

ESCOLA LOURENÇO CASTANHO  
PROJETO CIENTÍFICO

**O CULTO AO CORPO E A IDENTIDADE PESSOAL DA MULHER**

JACQUELINE ZARZUR SACCO  
ANA CAROLINA MALKI BONTEMPO

Orientador: Prof. EDNILSON APARECIDO QUARENTA

São Paulo  
Novembro de 2020

## RESUMO

Este trabalho tem como função investigar se há uma influência ou não do culto ao corpo em relação à formação da identidade pessoal de cada mulher.

Para isso, fizemos diversas leituras, porém obtivemos a maioria das informações da tese "Corpo e identidade feminina", de Mirela Berger, escrita em 2006. Através desses dados e visando nossos objetivos, elaboramos um questionário a fim de obtermos respostas que correspondam ou não com nossas hipóteses.

Palavras-chave: Culto ao corpo. Estética. Pressão estética. Pressão social. Padrão de beleza. Corpo feminino. Mulheres. Identidade. Feminismo.

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	3
CAPÍTULO 1: Feminismo em Comum - (Des)Construção da identidade:.....	6
2 PROBLEMATIZAÇÃO .....	9
3 OBJETIVOS.....	10
4 HIPÓTESES .....	11
5 METODOLOGIA .....	12
6 RESULTADOS .....	15
7 CONCLUSÃO .....	28
ANEXOS.....	31

## 1 INTRODUÇÃO

"Cuidado, se engordar mais nenhum homem vai te querer", "Seja sensual, mostre mais seu corpo", "Coloque silicone, malhe o quadríceps", "Ser bonito é o segredo para a felicidade", "Perca peso, está ficando feia e doente", estas e diversas outras frases são ditas às mulheres ao redor do globo diariamente. A estética padronizada rodeia as mulheres todos os dias, pressionando-as a entrar num padrão julgado perfeito e ideal. O culto ao corpo se transformou e ganhou mais importância com os costumes burgueses na transição da idade média para idade Moderna. Já no Brasil, esta onda ganhou força por volta dos anos 90, quando foram traçados os modelos de corpo brasileiros.

Cada época em qualquer lugar do mundo traz traços diferenciados, como seus gestos, gostos, costumes e até mesmo o contorno de seu corpo e rosto. Apesar dos modelos estéticos variarem com as diferentes culturas, ainda nos prendemos ao ideal magro, que é diretamente relacionado à imagem apolínea. Durante a Idade Média, as pessoas davam grande valor aos banquetes com abundância de alimentos calóricos, pois demonstrava fartura, riqueza e alegria, portanto na Modernidade uma quantidade média de comida calórica traz sentimentos de culpa, remorso e arrependimento.

Nos dias de hoje, a estética acaba sendo diretamente relacionada com a saúde por meio de um senso comum equivocado. A noção de existir apenas uma beleza, acaba camuflando o verdadeiro significado de saúde humana, que está perdido entre as milhares de falas populares. Acredita-se popularmente que a imagem externa da mulher diz muito sobre as percepções e identidade interior de cada uma, obrigando estas pessoas a seguirem um modelo corporal específico para serem aceitas e talvez bem vistas na sociedade.

Existe uma crítica principal em cima da ideia de culto ao corpo, sendo esta o perigo da perda de identidade em função da necessidade de se submeter aos padrões. Segundo Mirela Berger, autora da tese *Corpo e Identidade Feminina*, disparador de nosso projeto "as fisionomias interna e externa fundem-se numa única imagem"\*. Dessa forma, a sociedade é homogeneizada gerando uma perda individual em massa de identidade própria, ocultando a personalidade e o eu interior de cada um. Portanto, somos seduzidos pela ideia de que para termos boas relações e auto estima, devemos ter o corpo perfeito, como algo fundamental.

O aumento do culto à magreza consequentemente aumentou o número de distúrbios alimentares\*, como a anorexia e bulimia, que estão mais presentes, principalmente entre meninas adolescentes que cresceram com o sonho de serem modelos, buscando roupas que foram desenhadas para apenas ficar bem em corpos magros. O portador destas doenças enxerga-se de forma distorcida sempre, se auto negando e escondendo-se dos outros por medo de serem julgados, por conta de que muitos na sociedade ainda pensam que esses distúrbios não passam de um reflexo de personalidade fraca. Estes distúrbios alimentares quando não geram cicatrizes emocionais profundas, levam estas mulheres embora por meio de suicídio ou desnutrição e parada cardíaca. Mirela Berger utiliza uma metáfora para sintetizar este pensamento, deixando para a mídia e os meios que disseminam este padrão um áspero questionamento: "Como um veneno que nos contamina pelos olhos sem que notemos, a cultura do corpo infiltra-se em nós e, ao mesmo tempo, nos seduz e provoca".

O que nos motivou a pesquisar a fundo o tema do culto ao corpo, foi o simples fato de que éramos muito afetadas por tal, nos meios familiares, entre amigos e no meio social como um geral. Essa pressão estética e social cresceu conosco e foi inserida na nossa percepção de sucesso, beleza e saúde, desde muito pequenas. Sendo assim, é muito comum nos pegarmos involuntariamente numa fala ou prática preconceituosa, na qual julgamos outras mulheres ou até homens por estarem fora do padrão de beleza. Entretanto, com o passar dos anos o papel do movimento feminista foi fundamental para o início de uma desconstrução desse exagero do culto ao corpo, e da aversão às mulheres fora do padrão, trazendo o conceito também de sororidade, que estimula o apoio das mulheres entre si, que também desde pequenas foram ensinadas a competir umas com as outras. Porém, nos dias atuais esse tema ainda ronda a sociedade, ganhando forças nas tão populares redes sociais. Além disso, outras ocasiões nos motivaram a investigar esse complexo tema, como por exemplo: conviver com pessoas portadoras de distúrbios alimentares; sofrer na pele a pressão estética enraizada na sociedade, e até mesmo perpetuada pela família; sentir-se excluída por conta de algum detalhe ou parte de seu corpo; sentir-se na obrigação de emagrecer para ser considerada bonita; sentir-se insuficiente por não se encaixar no padrão imposto.

Por mais que o culto ao corpo extremo seja prejudicial à saúde, é confortável ter a perfeição idealizada por ele atingida, pois promete trazer uma aceitação e

gratidão por um corpo que aprendemos a ver como bonito ao longo de nossa vida. O corpo, de certa forma, alcança tal importância na contemporaneidade que no limite, a mulher malha e se torna obcecada na contagem de calorias dos alimentos para o seu corpo. O corpo é a pessoa, ou pelo menos parte essencial dela e sua inserção social. Por fim, é necessário refletir sobre o impacto da pressão, sendo esse o primeiro passo para a desconstrução de padrões alimentados pela há anos pela mídia e pela indústria da moda.

## **CAPÍTULO 1: Feminismo em Comum - (Des)Construção da identidade:**

O feminismo atingiu e vem atingindo diversas conquistas de direitos das mulheres no Brasil e no mundo, desde o direito à educação universitária até mesmo o direito ao voto. Desde os primórdios da humanidade, as mulheres foram educadas a servirem os homens, sem ter a liberdade de serem o que verdadeiramente são ou queriam ser. Além disso, o termo mulher, historicamente, sempre foi usado para se referir a fatos e pessoas negativas, começando pelo "surgimento" das palavras mulher (derivado de "mollis", que em latim significa mole) e feminismo (vindo de feminino, derivado de "fides minus", que em latim significa "com menos fé").

A relação de menosprezo diante os conceitos que relacionam as mulheres é algo muito antigo na história. Na França, no século XIX, um médico chegou a nomear uma doença de "feminista", pois os pacientes homens estavam desenvolvendo características femininas, sendo julgados como mais frágeis e fracos. O termo feminista também era usado para depreciar homens que defendiam os direitos das mulheres, e foi só depois de muitos anos que o termo passou a ser usado como algo positivo, portanto, até os dias de hoje não é uma unanimidade.

As lutas feministas ainda estão em grande ascensão pelo fato de que a igualdade não foi atingida, e nem está perto de ser. As mulheres nos últimos anos vêm fervorosamente atrás de garantir desde a legalização do aborto, um direito de seu próprio corpo, até o direito de sua imagem, que vem sendo capturada pela mídia e meios de comunicação, colocando-as como uma mercadoria. Por outro lado, é possível interpretar essa luta pelo direito da autoimagem feminina, como uma luta por sua identidade, que acaba sendo camuflada pelas aparências físicas. Segundo Marcia Tiburi, autora do livro "Feminismo em comum para todas, todes e todos", o feminismo vai muito além do que imaginamos e sabemos, ele é um processo e transformação da sociedade em um mundo melhor: "O feminismo em comum é um convite e um chamado para o diálogo e a luta. Aceitá-lo é uma questão de inteligência sociopolítica e de amor ao mundo".

