento da entrevista. Entretanto, essa seria uma dieta diferente, chamada por Hanna de reeducação alimentar, que no entendimento dela não restringe tantos alimentos quanto na dieta “tradicional”, seguida por uma avaliação extremamente negativa sobre a dieta: o nome dieta é uma coisa que assusta né. É importante ressaltar o meu envolvimento na história de Hanna principalmente na parte em questão, pois me alinho ao pensamento dela ao afirmar que a dieta se diferencia da reeducação alimentar, proporcionando uma resposta positiva à mudança de Hanna. Assim, eu realizo uma avaliação sobre o processo que é confirmada por Hanna. Em outros momentos da narrativa a minha participação é mais curta, mas sempre dando continuidade as próprias ideias de Hanna, ratificando suas falas e atuando como uma ouvinte não apenas envolvida na história, mas também como uma ouvinte que compreende o que está sendo contado.

- **Isis**

No início da entrevista com Isis (ver seção 6.1) ela contava como desde pequena teve uma relação conturbada com a dieta, nas palavras dela, a dieta “nunca que dava certo”. Até que por volta dos 14 anos ela começou a emagrecer pela decisão de “pegar firme”. O excerto abaixo diz respeito a esse primeiro momento de emagrecimento:

Excerto 7

01	Isis	aí: eu: comecei a fazer dieta certinho, emagreci,
02		fiquei bem magrinha (.) aí comecei a malhar
03		também, mas a fazer mais é: funcional, essas
04		coisas de jump, pump, essas coisinhas, porque eu
05		era novinha também
06	Raquel	uhum
07	Isis	não podia malhar, aí eu conquistei mais ou menos
08		um corpo mane:iro, só que não tava suficiente só
09		que eu fiquei bastante tempo assim

Seguindo a estrutura laboviana, Isis apresenta uma sequência de fatos indicadores da ação complicadora:

- eu: comecei a fazer dieta
- emagreci
- comecei a malhar

- eu conquistei mais ou menos um corpo mane:iro

Isis segue a mesma estrutura narrativa de progressão ao sair da condição de pessoa acima do peso e conseguir emagrecer através da dieta, com o auxílio da atividade física. Todavia, ela explica não estar satisfeita com o resultado (não tava suficiente), apontando assim para o início de um movimento de regressão. É interessante notar que essa narrativa possui um longo período de estabilidade, pois mesmo estando insatisfeita, Isis continuou com o corpo dessa forma durante muito tempo (linhas 8 e 9). Entretanto, essa estabilidade não aparece com uma conotação positiva, com um sentido de controle ou solidez; pelo contrário, é um período avaliado como ruim e indesejável.

Através da avaliação não tava suficiente, Isis formula uma concepção idealizada de corpo, tendo em vista que se o corpo não estava suficiente, supõe-se a existência de um padrão considerado satisfatório, confirmado também por outra avaliação: conquistei mais ou menos um corpo maneiro. Não era a forma do corpo apropriada, mas sim uma forma temporariamente aceitável. Esse julgamento negativo de Isis sobre sua aparência é interessante, pois leva a reflexão de que talvez o emagrecimento e/ou a preocupação com a saúde sejam o objetivo e a motivação inicial para praticar uma dieta, mas não são os condicionantes que levam a continuidade do processo, pois Isis já havia conseguido emagrecer.

Como ouvinte da história, eu apenas ratifico as falas de Isis através de expressões como “uhum”, indicando meu envolvimento e abrindo espaço para que ela dê prosseguimento a sua narrativa, como observado na linha 6. Esse posicionamento de concordar com Isis ocorre durante toda nossa entrevista, assim eu possuo falas muito mais curtas e Isis ser encarrega de conduzir turnos bem mais longos.

Num outro momento da entrevista, após conversarmos um pouco mais sobre o início de um relacionamento de Isis e como seu namorado a incentivava na prática de atividades físicas, principalmente a musculação, mas ela não tinha muito interesse nessa prática. Após o término de seu relacionamento, Isis decide retomar a dieta e iniciar por conta própria a musculação. Essa nova fase é narrada no excerto abaixo:

Excerto 8

01	Isis	eu falei "cara, eu vou ficar a: <u>gostosa</u> , eu quero
02		ficar a: <u>sarada</u> "
03	Raquel	(risos)
04	Isis	"quero ficar <u>top</u> das tops" ((risos)) aí eu comecei a
05		<u>malhar</u> (.) malhar <u>firme</u> mesmo, só que eu comia só
06		besteira, só besteira
07	Raquel	uhum
08	Isis	e aí: eu u conheci umas pesso - tipo assim eu
09		conhecia pessoas que faziam dieta, na faculdade por
10		exemplo
11	Raquel	uhum
12	Isis	aí eu: falei po isso é legal:, não sei o que, aí eu
13		comecei a fazer: dieta com nutricionista, mais de
14		um ano já (.)e eu con conquistei um corpo: <u>decente</u>
15		(.) vamos dizer assim, pra mim.
16	Raquel	((risos))pra você(.) você se sentiu <u>bem</u> , né?
17	Isis	<u>i</u> :sso, exatamente, eu tava começando a ficar do
18		<u>jeito</u> que eu <u>queria</u>
19	Raquel	uhum
20	Isis	só que aí:, chegou um tempo que eu <u>estagnei</u> e: não
21		tava suficiente pra mim. aí eu conheci ou:tros,
22		conheci coach como diz hoje em dia
23	Raquel	coach, aham
24	Isis	que não é nutricionista, mas eles passam die:ta,
25		passam treino, aí eu comecei a fazer só que eu sou
26		<u>péssima</u> pra seguir dieta, eu <u>sempre</u> fujo da dieta,
27		<u>sempre</u>

Nesse novo episódio com a dieta, Isis sequencia uma série de ações no passado:

- eu falei
- aí eu comecei a malhar
- eu conheci
- eu comecei a fazer dieta com nutricionista
- eu conquistei
- eu estagnei
- eu conheci
- eu comecei a fazer

Essas ações ordenam o passo a passo de sua nova decisão de retomar a dieta. Primeiro, Isis lança mão da sua própria fala reportada (linhas 1, 2 e 4), uma estratégia discursiva para intensificar sua decisão e o ponto de sua história (Tannen, 2007). Ela explica também que nesse novo momento com a dieta e com a atividade física, seu objetivo não era apenas ser magra, mas ter um corpo identificado como "malhado". Em seguida, vários eventos positivos vão sendo sequenciados, atribuindo a estes acontecimentos um movimento de progressão

representado pelo sucesso da personagem rumo ao seu novo objetivo: ela começou a malhar, começou a fazer dieta e conquistou, dessa vez, um “corpo melhor”. Isis avalia esse seu “novo corpo” mais positivamente (conquistei um corpo: decente), mas parece ainda não ser o ideal.

Além disso, o corpo é classificado como decente para ela, sugerindo, talvez, que para outras pessoas seu corpo ainda não estivesse dentro de um padrão certo para ser qualificada como uma “mulher sarada”. Numa conversa com o contexto macrosocial, Isis estaria se referindo a uma nova busca pelo corpo magro e musculoso, no qual a magreza deixa de ser medida apenas pela aparência e passa a ser mensurada também pelo índice de massa magra. Vale ressaltar que esse “corpo musculoso” aplicado à mulher precisa seguir uma noção construída de feminilidade para ser bem aceito socialmente.

Em seguida, Isis descreve um período de estagnação (chegou um tempo que eu estagnei), apontando para uma nova estabilidade em sua história, mas novamente com uma conotação negativa. Buscando mudar o quadro, ela procura outro profissional para auxiliar na dieta (linhas 5 e 6). Por outro lado, este também pode ser interpretado como um movimento de regressão em sua história, visto que “estagnar” pode ser entendido como não continuar emagrecendo.

Isis escolhe recomeçar com outro profissional, porém ela não consegue “se manter” em uma dieta. Assim, ela introduz algumas avaliações que explicam o seu “insucesso” e dão suporte ao sentido circular da narrativa, pois partindo desse raciocínio, se Isis nunca consegue seguir a dieta até o fim, significa que a todo o momento ela necessita recomeçar e passar por restrições e frustrações mais uma vez. As principais avaliações negativas são:

- sou péssima pra seguir dieta
- eu sempre fujo da dieta, sempre

No excerto que segue, Isis realiza uma avaliação sobre a sua decisão/motivação de fazer uma dieta:

Excerto 9

01	Isis	eu me sinto um pouco mal as vezes porque tipo, é um pouco superficial (.) mas e eu a minha vida inteira eu fui <u>gorda</u> (.) entendeu? eu fui <u>zoad</u> a, fui tipo ridicularizada, [e agora]
02		
03		
04		
05	Raquel	[Na infância, na adolescên:cia]
06	Isis	i:sso, e agora que eu tô conseguindo:, tipo: ser vista de outra maneira, eu quero ser <u>vista</u> melhora:ndo, só: melhora:ndo
07		
08		

Ela introduz uma avaliação negativa sobre como ela se sente em relação a busca pelo corpo desejado: eu me sinto um pouco mal as vezes porque tipo, é um pouco superficial. Mas essa avaliação é seguida por explicações marcadas por paralelismos sintáticos, pela repetição do “fui”, enfatizando as ações depreciativas referentes à quando Isis estava gorda:

- mas e eu a minha vida inteira eu fui gorda (.) entendeu?
- eu fui zoada,
- fui tipo ridicularizada.

As repetições contribuem para dar sentido ao ponto da história de Isis (Labov, 1972; Tannen, 2007) além de atuar no envolvimento dramático, ratificado por mim ao dar continuidade à narrativa de Isis: Na infância, na adolescên:cia. Além disso, ao retomar essas situações entendidas como constrangedoras de sua vida, Isis intensifica discursivamente o sofrimento e apresenta uma relação aceitável de causa e efeito para sustentar a justificativa de permanecer num controle rigoroso da alimentação. Afinal, uma pessoa estigmatizada provavelmente buscará maneiras de se desvincular da característica estigmatizante (Goffman, 1975). Nesse excerto temos também o primeiro indício discursivo de que o processo da dieta é constante, destituído de um momento concreto no qual possa ser finalizado: eu quero ser vista melhora:ndo, só: melhora:ndo.

- **Diana**

Para discutir o prosseguimento da narrativa de Diana com mais clareza, precisamos retomar ao início de sua história contada na seção anterior. Assim, resgato parte do excerto 3 da seção 6.1:

Excerto 10

01	Diana	só que com <u>dezesete</u> anos eu descobri que tinha
02		problema de <u>tireoide</u> (.) e aí nessa época eu
03		engordei <u>muito</u> , eu lembro que eu passei , e
04		passei de <u>cinquenta e cinco</u> quilos para setenta
05		quilos
06	Raquel	cara:mba, quanto tempo isso
07	Diana	em um mês e meio
08	Raquel	<u>sé:rio</u>
09	Diana	e foi tipo assim a <u>morte</u> pra mim, porque eu
10		sempre fui uma pessoa assim, eu era tipo
11		sequíssima, era super magrinha, não sei o que nã
12		nã nã, e nessa época foi assim, tava redonda e
13		boa parte disso era retenção líquida (.) e
14		assim, eu <u>nunca</u> fui, até, até esse ponto eu eu
15		sempre comi de tudo, nunca tive restrição
16		alimentar nenhuma, sempre comi (.) assi:m
17		(.)nunca me: me: limitei a comer nada entendeu?
18		mas aí <u>quando</u> eu entrei nessa fase eu, foi uma
19		fase que assim, pô: dezessete a:nos, você tem
20		uma preocupação maior com a aparência, tem uma
21		preocupação maior em estar bem né:, e
22	Raquel	[idade complicada né

Diferentemente de Hanna e Isis, Diana inicia sua história com um movimento de regressão, pois ela saiu de uma infância magra e despreocupada para uma adolescência “mais gorda” e cercada por cobranças sociais. A descoberta do problema de tireoide não só introduz a narrativa como também contribui para a construção do sofrimento atrelado a avaliações extremamente negativas referentes a essa fase:

- eu engordei muito
- foi a morte pra mim
- tava redonda

Além disso, Diana enfatiza o processo ao destacar exatamente quantos quilos ela ganhou: passei de cinquenta e cinco quilos para setenta quilos. Esse aumento de 15 quilos num curto período de tempo embasa a preocupação de Diana que poderia ser inicialmente vista como exagerada. Cabe ressaltar que eu me posicionei com avaliações que demonstram surpresa e legitimam a preocupação de Diana:

- cara:mba, quanto tempo isso
- sé:rio

Como discutido anteriormente, Diana não lança mão de frases comumente usadas pelas outras entrevistadas, como por exemplo, “eu comecei a dieta”; a

ideia desse início da dieta está representada de maneira indireta. O problema com a tireoide a fez engordar de uma forma tal que a causou muito mal e assim ela começou a regular sua alimentação tanto para controlar o problema de saúde quanto para voltar a adquirir o corpo magro, o que pode ser inferido pela explicação:

- até esse ponto eu eu sempre comi de tudo, nunca tive restrição alimentar nenhuma, sempre comi (.) assim (.)nunca me: me: limitei a comer nada entendeu?

A marcação temporal “até esse ponto” se refere ao momento da descoberta do problema, logo, é a partir desse momento que ela inicia uma restrição alimentar. Na narrativa de Diana é difícil identificar através de estruturas específicas o movimento de regressão e progressão justamente por ser uma narrativa toda construída por avaliações extremamente negativas e pelas ideias de sofrimento e aprisionamento. Assim, sua história não é seguida por acontecimentos que “obedecem” a uma regra temporal como “eu emagreci, depois engordei, aí estagnei”. Essa construção conversa com a discussão da estrutura desordenada das narrativas sobre doenças e das histórias de sofrimento por refletirem o aspecto caótico do corpo que sofre. Por outro lado, mantendo o pensamento do emagrecimento como o ponto a ser alcançado, Diana teria caminhado para um movimento de progressão visto que, mesmo apresentando suas aflições, ela conseguiu emagrecer (próximo excerto).

