

BELEZA

“Cultura de reclamar da aparência”

A antropóloga Mirian Goldenberg diz que brasileiras buscam ideal de perfeição, gerando exaustão e infelicidade

Estar em dia com o corpo é mais uma das preocupações das mulheres, que já somam outras obrigações no dia a dia, com filhos, marido, casa e carreira profissional. Para a antropóloga Mirian Goldenberg, a mulherada está exausta, infeliz e insatisfeita.

Mirian, que, desde 2007, conduz a pesquisa “Corpo, Envelhecimento e Felicidade” na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ),

falou sobre o tema ao **AT2**. O assunto também é tratado em seu livro mais recente, “A Bela Velhice”, da editora Record.

AT2 Acredita que as brasileiras são extremamente insatisfeitas?

MIRIAN GOLDENBERG São. A brasileira tem cultura de reclamar mais da aparência. Muitas parecem se focar mais no que elas não têm, em suas faltas. Investigam suas faltas, usando uma lupa para aumentar, como se fossem detetives. Há busca por um ideal de perfeição. A brasileira se exige, por isso está sempre insatisfeita. Ou faz dieta, ou acha que deveria fazer. Ou está malhando, ou acha que deveria malhar. Não são tantas as mulheres que malham, mas muitas se sentem mal por não malharem. As brasileiras estão insatisfei-

tas e exaustas.

> Como é isso?

A mulher brasileira soma exigências sociais, não consegue dizer “não” e se livrar de algumas delas. É dona de casa e mãe. Ainda trabalha fora e estuda, procurando sempre crescer profissionalmente. E ainda é vaidosa, e se preocupa com o corpo. A mulher tem dificuldade de priorizar um tempo para ela, e fica muito insatisfeita, exausta.

> Essas exigências levam à infelicidade?

Em minha pesquisa, 32% das entrevistadas disseram que não são felizes por serem perfeccionistas, insatisfeitas, críticas, ocupadas. Estamos exaustas e infelizes, mas 60% das entrevistadas afirmam que querem ser mais leves e divertidas. O tempo é um bem pre-

cioso. Como estão voltadas para demandas, as mulheres não têm tempo pra elas.

> O culto ao corpo é grande no Brasil?

O corpo sexy, magro e jovem é um capital, sem dúvida. Só de pensar que um dia vai envelhecer, a mulher brasileira já sofre. Por isso, as brasileiras investem muito em cuidados de aparência, desde cedo, com pavor de envelhecer. Passamos décadas sofrendo, pensando na velhice. Mas a velhice pode ser um momento de liberdade, o melhor momento da vida de uma pessoa. O Brasil sempre foi um país de pessoas jovens, agora a pirâmide está sendo invertida. A população está envelhecendo. Não são só as celebridades que podem ser belos velhos, mas todos nós podemos ser.



MIRIAN: “Elas querem ser leves”

“Não sou tão encanada com a aparência. Posso estar insatisfeita, mas sei que sempre tenho uma maneira de melhorar”

Demora pra se vestir

A estudante de Pedagogia Melissa Costa, 19 anos, revela que também sofre com a autocritica em relação à aparência.

“As pessoas me dizem: ‘Nossa, você é tão bonita’. Fico sem graça e respondo: ‘Quem dera’”, contou ela, aos risos.

Melissa entregou que não gosta muito de sua barriga, mas não fica triste com isso.

Dias atrás, ela demorou uma hora para ficar pronta para sair com os amigos. Tudo porque trocava de roupa o tempo todo, até achar uma produção que desse certo com ela. “É engraçado, a gente bota uma coisa, tira e coloca outra, e acha que nada está bem”.

Ela comentou que gosta de cuidar da aparência. “Vou sempre ao salão, me alimento bem. Nunca fiz, mas sou a favor de plástica para melhorar alguma parte do corpo”.



KADIDJA FERNANDES/AT

ESPECIALISTAS

Ditadura

“A gente vive a ditadura da magreza e beleza no Brasil. A partir do momento em que você não é magra, tem fraqueza de caráter. O gordo é o novo fumante”.



Fernanda Thedim, autora de “Corpo Novo, Vida Nova”

Neurose

“As mulheres são sensíveis à ‘cultura do corpo’ do Brasil, pois boa parte de sua valorização se dá por atributos físicos. Isso pode se tornar neurose quando elas passam a perseguir modelos de beleza irreais”.



Adriano Jardim, psicólogo

Acesso

“Hoje as pessoas têm acesso a tratamentos, academias. O consumo de beleza é grande. Nas classes mais baixas, elas também querem ser magras e fazer plásticas”.



Joana de Vilhena Novaes, psicanalista

TESTE

Você é neurótica com a aparência?

1 Pensando sobre o seu próprio corpo, você sente que ele:

- A. Está acima ou abaixo do peso e longe do ideal
- B. Pode melhorar
- C. Está muito próximo de como você gostaria

2 É um domingo de sol. Os amigos ligam para você e te convidam para curtir uma praia. Você imediata-

mente pensa:

- A. Não vou. Meu corpo está horrível, não vou me sentir à vontade
- B. Acho que dá pra encarar a praia
- C. É uma oportunidade de mostrar a minha beleza

3 Chega a hora de se vestir pra balada. Você:

- A. Troca de roupa várias vezes, pois nada parece ficar bem em você

- B. Demora muito para se arrumar, mas acaba achando algo que lhe parece bom
- C. Não consegue escolher, pois tudo lhe cai bem

4 Se pudesse mudar alguma coisa em seu corpo, você escolheria:

- A. Um novo corpo
- B. Uma ou duas coisas, só pra melhorar
- C. Nada. Me sinto muito bem do jeito que estou

RESULTADO

Mais A

INSATISFEITA. Insegura e autocrítica, você parece ter uma relação de insatisfação com seu corpo e com sua aparência. Cuidado para não desenvolver uma baixa autoestima, que vai te prejudicar.

Mais B

PARCIALMENTE SATISFEITA. De-

pendendo do dia e das suas condições, você pode se sentir bem ou mal com seu corpo. Tente manter os pensamentos positivos sobre suas formas.

Mais C

TOTALMENTE SATISFEITA. Você se sente “poderosa” com suas formas. Sua relação com o seu corpo é de satisfação e sua autoestima é alta.