O tempo faz com que tudo se desgaste, desde palavra até pessoas. Os conceitos e palavras correspondem a um determinado contexto na linha do tempo, representando um momento histórico, sendo que quando este passa, transforma as palavras, muitas vezes alterando o seu significado inicial. Muitos termos que conhecemos e usamos nos dias de hoje alguma vez na história já caíram no desuso

por algum motivo. Um exemplo disso seria a palavra feminismo, que por muitas décadas foi usada apenas para mencionar fatos negativos, tanto que por algum tempo foi deixada de lado. Importantes mulheres ativistas na história feminista, a partir de *Alice Walker*<sup>1</sup> passaram a usar o termo mulherismo em um sentido positivo que trouxesse uma conotação revolucionária. O mulherismo caminha no mesmo sentido do feminismo, apenas se diverge na questão de carregar um elogio extra as mulheres, principalmente negras, enfatizando sua força e empoderamento, contribuindo muito para as lutas feministas apesar de não ir a fundo aos problemas relacionados à identidade individual. O termo feminismo deixou de ser evitado e voltou a ser usado por *Simone de Beauvoir*<sup>2</sup>, quando este passou a transmitir uma ideia de transformação da sociedade.

Em relação ao desgaste histórico das palavras e conceitos, a identidade individual segue pelo mesmo caminho. Ao longo da vida, as pessoas vão construindo sua própria identidade, como uma marca de si, mesmo que ao longo dos anos essa seja desconstruída, evidenciando o fato de que para construir algo devemos desconstruir o anterior, ficando em *looping* infinito, formando a dicotomia entre construção e desconstrução. As mulheres, principalmente nos dias atuais, com a ascensão deste padrão de beleza magro acabam desconstruindo sua identidade original para reconstruí-la em cima do padrão, pois toda desconstrução é uma construção diferente, massificando até mesmo algo que inicialmente deveria ser único.

Apesar dessa pesquisa não se propor em refletir diretamente acerca do conceito de sociedade de consumo, consideramos importantes algumas reflexões do filósofo Zygmunt Bauman<sup>3</sup>, sobre o assunto em seus textos "Vida Líquida" (2005) e "Vida para Consumo" (2007), sintetizadas e centradas na tese de Rodrigo José Fernandes de Barros e Alisson Gutemberg "Sociedade de Consumo em Zygmunt Bauman e Gilles Lipovetsky".

É evidente nesses textos a ideia de que as mercadorias apenas proporcionam prazeres imediatos, que não conseguem ser justificados, sendo cobertos por promessas de publicidade que sempre são enganosas ou exageradas para que o

---

<sup>1</sup> É uma escritora e ativista feminista estado-unidense.

<sup>2</sup> Foi uma escritora, filósofa existencialista e ativista política e feminista francesa. Teve uma grande influência tanto no existencialismo feminista quanto na teoria feminista.

<sup>3</sup> Foi um sociólogo e filósofo polonês.



consumidor sempre esteja na constante busca do que deseja. Um paradoxo que pode ser estabelecido é que a sociedade de consumo só consegue satisfazer o homem se este se manter insatisfeito, para que dessa maneira o lucro não acabe.

Estabelecendo relação com a estética feminina e o padrão de beleza imposto atualmente, Bauman sugere que "as pessoas acabam por se tornar elas mesmas mercadorias na sociedade de consumo". A satisfação é o que as mulheres buscam no culto ao corpo, pois existe um senso comum de que estar dentro do padrão é ter a felicidade e satisfação consigo mesma, portanto, para que o mercado estético não acabe, este sempre promove uma insatisfação, fazendo ser impossível atingir essa suposta perfeição.

## 2 PROBLEMATIZAÇÃO

*"Em que medida o culto ao corpo pode interferir na construção da identidade pessoal de cada mulher?"*

A questão problema do nosso trabalho é um ponto de partida para a investigação: a partir dela, realizamos uma coleta de dados por meio de questionários anônimos. Isso tudo veio depois da leitura de textos sugeridos pelo orientador. É com essa problematização que buscamos investir no trabalho, a fim de chegar numa conclusão: existe ou não uma relação entre o culto ao corpo e a formação da identidade de cada mulher?

### **3 OBJETIVOS**

Esse trabalho tem como objetivos analisar por meio de entrevistas e conhecimento geral do contexto histórico e social desse tema como e em que medida o padrão de beleza imposto interfere (ou não) na construção da identidade de cada mulher.

Para isso, montamos um questionário com questões abertas relacionadas com o tema, pois acreditamos que dessa maneira consigamos cumprir com nosso objetivo. Além disso, estamos buscando encontrar padrões nas respostas das mulheres, visto que dividimos as entrevistadas entre jovens e adultas.

## 4 HIPÓTESES

Logo que começamos a elaborar nosso projeto, criamos uma hipótese em relação a nossa pergunta problema. Para nós, *sim*, há uma relação entre a identidade e o culto ao corpo. Em nossa visão, a pressão estética, que é enfrentada todos os dias pelas mulheres, incentiva o aumento do culto ao corpo, conseqüentemente interferindo na construção da identidade pessoal de cada mulher.

Acreditamos que por meio da análise de dados de nossas entrevistas, consigamos provar que, independente da idade, as mulheres num geral apesar de não exporem abertamente ou terem coragem de dizer, acabam *sim* sendo muito influenciadas pelo padrão estético e que este acaba se infiltrando na construção do seu EU interior.

Desse modo, vale ressaltar que, acreditamos também que a ideia de nossa hipótese não seja um senso tão comum, pois o padrão oprime a maior parte das mulheres, cegando-as sem que percebam, escondendo a realidade que mostra que a busca por esse suposto perfeito não é uma prática psicologicamente e nem biologicamente saudável. Portanto, as mulheres escondem o fato de serem influenciadas pelo padrão de beleza, e quando assumem esse fato, na maior parte das vezes encara como algo de pouca importância, como se não fosse maléfico.

## 5 METODOLOGIA

Nosso trabalho foi baseado, quase majoritariamente, pela tese de doutorado feita por Mirela Berger em 2006 para USP, com título "Corpo e Identidade Feminina". As redes sociais também foram grandes meios de complementos e pesquisas, como de imagens, para nosso projeto. A plataforma mais usada foi o Instagram, por hoje em dia ser a rede que mais promove os padrões de estéticos. Separamos aqui alguns exemplos de fotos que fazem referência ao tema do trabalho, que em alguma hora do processo nos comoveram de certa forma:

1.



< [https://www.instagram.com/p/CDG4k56Fk03/?utm\\_source=ig\\_web\\_copy\\_link](https://www.instagram.com/p/CDG4k56Fk03/?utm_source=ig_web_copy_link) >

Acesso em: 7 set. 2020.

2.



< [https://www.instagram.com/p/CEt-4LyM-vL/?utm\\_source=ig\\_web\\_copy\\_link](https://www.instagram.com/p/CEt-4LyM-vL/?utm_source=ig_web_copy_link) > Acesso em: 7 set. 2020.

3.



< [https://www.instagram.com/p/CEI8p1fsf3y/?utm\\_source=ig\\_web\\_copy\\_l\\_ink](https://www.instagram.com/p/CEI8p1fsf3y/?utm_source=ig_web_copy_l_ink) > Acesso em: 7 set. 2020.

A coleta de dados, para nosso trabalho se baseou em entrevistas anônimas, com questões abertas feita com mulheres brancas de classe média alta de São Paulo. O questionário foi realizado por um link gerado pela plataforma do *google forms*, sendo todas as 50 mulheres conhecidas nossas, como mães de nossos amigos, professoras, amigas e etc.

Com relação a escolha do método de extração de informações, optamos por um questionário qualitativo, com 12 perguntas relacionadas ao sentimento e senso comum externo em relação ao padrão de beleza e sua relação com a identidade pessoal de cada uma. Todas as questões eram abertas, sem um espaço limite, para que cada mulher conseguisse se expressar de maneira livre. Por ser totalmente anônima, a entrevista tinha a intenção de trazer mais liberdade e conforto para as mulheres.

- ***Perguntas do questionário.***

1. Qual a sua idade?
2. O que é padrão de beleza para você?
3. De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?
4. Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?
5. Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?
6. Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?
7. Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?
8. Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?
9. Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?
10. Você sente que seu corpo te define como quem você é?
11. Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?
12. Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

## 6 RESULTADOS

Será feita a análise das entrevistas, as quais foram 50. Dentre essas 50 respostas, obtivemos 27 entrevistas de mulheres jovens e 23 de mulheres adultas. Classificamos as mulheres jovens com faixa etária de 15 a 25 anos, e as mulheres adultas com faixa etária de 26 a 59 anos. Vale ressaltar que o grupo das mulheres que responderam às entrevistas é de mulheres brancas que pertencem a classe média e alta de São Paulo, portanto, os resultados apresentados podem ser apenas aplicados a esse grupo de mulheres. Optamos por separar os resultados por perguntas, para que ficasse mais fácil a compreensão de cada pergunta e dos padrões por nós identificados em cada caso particular.

### 1. Qual a sua idade?

Entre as jovens identificamos idades similares, uma vez que são colegas próximas de nós. Por conta disso, 17 dessas jovens possuem 16 anos, 5 possuem 17 anos, 2 possuem 15 anos e as demais possuem idades diferentes. Dentre essas idades, temos uma mulher com 18 anos, uma com 20 anos e outra com 21 anos.