Após narrar esse primeiro momento, demos prosseguimento a conversa com Diana contando mais sobre as dificuldades e tristezas que enfrentou por ter engordado, principalmente em relação a como ela mesma se identificava. Entretanto, ela não contou exatamente como foi o primeiro emagrecimento, mas no próximo excerto observamos a sequência da conversa na qual ela destaca algumas de suas dificuldades e problemas surgidos nesse processo de emagrecimento:

Excerto 11

01	Diana	assim, desde essa época da tireoide eu tinha um
02		problema com a minha autoimagem eu não me <u>aceitava</u>
03		do jeito que eu era
04	Raquel	principalmente quando começou essa mudança

05	Diana	exatamente (.) então assim, eu me via: eu fui
06		diagnostica com transtorno dismórfico corporal que
07		é: uma doença que você se vê de um jeito e: é de
08		outro (.) e aí [nesse meio
09	Raquel	quantos anos] você foi
10		diagnosticada
11	Diana	com vinte: e dois anos
12	Raquel	e nessa época você já estava mais magra
13	Diana	[já estava mais magra
14	Raquel	já estava controlando]
15	Diana	estava mais magra. só que aí: eu eu també:m tudo
16		que eu estou te falando é mega: confidencial,
17		ninguém sabe essas histórias [risos]
18	Raquel	ninguém vai saber que é você [risos]
19	Diana	ninguém sabe mesmo [risos] estou abrindo aqui o
20		coração [porque ninguém sabe essa história
21	Raquel	vamos inverter papel]
22	Diana	é: tipo a a até a Lana mesmo que é minha melhor
23		amiga [ela ((risos))
24	Raquel	a Lana não vai saber] que é sua:
25		((risos)) a Lana não vai ouvir
26	Diana	ma:s é: eu tive um um: problema com bulimia e aí
27		eu comecei a inverter um pouco o quadro, saí da
28		bulimia para entrar numa anorexia porque aí eu
29		faço até hoje um controle (.) psiquiátrico, com
30		médico, e psicóloga, nutricionista, faço controle
31		de tudo
32	Raquel	justamente pra não voltar né
33	Diana	exatamente
34	Raquel	ma:s acho que é sempre esse controle né
35	Diana	é:
36	Raquel	[porque:
37	Diana	é um controle] que tem que fazer sempre

Esse segundo excerto apresenta algumas formulações que localizam a narrativa no passado:

- eu fui diagnostica com transtorno dismórfico corporal
- eu tive um um: problema com bulimia
- eu comecei a inverter um pouco o quadro
- saí da bulimia para entrar numa anorexia

Além disso, existem orientações que indicam o tempo da narrativa:

- desde essa época da tireoide
- com vinte: e dois anos

É interessante notar que novamente, considerando a história como um todo, Diana destaca o momento da descoberta do problema na tireoide como o início dos seus episódios de sofrimento. Essa repetição da mesma orientação em pontos diferentes da narrativa atua no engajamento dramático da história, pois somos

constantemente lembrados que todo o processo não foi simplesmente uma escolha infundada, mas sim uma condição além do controle de Diana. Apesar dessas orientações e construções no passado, Diana também “foge” à estrutura laboviana ao trazer sua história para o presente: aí eu faço até hoje um controle.

Considerando o emagrecimento, Diana já teria alcançado tal objetivo (já estava mais magra). Porém, mesmo após emagrecer, ela não apenas continuou com as restrições na alimentação como também desenvolveu transtornos alimentares como a bulimia e a anorexia (linhas 21-23). Na ideia do movimento narrativo da história, Diana ainda estaria numa fase de regressão, se considerarmos que, como consequência da dieta muito controlada, ela desenvolveu problemas psicológicos e esses problemas, por sua vez, a impediam de continuar estritamente focada no emagrecimento. Com o diagnóstico do transtorno dismórfico corporal, da bulimia e da anorexia, Diana precisava reavaliar suas escolhas alimentares.

O sofrimento, os transtornos alimentares e psicológicos e a noção agência necessitam ser discutidos conjuntamente a fim de analisar a narrativa de Diana como um todo. Primeiramente, Diana explica como era sua relação com sua aparência:

- eu tinha um problema com a minha autoimagem
- eu não me aceitava do jeito que eu era

Em seguida, ocorre um processo de mitigação da agência através da apresentação de um diagnóstico que foi conferido à Diana: eu fui diagnosticada com transtorno dismórfico corporal. Esse diagnóstico atua na explicação dessa relação com a aparência destacada acima, visto que Diana oferece também uma breve explicação sobre o problema: que é: uma doença que você se vê de um jeito e: é de outro

Para fins de contextualização, segue abaixo uma definição do transtorno dismórfico corporal:

[o transtorno dismórfico corporal é] um transtorno relacionado a preocupações com a aparência. Os critérios diagnósticos estabelecidos pelo DMS-IV (APA, 1995) são: preocupação com um defeito imaginado na aparência, e mesmo que haja um mínimo defeito, a preocupação é extremamente acentuada; sofrimento significativo e/ou prejuízo no funcionamento da vida

do indivíduo; [...] As preocupações são mais frequentes em situações sociais, sendo comum esquiva social e tentativas de camuflagem (com maquiagem, roupas, gestos). [...] Sem tratamento médico e psicológico, o TDC persiste por anos, sendo caracterizado como um transtorno crônico e perigoso, com riscos de suicídio. (Moriyama & Amaral, 2007, p.15)

Não é a finalidade desta análise debater sobre as implicações no âmbito patológico, fisiológico e psicológico deste ou qualquer outro transtorno. Todavia, é necessário possuir uma visão geral sobre o que é o transtorno para compreender melhor a narrativa de Diana. Além disso, as mesmas pesquisadoras supracitadas enfatizam que vários autores ao discutirem sobre o transtorno dismórfico corporal “consideram a importância das influências culturais sobre seu desenvolvimento, diante da grande valorização da beleza e aparência física” (idem). Esse é justamente um dos pontos almejados nesta análise: como os discursos que circulam na ordem macrossocial podem interferir e ganhar força a partir das interações micro e cotidianas.

O transtorno corporal desenvolvido por Diana reflete a cobrança social da aparência ideal, o que podemos confirmar ao voltarmos para o início da narrativa quando ela conta que começou a ouvir diversos comentários e piadas depreciativas sobre sua aparência partindo da própria família. Todas essas condições apresentadas por Diana de doença e de humilhação social atuam na construção discursiva do sofrimento. Tais acontecimentos afetaram tanto a sua vida que até os dias de hoje ela precisa realizar acompanhamento clínico. Assim, mais do que construir o sofrimento, o diagnóstico médico retira de Diana a responsabilidade sobre uma preocupação superficial com o corpo e garante a ela uma justificativa aceitável para tal preocupação.

É de extrema importância destacar que há uma intenção de excluir o âmbito psicológico da doença nem mesmo diminuir ou questionar a dor relatada por Diana. Entretanto, ao considerarmos o contexto macrossocial que acusa de fútil e/ou superficial uma mulher que demonstra muita preocupação com o corpo, podemos inferir que possuir um diagnóstico médico opera como um suporte de proteção da própria imagem. Assim, discursivamente, Diana constrói um sentido de causalidade (Linde, 1993) em sua narrativa, fornecendo coerência à sua história com a dieta.

Dando prosseguimento a essa conversa com o micro e o macro, é importante ressaltar o momento da interação entre as linhas 16 a 25 no qual Diana interrompe sua narrativa para destacar a confidencialidade da história em questão. Diana explica que as pessoas ao seu redor não possuem conhecimento da sua condição, nem mesmo sua melhor amiga. Acredito que esse momento interacional traz à luz a relevância social das narrativas que emergem numa entrevista (ver capítulo 5) e a importância da relação entre narrador e ouvinte (ou entrevistadora e entrevistada). Devido às limitações de espaço, não foi possível apresentar toda a entrevista de Diana nesta dissertação, porém, após esse relato “confidencial”, Diana me explica como ela seria mal interpretada em sua profissão (psicóloga) caso as pessoas soubessem de seus transtornos alimentares. Assim, temos a legitimação de um macrodiscurso que estigmatiza indivíduos com problemas de cunho psicológico. Cabe lembrar que Talita também aponta uma estigmatização voltada para o âmbito profissional.

No próximo excerto, Diana nos fornece mais detalhes sobre esse período da sua vida:

Excerto 12

01	Diana	só fui perceber que não era saudável depois, eu
02		ficava três, quatro horas na academia assim ficava
03		de boa, porque eu gostava daquilo, gosto até hoje
04		sabe? não é nenhum esforço pra mim, então: eu tinha
05		esse problema entendeu de: essa medida assim eu
06		compensava muito, tinha muito: as vezes tinha
07		compulsão alimentar e eu tinha que compensar no dia
08		seguinte o que comia, entendeu
09	Raquel	tinha aquele sentimento de culpa depois de comer
10	Diana	muito, muito grande (.) e assim a min- a minha, a
11		bulimia que eu tive não era bulimia de: vo- vômito,
12		nunca vomitei(.) nunca consegui vomitar, mas era
13		uma bulimia de compensação [que
14	Raquel	você tinha] período
15		de restrição muito grande
16	Diana	exatamente, eu ficava, eu já cheguei a ficar <u>vinte</u>
17		e seis horas sem comer
18	Raquel	caramba, sem comer nada nada
19	Diana	nada, nada, nada, só na água

Como comecei a discutir no excerto anterior, os diagnósticos levaram Diana a reavaliar suas ações, o que é confirmado por esse momento da narrativa: só fui perceber que não era saudável depois. Esse excerto está centrado nas

avaliações sobre o período do controle alimentar e sobre o excesso de atividade física que acompanhava essa prática:

- porque eu gostava daquilo, gosto até hoje sabe?
- não é nenhum esforço pra mim
- era uma bulimia de compensação

Outro transtorno que acompanhava a fase da dieta era a compulsão alimentar. Assim, Diana explica que comia em excesso e no dia seguinte precisava compensar através da atividade física. É interessante observar nesse excerto como o sofrimento é construído conjuntamente por Diana e eu. Quando Diana fala sobre a compulsão e compensação, eu me alinho a ela ao dar prosseguimento a sua narrativa: tinha aquele sentimento de culpa depois de comer. Assim, como ouvinte, eu não julgo a atitude de Diana, mas me apresento como compreensiva. O mesmo acontece quando que me encarrego de realizar uma avaliação sobre o evento contado: você tinha período de restrição muito grande. O envolvimento dramático pode ser percebido quando Diana conta como passava horas sem comer e eu ratifico sua fala como uma frase expressando certo “choque” (linha 18). A estratégia de repetição da palavra “nada” também é realizada por nós duas como uma forma de intensificar a situação de sofrimento relatada, além de ratificar a contribuição uma da outra na interação (Tannen, 2007):

- Raquel: sem comer nada nada
- Diana: sem comer nada nada nada

- Talita

Após ingressar no curso de nutrição e sentir o desejo de emagrecer, como detalhado no excerto (seção 6.1), Talita prossegue narrando os próximos passos da sua mudança:

Excerto 13

01	Talita	então eu falei assim “vou emagrecer, vou emagrecer”
02		e em menos de um ano perdi doze quilos de uma forma
03		completamente errada
04	Raquel	perdeu muita coisa
05		é muita coisa (.) fui de sessenta para quarenta e

06		oito só que assim eu ficava tipo assim (.) eu comia
07		mas eu ficava doze horas direto sem comer
08	Raquel	uhum
09	Talita	e o pior é que eu ficava orgulhosa disso tipo
10		assim, o estômago roncando
11	Raquel	[e você não comia.
12	Talita	e eu feliz] não (.)
13		se eu aguentei até agora eu vou aguentar, olha só
14		como eu já tava e todo mundo falando "olha você já
15		emagreceu demais, você pode para por aqui", "você
16		já não tá mais bonita" "você já tá" e [eu nã:
17	Raquel	tô bem, não tô comendo]
18	Talita	isso: é inveja, não sei o que não sei o que, aí eu
19		fiquei um período assim, eu fiquei uns seis meses
20		assim nessa neura comia uma besteira e depois me
21		culpava
22	Raquel	uhum

Nessa narrativa de Talita, algumas estruturas a situam no passado:

- eu falei assim "vou emagrecer, vou emagrecer"
- perdi doze quilos
- eu comia mas eu ficava doze horas direto sem comer

O sentido inicial da narrativa de Talita é a progressão: ela emagreceu (linha 1) através de uma decisão própria, indicada pela fala reportada e pela repetição, muito similar à estratégia de Isis, pois reforça e dá sentido ao evento narrado, conferindo uma ideia de determinação à atitude de Talita: eu falei assim "vou emagrecer, vou emagrecer". Em seguida, ela insere uma avaliação negativa sobre essa mesma ação de emagrecer (de uma forma completamente errada), apontando para a existência de uma maneira correta de buscar o emagrecimento. Nas linhas seguintes, ela explica como ocorreu o emagrecimento e insere outra avaliação: o pior é que eu ficava orgulhosa disso. Assim, mesmo tendo caminhado progressivamente para o objetivo da dieta, Talita elabora discursivamente um sofrimento ao apontar que esse processo envolveu a recusa em se alimentar, além de ter causado nela uma espécie de "falta de percepção", visto que não comer é uma atitude perigosa em termos de saúde, mas que era interpretada por Talita como uma conquista.

Assim como outras entrevistadas, Talita traz à luz as avaliações feitas por pessoas próximas a ela sobre sua aparência. Porém, neste caso, as pessoas apontavam para seu excesso de magreza. Segundo Contreras e Gracia (2011), apesar de num nível diferente quando comparado à obesidade, algumas "formas"

de magreza são socialmente compreendidas como negativas e podem também ser motivo de constrangimento social. Além disso, em certas situações, tal magreza pode até mesmo ser interpretada como uma característica estigmatizante (Contreras & Gracia, 2011) por remeter aos transtornos alimentares, como anorexia e bulimia. Talita evidencia os comentários sobre sua aparência através da fala reportada dessas pessoas, o que é uma estratégia discursiva para avaliar e provocar o envolvimento do ouvinte (Tannen, 2007). Não seria possível sabermos se as pessoas realmente falaram dessa forma, e não é esta a intenção da análise; porém, o próprio ato de reportar a fala de alguém é relevante visto que é uma forma de construção de significados.

