

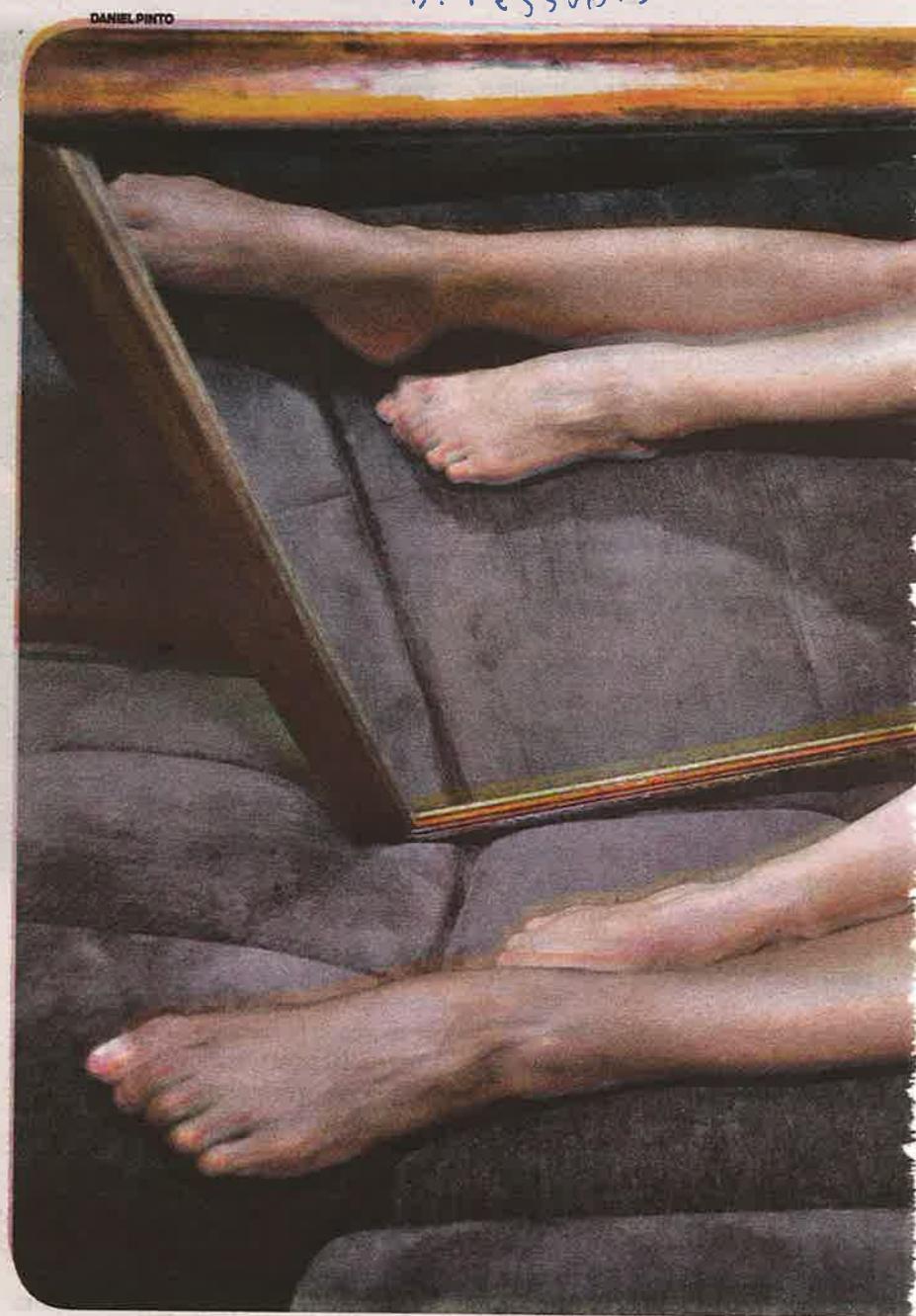
# Espelho, espelho meu...