Já as adultas apresentaram idades totalmente diferentes, sendo as que possuem a mesma idade uma minoria. Mesmo assim, informaremos as idades em ordem crescente. Dentre as mais novas, uma das mulheres tem 26 anos, outra tem 27 anos e a outra 32 anos. Em seguida temos duas mulheres de 37 anos, e uma de 39 anos. Na casa dos 40 anos, temos uma mulher de 43 anos, duas de 45 anos, uma de 46 anos, uma de 47 anos, duas de 48 anos e três mulheres de 49 anos. Partindo para a casa dos 50 anos, existem duas mulheres de 51 anos, uma de 52 anos, uma de 55 anos, uma de 56 anos, uma de 57 anos e por fim, uma mulher de 59 anos.

### 2. O que é padrão de beleza para você?

Procuramos identificar um padrão, algo que se repetisse dentro das respostas de nossas entrevistadas. Porém, para tornar essa análise mais profunda e interessante, optamos por dividir em respostas de mulheres jovens e resposta de mulheres adultas, para ver de fato se existe alguma diferença de pensamento. Isso também nos ajudará a comprovar uma de nossas hipóteses.



Entre as jovens, a resposta que apareceu em quase todas as respostas foi a de um padrão estabelecido pela sociedade que classifica a beleza como única. A partir dessas respostas, existiram variáveis, mas quase sempre que partissem do mesmo pressuposto. Dentre essas variáveis notamos a presença da mídia, da indústria da moda e até da indústria farmacêutica. Além disso, houveram entrevistadas que descreveram o padrão e suas características, como ser magro, malhado, ter pele clara, cabelos lisos, entre outros. Algo interessante que apareceu também na resposta dessas jovens, foi o fato de terem pontuado que o padrão é algo inalcançável, algo que fazemos para buscar aceitação e a perfeição. O padrão foi vinculado também com o lucro da indústria sobre a insatisfação das pessoas com seus corpos.

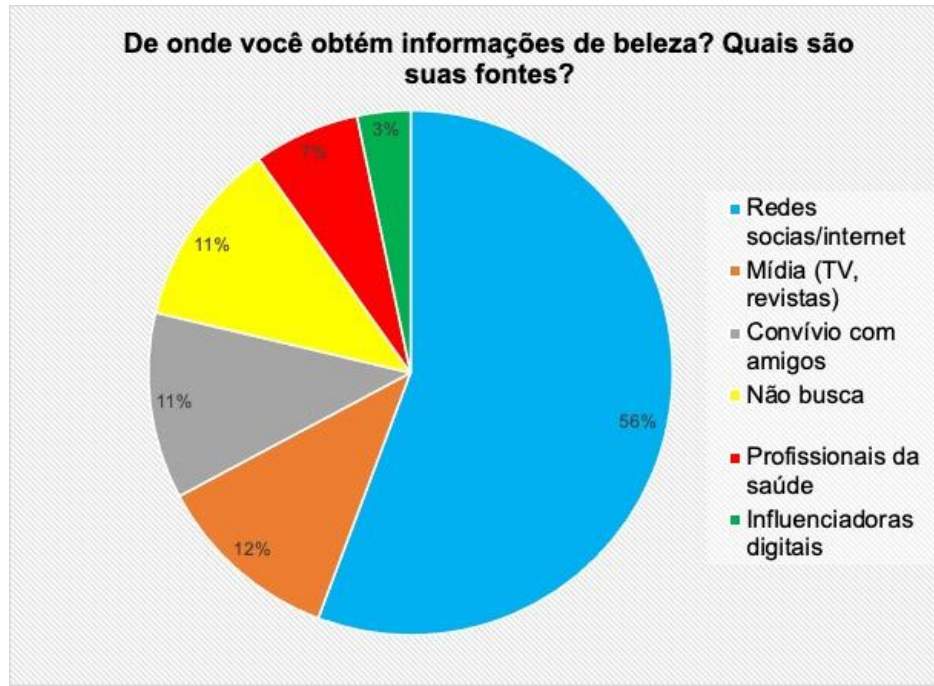
Selecionamos algumas respostas que representam bem esse padrão identificado por nós nas respostas, e a primeira resposta é da Mulher 1, 16 anos: *"Em minha concepção, o padrão de beleza vai além de um corpo estereotipado, ele vai muito do que a gente vê e consome. É difícil vermos mulheres gordas em novelas, programas, e até mesmo cargos importantes, ressaltando que pessoas com esse corpo não podem chegar lá. A sociedade usa dessa manipulação para lucrar em cima das pessoas e principalmente de mulheres insatisfeitas. Portanto pra mim, o padrão de beleza é uma construção social para lucrar com o desconforto e desprazer da mulher sobre o seu corpo."* Em seguida, temos a resposta da Mulher 4, 17 anos: *"Padrão de beleza é uma referência a um modelo "ideal" de corpo ou estilo impostos pela sociedade, atendendo as demandas econômicas do comércio e da mídia."* E por último, a resposta da Mulher 49, 16 anos: *"Pra mim padrão de beleza é uma crença que nossa sociedade construiu de um conjunto de características físicas que são consideradas bonitas, como cor de pele, tipo de cabelo, traços do rosto, formato de corpo e etc... isso sendo enraizado em nós desde pequenos, é a busca por um corpo irreal que é visto como belo e saudável e que diariamente nos "alimenta" através das mídias sociais, revistas, televisão, anúncios e tudo que consumimos em nossas rotinas."*

Já entre as adultas, tivemos quatro tipos de respostas predominantes. A primeira resposta que mais apareceu entre essas mulheres foi a de que o padrão de beleza para elas seria sentir-se bem consigo mesma, feliz e com saúde. Um exemplo desse tipo de resposta veio da Mulher 7, 49 anos: *"Estar*

*feliz, com saúde e se sentido bem!*". Assim como ela, houveram 10 mulheres que responderam coisas do mesmo gênero. Em seguida, as outras respostas que mais apareceram diziam respeito a um padrão imposto pela sociedade, que classifica o que é belo ou não. Para representar essa resposta, selecionamos o relato da Mulher 27, 43 anos, que diz: "*Padrão de beleza é aquilo que a sociedade impõe consciente ou inconscientemente como regra para que alguém se sinta ou seja visto como belo ou bela.*". Algo interessante que notamos, é que as respostas que apresentavam esse tipo de resposta, vieram de mulheres com menos de 43 anos apenas. Quanto ao terceiro tipo de resposta que mais apareceram, essas diziam que não acreditavam em um padrão de beleza, mas sim em qualidade de vida, como disse por exemplo, a Mulher 35, 47 anos: "*Não acredito em padrão de beleza e sim em qualidade de vida.*". E por último, houveram mulheres que responderam que padrão de beleza para elas era ser magra, ter um corpo esbelto.

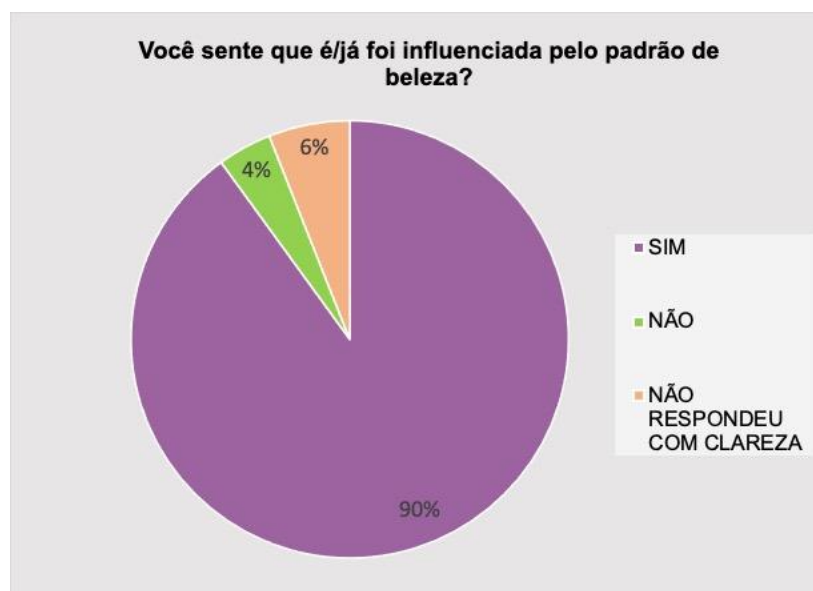
3. De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

Nessa pergunta, algumas das 50 mulheres chegaram a ter dois tipos de respostas, por isso a soma não dá 50. Dessas mulheres, 34 apontaram que obtém informações de beleza por meio das redes sociais ou internet. Em seguida, sete mulheres relataram que não buscam esse tipo de informação, enquanto sete pontuou a mídia, no caso a televisão e revistas como agente informador delas. Além disso, sete mulheres responderam que suas fontes são seus círculos de amigos e conversas com pessoas, e quatro mulheres obtém essas informações através de profissionais da saúde. Já as *influencers* digitais, foram citadas como fonte por duas mulheres.



4. Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

Não foi de muita surpresa o fato de que, 45 de 50 das mulheres entrevistadas responderam que sim, são ou já foram influenciadas pelo padrão de beleza. Enquanto isso, apenas duas mulheres responderam que não, não são ou nunca foram influenciadas pelo padrão de beleza. Das três respostas restantes, não foi possível a realização de uma análise das respostas, uma vez que as entrevistadas fugiram do foco da pergunta e não responderam com clareza.



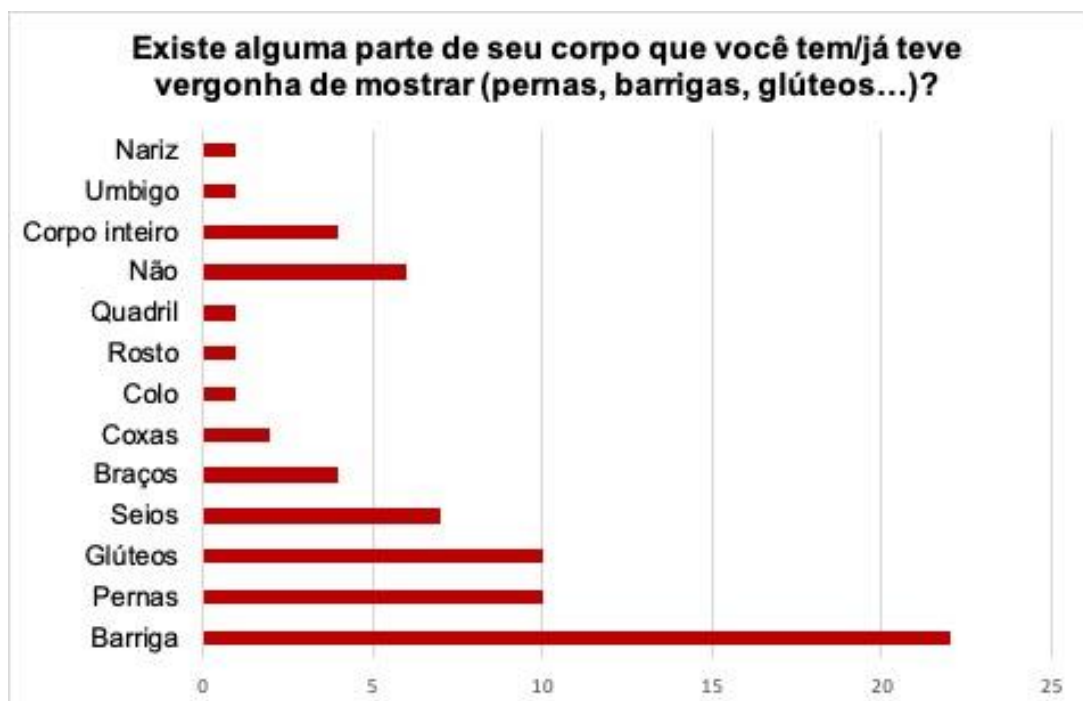
Quanto à segunda pergunta, "De que modo", houveram diversas respostas, porém as que mais se repetiram foram: modo de se vestir (roupa e moda), cabelo (cortes, textura), a exigência social, e a comparação nas redes sociais. Um exemplo desse tipo de resposta foi a da Mulher 48, 15 anos: *"Sim, totalmente. Ultimamente tenho tentado parar de tentar me encaixar nesse padrão. O padrão de beleza influenciou muitas coisas em mim, como, me fazer alisar o cabelo, usar certos tipos de roupas e acessórios."* Outra mulher que apresentou esse tipo de resposta foi a Mulher 41, 49 anos: *"Sim. Principalmente na moda... roupas caírem bem no corpo..."*. Por último, a Mulher 24, 16 anos, cita a comparação: *"Sim, já comparei meu corpo àqueles das mulheres do instagram."*

Uma das respostas que mais nos chamou a atenção, foi a da Mulher 32, 57 anos: *"Sim, pra ser linda tem que ser magra, e eu luto a vida toda pra isso kkkkk."* Quando nos deparamos com essa resposta, pudemos rapidamente identificar a questão da luta e busca pela perfeição, uma aceitação da parte dos outros também. Na Mulher 32 pudemos observar uma grande influência do padrão, uma vez que para ela, ser linda é sinônimo de magra. Outras mulheres apresentaram essa mesma influência também, como a Mulher 40, 17 anos: *"Sim, pois de certa forma eu sempre tento estar dentro do padrão de beleza e acabo não sempre fazendo o que seria melhor para meu bem estar."* Assim como ela, a Mulher 33, 16 anos, respondeu: *"Sim, mudando características físicas que me faziam me sentir mal comigo mesma por não estarem de acordo com o padrão de beleza estabelecido."*

Algumas mulheres adultas dizem ter sido muito influenciadas quando mais jovens, mas que hoje já não se importam muito com a questão do padrão de beleza. Uma resposta que exemplifica bem esse tipo de resposta, foi o relato da Mulher 25, 59 anos: *"Sim. Quando eu era mais nova fui bastante influenciada pelo padrão de beleza "Miss Brasil e Miss Universo", a mulher com corpo perfeito!! Como sou "mignon" e "falsa magra" nunca me encaixei nos padrões citados é isso me deixava bastante frustrada e muitas vezes me sentido muito mal e horrível."*

5. Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barrigas, glúteos...)?

Nesta pergunta, as mulheres podiam citar quantas partes do corpo desejassem, e por isso a soma de respostas não dá 50. Como já era esperado, a parte que mais foi citada foi a barriga, sendo citada por 22 mulheres. A segunda e terceira parte que as mulheres disseram que têm ou tiveram vergonha de mostrar foram as pernas e os glúteos, ambas com 10 respostas cada. Em seguida, com sete citações, os seios aparecem em quarto lugar. Depois, seis mulheres responderam que não, enquanto quatro responderam o corpo inteiro. Além disso, quatro mulheres citaram os braços e duas citaram as coxas. Por último, o nariz, o colo, o rosto, o quadril e o umbigo apareceram todos uma vez cada.



6. Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

Das 50 mulheres que responderam ao questionário, 45 responderam que sim, que deixam ou já deixaram de usar alguma peça de roupa por conta de seu corpo ou peso. Enquanto isso, apenas quatro mulheres responderam que não, não deixam ou nunca deixaram de usar uma roupa por conta de seu

corpo ou peso. Houve apenas uma resposta que a mulher não respondeu com clareza, portanto não pudemos analisá-la e colocá-la como sim ou não.



7. Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

Das 50 mulheres entrevistadas, 39 delas responderam que praticam exercícios físicos, enquanto apenas 11 não praticam. A maioria das que responderam que sim, chegou a responder a frequência com que praticavam os exercícios, mas poucas responderam o porquê de praticarem. Mesmo assim, as que responderam, a maioria disse que pratica pela saúde, em segundo lugar a estética, e em terceiro lugar o bem-estar e a disposição.



8. Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

Das 50 mulheres, 45 responderam que uma mulher gorda pode ser considerada bonita. 2 responderam que não, e 3 não responderam com clareza, impossibilitando uma conclusão de resposta de sim ou não. Porém, dentre essas 45 mulheres que responderam que sim, apenas 11 responderam que manteriam essa opinião se fossem gordas. 12 responderam que não manteriam, 4 não sabem e 18 desviaram o foco da pergunta ou não responderam. Dessas 18, a "resposta" da segunda pergunta entrou numa linha de raciocínio de aceitação dessa mulher da gorda frente à sociedade, como por exemplo disse a mulher 43, mulher 33, mulher 14.

Uma resposta que chamou a atenção foi a da Mulher 10, 49 anos que respondeu: *"Uma mulher gorda pode sim ser considerada bonita e atraente. Claro, usando roupas apropriadas, modernas, estar cuidada, arrumada, cabelo em ordem. Com bom humor. Sim, se eu fosse uma mulher gorda, teria por obrigação me cuidar também. Sempre procurando melhorar em todos os sentidos, inclusive na estética."* A resposta deu a entender que a mulher gorda deve se conformar com o padrão de beleza estabelecido, e como se ela tivesse uma obrigação de estar mais arrumada do que uma mulher magra, por

exemplo. Dando a entender que deveria se esforçar para ser bem vista ao menos.

9. Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

Das 50 respostas obtidas, 16 mulheres relataram estar satisfeitas com seus corpos, mas mesmo assim algumas disseram que fariam pequenas mudanças. 23 mulheres responderam que não estão satisfeitas, e quase todas expressaram desejo de mudar algo em si. 6 mulheres não responderam com clareza, impossibilitando uma análise. Enquanto isso, 3 mulheres disseram estar tentando se sentir bem com seus corpos, e 2 estão parcialmente satisfeitas com seus corpos.