Após expressar a opinião de outras pessoas, Talita acrescenta uma avaliação negativa pessoal sobre o processo (fiquei uns seis meses assim nessa neura) e destaca um sentimento muito comum nas dietas: a culpa (e depois me culpava). Diferentemente de Diana, Talita enfatiza sua escolha pessoal na decisão de emagrecer e não comer, mesmo diante do aviso das pessoas ao seu redor. Nesse momento narrativo, Talita não destaca diretamente nenhuma influência macrossocial ou motivações de saúde para a prática da dieta. Entretanto, ao retomarmos o início de sua narrativa (seção 6.1, excerto 4), o principal gatilho para sua mudança alimentar foi uma ideia de que “nutricionista precisa ser magra”, segundo ela, uma cobrança social.

Posteriormente, Talita conta como conseguiu voltar a se alimentar:

Excerto 14

01	Talita	e aí falei “meu deus preciso sair disso” e tal e
02		graças a deus que me ajudou muito né a parte de
03		deus porque eu orei muito para deus me ajudar e foi
04		a minha nutricionista que minha nutricionista é
05		minha amiga então quando eu fui nela e ela viu que
06		eu estava nisso e meu marido também conversou com
07		ela, ela começou me chamando pra ir no rodízio aí
08		eu “ué”
09	Raquel	nutricionista chamando pra ir no rodízio
10	Talita	é: ela me ensinou que tem que ter equilíbrio ela
11		disse “não amiga, tem que ter equilíbrio”

Ela inicia com uma fala reportada de si mesma que, como discutido, tem função de envolver o ouvinte e reforçar seu ponto: falei meu deus preciso

sair disso. Essa fala também intensifica a noção do sofrimento, pois o envolvimento de Talita com a privação da comida era tão grande a ponto dela precisar recorrer a uma ajuda divina para sair da situação, reforçado logo em seguida: me ajudou muito né a parte de deus porque eu orei muito para deus me ajudar. Além disso, Talita menciona a ajuda de outros dois atores: sua nutricionista e seu marido. Através da ajuda da nutricionista e também amiga, Talita começou a buscar um equilíbrio em sua alimentação. Essa mudança caminha para um movimento de progressão porque Talita não desistiu de emagrecer (como veremos no excerto da próxima seção), mas ela explica que buscou uma maneira mais saudável de atingir tal objetivo, focalizando no que ela chama de “equilíbrio”.

6.2.2 Considerações parciais

Nos episódios narrados no decorrer da seção 6.2, podemos observar dois pontos centrais ilustrados na análise. Primeiro, como mencionado por diversas vezes, ocorre um movimento cíclico nos eventos relacionados à dieta, exemplificados principalmente através das estruturas no passado, que organizam temporalmente os acontecimentos (Labov, 1972), e através do sucesso ou insucesso da protagonista da história em atingir seu objetivo, destacado pelos movimentos de progressão, regressão e estabilidade (Gergen & Gergen, 1986;1988). Segundo, as entrevistadas lançam mão frequentemente de avaliações negativas que caracterizam o processo da dieta, a relação como o próprio corpo e a percepção da autoimagem.

A próxima tabela ressalta as formulações discursivas que atuam como avaliação (em termos labovianos) a fim de exemplificar como elas exercem a função de construir uma ideia sofrimento e o envolvimento dramático das narrativas:

	construção narrativa do sofrimento			
Hanna	a gente começa a ficar obsessiva	eu comecei a entrar em surto	não consigo parar de comer	o sobrepeso já fazia mal
Diana	fui diagnosticada com transtorno dismórfico corporal	tive um problema com bulimia	saí da bulimia entrar numa anorexia	eu faço até hoje um controle
Isis	a minha vida inteira eu fui gorda entendeu? eu fui zoada, fui tipo ridicularizada			
Talita	eu ficava doze horas direto sem comer	comia uma besteira e depois me culpava	aí falei “meu deus preciso sair disso”	

Como discutido no capítulo 5 (seção 5.4), o sofrimento atinge a experiência humana e pode remeter a questões tanto físicas quanto sociais (Klienman,1997). O quadro acima sumariza a construção discursiva do sofrimento através de ambos os aspectos. As participantes discorrem sobre problemas relacionados à privação prolongada do alimento, à preocupação e culpa excessivas sobre o que comer, gerando quadros caracterizados por elas como de surto e obsessão e também sobre questões patológicas como a obesidade, o transtorno dismórfico corporal, anorexia e bulimia, além de comentários depreciativos advindos de parentes e amigos. O grande dilema parece ser representado pela busca de um equilíbrio entre o “poder comer” e o “não poder comer”, visto que elas costumam ir de um extremo ao outro: elas afirmam ter engordado porque não sabiam se controlar, ou comiam muita “besteira” e atestam terem emagrecido quando decidiram passar horas sem comer. O resultado desses comportamentos são doenças muito paradoxais, como a obesidade e a anorexia.

Para Contreras & Gracia (2011) esse paradoxo patológico pode ser explicado através do entendimento da “sociedade da abundância” que, ao mesmo tempo em que incentiva o consumo de bens e serviços (e aqui enquadramos o alimento como *commodities*), recomenda o esforço, a disciplina e o sacrifício para manter a alimentação regulada e, conseqüentemente, o peso “normal”. E nessa busca constante pelo equilíbrio saudável, as pessoas acabam se afastando dos princípios de saúde que inicialmente motivaram essa busca. Assim, a pessoa comumente restringe ao máximo o consumo do alimento.

Ocorre também uma reformulação da motivação para prosseguir na dieta. Retomando a análise dos dados, todas as participantes apontaram um momento no qual conseguiram emagrecer. Partindo da ideia da entrada na dieta como uma possível tentativa de se desvincular de uma característica estigmatizante, emagrecer seria motivo suficiente para finalizar a dieta. Porém, essas narrativas exemplificam que mesmo quando o objetivo é alcançado, a jornada não termina. O percurso precisa ser reiniciado ou redirecionado, a partir de justificativas diferentes, como ilustrado no quadro a seguir:

	motivações para continuar a dieta	
Hanna	voltei pra dieta de novo de restrição, mas não total de alimentação né, uma reeducação alimentar	
Isis	ái eu conquistei mais ou menos um corpo maneiro, só que não tava suficiente	eu falei “cara, eu vou ficar a gostosa, eu quero ficar a sarada”
Diana	porque aí eu faço até hoje um controle, psiquiátrico, com médico, e psicóloga, nutricionista, faço controle de tudo	
Talita	ela me ensinou que tem que ter equilíbrio	

As falas acima apontam para uma explicação sobre por que, mesmo depois de perder peso, elas decidiram manter a dieta. No caso de Hanna e Talita, após várias “idas e voltas” e as consequências emocionais e físicas descritas por elas, ambas decidem seguir por um caminho similar: o da reeducação. Hanna explica a reeducação como um processo mais “ameno” quando comparado à dieta, enquanto Talita destaca a busca pelo equilíbrio. A escolha de Talita pode ser entendida como algo parecido com a reeducação alimentar, pois a reeducação tem sido compreendida como uma forma mais “tranquila” de se relacionar com a comida, priorizando a escolha de alimentos saudáveis, mas sem estabelecer uma ideia de “alimentos vilões”.

Por outro lado, Isis não demonstra satisfação com o corpo alcançado, mesmo sendo magro, ela ainda destaca pontos que precisam ser modificados. Isis não parece encontrar na magreza um motivo suficiente para finalizar a dieta, ela reformula seu objetivo visando ser uma pessoa magra e musculosa. Diana, por sua

vez, precisa adequar sua prática aos novos transtornos resultantes do controle rigoroso com o corpo e a comida. Vale ressaltar que nenhuma delas decidiu parar completamente de buscar o emagrecimento, como será discutido na próxima seção.

Segundo Mishler (2002), um aspecto comum nas histórias de vida, principalmente aquelas que abordam eventos traumáticos, é a presença de “pontos de virada”. Os pontos de virada seriam os momentos nos quais a compreensão de experiências passadas é modificada e, assim, surgem novos movimentos inesperados, pois os entendimentos sobre si mesmo e sobre as situações são reformulados. Podemos observar como estes momentos que dão suporte à continuação da dieta estão embasados por um ponto de virada. Para Hanna, o “descobrimento” da reeducação alimentar, em oposição à dieta, a faz compreender todo o processo vivenciado até aquele momento como um sofrimento que gera paranoias. Isis parece decidir que o corpo magro não era o ideal, e a sua fala reportada (ver o quadro) aponta justamente para esse momento de virada que reformula todo seu objetivo com a dieta. No caso de Diana, o diagnóstico do transtorno dismórfico corporal permite que ela recontextualize todo seu passado, pois sua dificuldade em se ver magra passa a ser associada a um problema mais complexo e não a uma preocupação superficial. A partir desse momento, sua relação com a comida e com o corpo também muda, passando a ser monitorada por diversos profissionais da saúde. Talita indica ter percebido o quanto a dieta estava lhe fazendo mal quando começou a ser atendida por sua amiga nutricionista. O ponto de virada é marcado pela sua própria fala reportada (“meu deus, preciso sair disso”), quando ela decide buscar uma alimentação considerada mais equilibrada.

No que tange à análise interacional, foram apontados alguns momentos nos quais eu construía juntamente com as entrevistadas as suas narrativas, tanto dando continuidade a uma frase quanto ratificando suas falas. Além disso, minha posição nas entrevistas era muito receptiva, abrindo um espaço “seguro” para a continuação da história, visto que um ouvinte que se demonstra disposto a ouvir fornece abertura narrativa. Essas características interacionais são destacadas buscando refletir sobre como, mesmo em meio a essa coconstrução de ideias e sentidos, em nenhum momento foi levantado por mim ou pelas participantes a

hipótese de abandonar o processo da dieta e optar por prosseguir com a “forma natural do corpo”. Parece que não fazer uma vigilância alimentar e não se empenhar na busca por determinada forma corporal simplesmente não são opções possíveis.

O sofrimento é, então, construído e sustentado através do alinhamento às normas macrossociais. Não significa dizer que não há resistência, pois o próprio caráter cíclico dessas narrativas indica como em alguns momentos essa busca é “deixada de lado” em prol de retomar hábitos alimentares menos restritivos e se preocupar menos com o aspecto físico do corpo. Mesmo mediante as angústias descritas sobre a dieta, as imposições sociais parecem exercer uma força maior, o que se confirma quando voltamos à seção 6.1 na qual foram apresentadas as motivações iniciais. Essas narrativas exemplificam como os discursos sociais estão sendo, de certa forma, reafirmados e construídos através das ações tanto das participantes quanto minhas.

O sentimento de frustração construído nessas narrativas também está condicionado a uma discrepância entre o resultado atingido e o resultado esperado com a dieta, e a pessoa se encontra diante da possibilidade de prosseguir na tentativa de perder peso ou simplesmente parar o processo (Granberg, 2006). Ao optar pela primeira opção, seria preciso continuar com as práticas que geram o sofrimento no âmbito individual; ao optar pela segunda, o sofrimento se instauraria no âmbito social, pois o indivíduo precisaria lidar com as consequências de possuir uma forma física contrária às expectativas sociais.

6.3

Seria esse o fim da história?

Os excertos a seguir são os momentos finais das entrevistas e/ou o momento no qual uma narrativa e/ou a entrevista é encerrada. Seguindo a estrutura proposta por Gergen & Gergen (1986; 1988) seria preciso estabelecer um ponto de chegada para a história, um objetivo; assim, ao alcançar esse objetivo, a história seria finalizada e o sucesso do narrador teria sido alcançado. O sucesso, não significa necessariamente a vitória da personagem da história, pois algumas narrativas podem ser encerradas com um momento de regressão. A ideia que permanece

nessa perspectiva é a da conclusão da história. Na estrutura de Labov (1972), a *coda* e o *resultado* seriam os indicadores desse final.

No caso das dietas, o grande objetivo seria emagrecer e assim poderíamos supor dois principais caminhos possíveis: primeiro, a personagem conseguiria atingir o “peso magro” ou o “peso ideal” e assim concluir sua história num movimento de progressão; segundo, a personagem não conseguiria emagrecer e decidiria parar a dieta, finalizando a história num movimento de regressão. Porém, vimos na seção anterior que o emagrecimento não encerrou as narrativas; pelo contrário, elas foram reformuladas.

As narrativas desta pesquisa não apontam para uma conclusão da história com a dieta, mas sim para o encerramento da ação da entrevista ou então uma mudança de foco para perguntas mais direcionadas que “interromperam” a estrutura narrativa. Cabe lembrar que como essas entrevistas estão sendo compreendidas aqui como uma “grande narrativa” da história de vida das participantes, elas não tem um fim, pois novos episódios que sigam a coerência temática sempre serão adicionados a este repertório (Linde, 1993). Como vimos na seção anterior, essas histórias são reformuladas a partir de pontos de virada e, para Mishler (2002), os pontos de virada atuam na contínua re-historiação dos acontecimentos, não sendo provável que as trajetórias narradas sigam uma ideia linear e unitária.

Os entendimentos sobre essas narrativas “sem fim” e com trajetórias circulares estão ancorados na análise tanto pelas formulações discursivas que apontam para a continuidade da ação de fazer dieta quanto para as conversas pré e pós-entrevista, nas quais as entrevistadas sempre destacavam que a dieta e a prática regular de atividade física com foco no corpo magro continuam a fazer parte de suas rotinas. A fim de compreender como as participantes elaboram explicações para esse prosseguimento da dieta, direcionamos o olhar para a categoria de avaliação durante as análises das entrevistas desta seção.