COM DADOS DA ASSESSORIA DA DOVE  
FLÁVIA RIBEIRO COM DADOS DA ASSESSORIA DA DOVE

**Apenas 4% das mulheres no mundo todo se consideram belas. No Brasil esse número sobe para 14%**

**U**m estudo global realizado pela Dove revelou que apenas 4% das mulheres no mundo se classificam como belas. Ao todo, 6,4 mil mulheres foram ouvidas em 20 países, incluindo o Brasil e os dados mostram que 59% delas admite que sente pressão para ser bela. Dessas, 32% admitem que a pressão vem de si própria e não da sociedade (12%), amigos e família (9%) e a mídia (6%).

No Brasil, ao contrário da tendência de outros países, 14% das mulheres se sentem seguras o suficiente para dizerem que estão de bem com o espelho. Um exemplo disso é a bacharel em Direito Natasha de Paula. “Estou satisfeita com a minha aparência”, declara, segura. Ela malha cinco dias na semana desde os 16 anos e agora, aos 24, conquistou o corpo que sempre quis. “Eu me achava muito magra, por isso comecei a



malhar e não parei mais. Agora malhar é meu vício”, admite Natasha.

Além da academia, ela ainda faz tratamentos estéticos como massagens modeladoras ou drenagem linfática, mas sem muita regularidade. “Além da parte mais estética, é necessário ter uma alimentação balanceada e não se esquecer de beber água. Manter-se hidratada é muito importante”, diz.

Outro fator que faz diferença para que ela se mantenha de bem com o espelho é a cuca relaxada. “É bom sair com os amigos, namorar, ir ao cinema, passear, dar boas risadas, enfim se distrair”, avalia a jovem, que nunca pintou o cabelo ou fez cirurgias plásticas, mas não descarta a possibilidade. “Acho que, no futuro, se eu achar que preciso vou fazer plásticas sim. O importante é se sentir bem, mas por enquanto já estou bem

comigo mesma”, garante.

A funcionária pública Priscilla Magalhães também não vê problemas em mudar o visual para se sentir mais bonita. “No começo da minha adolescência eu me achava muito magra, mas fui mudando e hoje eu me sinto mais segura e confiante quando o assunto é a minha aparência”, diz Priscilla, que já fez reflexos no cabelos e recorreu a algumas cirurgias plásticas. “Isso tudo foi muito importante para mim, porque todas as pessoas devem se sentir bem. Isso melhora a autoestima e reflete em nossa vida, no trabalho e até no casamento”, diz.

Para ela a estética, no entanto, não é o fator que mais conta para que uma mulher se sinta bonita. “Trabalho no que gosto, continuo namorando mesmo depois de anos de casada, amo minhas filhas e amo ser mãe. Ainda participo



de um grupo de Encontro de Casais com Cristo, o que me ajuda muito, e tenho Deus, que guia meu caminho e me deixa feliz”, revela Priscilla.

### Paradoxo

Intitulada ‘Verdade sobre a Beleza’, a pesquisa foi conduzida pelo instituto de pesquisa inglês StrategyOne, que conversou com mulheres da Alemanha, Arábia Saudita, Argentina, Brasil, Canadá, China, Espanha, Estados Unidos, França, Índia, Itália, Japão, México, Países Baixos, Polônia, Portugal, Reino Unido, Romênia, Rússia e Turquia. E o resultado indica ainda um paradoxo: apesar de não reconhecer sua própria beleza, 80% das mulheres enxergam a beleza nas outras, concordando que toda mulher tem algo a ser apreciado.

“Há uma aparente falta de lógica no cerne do relacionamento da mulher

côm a beleza. Achamos importante ver a beleza nas outras, mas muitas vezes deixamos de valorizar a nossa própria beleza”, lamenta Susie Orbach, psicanalista inglesa, fundadora do Centro de Terapia da Mulher, conhecida mundialmente por ter tido como paciente a princesa Diana e que ofereceu consultoria à Dove na condução da pesquisa. “Temos uma crítica interna selvagem cujos olhos se amesquinham quando nos olhamos,” observa Susie. Segundo a psicanalista inglesa, “infelizmente isso pode repercutir de maneira mais abrangente, minando a autoestima, confiança e felicidade”.

A pesquisa constatou também que beleza é uma fonte significativa de ansiedade e isso se reflete na satisfação das mulheres com o bem-estar e suas vidas. De 2004 para 2010, caiu de 80% para 70% o número das que dizem estar satisfeitas com

sua vida e bem-estar em geral. Os únicos países que mostram um aumento na satisfação nesses quesitos são o Brasil (passando de 68% para 77%), e os Estados Unidos (de 89% para 94%).