Uma resposta chamativa foi a da Mulher 28, 48 anos que relatou: "*Sim. Como toda mulher, perderia uns 3kg e aí seria perfeito!*". Essa resposta se sobressaiu diante outras devido ao fato dessa mulher ter dito que estava satisfeita, mas como qualquer e toda mulher, emagreceria. Isso nos faz identificar uma constante busca pelo padrão de beleza e a perfeição, que pregam a magreza. Já a Mulher 33, 16 anos que também disse estar satisfeita, escreveu: "*Sim, hoje em dia tenho uma relação melhor com meu corpo, mas como estamos sempre buscando esse padrão inalcançável, ainda faria mudanças.*". Essa resposta nos ressalta mais uma vez a influência do padrão

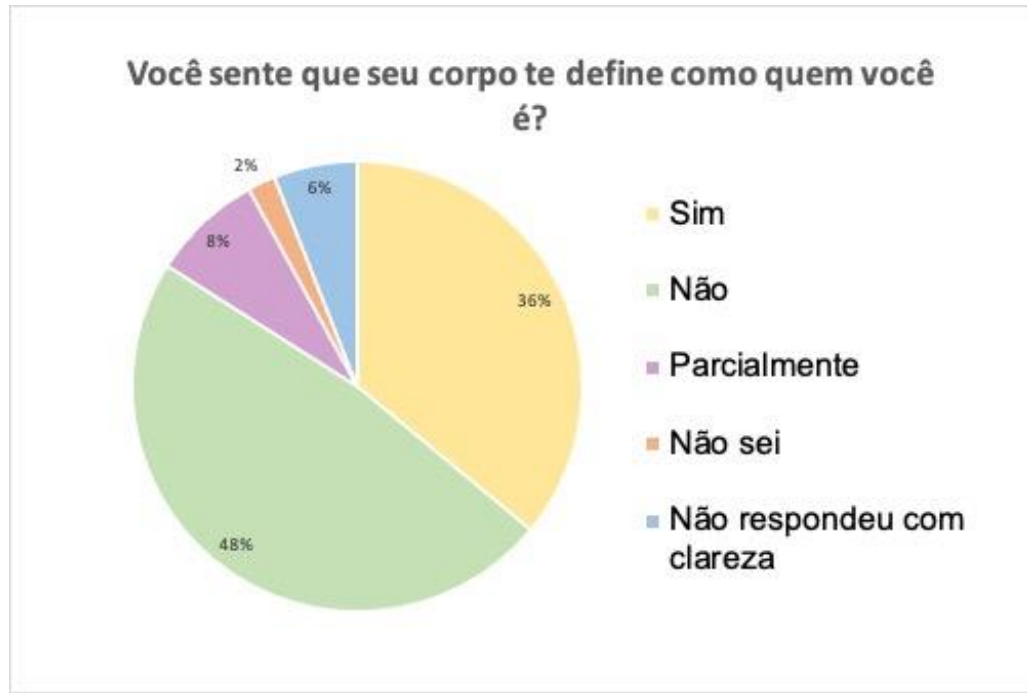


de beleza sobre as mulheres, que mesmo satisfeitas, procuram sempre "melhorar" (se encaixar no padrão) algo em si mesmas. Outra resposta interessante, foi a da Mulher 49, 16 anos que diz: *"Sempre tive uma relação muito negativa com ele, assim como a maioria das meninas na minha idade pois somos socialmente ensinadas a não gostarmos de nossos corpos naturais, desenvolvi anorexia uma época da minha adolescência e até hoje tenho algumas questões de autoimagem... Porém pouco estou aprendendo a gostar do meu corpo pois querendo ou não vou conviver com ele pelo resto de minha vida, mas sempre tive coisas que me incomodaram muito como meu nariz e meus seios. Com o tempo já aprendi a aceitar e amar meu nariz e hoje em dia não mudaria nada nele, porém com meus seios ainda tenho muita insegurança e tenho vontade de mudá-los sim!!"*. Como pudemos analisar, essa mulher está em fase de aceitação, procurando entender e amar seu corpo, visto que teve um passado duro e complicado com o mesmo. Ela também ressalta a influência do padrão de beleza em nós mulheres desde tão pequenas, e essa ideia de que o corpo natural e sem plásticas ou mudanças com procedimentos estéticos é feio ou insuficiente.

10. Você sente que seu corpo te define como quem você é?

Das 50 mulheres, 24 sentem que seus corpos não as definem como quem são, enquanto 18 responderam que sim, seus corpos as definem como são. Quatro responderam que seus corpos as definem parcialmente como quem são, uma não sabe, e as outras três não responderam com clareza a fim de concretizarem uma análise.

Um fato curioso que chamou a atenção, foi que, das 18 mulheres que responderam que seus corpos as definiam, 14 são adultas. Das que não responderam com clareza, uma é jovem e as outras duas, adultas, e a mulher que diz não saber é adulta. Já das 24 mulheres que responderam que não, seus corpos não as definem, 18 são jovens. Isso nos fez notar um possível padrão, de que as mulheres adultas na maioria das vezes consideram que seus corpos as definem, enquanto as mais jovens não acreditam tanto na aparência em si, mas no interior delas, e em suas personalidades.



11. Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

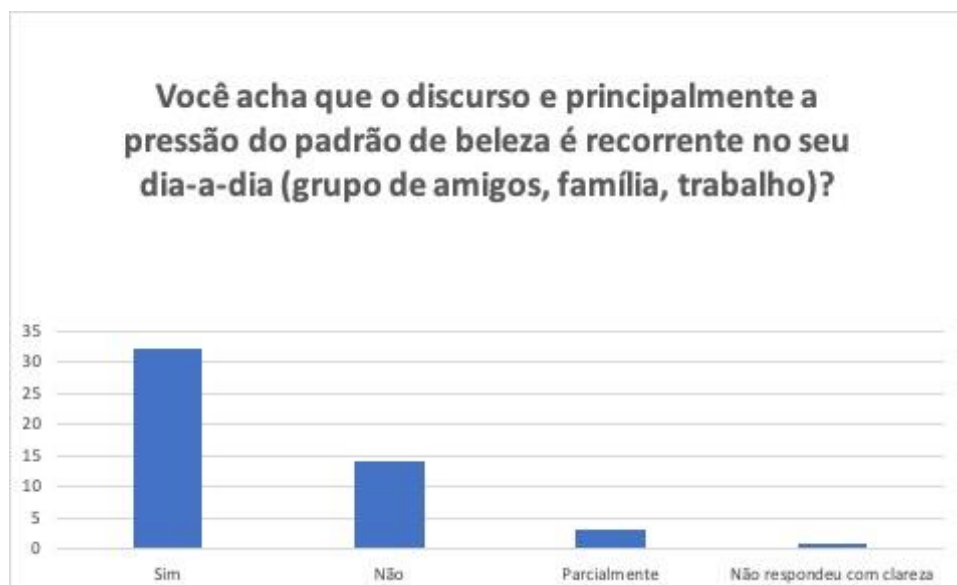
Das 50 mulheres que responderam ao questionário, 32 relatam que o discurso e a pressão do padrão de beleza são sim recorrentes em seu cotidiano, enquanto 14 relataram que não é recorrente. Dentre as mulheres que responderam que sim, a maioria ressaltou que esse discurso é pregado por suas famílias. Das quatro mulheres restantes, três responderam que é parcialmente recorrente, enquanto uma não respondeu com clareza, fugindo do foco da pergunta e impossibilitando uma análise.

Selecionamos algumas respostas que se destacaram, e dentre elas, está a resposta da Mulher 3, 20 anos: *"Não necessariamente, mas eu penso muito nisso"*. Assim como a mulher 3, a Mulher 35, 47 anos respondeu algo parecido: *"Não nunca foi. Sempre foi uma questão própria."*. Pudemos observar que apesar desse discurso e pressão não serem recorrentes de forma externa, podem ser internas. Por outro lado, selecionamos respostas de mulheres que convivem com esse discurso recorrente, como por exemplo a Mulher 27, 43 anos: *"Sim... Tem gente da minha família que quase fala bom dia comentando se você está mais magra ou não. E não são poucas."*. Assim como a mulher 27, a Mulher 22, 16 anos respondeu: *"Sim, todos os dias pelo menos uma pessoa opina sobre meu corpo."*. Além delas, a Mulher 47, 16 anos também

pontuou: *"Com certeza, normalmente são comentários que parecem bobos, tais como "nossa que magrinha" ou você está com alguma amiga e ela fala "nossa olha o corpo dela, ela é muito magra, parece q tem algum problema" e assim vai."*

A partir desses relatos, pudemos identificar o discurso e pressão do padrão de beleza no cotidiano de mulheres, sejam elas jovens, sejam elas adultas. Apesar de a maioria que respondeu sim ter ressaltado a família como o agente disseminador principal desse discurso, ele pode estar em grupos de amigos e até no ambiente de trabalho, como disseram outras mulheres. Ainda assim, mulheres que não convivem com esse discurso diariamente, relataram que percebem isso em outros grupos, como disse a mulher 25: *"No meu caso não. Mas vejo em outros grupos é sim recorrente."*

Por último, selecionamos o relato da Mulher 49, 16 anos que incentivou em nós uma reflexão: *"Sim!! Por mais que nossa geração esteja cada vez mais pregando o discurso de autoaceitação todos nós ainda somos vítimas desse padrão que fomos ensinados e alimentados desde sempre do que é o belo e desejável. Nos desconstruirmos dessa crença realmente é algo que leva muito tempo e maturidade, não é algo reversível ou mutável de uma hora para outra."* A partir desse relato pudemos concluir que sim, apesar da geração mais jovem estar lutando em prol da desconstrução desse padrão, o discurso do mesmo ainda é muito recorrente, e levará tempo para que ele seja de fato desconstruído e deixe de ser considerado como o correto e belo.



12. Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

Das 50 mulheres que responderam, 41 acredita que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social e gerar exclusão, enquanto apenas cinco acreditam que ele não é capaz de definir um grupo social ou excluir. Das quatro mulheres que restaram, duas disseram que talvez ou não sabem, e as outras duas não responderam com clareza, impossibilitando uma análise que concluísse suas posições quanto a pergunta.



## 7 CONCLUSÃO

Após oito meses de diversas pesquisas científicas, tivemos a experiência de aprofundarmo-nos no tema da influência do padrão de beleza na construção da identidade da mulher, em busca da resposta de nossa pergunta problema norteadora "*Em que medida o culto ao corpo pode interferir na construção da identidade de cada mulher?*". Com o auxílio da tese de Mirela Berger, "*Corpo e Identidade Feminina*", e outros textos e livros, como por exemplo a tese de Rodrigo José Fernandes de Barros e Alisson Gutemberg "*Sociedade de Consumo em Zygmunt Bauman e Gilles Lipovetsky*", conseguimos sintetizar teoricamente nosso tema. Já na esfera prática, trabalhamos com entrevistas abertas e anônimas para tentar comprovar nossa hipótese inicial e, conseqüentemente, buscar a resposta de nossa problematização.

Com base nas análises das entrevistas, conseguimos notar um padrão que numa certa medida pode comprovar uma de nossas hipóteses iniciais, a qual julgava que mulheres adultas tentam negar o padrão mesmo que influenciadas pelo mesmo. Através disso, o que pode nos dar uma certa comprovação, foi o fato de que as respostas de mulheres adultas da pergunta "O que é padrão de beleza para você?" eram em sua maioria: sentir-se bem consigo mesma, ter saúde e ser feliz; imposição da sociedade; ou não acreditavam em um padrão de beleza. Porém, é com as respostas da pergunta "Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?" que pudemos de fato comprovar nossa hipótese: das 50 mulheres entrevistadas, 45 responderam que são ou já foram influenciadas, o que nos faz reconhecer essa hipocrisia da parte das mulheres adultas. Conseqüentemente, podemos deixar em aberto a conclusão de que nossa hipótese pode ser confirmada através da análise de entrevistas desse grupo determinado de mulheres que responderam ao questionário.

Quanto a segunda hipótese, que dizia que as mulheres jovens reconhecem a influência do padrão, pode-se aferir que de fato é algo que podemos de certa maneira comprovar (com base nas análises de entrevistas respondidas por esse recorte de jovens). Um exemplo disso, é que na pergunta "O que é padrão de beleza para você", quase 100% das mulheres jovens responderam algo relacionado a um padrão estabelecido pela sociedade que impõe uma forma única de beleza sobre mulheres e homens, cuja forma é determinada pela magreza, cabelos lisos, pele clara, glúteos e busto marcados no caso das mulheres, e abdômen e músculos definidos no caso dos

homens. Muitas das respostas relacionaram esse padrão com a mídia que é um agente transmissor do mesmo, e também a indústria da moda e a farmacêutica que lucra em cima da insatisfação de homens e mulheres em relação a seus corpos. Em seguida, podemos confirmar nossa hipótese, visto que na pergunta "Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?" as respostas majoritariamente apontaram que sim. Isso nos leva, portanto, a conclusão de que, sim, no recorte de mulheres por nós investigadas, há um reconhecimento do padrão e sua influência.

Em relação a resposta de nossa problemática, comprovamos nossa hipótese inicial, de que sim, há uma relação entre o padrão de beleza e culto ao corpo com a formação da identidade pessoal de cada mulher. Depois e com base somente em nossa pesquisa, conseguimos perceber e concluir que a identidade é algo mutável, que se constrói e desconstrói diversas vezes durante a vida, dependendo de suas influências e experiências, para só depois construir de novo, em um processo de infinitas repetições. O padrão de beleza é uma corrente estética que nos dias de hoje vem ganhando mais forças do que nunca, sendo uma influência direta, principalmente no universo feminino. À vista disso, pode-se alegar que o culto ao corpo faz relação com a formação da identidade de cada mulher, mesmo que essa sempre esteja em constante desenvolvimento. Uma prova dessa afirmação seria a contradição e inconsistência nas respostas de algumas das entrevistadas, além das que já revelam diretamente essa relação.

Em suma, com a realização deste projeto, pudemos concluir e confirmar nossas hipóteses criadas inicialmente, mas que não devem ser aplicadas para demais grupos. Deve-se esclarecer, que essas conclusões podem ser apenas levadas em conta nesse grupo determinado de mulheres, que são mulheres brancas de classe média/alta da cidade de São Paulo. Portanto, para que haja de fato uma pesquisa que comprove essas hipóteses, ela deve ser feita em larga escala, com grupos diferentes de mulheres, tendo como base os diferentes aspectos e características sociais, étnicas e culturais de cada grupo.

## BIBLIOGRAFIA

BERGER, Mirela. **Corpo e identidade feminina**. 2006, 312f. Tese (Doutorado em Antropologia Social). Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo/SP

BITTENCOURT, Liliane de Jesus. **Padrões de beleza e transtornos de comportamento alimentar em mulheres negras de Salvador**. 2013, 202f. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva). Universidade Federal da Bahia, Salvador/BA.

DA SILVA, Henriette Valéria. **O padrão de beleza imposto pela mídia**. Disponível em: < [http://www.observatoriodaimprensa.com.br/diretorio-academico/ed794\\_o\\_padrao\\_de\\_beleza\\_imposto\\_pela\\_midia/](http://www.observatoriodaimprensa.com.br/diretorio-academico/ed794_o_padrao_de_beleza_imposto_pela_midia/) > Acesso em: 7 mai. 2020

DE BARROS, Rodrigo José Fernandes; GUTEMBERG, Alisson. **Sociedade de consumo em Zygmunt Bauman e Gilles Lipovetsky**. 2018. Artigo Científico. Disponível em < <http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/bauman/article/viewFile/8428/5694> > Acesso em: 03 nov. 2020

MACHADO, Andressa. **Como a relação com o corpo foi ressignificada ao longo do tempo até chegarmos ao padrão da mulher branca e magra como ícone de beleza e sucesso**. Disponível em: < <https://www.ufrgs.br/humanista/2018/05/24/padroes-de-beleza-restritivos-causam-sofrimento-a-mulheres/> > Acesso em: 26 mar. 2020

TIBURI, Márcia. **Feminismo em comum: para todas, todes e todos**. 9ª edição. Rio de Janeiro: Ed. Rosa dos Tempos, 2018.

## ANEXOS

### Transcrição das entrevistas

#### Mulher 1

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Em minha concepção, o padrão de beleza vai além de um corpo estereotipado, ele vai muito do que a gente vê e consome. É difícil vermos mulheres gordas em novelas, programas, e até mesmo cargos importantes, ressaltando que pessoas com esse corpo não podem chegar lá. A sociedade usa dessa manipulação pra lucrar em cima das pessoas e principalmente de mulheres insatisfeitas. Portanto pra mim, o padrão de beleza é uma construção social para lucrar com o desconforto e desprazer da mulher sobre o seu corpo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Não costumo buscar muito sobre informações de beleza, já me machuquei muito buscando informações que só me deixavam pra baixo por eu não me identificar com aquilo. Normalmente achava no Instagram."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Com certeza, desde muito pequena quando via todas as meninas a minha volta encorpando e eu estagnada em um corpo totalmente infantil. A partir disso comecei a buscar exercícios ou qualquer forma de ganhar corpo, baseada na informação de que só seria mulher de verdade se eu tivesse bunda e peitos grandes."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Até hoje tenho insegurança com minhas pernas por serem muito finas mas é algo que não me afeta tanto como antes. Meu maior problema é o meu busto, depois de um comentário que ouvi sobre dar pra ver muito meus ossos, aquilo ficou impregnado na minha cabeça, e até hoje tenho dificuldade em mostrá-lo."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Várias vezes, eu não usava shorts na frente de ninguém, hoje em dia tenho dificuldade em usar vestidos ou tops tomara que caia, por insegurança e "vergonha" do meu busto."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?



"Infelizmente não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Com certeza, corpos são diferentes um do outro e tá tudo bem, uma mulher não deixa de ser bonita por ter um corpo diferente do padrão imposto. Conversando muito com amigas que são gordas eu vejo que não é fácil, não simplesmente por não amar o próprio corpo e sim por saber que dobrando a esquina elas podem ter dificuldades de emprego, serem mal vistas, etc. Talvez eu teria insegurança em relação às pessoas e não em relação a mim mesma."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Hoje, eu posso dizer que sou satisfeita com o meu corpo, a única coisa que ainda me deixa insegura são meus quadris e meu busto. A mudança que eu faria talvez fosse tirar meus "hip dips", fazendo exercícios ou de qualquer outra maneira."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não mesmo, infelizmente a sociedade pensa dessa maneira, mas após ler e ver muito sobre o assunto eu tenho total consciência que meu corpo nunca vai definir minha inteligência e meu conhecimento."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, vejo isso principalmente dentro de casa onde buscam sempre chás e remédios milagrosos e emagrecedores."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, infelizmente vemos isso frequentemente na chamada gordofobia, em que pessoas gordas são diariamente excluídas da sociedade simplesmente por serem gordas, não caber em assentos públicos, não passar em catracas, não serem aceitas em entrevistas de emprego e principalmente a alta taxação pela sociedade do que acham certo ou errado acerca do corpo da pessoa. Infelizmente sim, gera exclusão social desse grupo."