- **Hanna**

Dando continuidade a entrevista com Hanna, ela me contou uma experiência alimentar sobre o consumo do refrigerante e como engordou e emagreceu novamente ao retirar e recolocar esse produto alimentício em sua rotina alimentar. Então, perguntei a ela se seria preciso uma força de vontade para continuar controlando o consumo do refrigerante e de outros alimentos, o que ela responde positivamente. O próximo excerto representa a continuação dessa conversa:

Excerto 15

01	Raquel	e baseado em que essa força de vontade
02	Hanna	[baseado em
03	Raquel	de onde ela surge]
04	Hanna	de vontade de ficar bem com você mesmo, <u>sem dúvida</u>
05		eu acho que o <u>fundamental</u> tanto na dieta quanto no
06		exercício é você se sentir bem com você mesmo olhar
07		no espe:lho e falar essa sou eu (.) assim que [eu
08		gos:to
09	Raquel	se identificar]
10	Hanna	isso aí. "é assim que eu gosto de mim: é assim que
11		eu <u>que:ro</u> , vai ser assim que eu vou e <u>pra isso</u>
12		(.)eu tenho que fazer tudo aqui:lo que: é
13		necessário né"
14	Raquel	vale o sacrifício
15	Hanna	vale o sacrifício porque olha quando eu <u>vi:</u> que eu
16		tinha engordado os dois kilos que eu tinha perdido,
17		parece po:uco, na roupa não faz diferen:ça, não faz
18		diferença pros outros, porque ninguém acredita que
19		(.) que eu tenho o peso que eu tenho, mas <u>pra mim</u>
20		já começou a não fazer sentido porque poxa lutei
21		tanto pra poder perde:r porque que eu ganhei de
22		novo?
38	Raquel	então hoje assim é mais por saúde: [do que:
39	Hanna	é mais
40		por saúde] do que por beleza, com certeza
41	Raquel	mas: andam juntos né
42	Hanna	<u>isso aí</u> , mas andam juntos porque se se eu me olho
43		no <u>espelho</u> (.) e eu vejo um padrão que eu não <u>goste</u>
44		porque você tem que se <u>aceitar</u> se você não se
45		aceita daquele jeito você vai fazer mal pra sua
46		<u>mente</u> (.) e: e tipo assim, e se seu corpo físico
47		também não tiver bom, a sua mente também vai pagar
48		e o seu corpo e aí: é isso

Este excerto pode ser analisado como uma grande avaliação sobre todo o processo de dieta narrado por Hanna. Algumas formulações discursivas reforçam e constroem mais consistentemente o sofrimento necessário e até mesmo socialmente esperado da prática de uma dieta, como, por exemplo, nas frases:

- e pra isso (.)eu tenho que fazer tudo aqui:lo que: é necessário
- vale o sacrifício
- lutei tanto pra poder perde:r

Assim, Hanna ressalta a necessidade de fazer qualquer coisa para atingir seu objetivo: emagrecer. Na linha 14 a avaliação “vale o sacrifício” é primeiramente realizada por mim e ratificada por Hanna, o que sustenta e proporciona coerência para toda narrativa elaborada até aqui. Para Labov (1972) a avaliação na estrutura narrativa está moldada pelo envolvimento emocional do narrador com a história, contribuindo também para validar o evento narrado. Apesar da narrativa de Hanna possuir processos avaliativos relacionados com o aspecto emocional durante toda sua construção, esse excerto final trás considerações mais gerais sobre o processo.

É nesse momento que Hanna destaca o quanto lutou para perder o peso e o sentimento de confusão, angústia por ter ganhado novamente (linhas 21-23); ela reforça o seu desejo de autocontrole e de preocupação com a saúde (linhas 24-28; 39-40). É neste momento também que ela aponta a existência de um padrão de corpo (linhas 43-46), ou seja, o grande alvo a ser alcançado na história de dieta; objetivo este que por oras ela se aproxima (progressão) e por oras ela se afasta (regressão). Todas essas avaliações de Hanna são construídas em conjunto comigo, ao dar prosseguimento às falas dela (linha 9) e compartilhar da ideia de um esforço em prol de um ideal em comum (linhas 14 e 41). Podemos observar como todas as minhas falas são ratificadas por Hanna e vice-versa.

Olhando pela perspectiva laboviana, Hanna vai caminhando para um desfecho e o fim de sua narrativa seria indicado pela expressão e aí: é isso (linha 48), o que podemos identificar como a coda. Entretanto, apesar de Hanna parecer finalizar sua história, ela não se propõe a apresentar uma resolução ou sequer um fechamento. Como estamos olhando para todos esses episódios como parte do repertório de história de vida, faz-se necessário relembrar que uma história de vida está sempre em construção, sendo reformulada e adaptada (Linde, 1993), sendo assim, ela não termina, não é concluída. Ao pensarmos nessa narrativa também como uma narrativa de sofrimento, retomamos o que foi discutido por Piccardi (2016) ao destacar que as narrativas de sofrimento não apresentam uma estrutura formal de início, meio e fim.

Além disso, através da minha pergunta na linha 38 (então hoje assim é mais por saúde), eu atualizo a narrativa para o presente, sugerindo que Hanna continua a praticar a dieta, principalmente porque como já foi explicado, na conversa antes de iniciar a gravação Hanna contou que ainda fazia dieta. Hanna, por sua vez, ratifica minha fala: é mais por saúde do que por beleza, com certeza. Assim, ela não indica que tenha parado com a dieta, pois a dieta sempre será uma estratégia de “moldar seu corpo” baseado na maneira como ela mesma se vê no espelho, ou seja, como ela se identifica.

- **Isis**

Retomo a seguir um excerto utilizado na seção anterior por considerar a fala final de Isis importante para compreensão da continuidade do processo:

Excerto 16

01	Isis	pois é:((risos)) exatamente ((risos)) eu me sinto
02		um pouco mal as vezes porque tipo, é um pouco
03		superficial (.) mas e eu a minha vida inteira eu
04		fui <u>gorda</u> (.) entendeu? eu fui <u>zuada</u> , fui tipo
05		ridicularizada, [e agora]
06	Raquel	na infância, na adolescên:cia]
07	Isis	i:sso, e agora que eu tô conseguindo:, tipo: ser
08		vista de outra maneira, eu quero ser <u>vista</u>
09		melhoran:do, só: melhoran:do

Os aspectos que constroem o sofrimento nesse excerto foram previamente discutidos, assim destaco aqui a ideia de prosseguimento da dieta pela fala: eu quero ser vista melhorando, só melhorando. Isis parece não estar totalmente satisfeita com o corpo que “alcançou” até o momento da entrevista, apesar de considerá-lo mais aceitável quando comparado a sua forma anterior. Entretanto, como observado nos excertos da seção 6.2, Isis nunca utiliza avaliações completamente positivas sobre sua imagem, sempre indicando a ideia de que é possível melhorar. Partindo dessa análise, mesmo afirmando que está conseguindo mudar a maneira como os outros a veem (linhas 7 e 8), o “melhorando” (linhas 8 e 9) apontaria justamente para um processo contínuo de autopercepção. Isso não exclui eventuais “atrasos” no processo, pois durante toda

sua história, Isis se apresentou como alguém na busca da sua “melhor versão”, mas que mesmo assim possuía momentos no qual não emagrecia, ou seja, não “melhorava”.

O próximo excerto, já mais ao fim da entrevista também contribui para essa interpretação. Isis explicava como a aparência é um fator importante para ela e que, apesar de não desejar ficar doente, considera sua imagem física mais importante do que o foco na saúde. Ela dá prosseguimento explicando como isso não é algo que ela possa contar para as pessoas:

Excerto 17

01	Isis	e eu <u>nem</u> falo muito isso pra ninguém, porque tipo:
02		eu eu me sinto <u>mal</u>
03	Raquel	uhum
04	Isis	porque eu tenho consciência das coisas que eu penso
05		e das coisas que eu falo, então eu sei o que que é
06		<u>mais</u> ou menos aceito na sociedade, então: eu sei
07		que se eu falar isso pra todo mundo vão falar <u>nossa</u>
08		essa garota é <u>superficial</u> :, não sei o que, só pensa
09		na aparência, mas(.) <u>cara</u> eu passei por <u>tanta</u> tanta
10		coisa e não foi pouca coisa
11	Raquel	ocê: acha que não tem <u>problema</u> pensar na
12		aparência?
13	Isis	é: tipo, depende de pessoa entendeu? se ela, por
14		exemplo, se eu viver pra <u>isso</u> , só pra isso, tudo
15		bem seria um <u>problema</u> , mas (.) eu sei me controlar
16	Raquel	uhum
17	Isis	meus pais não gostam muito não, eles falam que eu
18		passo fome, não sei o que
19	Raquel	aham
20	Isis	que não é muito bom pra mim, mas é fazer o que,
21		eles não entendem disso

Isis se constrói mais uma vez como consciente de suas ações e escolhas:

- eu tenho consciência das coisas que eu penso e das coisas que eu falo
- eu sei o que que é mais ou menos aceito na sociedade

Ela também desenvolve esse excerto com base num estigma social da mulher fútil e superficial, preocupada apenas com o aspecto físico do corpo:

- vão falar nossa essa garota é superficial
- só pensa na aparência

Assim, ela mostra que uma estratégia para não gerar esses tipos de críticas estigmatizantes é a escolha por não falar sobre o assunto (eu nem falo muito isso pra ninguém). Uma forma de justificativa dada a essa suposta preocupação superficial é através da seguinte avaliação: mas(.) cara eu passei por tanta tanta coisa e não foi pouca coisa. Da mesma forma que vimos em excertos anteriores, Isis retoma o sofrimento para embasar sua inquietação sobre a forma de seu corpo, supostamente livrando-a do rótulo de superficial. O sofrimento é enfatizado também pela repetição do termo “tanta”. É interessante notar como, apesar de buscar o corpo “ideal”, ela mesma se alinha a essa visão estigmatizante da “mulher superficial” ao responder minha pergunta sobre o assunto:

Raquel você: acha que não tem problema pensar na aparência?
 Isis é: tipo, depende da pessoa entendeu. se ela, por exemplo, se eu viver pra isso, só pra isso, tudo bem seria um problema, mas (.) eu sei me controlar

Talvez pelo caráter mais “ameaçador” da minha pergunta, podendo induzir um entendimento de que Isis é “superficial”, ela escolha se posicionar como alguém mais controlada, uma estratégia para proteger a própria imagem na interação. Assim, a dedicação dada ao corpo poderia até ser vista como um problema, mas a diferença estaria justamente no poder do autocontrole. Em seguida, Isis introduz a avaliação dos próprios pais sobre a dieta que ela realiza: meus pais não gostam muito não, eles falam que eu passo fome. Essa avaliação atua reforçando o pensamento de Isis sobre guardar as consequências e preocupações da dieta para si, pois ela não seria compreendida pelas pessoas. Além disso, através dessa avaliação a narrativa é também transportada para o presente, indicando a continuidade do processo, sem apontar para um possível final, uma vez que seu desejo gira em torno de melhorar sempre. Não apenas durante este excerto, mas como também no decorrer de toda a entrevista, Isis reivindica junto a mim a posição de alguém que sempre sofreu. Através de minhas escolhas discursivas, concordando através de falas como “uhum” e “aham”, eu pareço acolher essa imagem, dando espaço para tal construção.

Isis prossegue contando sobre essa relação entre o que ela faz e o que pode ser mostrado para as pessoas e conclui:

Excerto 18

01	Isis	hoje em dia todo mundo diz: "ah não, você:, se
02		você é gordinha você tem que se aceitar:, não sei
03		o que", <u>cara</u> , tem pessoa que se aceita mas a
04		maioria: (.) vai dizer que sim mas não é <u>verdade</u>
05		porque (.) a sociedade diz <u>isso</u> você é gorda você
06		não é aceita, entendeu. por mais que seja <u>cruel</u> é
07		a <u>verdade</u> , até porque a maio - não vou dizer que
08		é todo mundo até porque tem gordinho saudável,
09		mas a maioria <u>não é</u>

Em nossa sociedade ocidental, ser gorda e/ou obesa é uma condição que frequentemente enquadra a pessoa num grupo estigmatizado; socialmente, “estar acima do peso” remete à falta de autocontrole. Atualmente, na propagação dos discursos sobre autoaceitação (como vimos em alguns exemplos retirados do *instagram* no capítulo 3) um dos objetivos principais seria justamente modificar o entendimento sobre essa característica. Apesar de consciente dessa tentativa de mudança no rumo sobre como o corpo é caracterizado, Isis aponta que o discurso da autoaceitação não seria totalmente confiável porque a pessoa estigmatizada não será aceita pela sociedade. Ela parte da ideia de que é preciso demonstrar autoaceitação independente do peso, mas, ao mesmo tempo, faz-se necessário esconder as frustrações e as dores da busca pela adequação a determinado padrão estético.

Isis traz à luz um olhar macro sobre o entendimento do corpo. Com a afirmativa *você é gorda você não é aceita*, ela proporciona uma forma de conclusão generalizada sobre a situação da pessoa com sobrepeso na sociedade, ou seja, uma característica estigmatizada. A prática da dieta poderia ser compreendida como uma técnica de sobrevivência numa sociedade que exclui aqueles que estão acima do peso ou até mesmo ligeiramente fora do considerado “peso normal”. E, através da sua experiência pessoal narrativamente construída, Isis estaria confirmando sua suposição sobre a exclusão da pessoa gorda. O sofrimento, então, aparece como um mal necessário: *por mais que seja cruel é a verdade*.