Nota-se também que as mulheres das nações em desenvolvimento são as mais satisfeitas e confiantes em relação à vida (83%) e à sua própria beleza (80%), em comparação as das nações desenvolvidas (68% e 55%, respectivamente). Enquanto 92% afirmam que cuidar de si mesmas é importante para se sentir bonita, muitas acreditam que a sensação pode ser alcançada por meio de fatores que não tem nada a ver com a aparência física: fazer algo que gosta (91%), ser amada (91%), ter amigos (84%), ser profissionalmente (83%) e financeiramente (79%) bem sucedida, ter um relacionamento estável (83%), etc.



## SATISFEITA

**É COMO SE SENTE NATASHA DE PAULA QUANDO SE ENCARA NO ESPELHO**

A bacharel em Direito se achava muito magra e por isso começou a malhar, o que se tornou um vício. Hoje, aos 24 anos, ela admite que conseguiu o corpo que sempre quis, mas também acha que o bem-estar influencia na aparência, por isso adora sair com os amigos para se distrair e namorar



## + NO MUNDO:

### 01

O que elas mais gostam em si mesmas: olhos (61%), bocas/sorrisos (55%) e cabelos (50%);

### 02

O que menos gostam: barriga (36%), cintura (17%) e quadris (15%), sendo que 4% admitem que não gostam de nenhuma parte em si mesmas;

### 03

51% admitem que não estão maximizando o seu potencial. Essas mulheres sabem que têm potencial para melhorar, mas não fazem nada além do que já estão acostumadas.

### 04

92% delas afirmando que querem se ver melhor ao invés de seguir ideias de outras pessoas em relação à beleza;

### 05

87% acreditam que as mulheres mais bonitas não são aquelas que já nasceram assim, e sim aquelas que sabem valorizar o que têm de melhor.

### 06

40% das pesquisadas afirmam que teriam uma imagem mais positiva agora se tivessem tido uma definição mais saudável de beleza antes. Por isso, é preciso mudar o quanto antes esses estereótipos impostos nos dias de hoje.

### 07

63% gastam mais de 20 minutos com sua rotina de beleza por dia. E 81% delas apreciam o processo e os resultados do ritual de cuidados pessoais.



## +

## ESTÉTICA NÃO É TUDO

É O QUE DIZ A FUNCIONÁRIA PÚBLICA PRISCILLA MAGALHÃES

Para ela, o físico não é o que conta na hora da mulher se sentir bonita e sim a satisfação pessoal, amorosa, familiar e profissional. Hoje ela se considera muito mais bonita que na adolescência, e revela que já fez reflexos no cabelo e algumas cirurgias plásticas. "Isso melhora a autoestima e reflete em nossa vida, no trabalho e no casamento", admite Priscilla, segura e confiante quando fala da aparência

# Para não dormir com o inimigo

Joana de Vilhena Novaes

## + BRASILEIRAS:

**01**

91% afirmam que se sentem mais bonitas quando estão felizes e realizadas;

**02**

80% se sentem mais confiantes quando cuidam de sua própria aparência;

**03**

81% concordam que se esforçar para olhar o seu melhor ajuda a se sentirem mais felizes.

**04**

72% sentem pressão para serem bonita;

**05**

40% dizem que sua maior pressão em relação à beleza são elas mesmas, 12% da sociedade, 13% de amigos e família e 15% da mídia;

**06**

O que elas mais gostam em si mesmas: olhos (61%), bocas/sorrisos (55%) e cabelos (50%);

**07**

O que menos gostam: barriga (50%).

**a** recente pesquisa da Dove demanda uma reflexão/ação sobre como lidar com a questão da beleza na contemporaneidade. Existir é ser olhado, ser visto e, sobretudo, em todas as mulheres pesquisadas, ser amada. Se a psicanálise nos diz que o espelho nos devolve uma imagem muito além da aparência, a pesquisa parece confirmar que, apesar do reconhecimento de que a beleza é muito mais do que a aparência externa, apenas 4% das mulheres consideram-se satisfeitas com seus atributos. O que isto pode nos indicar?