## Mulher 2

Qual a sua idade?

"17 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É um padrão praticamente único que foi estabelecido pela sociedade e que se tornou um modelo idealizado"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Não costumo consumir informações de beleza, as que acabo consumindo veem até mim"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Acho que sim. mas apenas gerando um questionamento na mente; do tipo "será que o meu corpo não é de fato agradável perto desse padrão" e não algo que acabei efetivamente mudando fisicamente"

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"De certa forma acho que tenho vergonha de mostrar todas essas partes citadas"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Não"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Geralmente sim, umas 3 ou 4 vezes por semana; mas atualmente não"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, na minha opinião beleza é extremamente relativo, e é difícil desassociar a beleza física do intelecto, porque este último costuma ser muito atraente. não tenho como dizer se manteria a mesma opinião ou não"

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Tento estar mas no fundo acho que nunca estamos 100% satisfeitos. apenas me faço acreditar que tenho que me aceitar e não vou usufruir de mudanças estéticas para isso (como é o caso da cirurgia plástica)"

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não"

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não, mas sinto que meus amigos se sentem muito influenciados por isso"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim e sim; costuma gerar"

### Mulher 3

Qual a sua idade?

"20 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Magra"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Mídia + sociedade patriarcal"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Me sinto mal com meu corpo que é muito próximo do padrão"

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim! Boa pergunta, espero que sim"

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não! Eu mudaria várias pequenas coisas se pudesse"

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não"

Você acha que o discurso é principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não necessariamente, mas eu penso muito nisso"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Com certeza! O padrão de beleza é mega eurocêntrico"

**Mulher 4**

Qual a sua idade?

"17 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza é uma referência a um modelo "ideal" de corpo ou estilo impostos pela sociedade, atendendo as demandas econômicas do comércio e da mídia."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Eu acompanho diversas referências de beleza nas redes sociais, apesar de acreditar que beleza é algo muito relativo e não seguir 100% do que é passado por essas pessoas."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Acredito que sim, principalmente procurando um corpo idealizado pela mídia que muitas vezes nem existe de verdade."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Já tive mais, mas acho que barriga ainda é a parte do meu corpo que eu tenho menos segurança em mostrar."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sempre pratiquei exercícios físicos no mínimo 3 vezes por semana, pois acredito que além de trazerem benefícios à saúde, os exercícios fazem nossa mente trabalhar outras funções e deixam nosso dia mais leve. Essa rotina de prática de exercícios mudou um pouco com a pandemia, mas mesmo que com menos frequência, continuo me exercitando."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Acredito que sim, uma mulher gorda pode ser considerada bonita. Apesar de muitos não acharem, vejo a beleza como muito além do peso e do corpo da pessoa. Se eu fosse uma mulher gorda, acho que seria um pouco insegura por nem todas as pessoas pensarem como eu, mas depois de trabalhar um pouco minha confiança, tentaria ajudar outras pessoas a desconstruir o pensamento de que mulheres gordas não podem ser consideradas bonitas."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Neste momento, em meio a pandemia, não estou muito feliz com o meu corpo pois não tenho praticado tantos exercícios e tenho comido mais do que antes. Gostaria de perder um pouco de peso para me sentir melhor comigo mesma, mesmo acreditando que não é o peso que define quem a pessoa é."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Acredito que não, pois quando alguém olha para mim, uma pessoa que não sou tão magra, muitas vezes não tem ideia do quanto exercícios físicos fazem parte da minha vida e muito menos de como é meu estilo de vida. Acredito que peso, corpo e aparência são muito pouco perto da personalidade e energia que a pessoa transmite."

Você acha que o discurso é principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Dentro da minha família e com os meus amigos próximos não me sinto pressionada em relação a padrões, já que sou aceita do jeito que sou por eles, mas por amigos mais distantes e pela sociedade acho que a pressão é sim existente."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Infelizmente sim, pois hoje, analisando a sociedade, é muito difícil ver grupos que possuem pessoas com estilos muito diferentes, por exemplo. Dessa forma, acredito que padrões de beleza podem sim gerar uma certa exclusão social."

## Mulher 5

Qual a sua idade?

"52 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Não acredito em um padrão de beleza. Acredito que o importante é estarmos bem conosco e garantir saúde."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Não procuro informações sobre beleza. Tenho alguns cuidados em relação a pele mais vinculados a saúde, principalmente a exposição ao sol."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim com certeza na minha adolescência, mas nem me lembro como. Fui priorizando outras coisas ao longo da minha vida que considero mais importante."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Hoje não gosto da minha barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim. não uso roupa com a barriga exposta."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim. Caminhada 3 vezes por semana"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim. Eu sou uma mulher acima do peso e respondi todas as perguntas anteriores nesta condição. Me considero bonita."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Por questão de saúde, gostaria de emagrecer um pouco."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim"

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Infelizmente acho que pode sim em alguns contextos e principalmente entre os jovens. No entanto quero acreditar que os jovens de hoje são mais abertos e não

excluem por esta razão pelo menos entre os jovens que convivo. Acredito que também está questão está vinculada com os valores com os quais cada um de nós convive nos espaços sociais."



**Mulher 6**

Qual a sua idade?

"16 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Pra mim o padrão de beleza é o que é imposto como "bonito" pela mídia, ou seja o que vemos em capas de revistas filmes, propagandas e assim faz com que as pessoas achem que aquele eh o jeito "bonito" de ser"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"A minha maior fonte de informação sobre beleza sem dúvidas é a internet ex.: instagram, youtube, pinterest, tiktok e etc, mas claro q revistas e a televisão influenciam muito"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim com certeza, as vezes me pego achando alguma coisa em mim feia e tenho que pensar se eu realmente acho isso feio ou por ser diferente do padrão acabo achando isso feio"

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim praticamente o meu corpo inteiro, tem dias que eu prefiro não sair de casa por causa de inseguranças e também quando vou em praia ou piscina é muito complicado pois tenho q usar bikini deixando meu corpo exposto o que me traz muita vergonha e insegurança. Já deixei de fazer e ir em muitos lugares por vergonha da minha aparência"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, a indústria da moda nem sempre tem roupas q cabem em mim, como a maioria das roupas nao sao feitas para o meu tipo de corpo é praticamente impossível achar uma roupa q fique realmente bonita no meu corpo"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Tenho praticado exercícios todos os dias, porque eu quero muito emagrecer"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim mulheres gordas são bonitas óbvio que se pudessem usar as mesmas roupas q magras usam seriam mais, pois além de roupas plus size serem normalmente feias e não serem nada estilosas, e as que são bonitas chegam a ser o dobro ou até o triplo do valor de roupas pra meninas magras, sim eu manteria a mesma opinião"

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, eu com certeza gostaria de perder uns 20kg"

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Mais ou menos, para mim quem voce é se trata muito da sua personalidade modo de se vestir e de interagir com os outros, mas se as roupas q deveria definir meu estilo não cabem em mim é difícil mostrar quem eu sou"

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Muito, sempre ouço dentro de casa "se vai mesmo comer isso" ou "se não acha que você tá mostrando muito a sua barriga" ou "essa roupa não te favorece"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim vemos isso claramente quando vamos ver filmes, revistas ou até nas redes sociais é muito difícil vermos alguém fora do padrão no topo, assim excluindo as pessoas fora do padrão"

## Mulher 7

Qual a sua idade?

"49 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Estar feliz, com saúde e se sentido bem!"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Minha médica e internet (instagram)"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim! Com tantas informações, imagens e conteúdo é difícil não se influenciar. Gosto de observar mulheres com estilo próprio, autenticidade. Busco encontrar o meu estilo."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Talvez ao estar de biquíni, Não fico muito confortável."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Não gosto de peças muito justas. Procuo usar peças que me favoreçam, com decotes e estilo."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim! Três vezes por semana. Penso ser fundamental para saúde e bem estar."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Claro! Difícil de responder, pois busco sempre estar com o peso adequado para meu biotipo, mas buscaria estar feliz."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita, mas gostaria de estar um pouco mais magra. Perder 5 kilos."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não! Não totalmente. Ele é uma parte de quem sou!"

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não é recorrente."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não gosto de pensar que o padrão de beleza ou qualquer outro padrão defina um grupo social, mas infelizmente em determinados grupos há exclusão."

## Mulher 8

Qual a sua idade?