- **Diana**

Próximo aos momentos finais da entrevista, Diana continuar a contar suas dificuldades com os transtornos alimentares desenvolvidos. No excerto a seguir, eu faço uma pergunta a Diana que, assim como no caso de Hanna, transporta a narrativa para o presente:

Excerto 19

01	Raquel	e como que você vê assim, seu, sua, sua <u>relação</u>
02		agora com a comida, você ainda [tem esse me:do
03	Diana	eu falo]
04		eu falo que a minha relação com a comida é uma
05		relação de respeito
06	Raquel	uhum, como é que é?
07	Diana	que nem o mar, sabe? assi:m, eu respeito a comida
08		no sentido de: (.) eu não me atrevo a comer o que
09		eu quero, a hora que eu quero, entendeu, eu sei o
10		efeito que a comida tem sobre mim
11	Raquel	entendi
12	Diana	entendeu? então eu tenho uma relação de respeito
13	Raquel	de controle
14	Diana	<u>completamente</u> , tenho uma alimentação super
15		regrada, eu tento não, me <u>vigio</u> pra não fazer
16		restrição, me vigio pra não fazer compensação, me
17		vigio pra não fazer compulsão, isso é uma coisa
18		que eu tento o tempo todo, que eu tenho que estar
19		o tempo todo ligada, ligada nessas coisas
20	Raquel	controle constante, sem descanso
21	Diana	o tempo todo, tempo todo (.) e é, é de certa forma
22		uma prisão assim
23	Raquel	uhum, é verdade
24	Diana	até que você consiga: alcançar um, um limite assim
25		que você tá:, que finalmente você consegue tá bem
26		com você mesma, até: até lá você fica [num:
27	Raquel	você acha que] é
28		possível estar, esse equilíbrio, esse "estou bem
29		comigo mesma"
30	Diana	eu acredito eu
31		ainda não estou lá não, mas eu acredito
32	Raquel	é
33	Diana	eu acredito. eu acredito que que com o tratamento
34		psicológico, enfim, com toda essa ajuda de
35		nutricionista, psiquiatra, eu acho que é possível

Diana inicialmente afirma sua melhora em relação aos problemas que passou devido à busca por um corpo mais magro. Entretanto, isso não excluiu a condição de fazer um acompanhamento (linha 2) com diversos profissionais, como psicólogo, psiquiatra, nutricionista (linhas 41-43). A relação que ela constrói discursivamente com a comida indica a intensidade do controle da

alimentação em sua vida. Diana não se posiciona agentivamente em relação à comida, pois ela não seria a responsável por escolher o que comer e quando comer; é a comida e o efeito da mesma sobre seu corpo que ditam as escolhas a serem feitas:

- eu não me atrevo a comer o que eu quero
- eu sei o efeito que a comida tem sobre mim

Mesmo afirmando estar melhor, a relação de Diana com a alimentação ainda envolve controle e vigilância, neste caso, não apenas para evitar o aumento do peso, mas também para se afastar das consequências causadas pelos quilos “ganhados” no passado: restrição, compensação e compulsão alimentar. As avaliações de Diana apontam justamente para o aspecto cíclico da narrativa de dieta: é de certa forma uma prisão. Esse sentimento de “estar bem” cercado pelo monitoramento e preocupação constante embasa o sofrimento da narrativa de, visto que a sensação de perda de controle - seja este o controle sobre a saúde, sobre o corpo, sobre a alimentação – pode causar sofrimento (Charmaz, 1999). Algumas formulações discursivas de Diana se destacam nessa representação do “aprisionamento” que a leva a controlar sua alimentação até os dias atuais:

- eu não me atrevo a comer o que eu quero, a hora que eu quero
- tenho uma alimentação super regrada
- me vigio pra não fazer restrição
- me vigio pra não fazer compulsão
- me vigio pra não fazer compensação
- eu tenho que estar o tempo todo ligada, ligada nessas coisas

A relação de controle é enfatizada à medida que Diana repete o verbo “vigiar” por três vezes consecutivas para se referir à restrição, a compulsão e a compensação, atuando como uma forma de avaliação (Labov, 1972). De certa forma, essas falas são mais agentivas quando comparadas àquelas discutidas anteriormente. A comida exerce um poder sobre Diana, mas cabe a ela se manter vigilante, remetendo novamente a um suposto autocontrole. Como destacado na seção 6.2, Diana elabora sua história sempre cercada de avaliações muito negativas trazendo uma ideia discursiva de sofrimento que garante a coerência de suas escolhas. Assim como Isis, Diana reivindica uma imagem de sofredora junto

a mim. Caso eu me mostrasse apática à sua história, seria muito improvável que certos acontecimentos fossem narrados, pois é preciso um ouvinte receptivo. Parece que nós compartilhamos os mesmos sentidos sobre o que significa praticar uma dieta, observado pelo momento em que construo com ela a narrativa (linha 13) e pela avaliação que eu mesma introduzo dos eventos narrados (linha 20).

Diana afirma ainda não ter alcançado seu objetivo: eu ainda não estou lá. Esse objetivo evolveria estar bem consigo mesma (linha 32), representado pelo corpo satisfatório (ou seja, magro) e também por uma ideia de autoaceitação. Através dessa afirmação, podemos observar como sua jornada com o controle da alimentação e com a busca do equilíbrio entre saúde física e mental são buscas em prosseguimento. E, como destacado inicialmente, para chegar nesse objetivo, Diana precisa lançar mão de diversas ajudas da área médica, até os dias atuais, sem uma indicação de possível encerramento do processo.

- **Talita**

Após narrar como começou a perceber sua relação não saudável com a comida e o processo de busca por ajuda, Talita contou dois episódios comuns em sua vida: primeiro, a ida a praia, situação que ainda a causa insegurança pela exibição do corpo e, segundo, uma ida ao rodízio na qual ela explica que se pesou antes de sair de casa e depois de chegar a casa. Assim, prosseguimos com a conversa:

Excerto 17

01	Talita	e eu me peso todo dia ainda (.) não me livrei
02		disso
03	Raquel	<u>todo</u> dia.
04	Talita	todo dia, não consigo não - meu marido já falou
05		que vai jogar a balança fora e eu "não" ((risos))
06		mas todo dia (.) eu ainda tenho essa dependência,
07		mas [assim
08	Raquel	mas você:] se pesa tipo de manhã, a
09		tarde e a noite
10	Talita	sim, me peso me peso: de manhã e confesso que
11		quando eu vejo que tô agora com cinquenta e três
12		fico mais feliz, aí já me dá uma leveza quando eu
13		vejo que tô com cinquenta e quatro aí já fica um
14		pouquinho mais pesado

15	Raquel	então não tá tão tranquila assim
16 17	Talita	não tô não (.) mas eu estou menos do que eu estava (.) mas ainda não tô como eu deveria estar
18 19	Raquel	tentando um passo de cada vez (.) eu acho que é um passo de cada vez
20 21 22 23	Talita	sim, mas ainda tô - ainda como eu posso dize:r meu humor ainda é um pouco moldado pelo que eu vejo na balança ainda, mas não posso mentir, ainda tenho influência

A balança possui uma relação direta com a dieta, pois quase sempre o sucesso do emagrecimento é medido através dos números exibidos nela. Apesar de Talita acreditar que está num processo de melhora, ela admite ainda não ter conseguido parar de se pesar constantemente através da avaliação não me livrei disso. Podemos relacionar essa fala de Talita à afirmação de Diana (é de certa forma uma prisão), pois ambas as falas apontam que elas estão sendo impedidas de prosseguir com a melhora, por mais que elas tentem; ou seja, elas estão aprisionadas num ciclo conturbado com a comida e o corpo, sendo extremamente difícil sair dele. Esse ciclo é justamente aquilo que elas identificam como o equilíbrio, ou seja, é estar magra (ou com um peso minimamente aceitável socialmente), mas ao mesmo tempo é estar mentalmente bem, sem preocupações exageradas sobre a aparência ou sobre qual alimento comer.

Em relação à balança, Talita acrescenta mais uma avaliação: eu ainda tenho essa dependência. Assim, esta é uma relação de domínio na qual Talita se encontra subordinada ao seu peso. Logo, Talita também se constrói como sujeita às estratégias de controle e regulação do corpo. Além disso, os sentimentos de alegria e tristeza estão condicionados a quantos quilos ela está pesando:

- confesso que quando eu vejo que tô agora com cinquenta e três fico mais feliz aí já me dá uma leveza
- quando eu vejo que tô com cinquenta e quatro aí já fica um pouquinho mais pesado

Assim como Diana, Talita enfatiza a ideia de possuir um caminho a percorrer e que seu objetivo ainda não foi alcançado, como observado pelas seguintes avaliações:

- mas ainda não tô como eu deveria estar.
- meu humor ainda é um pouco moldado pelo que eu vejo na balança

- mas não posso mentir, ainda tenho influência

Pela primeira vez na interação, eu respondo à Talita de maneira questionadora sobre sua posição com a avaliação: então não tá tão tranquila assim. Apesar de ratificar minha avaliação, Talita prossegue “reparando” sua imagem ao afirmar estar melhor do que antes. Todavia, mais a frente eu assumo novamente uma posição de alinhamento ao avaliar esse processo de Talita: tentando um passo de cada vez, eu acho que é um passo de cada vez.

6.3.3 Algumas reflexões

Como previamente discutido, em uma história de vida (Linde, 1993) enquadram-se várias outras pequenas histórias, eventos e episódios tematicamente conectados e que vão costurando sua coerência e seu sentido. Apesar de representarem momentos diferentes da vida das entrevistadas, todos os excertos analisados possuem um tema em comum: a prática da dieta. Além disso, eles atuam na construção do entendimento dessas mulheres sobre elas mesmas e as situações de sua vida; assim, a dieta perpassa toda a trajetória da história de vida delas.

No capítulo 5, foi discutido como Linde entende as histórias de vida como um processo em constante construção e reformulação; elas nunca terminam. Os excertos dessa seção nos mostram como as entrevistadas estão a todo momento reformulando os objetivos e motivações para a prática da dieta; assim, essa regulação da alimentação e da forma do corpo nunca acaba; nenhuma das entrevistadas afirmou ter atingido o suposto “peso ideal”, ou o “equilíbrio”, ao ponto de poder finalizar o processo. Os resultados parciais da dieta também não são positivamente avaliados por nenhuma delas, pois até mesmo quando ocorre o emagrecimento, surgem outras questões, problemas, preocupações e aflições.

Consequentemente, essas histórias não possuem um fim claramente identificável, sendo atualizadas no tempo presente, apontando para a continuação da prática. Apesar de ter detalhado durante a análise os aspectos linguísticos e

estruturais da narrativa que corroboram para esta interpretação, o quadro a seguir destaca mais claramente as principais formulações discursivas que contribuem para a ideia de continuidade:

	Continuidade do processo de “fazer dieta”			
Hanna	eu tenho que fazer tudo aquilo que é necessário			
Diana	ainda faço acompanhamento	tenho uma alimentação super regrada	é de certa forma uma prisão	eu ainda não estou lá não
Isis	eu quero ser vista melhorando, só melhorando			
Talita	me peso todo dia ainda, não me livrei disso		eu ainda tenho essa dependência	

Retomando a estrutura proposta por Gergen & Gergen (1986;1988), de uma forma geral, nos excertos da seção 6.3 podemos compreender que o momento narrado não é o fim da história com um aspecto de progressão porque o sucesso não foi alcançado; não é o fim da história com um aspecto de regressão porque elas não desistiram de buscar esse sucesso; a história continua. Todas as participantes destacam o autocontrole, a força de vontade e a busca pelo equilíbrio como principais características que as fazem prosseguir, fundamentando os pontos centrais que foram discutidos sobre a dieta: o autocontrole e a determinação como indicadores de valores morais da pessoa (Contreras & Gracia, 2011; Santos 2008; 2010; Le Breton, 2006).

Poderíamos nos indagar o porquê de as participantes continuarem com a dieta e com o desejo de alcançar um corpo idealizado mediante todos os sentimentos de frustração e transtornos que elas mesmas relatam estar inclusos nessa prática. Para Contreras & Gracia (2011, p.324),

alcançar a magreza não é a única razão do regime. Seguir uma dieta serve para manifestar para os demais que se é capaz e reforçar, assim, valores associados ao controle, à contenção e ao esforço [...] fazer uma dieta significa também mostrar força de vontade, enquanto que não “cuidar” do conteúdo da comida se relaciona com descuidar-se ou deixar-se levar, ser pouco disciplinada ou mesmo negligente.

A magreza adquiriu certo valor moral e a dieta, juntamente com suas possíveis consequências negativas, é justificável, mesmo quando relacionada ao sofrimento, à medida que ocorre em prol de uma saúde também idealizada. Porém, parece haver uma regulação do quanto esse esforço e sofrimento podem transparecer para a sociedade. Gostaria de retomar dois momentos das entrevistas (uma com Diana e outra com Isis) que são extremamente significativos para compreender esse manejo de informações:

Diana estava mais magra. só que aí: eu eu também tudo que eu estou te falando é mega: confidencial, ninguém sabe essas histórias [risos]
 Raquel ninguém vai saber que é você [risos]
 Diana ninguém sabe mesmo [risos] estou abrindo aqui o coração [porque ninguém sabe essa história
 Raquel vamos inverter papel]
 Diana é: tipo a a até a Lana mesmo que é minha melhor amiga [ela (risos)

Isis e eu nem falo muito isso pra ninguém, porque tipo: eu eu me sinto mal
 Raquel uhum
 Isis porque eu tenho consciência das coisas que eu penso e das coisas que eu falo, então eu sei o que que é mais ou menos aceito na sociedade, então: eu sei que se eu falar isso pra todo mundo vão falar nossa essa garota é superficial:, não sei o que, só pensa na aparência, mas(.) cara eu passei por tanta tanta coisa e não foi pouca coisa

Primeiro, o sofrimento atribuído às dietas é socialmente compreendido e aceitável; ele é até mesmo esperado, como já explicado na discussão teórica e exemplificado através de notícias e postagens da internet no capítulo 3. Segundo, esse sofrimento é de certa forma escolhido, sendo um “mal necessário” para alcançar a saúde e a magreza; ele é um sofrimento disciplinar, recompensador, sinônimo do indivíduo capaz de regular suas ações, sua alimentação. Terceiro, e com um aspecto um tanto quanto paradoxal, parece existir um nível de sofrimento socialmente aceito, ou um nível de sofrimento considerado “normal” de ser vivenciado durante uma dieta, como vinculado pela mídia através das regras sobre alimentação e corpo (ver capítulo 3). Diana e Isis teriam ultrapassado a linha do “normal” e suas experiências não podem mais ser contadas para qualquer pessoa como um motivo de orgulho e determinação. Isso porque a preocupação

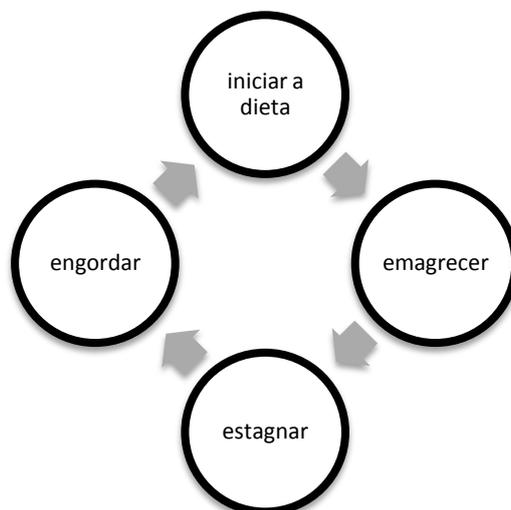
“excessiva” de Isis agora a enquadraria como fútil e superficial, enquanto os transtornos psicológicos e alimentares de Diana a definiriam como alguém descontrolada.