Embora a sociedade tenha ampliado seu conceito de beleza e que o mesmo não esteja restrito à estética, a maioria das mulheres demonstra insatisfação quanto sua imagem. A psicanálise considera essa percepção um conflito do universo feminino contemporâneo, uma vez que, mesmo tendo lutado durante décadas por sua emancipação, a mulher de hoje ainda tem como um de seus principais valores a busca por um par. É importante que ela seja vista como um par amoroso e por isso 'a beleza como o outro vê' dita regras em tempos modernos.

Fundamentalmente para as mulheres ser bela pode ser traduzido em uma competência para achar este cobijado par amoroso e em ter a aprovação do outro. A pesquisa aponta claramente para a importância deste olhar masculino para o que é belo. Ser bem-sucedida para a mulher contemporânea está relacionado a ser vista como bela. Trata-se de uma contradição do olhar feminino para consigo mesma, uma vez que há o entendimento de que a beleza não se encerra na estética, mas ainda assim a mulher não se sente bela, não se vê como bela.

É interessante comparar os resultados de diferentes países e refletir sobre a influência comportamental no entendimento sobre a beleza. Quando comparadas com as mulheres chinesas, por exemplo, as brasileiras demonstram ter maior autoestima: 14% se sentem belas, número que aumentou em relação à pesquisa também realizada pela Dove, em 2004.

**A**

**A beleza como o outro vê dita regras em tempos modernos**

**,**

É interessante notar que as chinesas são aquelas menos satisfeitas com sua aparência, o que, inegavelmente, aponta para uma padronização de um modelo de beleza ocidental, cada vez mais rígido e estereotipado.

Demandada a desempenhar com excelência seu papel no trabalho, na família e na organização doméstica, estas mulheres parecem nos dizer que a modernidade não chega com a mesma velocidade ao psiquismo. Além de tais tarefas, a conhecida tripla jornada de trabalho da contemporaneidade, soma-se agora uma nova agenda: a da beleza e da manutenção da aparência de juventude. Como então lidar com tantas contradições e com esta ditadura da estética corporal que tomou conta do imaginário social?

Sabemos que a associação da mulher com a beleza é histórica, sabemos também que o novo papel desempenhado na sociedade contemporânea é incompatível com as demandas por ela mesma imposta. Valorização do trabalho intelectual, da participação no orçamento doméstico, da manutenção da família (36% das famílias brasileiras são chefiadas por mulheres ou são monoparentais) parece apontar para a necessidade de que elas rompam com os ditames de uma estética definida por um olhar estranho às suas realidades, rompendo com a severidade com que se autoavaliavam.

Nenhum homem é um algoz mais rigoroso do que as próprias mulheres,

que, vale dizer, se arrumam para outras mulheres. A mulher é, portanto, sua pior crítica e não o homem ou a mídia. Um olhar menos rígido, mais generoso, mais confiante e, sobretudo, mais complacente, certamente redundará em uma relação mais prazerosa, serena e, mais importante, confiante e feliz consigo mesmas.

Mas como atingir este ideal, que sabemos ser buscado por todas? Como reforçar a autoestima de mulheres cujas potencialidades, certamente estão engessadas por um ideal extremamente rígido e que muitas vezes não leva em conta justamente a beleza dos tantos tipos de mulheres mundo a fora?

Acreditamos que nossa contribuição, enquanto pesquisadores e estudiosos do tema, possa se dar exatamente na desconstrução dos estereótipos do que se convencionou chamar como belo e de sua associação com o ser amado. Se em nossa sociedade um importante parâmetro de felicidade é ser um 'par', é fundamental desvincular da imagem de sucesso feminino a necessária presença de um homem, sem, contudo dissociá-lo do ser amado. Podemos ser amadas de diferentes formas, por diferentes pessoas, desempenhando diferentes papéis e construindo diferentes projetos. O corpo deve ser nosso parceiro e amigo e não nossa prisão. Não podemos dormir sempre com o inimigo!

### + Fonte:

Joana de Vilhena Novaes é psicanalista, coordenadora do Núcleo de Doenças da Beleza do LIPIS (PUC-SP) e autora dos livros 'O intolerável peso da feiúra: sobre as mulheres e seus corpos' e 'Com que corpo eu vou? Sociabilidade e usos do corpo nas mulheres das classes altas e populares'. Mais informações: joanadevilhenanovaes.com.br