Essas categorias na qual elas seriam enquadradas caso as pessoas descobrissem são categorias socialmente estigmatizantes. Segundo Goffman (1980 [1963]), o estigma desacreditável que pode ser regulado e escondido na interação. Nessa situação específica de entrevista, elas não necessitaram realizar um manejo interacional muito expressivo, visto que, como ressaltado, eu me apresento como uma ouvinte alinhada às suas visões. Por outro lado, elas explicam nos excertos destacados acima que a exposição desses atributos não apenas precisa ser como é monitorada por elas nas interações e relações cotidianas. Como explicado por Gastaldo (2008), “não tem problema nenhum mostrar o que é bom e esconder o que é ruim, o problema é os outros ficarem sabendo que fazemos isso”. Assim, elas escolhem acobertar as etapas do processo que poderiam ser socialmente mal interpretadas e exibir apenas o corpo “adequado”, identificando-as como mulheres dotadas de autocontrole e do cuidado necessário com a saúde, corpo e alimentação.

Portanto, como ressaltei na seção 6.2.2, o sofrimento se instaura na medida em que elas se alinham às expectativas macrossociais sobre a tríade alimentação, corpo e saúde. Não significa que elas sejam passivas, pelo contrário, durante toda a análise pudemos observar como elas oscilam entre falas mais e menos agentivas, mostrando que a decisão de permanecer na dieta é ao mesmo tempo pensada e contestada. Biar (2012) ao investigar narrativas de adesão ao tráfico propõe uma análise das falas mais agentivas e dos processos de mitigação da agência nessas histórias. Apesar de num contexto completamente diferente, acredito que suas reflexões conversam com o ocorrido nas entrevistas desta pesquisa. Segundo Biar (2012, p.146), em seus dados, “a ausência de agentividade não é sinônimo de alienação, mas [...] de um assujeitamento consciente a um conjunto de determinações sociais”. O mesmo pode ser inferido das narrativas de dietas, visto que as participantes apresentam as imposições sociais e mostram, através de falas mais agentivas, como seguir esse “caminho” foi uma escolha pessoal, uma escolha consciente que, por vezes, reflete uma ideia de força de vontade e determinação. Certamente que cabe refletir até que ponto a “não escolha” seria

algo completamente possível, tendo em vista todas as implicações já discutidas sobre o controle da alimentação e do corpo.

Por fim, diante dessas reflexões, proponho a seguir uma ilustração para exemplificar aquilo que vem sendo discutido no decorrer desta dissertação como *narrativas cíclicas*:



As histórias com a dieta, não apenas as analisadas aqui, como também as de outras entrevistas realizadas para esta pesquisa, são narrativamente construídas através de padrão muito similar, com algumas variações nas consequências. O ponto inicial é um corpo “acima do peso”. O próximo passo é o início da dieta seguido por um emagrecimento. O estado “magra” se mantém por certo período, sendo o momento da “estagnação” dotado de uma conotação negativa; é nesse ponto que as implicações são variadas e foco da dieta é modificado, com discutido na seção 6.2.2. As consequências desse momento, seja através do diagnóstico de um transtorno alimentar ou por uma própria crítica pessoal (como no caso de “estava ficando obsessiva”), levam à “perda da forma magra” e o nível de “ganho de peso” varia de acordo com a percepção de cada uma delas. Consequentemente, o processo precisa ser reiniciado. Às vezes, o nome do processo é modificado pelas participantes (reeducação alimentar), mas os dados nos colocam constantemente diante de um objetivo central: ficar e permanecer magra.

O ciclo exemplifica a metáfora da “prisão” do corpo e da comida apresentada por Diana. Parece não existir um escape a esse ciclo sem que haja consequências desfavoráveis. Esse aspecto circular de certa forma representa também uma discrepância entre as regras de alimentação e práticas cotidianas,

visto que a constante necessidade de retomar o início da dieta se dá por uma “inabilidade” em aplicar tais regras. Existe um dilema entre comer o que gosta, mas engordar, e deixar de comer o que gosta para emagrecer. Essa “inabilidade” é discursivamente construída pelas entrevistadas com avaliações que remetem a uma culpabilização pessoal, como “não consigo parar de comer”. Através das discussões teóricas do capítulo 4 sobre alimentação e o controle disciplinar do corpo, foi possível refletir como as normas da alimentação são disseminadas como verdades absolutas e de maneira muito naturalizada para a população, ao ponto de tornar o controle alimentar uma responsabilidade inteiramente pessoal. Assim, se uma pessoa não é capaz de “se manter na dieta”, a culpa seria exclusivamente dela da sua suposta falta de autocontrole.

Reforça-se então uma cultura que ao mesmo tempo exalta o culto ao corpo esbelto e magro como sinônimo de saúde, beleza e disciplina e valoriza o controle e a culpabilização individual. As entrevistadas não estão alheias a este discurso macrossocial, pelo contrário, vimos que elas constroem suas motivações para iniciar a dieta baseada em tais discursos. Romper ciclo da dieta implica em “perder” a forma socialmente idealizada e bem vista do corpo. Para essas entrevistadas, a quebra do ciclo vai além; quebrar o ciclo significa desenvolver obesidade e/ou sobrepeso. Como já discutido, essas são características extremamente estigmatizantes na sociedade atual, indicando até mesmo um “mal a ser evitado”. Por outro lado, continuar no ciclo implica, para essas entrevistadas, o desenvolvimento de angústias, transtornos alimentares e transtornos psicológicos. Essas também são patologias e características estigmatizadas para as mulheres, mas, como vimos, possíveis de serem escondidas na interação.

Consequentemente, a alimentação e o corpo são preocupações centrais na vida dessas mulheres que perpassam até mesmo suas vidas profissionais. As regras alimentares, que frequentemente ignoram a individualidade do sujeito, atuam com um caráter disciplinar capaz de tornar o ato de comer uma ação que necessita estar em constante vigilância. O corpo, por sua vez, precisa ser moldado e controlado para se adequar a um projeto de vida; são corpos dóceis e manipuláveis através de normatizações, sendo a dieta uma grande estratégia, com respaldo científico, capaz de sistematizar as exigências sociais.

7

Considerações finais

“como é que você se sente hoje em relação ao seu corpo, em relação a forma como você se alimenta, como você se sente hoje, assim, você tá satisfeita, não sei, em geral?”

(Raquel, pesquisadora/entrevistadora)

Ao longo desta dissertação, em diversos momentos optei por retomar aquele que considero ser um dos pensamentos centrais para elaboração dos questionamentos propostos: contar histórias é uma forma de ação. Quando narramos, não estamos apenas dizendo algo sobre nós; estamos construindo quem somos. Busquei ressaltar também o contexto social que confere valores morais positivos às pessoas magras “capazes” de controlar regularmente sua alimentação e corpo, com destaque para as mulheres. Tendo em vista esse contexto, eu já esperava me deparar com algumas histórias mencionando a obesidade, os padrões corporais e até mesmo a dificuldade em manter a alimentação regrada. Entretanto, o fato de todas as entrevistadas escolherem narrar justamente episódios nos quais elas ressaltavam uma ideia de sofrimento pode nos dizer muito sobre como a relação entre alimentação e corpo tem sido estabelecida.

Como previamente apresentado, a delimitação teórica e a análise dos dados partiram do objetivo mais geral da pesquisa, a saber, *entender quais significados sobre a dieta são narrativamente construídos pelas mulheres que realizam acompanhamento nutricional*. Esse objetivo foi desdobrado em quatro perguntas que foram respondidas tanto através das escolhas teóricas quanto através da análise dos dados. Neste capítulo final, retomo tais perguntas com a intenção de estruturar as respostas:

- 1) *Quais elementos as participantes apontam como motivadores para a decisão de mudar a alimentação?*

As entrevistadas elegem um acontecimento específico de suas histórias de vida como motivação para o início da dieta: terem engordado. Apesar do ganho de peso ter ocorrido de forma diferente para cada uma delas, as consequências sociais

dessa mudança atuam com maior força em todas as histórias. Elas escolhem destacar quanto o ganho de peso mudou negativamente a maneira como as pessoas as enxergavam e como elas mesmas se identificavam. É interessante notar como apenas Hanna abre espaço para demonstrar sua preocupação com aspectos voltados para saúde na obesidade. Não significa dizer que as outras participantes ignorem sua própria condição de saúde, mas o que elas focalizam é principalmente o sofrimento social. Assim, a motivação inicial para mudar a alimentação seria a tentativa de se desvincular de uma imagem potencialmente estigmatizante (Goffman, 1980 [1963]; Granberg, 2011), a de pessoa obesa, e de todos os constrangimentos que podem acompanhar essa característica.

2) *Como a estrutura dessas narrativas pode estar relacionada aos sentimentos discursivamente elaborados sobre a dieta?*

Um dos pontos centrais da análise compreende a observação da estrutura não linear dessas narrativas, caracterizada como cíclica. Através das discussões teóricas sobre narrativas de sofrimento (Hydén, 1997; Bastos, 2005; Piccardi, 2016), observamos como para diversos autores elas não possuem uma estrutura clássica com começo, meio e fim. Assim, a forma como a narrativa dessas entrevistadas foi estruturada reflete os próprios sentimentos que são discursivamente elaborados sobre a dieta: sofrimento, angústia, restrição. Esses sentimentos estão ligados a um sentido de aprisionamento que, como vimos, contribui para a relação circular. A dieta seria sempre reformulada, mas nunca finalizada, justamente porque quebrar o ciclo implicaria adquirir novamente a característica estigmatizante motivadora da mudança alimentar. A necessidade constante de ser vista melhorando fisicamente (como nos casos de Hanna, Isis e Talita) bem como os problemas de cunho psicológico narrados por Diana parecem atuar na manutenção desse ciclo à medida que elas precisam estar constantemente disciplinando e vigiando o corpo e a alimentação (Santos, 2008; Contreras & Gracia, 2011)

3) *Que significados sobre as dietas são narrativamente coconstruídos com a pesquisadora?*

A cena macrodiscursiva de estigmatização da obesidade e dos transtornos alimentares, além da exaltação das dietas restritivas, atua como pano de fundo

desta pesquisa. Entretanto, compreendendo o discurso como situado, me alinho ao entendimento de que os significados não são definitivos e estáveis. Assim, é preciso olhar para como eles são contestados ou legitimados na interação. Na análise dos dados observamos a ocorrência de um compartilhamento de significados sobre a dieta entre mim e as entrevistadas que proporcionou certa fluidez na interação. Como discutido no capítulo de metodologia, não houve intenção de buscar uma neutralidade como pesquisadora; pelo contrário, comprometi-me a olhar como minhas opiniões atuavam na elaboração das narrativas. Assim, durante a análise atentei para como estávamos sempre ratificando e dando continuidade às falas uma das outras através de avaliações e repetições. Essa cooperação interacional proporcionou um ambiente receptivo para a construção de narrativas com um aspecto de “confissão” tendo em vista o engajamento dramático de ambas as partes e a negociação conjunta dos sentidos.

4) *Como as participantes se constroem frente a discursos sobre alimentação saudável e exaltação da magreza?*

Acredito que a resposta a essa pergunta engloba todas as anteriores, assim, escolhi respondê-la por último, apesar de inicialmente tê-la apresentado em primeiro lugar. Os dados nos mostram como o alinhamento ao macrodiscurso sobre corpo e alimentação opera na construção do sofrimento dessas narrativas. Através da observação de falas mais ou menos agentivas, vimos também que esse alinhamento é pensado, consciente e até mesmo contestado pelas próprias participantes. Assim, apesar de questionarem criticamente a forma como o “corpo magro” e o “corpo gordo” são socialmente representados, as entrevistadas parecem “ceder” a essa ideia, pois confrontá-la, como já discutido, pode acarretar em situações desfavoráveis no âmbito social e individual. Portanto, a alimentação “saudável” seria a estratégia encontrada para regular o corpo de acordo com os padrões de magreza e beleza. Retomando a estrutura cíclica associada ao aprisionamento, permanecer no ciclo seria também uma forma de se manter dentro dos níveis socialmente esperados de “normalidade” dos comportamentos alimentares e dos cuidados com o corpo. Entretanto, essa é uma “normalidade” manejada socialmente, visto que os “excessos” de cuidado e a privação do alimento podem ser apagados durante uma interação social a fim de evitar outras formas de estigmatização, como a da mulher superficial e fútil.

7.1

Um caminho muito longo: implicações e limitações da pesquisa

“eu acho que eu preciso de um caminho muito longo aí pra incorporar essa palavra na minha vida, sabe, “estar satisfeita”. Acho que ainda não, sabe, não tô satisfeita.”

(Bianca, 22 anos, estudante de psicologia)

Esta subseção foi nomeada inspirada pelas palavras de Laura por entender que, assim como para as entrevistadas o percurso da dieta é um longo processo, o debate sobre o controle alimentar atrelado aos aspectos corporais ainda possui um extenso caminho pela frente. Apesar de não ser uma temática recente nas pesquisas acadêmicas, ela sofre constantes atualizações que conferem a relevância em estudá-la. Com os avanços da internet, em especial das redes sociais, novas formas de viver e de “ser” são propagadas e, conseqüentemente, outras maneiras de entender e se relacionar com o corpo e com a comida. Parece que também caminhamos num ciclo que está constantemente sendo reformulado a fim de encontrar uma nova estratégia para padronizar a alimentação, o corpo, os comportamentos, enfim, os indivíduos. Tendo em vista essa reflexão, discutirei brevemente nesta subseção as contribuições e as limitações desta pesquisa.

Primeiramente, para compreender a relevância do tema, recorro às três mensagens principais que embasam nossa cultura alimentar (Contreras & Gracia, 2011): a moderação, variedade e equilíbrio dietético para manter a boa saúde física e mental; a magreza como beleza e ideal estético; e o comer bem e por prazer, envolvendo uma satisfação física, psicológica e social. Diante dessas mensagens, Contreras e Gracia (2011, p.295) propõem o seguinte questionamento: “diante da necessidade diária de comer e selecionar os alimentos, é possível interiorizar e colocar em prática ao mesmo tempo as três mensagens sem afetar a saúde física e/ou mental?”. Acredito que os dados desta pesquisa e as discussões levantadas nos fornecem boas pistas para refletir sobre a resposta a essa pergunta, ressaltando a importância em continuarmos o debate tendo em vista o dilema alimentar contemporâneo.

Apesar de ter analisado doze entrevistas e escolhido quatro para compor esta dissertação, valorizando uma perspectiva micro, o diálogo com o cenário macro contribuiu para costurar a coerência dessas histórias. Não é meu objetivo propor

generalizações a partir dessas quatro entrevistas, porém apenas pelo fato dessas histórias estarem sendo narradas significa que existe “algo” acontecendo na vida social. Recorrendo ao cenário macrossocial, essas narrativas ganham força quando nos deparamos com uma quantidade significativa de notícias sobre meninas que desde muito novas apresentam quadros de depressão e transtornos alimentares vinculados à busca incessante pelo corpo magro. Os dados contribuem para exemplificar a importância em articular o micro e o macro para compreender a vida social, visto que não somos meros reprodutores de discursos, mas detentores do poder de contestação e transformação. Não significa que isso sempre ocorra; porém, a própria legitimação de certo discurso seria uma forma de ação, uma escolha. Afinal, “o mundo social se forma à medida que as pessoas o discutem, o escrevem e o contestam” (Bastos & Biar, 2015, p.101).

No que tange aos estudos da narrativa, a estrutura circular das narrativas aqui analisadas contribui para uma discussão amplificada sobre a questão da temporalidade. Mishler (2002) problematiza os tradicionais modelos narrativos que conferem primordialmente à ordem do tempo do relógio a responsabilidade por organizar uma narrativa, considerando o tempo passado. Para ele, muito além do aspecto temporal, precisamos atentar para a significância do enredo e para como os narradores escolhem organizam eventos diferentes a fim de construir uma unidade significativa, uma história. Recorrendo aos estudos de Ricoeur que define o final de uma história como o “ponto de partida” para a recapitulação e sequenciação dos eventos, Mishler defende a importância da relação estabelecida entre o passado e o presente na construção do sentido. Essa problemática é ainda mais complexa em narrativas pessoais (como nesta pesquisa), pois ao contarmos nossa história de vida, nos “construímos retrospectivamente, por meio de um olhar retrovisor desde o presente” (Mishler, 2002, p.104).

As narrativas sobre dieta refletem diretamente esses questionamentos. De certa forma, as entrevistadas partem do tempo presente para reconstruir os passos das dietas. Apesar de não ser um “final” no sentido de terminar o percurso (visto que também é uma história de vida), a forma como as entrevistadas se relacionam com o corpo e com a alimentação no presente é resultante de todo o processo da dieta no passado; assim, ao narrar sua história na situação de entrevista, elas vão se construindo de maneira retrospectiva. Para Mishler (2002), esse processo de

revisar uma história de vida é interminável, pois sempre adquirimos novos entendimentos sobre o que aconteceu baseado em novos contextos e experiências. Além disso, dialogando com as discussões sobre narrativas de sofrimento, Mishler explica como nesses casos a possibilidade de um final ou uma sequência linear se torna ainda mais improvável devido à confusão dos sentimentos vivenciados.

Assim se almejamos compreender como os indivíduos se constroem, mudam e reformulam seus entendimentos é preciso que as teorias e métodos para a pesquisa narrativa incluam movimentos que vão além de um trajeto progressivo e linear (Mishler, 2002). Os dados aqui analisados exemplificam a existência de movimentos narrativos variados e corroboram para a necessidade de repensar a maneira como as experiências são narrativamente organizadas. Além disso, para entender os finais e enredos das histórias é necessário um reconhecimento “tanto dos enquadres culturais nos quais nos baseamos para fazer juízos da propriedade dos relatos narrativos quanto da sua produção situada” (Mishler, 2002, p.115). Considerando que as noções sobre corpo e alimentação são frequentemente atualizadas de acordo com os “avanços” do discurso da medicina, não é surpreendente que as avaliações e concepções dessas mulheres sobre suas ações em relação à dieta sejam constantemente resignificadas e que suas histórias não sigam uma linearidade. Consequentemente, suas narrativas são construídas através de muitos pontos de virada (Mishler, 2002) que vão reformulando as compreensões sobre as experiências vividas.

Considerando a proposta de uma discussão multidisciplinar, destaco também a contribuição que pesquisas da linguagem podem oferecer a temáticas inicialmente da biomedicina. Todavia, considero importante ressaltar que a intenção desta pesquisa não é propor oposições à prática de uma dieta. Pelo contrário, acredito no bom uso dessa técnica pelos profissionais adequados e de maneira coerente a fim de alcançar benefícios para os pacientes, muito além de qualquer padrão estético. Não cabe nesta pesquisa apontar erros e/ou acertos nas prescrições nutricionais, por se tratar de um estudo da linguagem. Todavia, todas as discussões levantadas até o momento trazem à luz a complexidade desse debate, principalmente por proporcionar espaço para análise das concepções das próprias pacientes (no caso, pacientes de nutricionistas), perspectiva essa por vezes negligenciada em pesquisas que estipulam normas para a alimentação.

Direcionando a discussão em especial para o profissional da nutrição, considero este estudo relevante por exemplificar a relação “não saudável” e até mesmo “conturbada” estabelecida com a comida tendo como base regras nutricionais pré-estabelecidas. Assim, retomo o questionamento de Contreras e Gracia (2011) e me pergunto até que ponto é realmente possível praticar as três mensagens sobre alimentação sem que alguma área da vida seja negativamente afetada. Além disso, Campos (2016, p.232) pontua que “a formação em Nutrição não prepara o profissional para lidar com questões ligadas à subjetividade, à cultura ou às normas sociais que são produzidas pelo pensamento biomédico”, assim “muitos profissionais reproduzem o padrão social vigente, que associa magreza, beleza e saúde”. Certamente que essa reflexão não exclui a existência de profissionais preocupados com questões para além das normas biomédicas, mas reforça a necessidade de levar essa discussão de maneira mais expressiva para o meio médico, em especial, para os nutricionistas.

Como ressaltado na introdução e no capítulo 4, numa sociedade em que as regras sobre a comida, o corpo e a saúde são estipuladas majoritariamente pelo discurso médico, torna-se essencial proporcionar debates com a área das ciências humanas para trazer as histórias, as preocupações, as angústias e as expectativas dos sujeitos; afinal, não podemos ignorar que essas normas gerais do comer são adotadas por pessoas específicas, com necessidades específicas, em contextos específicos. Falar sobre dietas ultrapassa as barreiras do cuidado com a saúde. O ato de engordar não é significativo apenas porque ele pode causar problemas de saúde, mas também porque ele aparece em oposição a “estar magra”. Logo, não é somente o “ser saudável” que está em jogo, pois, como reforcei constantemente durante esta pesquisa, a alimentação e o cuidado com o corpo são práticas social e culturalmente situadas.

Gostaria de acrescentar outro aspecto tão importante quanto as contribuições da pesquisa: suas limitações. Em primeiro lugar, o espaço da dissertação não permite uma discussão aprofundada de todos os dados, principalmente considerando o tipo de análise aqui proposto. Portanto, certamente que escolhas precisaram ser feitas. Em relação à abordagem multidisciplinar, também entendo que muitos outros conhecimentos e teorias poderiam auxiliar nesta pesquisa, não sendo possível aqui alcançar toda a complexidade desses estudos. Em segundo

lugar, como defendido por Moita Lopes (2001, p.35), “vemos nos dados de nossa pesquisa o que as teorias que abraçamos nos permitem ver”, logo, apesar de alinhada a uma perspectiva que possui um caráter interdisciplinar, este estudo, assim como qualquer pesquisa acadêmica, encontra-se limitado dentro de suas próprias lentes analíticas.

Em terceiro lugar, considero importante apontar uma temática que, devido às limitações mencionadas, não pôde ser aprofundada na revisão teórica e na análise: o debate sobre identidade, gênero e corpo. Muitos teóricos da atualidade discutem sobre o aspecto fluido das identidades, as múltiplas identidades e problematizam uma tradição cultural que essencializa os sujeitos. Acredito que todas essas discussões contribuiriam de maneira enriquecedora para o entendimento das relações estabelecidas entre gênero e corpo, mais especificamente ao sentido de feminilidade propagado na sociedade. Essa é uma questão relevante, visto que historicamente as mulheres foram gradualmente sendo construídas como um grupo homogêneo que compartilha, dentre outras características, o desejo pela magreza, a histeria, a fragilidade e certa futilidade. Assim, proponho como um dos futuros desdobramentos desta pesquisa aprofundar tais questionamentos.

Por fim, após as reflexões teóricas, diante da análise dos dados, e considerando o contexto social tão enfatizado ao longo desta dissertação, defendo que o debate sobre o controle da alimentação e do corpo não pode e não deve ser considerado trivial ou repetitivo uma vez que o simples (mesmo dentro de toda sua complexidade cultural e social) ato de comer tem sido cada vez mais relacionado aos sentimentos de culpa, sofrimento e medo, culminado em tantos constrangimentos para a expressão individual e social. Mais que isso, quando essa relação conturbada está diretamente ligada a problemas patológicos, transtornos psicológicos e alimentares, ela também se torna um problema de saúde pública

8

Referências bibliográficas

AHEARN, Laura M. **Agency**. Journal of Linguistic Anthropology. v. 9, p.9-15. 2000.

ARAÚJO, Kênya L. de; PENA, Paulo G. L; FREITAS, Maria do Carmo S. de; DIEZ-GARCIA, Rosa W. **Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho**. Revista Nutrição. v.28, n.9, p.569-579, nov/dez. 2015.

ASAD, Talal. **Agency and pain: an exploration**. Culture and Religion: a Interdisciplinary Journal. vol.1, n.1, p.29-60, 2000.

BAMBERG, Michael; GEORGAKOPOULOU, Alexandra. **Small stories as a new perspective in narrative and identity analysis**. Text and Talk. vol.28, n.3, p.377-396. 2008

BASTOS, Liliana Cabral. **Narrativa e vida cotidiana**. Scripta, v.7, n.14, p.118-127, 2004.

BASTOS, Liliana Cabral. **Contando estórias em contextos espontâneos e institucionais – uma introdução ao estudo da narrativa**. Calidoscópico, v. 3, n. 2, p. 74-87, maio/ago, 2005.

BASTOS, Liliana Cabral. **Diante do sofrimento do outro - narrativas de profissionais de saúde em reuniões de trabalho**. Calidoscópico (UNISINOS), v. 6, p. 76-85, 2008.

BASTOS, Liliana Cabral; BIAR, Liana de Andrade. **Análise de narrativa e práticas de entendimento da vida social**. D.E.L.T.A, vol. 31, especial, p.97-126, 2015.

BIAR, Liana de Andrade. **Demarcando o território? Situando a Linguística Aplicada “Indisciplinar”**. Linguagem em (Re)vista. ano 6, n.10, 2009.

BIAR, Liana de Andrade. **“Realmente as autoridades veio a me transformar nisso”**: Narrativas de adesão ao tráfico e a construção

discursiva do desvio. Rio de Janeiro, 2012. 246p. Tese de Doutorado – Departamento de Letras, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

BLOCK, David. Unpicking agency in sociolinguistic research with migrants. In: GARDNER, Sheena; MARTIN-JONE, Marilyn. **Multilingualism, Discourse and Ethnography.** New York: Routledge, 2012. p.47-59.

BRUNER, J. **Acts of meaning.** Cambridge: Harvard University Press, 1990.

CAMPOS, Silvana da Silveira et al. O estigma da gordura entre mulheres na sociedade contemporânea. In: PRADO, Shirley Donizete et al (orgs). **Estudos socioculturais em alimentação e saúde: saberes em rede.** Rio de Janeiro: EDUERJ, 2016 Sabor metrópole series, vol 5. p.231-249.

CARVALHO, Maria C. da V. S.; LUZ, Madel T.; PRADO, Shirley D. **Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica.** Ciência & Saúde Coletiva. vol.16, n.1, p.55-163. 2011.

CASTRO, Ana Lúcia de. **Culto ao corpo e estilos de vida: o jogo da construção de identidades na cultura contemporânea.** Perspectivas, São Paulo, v.31, p.137-168, 2007.

CONTRERAS, Jesús; GRACIA, Mabel. **Alimentação, sociedade e cultura.** Tradução de Mayara Fonseca e Barbara Guidalli. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.

CRUZ, Claudia Almada Gavina da. **História é o que mais tem: narrativas e a construção discursiva das identidades de obesidade.** Rio de Janeiro, 2015, 141p. Tese de Doutorado – Departamento de Letras, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

CHARMAZ, Kathy. **Stories of suffering: subjectibe tales and research narrative.** Qualitative Health Research. v.9, may, p.362-382, 1999.

DENZIN, N.; LINCOLN, Y. A disciplina e a prática da pesquisa qualitativa. In: In: Denzin, N.; Lincoln, Y (org). **O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens.** Porto Alegre: Artmed, 2006.

DE FINA, Anna. **Narratives in interview – The case of accounts: For an interactional approach to narrative genres**. Narrative Inquiry, vol.19, n.2, p.233- 258, John Benjamins Publishing Company, 2009.

DURANTI, A. Agency in Language. In: DURANTI, A. (org). **A Companion to Linguistic Anthropology**. Malden, Mass: Blackwell, 2004.

FABRÍCIO, Branca F. **Mulheres emocionalmente descontroladas: identidades generificadas na mídia contemporânea**. D.E.L.T.A. v. 20, p.235-263.

FOUCAULT, M. **Microfísica do Poder**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1979.

FOUCAULT, M. **Vigiar e Punir**. Petrópolis: Vozes, 1999.

FOUCAULT, M. **História da sexualidade I: a vontade do saber**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1988 [1976]

FOUCAULT, M. **História da sexualidade II: o uso dos prazeres**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1998 [1984]

GARCEZ, Pedro de Moraes; BULLA, Gabriel da S.; LODER, Letícia L. L. **Práticas de pesquisa microetnográfica: geração, segmentação e transcrição de dados audiovisuais como procedimentos analíticos plenos**. Revista D.E.L.T.A, p.257-288, 2014.

GASTALDO, Édison. **Goffman e as relações de poder na vida cotidiana**. RBCS, vol 23, n.68. outubro, 2008.

GERGEN, Kenneth J.; GERGEN, Mary M. Narrative form and the construction of psychological Science. In: Theodore, R. Sarbin (ed), **Narrative Psychology: The stories nature of human conduct**. New York: Praeger press, 1986. p.22-44.

GERGEN, Kenneth J.; GERGEN, Mary M. Narrative and the self as relationship. In: BERKWITZ, Leonard. (ed.). **Advances in experimental social psychology**. v.21, p.17-56, New York: Academic, 1988.

GERGEN; M. M.; GERGEN, K. J. Investigação qualitativa: tensões e transformações. In: Denzin, N.; Lincoln, Y. **O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

GIDDENS, Anthony. Elements of the theory of sturcturation. In: GIDDENS, Anthony. **The Constitution of Society: outline of the theory of structuration**. Berkeley and Los Angeles: University of California Press, 2001. p. 2-28.

GIDDENS, Anthony. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor Ltda, 2002.

GOFFMAN, Erving. **Estigma: Notas sobre a manipulação da identidade deteriorada**. Tradução de Márcia Bandeira de Mello Leite Nunes. Rio de Janeiro: Zahar editores, 1980 [1963].

GOFFMAN, Erving. A situação negligenciada. In: RIBEIRO, B.T.; GARCEZ, P.M. (Eds.). **Sociolinguística interacional**. São Paulo: Edições Loyola, 2013[1964].

GOFFMAN, Erving. **A representação do eu na vida cotidiana**. Tradução de Maria Célia Santos Raposo. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009 [1959].

GRANBERG, Ellen M. “Is that all theres is?” **Possible selves, self-change and weight loss**. Social Psychology Quarterly. v. 69, n.2, p.109-126. 2006.

GRANBERG, Ellen M. “Now my ‘old self’ is thin”: **stigma exists after a weight loss**. Social Psychology Quarterly. v. 74, n.1, p.29-53, 2011.

HYDÉN, Lars-Christer. **Illness and Narrative**. Sociology of Health & Illness. v.19, n.1, p.48-69, 1997.

KLEINMAN, Arthur; KLEIMAN, Joan. **Cultural appropriantions of suffering in our times**. Deadulus. v.125, n.1, p.1-23. 1996.

KLEINMAN, A. “Everything that really matters”: **Social suffering, subjectivity, and the remaking of human experience in a disordering world**. The Harvard Theological Review. v.90, n.3, p.315-335, 1997.

KLEINMAN, A.; DAS, V.; M. LOCK. Introduction. In: KLEINMAN, A.; DAS, V.; M. LOCK. (orgs). **Social Suffering**. Berkeley: University of California Press, p.ix-xxvii, 1997.

KRAEMER, Fabiana B.; PRADO, Shirley D.; FERREIRA, Francisco R.; CARVALHO, Maria C. V.S.; **O discurso sobre alimentação saudável como estratégia de biopoder**. Physis: Revista de saúde coletiva. Rio de Janeiro. v.24, n.4, p.1337-1359, 2014.

LABOV, W.; WALETZKY, J. Narrative analysis: oral versions of personal experience. In: HELM, J. **Essays on the verbal and visual arts**. Seattle: University of Washington Press, 1967. p. 12-44.

LABOV, W. The transformation of experience in narrative syntax. In: LABOV, W. **Language in the inner city**. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1972, p. 354-392.

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. 2 ed. Tradução de Sonia M.S.Fuhrmann. Petrópolis: Vozes, 2007.

LINDE, Charlotte. **Life stories. The creation of coherence**. New York: Oxford University Press, 1993.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias**. Revista Pesquisa Qualitativa. São Paulo. v.5. p. 01-12. 2017.

MISHLER, E. **Research Interview as speech events**. In: Mishler, E. **Research Interviewing: context and narrative**. Cambridge: Harvard University Press, 1986.

MISHLER, E. Narrativa e identidade: a mão dupla do tempo. In: BASTOS, Liliana C.; MOITA LOPES, L.P. **Identidades: recortes multi e interdisciplinares**. Campinas: mercado das letras, 2002.

MOITA LOPES, L.P. Práticas narrativas como espaço de construção das identidades sociais: uma abordagem socioconstrucionista. In: RIBEIRO, B.T; LIMA, C.C; DANTAS, M. T.L. **Narrativa, Identidade e Clínica**. Rio de Janeiro: edições IPUB, 2001.

MOITA LOPES, L.P. **Identidades fragmentadas: a construção discursiva de raça, gênero e sexualidade em sala de aula.** Campinas, SP: Mercado de Letras, 2002.

MOITA LOPES, L.P. **Discursos de identidades: discurso como espaço de construção de gênero, sexualidade, raça, idade e profissão na escola e na família.** Campinas, SP: Mercado de Letras, 2003.

MOITA LOPES, L.P. **Contemporaneidade e construção de conhecimento na área de estudos linguísticos.** *SCRIPTA*, Belo Horizonte, v. 7, n. 14, p. 159-171, 2004

PICCARDI, Tatiana. **Transformando sofrimento em narrativa e narrativa em uma nova vida.** Revista Internacional de Humanidades Médicas, v. 3. n.1, 2016.

RIBEIRO, Branca Telles; GARCEZ, Pedro M (Orgs). **Sociolinguística Interacional.** 2 ed. São Paulo: Edições Loyola, 2013.

RIBEIRO, Branca Telles; PEREIRA, Maria das Graças Dias. **A noção de contexto na análise do discurso.** Revista Veredas. v.6, n.2, Juíz de Fora, p.49-67, 2002.

RIESSMAN, Catherine Kohler. **Narrative analysis.** Qualitative Research Methods Series, n.30. Newbury Park, CA: Sage, 1993.

RIESSMAN, Catherine Kohler. **Narrative Methods for the human sciences.** Los Angeles: Sage, 2008.

ROLLEMBERG, A. T. V. Entrevistas de pesquisa: oportunidades de coconstrução de significados. In: BASTOS, L.C.; SANTOS, E. S. Dos. **A entrevista na pesquisa qualitativa – Perspectivas em análise da narrativa e da interação.** Rio de Janeiro: Quartet Editora, 2013.

SANTOS, Ligia Amparo da Silva. **Os Programas de Emagrecimento na Internet: um Estudo Exploratório.** *Physys. Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v.12, n.2, p.353-362, 2007.

SANTOS, Ligia Amparo da Silva. **O corpo, o comer e a comida: um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo**

contemporâneo [online]. Salvador: EDUFBA, 2008. 330 p. Disponível em: <<http://books.scielo.org>>.

SANTOS, Ligia Amparo da Silva. **Da dieta à reeducação alimentar: algumas notas sobre o comer contemporâneo a partir dos programas de emagrecimento na Internet**. *Physys. Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v.20, n.2, p. 459 - 474, 2010.

SANTOS, William Soares dos. Os níveis de interpretação na entrevista de pesquisa de natureza interpretativa com narrativas. In: BASTOS, L.C.; SANTOS, E. S. Dos. **A entrevista na pesquisa qualitativa – Perspectivas em análise da narrativa e da interação**. Rio de Janeiro: Quartet Editora, 2013.

SILVERMAN, D. **Interpreting qualitativa data**. *Methods for analysing talk, text and interaction*. London: Sage, 2001.

TANNE, Deborah. **Talking voices: repetition, dialogue, and imagery in conversational discourse**. New York: Cambridge University Press, 2007.

VELHO, G. **Observando o familiar**. In: NUNES, E. *A aventura sociológica*. Rio de Janeiro: Zaar, 1978.

ANEXO 1

CONVENÇÕES DE TRANSCRIÇÃO

Tempo

...	pausa não medida
(.)	pausa menos de 2 décimos de segundo

Aspectos da fala

.	entonação descendente
?	entonação ascendente
,	entonação intermediária, de continuidade
-	parada súbita

Sublinhado

ênfase em som

MAIÚSCUA

fala em voz alta ou muita ênfase

>palavra<

fala mais rápida

<palavra>

fala mais lenta

: ou ::

alongamentos

[]

fala sobreposta

Formatação, comentários, dúvidas

()	fala não compreendida
(())	comentário da analista

Outros

“palavras”	fala relatada
------------	---------------

ANEXO 2

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título: Narrativas e a construção do corpo feminino (título provisório)

OBJETIVO DO ESTUDO: O objetivo principal desse projeto é analisar como as mulheres elaboram suas histórias de vida a partir de aspectos relacionados à saúde, alimentação e atividade física a fim de compreender a construção da identidade feminina.

ALTERNATIVA PARA PARTICIPAÇÃO NO ESTUDO: Você tem o direito de não participar deste estudo. Estamos gerando informações para compor o corpus de análise de dissertação de mestrado da pesquisadora responsável. Se você não quiser participar do estudo, isto não irá interferir na sua vida pessoal/profissional.

PROCEDIMENTO DO ESTUDO: Se você decidir integrar este estudo, você participará de uma entrevista em que refletiremos sobre essas escolhas, entre outros tópicos, relacionados às práticas sociais que perpassam o seu cotidiano. Esta entrevista terá tempo de duração variável a ser negociado com cada participante, podendo ser interrompida ou cancelada a qualquer momento sem qualquer ônus para a participante. Utilizaremos os dados gerados como parte do objeto de pesquisa. Você pode achar que determinadas perguntas incomodam porque as informações que geramos são sobre experiências pessoais. Assim, você pode escolher não responder as perguntas que o façam sentir-se incomodado.

GRAVAÇÃO EM ÁUDIO: Todas as interações serão gravadas em áudio. As gravações serão ouvidas por mim e pela pesquisadora orientadora e serão marcadas com um nome fictício como forma de identificação durante a gravação. Seu nome não será utilizado a fim de garantir confidencialidade. As gravações serão utilizadas somente para geração de dados. Se você não quiser ser gravado em áudio, informe ao pesquisador, que buscará outras formas de gerar dados.

BENEFÍCIOS: Sua entrevista ajudará na compreensão de como são construídas e entendidas as identidades da mulher a partir de suas narrativas de vida, além de propiciar uma reflexão crítica sobre a atuação dos aspectos físicos corporais na prática discursiva cotidiana.

CONFIDENCIALIDADE: Como foi dito acima, seu nome não aparecerá nas transcrições das gravações, bem como em nenhum formulário a ser preenchido por nós. Nenhuma publicação partindo destas entrevistas revelará os nomes de quaisquer participantes da pesquisa bem como a instituição a qual são vinculadas. Sem seu consentimento escrito, os pesquisadores não divulgarão nenhum dado de pesquisa no qual você seja identificado.

DÚVIDAS E RECLAMAÇÕES: Esta pesquisa possui vínculo com a Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro – PUC-Rio através do Programa de Pós-graduação em Estudos da Linguagem sendo a aluna Raquel Freire a pesquisadora principal, sob a orientação da Prof^a Dr^a Liliana Cabral Bastos. As pesquisadoras

estão disponíveis para responder a qualquer dúvida que você tenha. Caso seja necessário, entre em contato com a pesquisadora responsável no e-mail freireraquel.s@gmail.com em qualquer fase deste estudo. Você terá uma via deste consentimento para guardar com você. Você fornecerá nome, endereço e telefone de contato apenas para que a equipe do estudo possa lhe contactar em caso de necessidade.

CONSENTIMENTO:

Eu, _____, acredito ter sido suficientemente esclarecida a respeito das informações sobre o estudo acima citado, que li ou que foram lidas para mim. Discuti com a pesquisadora Raquel Freire sobre a minha decisão em participar nesse estudo. Ficaram claros para mim os propósitos do estudo, o procedimento a ser realizado, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que minha participação é isenta de despesas. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades ou prejuízo ou perda de qualquer benefício que eu possa ter adquirido. Concordo ainda com a utilização dos dados gerados na divulgação dos resultados da pesquisa em eventos científicos, periódicos da área, livros e eventos acadêmicos.

Rio de Janeiro, _____ de _____ de _____

Assinatura da participante

Assinatura da pesquisadora