"26 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"É o que a sociedade impõe como certo/errado, bonito/feio"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Instagram"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Já fui, sentia necessidade de emagrecer diariamente, independente do quão magra já estava. Já comprei roupas que nem sabia se gostava, pois estavam na moda, e depois nunca usei."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim. Sempre tive vergonha das minhas pernas e glúteos. Hoje lido melhor com isso, mas ainda não 100%"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"SIM"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim. 2x semana"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim e sim. Hoje, mais do que nunca, tenho certeza disso."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou trabalhando para estar satisfeita com o meu corpo. Eu que tenho que mudar, não ele."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não"

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, principalmente na família"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim. O padrão de beleza gera exclusão. Pessoas gordas são excluídas, pessoas deficientes, pessoas negras."

## Mulher 9

Qual a sua idade?

"16 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza são normas estéticas impostas pela sociedade que propõe/estabelecem uma aparência idealizada e forçada"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"De redes sociais (instagram e twitter principalmente) e em conversas com amigxs"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Já fui influenciada pelas altas expectativas que a mídia impõe sobre nossos corpos e aparência de modo que me vi de maneira pejorativa em comparação ao padrão. Por exemplo, diversas vezes pensei em aderir a dietas pelo simples motivo estético pois me sentia mal em comparação a diversos corpos idealizados que via em revistas/redes sociais. Além disso o padrão de beleza para realização de algumas atividades físicas é alto, como danças; o esperado é que as mulheres que participam de tais atividades sejam magras, e tenham pouco peito e bunda, e a pressão sob corpos diferentes do esperado é alta."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim: barriga e glúteos"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico duas vezes por semana nas aulas de educação física e duas vezes fora (ballet). Faço exercício pelo meu bem estar e para evitar o sedentarismo."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Uma mulher gorda deve se considerar bonita pois terá que conviver com o seu corpo dessa maneira, a não ser que planeje uma mudança; além de que corpos idealizados não existem na vida real e não expressam sinais de saúde. Mesmo sendo difícil em uma sociedade que impõe tantos padrões eu tentaria ao máximo manter essa opinião, mas acredito que se fosse eu nessa posição seria difícil me sentir bem comigo mesma, apesar de ser extremamente normal, devido às expectativas e pressões."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita com meu corpo hoje em dia, mas ainda assim se pudesse gostaria de ter mais glúteos"

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Nosso corpo é/ deveria ser exclusivamente nossa maneira de contato com o mundo e promotor de sentidos e experiências, então sinto que não deveria me definir como quem eu sou. Apesar disso ainda somos muito julgados pela nossa aparência e isso define muito na nossa sociedade atual, principalmente na adolescência em que distúrbios alimentares são frequentes devido a comentários negativos, situações de bullying e exclusão social, etc. Mas em um quesito mais físico, o nosso corpo retrata um pouco nossos interesses, e nesse sentido pode sim definir parte do que somos; por exemplo: nossos hábitos alimentares, nossa relação com estética e vaidade, a prática de exercícios físicos, etc."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"O discurso do padrão de beleza é bem frequente na minha escola no geral mas não muito no meu grupo de amigos que são mais conscientes das fardas desse padrão. Na minha família contudo esse discurso e pressão são altos."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"O padrão de beleza pode definir grupos sociais principalmente na adolescência na qual xs "mais bonitxs" tendem a ser mais populares e "desejados" enquanto os que se encaixam fora dos padrões de beleza tendem a se sentir excluídos. Além disso outro fato que comprova que diversos corpos não são aceitos na sociedade e são usados como maneira de exclusão é a mudança do padrão e as consequências disso como um processo histórico e cultural: corpos mais gordos já foram considerados os mais bonitos e desejados (idade média), na escravidão por exemplo a cor de pele de uma pessoa definia/ define a posição social que ela ocupa na sociedade, etc"

**Mulher 10**

Qual a sua idade?

"49 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"É ter autocuidado. É estar em equilíbrio físico, mental, emocional e espiritual."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Talvez do dermatologista. Hoje sou pouco ligada a esses assuntos."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Por exemplo sempre faço um botox ao ano. E já fiz cirurgia plástica."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim! Barriga e braços."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Várias vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Já pratiquei muito. Hoje estou mais preguiçosa. Esse ano eu mais arranjei desculpas do que fiz exercícios físicos. Mas quando pratico, são 3 vezes por semana sendo uma vez fortalecimento muscular e duas vezes aeróbico. Prático pois quero ter um corpo funcional, porque tenho osteopenia, e para prevenir doenças. É uma das chaves para a longevidade."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Uma mulher gorda pode sim ser considerada bonita e atraente. Claro, usando roupas apropriadas, modernas, estar cuidada, arrumada, cabelo em ordem. Com bom humor. Sim, se eu fosse uma mulher gorda, teria por obrigação me cuidar também. Sempre procurando melhorar em todos os sentidos, inclusive na estética."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Agradeço ao corpo que tenho. No entanto, estou em processo de emagrecimento pois estou com sobrepeso."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Meu corpo não me define. Ele é um instrumento para me manifestar. Somos muito mais que um corpo. Somos muito mais que a matéria. "

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Há pressão pelo padrão de beleza, contudo, hoje eu me preocupo muito mais com a saúde do que com a beleza. Tanto é que há dois anos deixei de colorir meus cabelos e amo meus fios prateados. E não há quem me faça colorí-los.

Quero ter saúde e um corpo saudável. Prático autocuidado, mas não faço culto ao corpo."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Talvez possa gerar exclusão. Uma boa aparência é importante. Mas não é tudo."



**Mulher 11**

Qual a sua idade?

"21 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Uma convenção social de um ideal de corpo, considerado o mais bonito pela maioria das pessoas"

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Pelo fato de eu não seguir blogueiras que falam sobre esse assunto, eu costumo obter informações de beleza por indicação de amigos ou pessoas próximas."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Com certeza. Eu costumo me comparar muito com outros tipos de corpo que eu vejo no Instagram, mesmo que eu não tenha um biotipo que me permitiria chegar nesse padrão de beleza de forma saudável."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Já tive vergonha das minhas pernas por dois motivos: achar que eu tenho coxas muito grossas e as cicatrizes que eu tenho no joelho."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Já deixei de usar shorts por causa das minhas pernas e calça de cintura baixa, porque eu achava que não favorecia muito o meu corpo por não achar que eu tinha um quadril muito largo."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Eu costumo fazer exercícios aeróbicos (especialmente esteira) umas 3 ou 4 vezes por semana. Faço isso, porque libera endorfina e faz eu me sentir melhor, mais disposta e produtiva durante o resto do dia."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Com certeza. Eu acho que se eu fosse gorda, eu poderia me achar bonita também, mas só depois de um processo de autoaceitação e desconstrução sobre o que é considerado belo."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita com o meu corpo, mas gostaria de perder um pouco de peso por não estar me sentindo a melhor versão de mim mesma."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não sofro muita pressão, mas quando ouço comentários relacionados a esse tema, eles costumam vir dos meus pais que alegam estar preocupados com a minha saúde."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Acho que, infelizmente, o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social, pois as pessoas que têm corpos parecidos, costumam não só ter mais afinidade, como também devem se sentir mais à vontade em falar sobre o assunto, porque provavelmente terão mais identificação com o que estão falando (por terem corpos similares)."

## Mulher 12

Qual a sua idade?

"16 anos"

O que é padrão de beleza para você?

"Para mim, padrão de beleza é uma ideia superficial implantada na cabeça da sociedade, tentando nos dizer o que é bonito e o que não é, sendo que na realidade, beleza é relativa."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"As informações de beleza que obtenho vem em sua maioria das redes sociais, e algumas vezes por amigos."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Me sinto constantemente influenciada pela busca de uma estética "melhor", isso por meio de propagandas que garantem vender produtos estéticos, com o objetivo de alcançarmos cada vez mais o tal padrão imposto."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, tenho vergonha principalmente da minha barriga e glúteos e não me sinto confortável em ficar expondo essas partes do meu corpo."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, quando não me sinto confortável e bonita naquilo que estou usando, tento achar outra roupa."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Prático 5 vezes por semana, por questões de saúde e estética."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Acho sim que uma mulher gorda pode ser considerada bonita, pois o peso não deveria dizer nada sobre sua beleza. Mas apesar de dizer isso, se eu fosse a mulher gorda, não me sentiria bonita, mesmo reconhecendo minha hipocrisia."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Atualmente não estou satisfeita com meu corpo, gostaria de emagrecer mais para poder me sentir melhor comigo mesma."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Acho que aquilo que mais importa é a personalidade de alguém, mas me deixo levar por minha aparência, então de certa forma sim, sinto que parcialmente meu corpo define como sou."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Por um lado não vejo essa discussão muito presente no meu cotidiano, por amigas e família, mas a pressão sinto que é diária, por estarmos acostumados em ver mulheres com corpos considerados perfeitos nas redes sociais todos os dias."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Acho que não só é capaz como já faz isso nos dias de hoje. Não é difícil identificar uma exclusão de uma pessoa/pessoas baseado em sua aparência, seja no âmbito escolar ou no trabalho."

**Mulher 13**

Qual a sua idade?

"27 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Atualmente, padrão de beleza é o que a TV/Filme/Redes Sociais mostram. São mulheres esteticamente iguais, que seguem um padrão de corpo, tonalidade de pele, cor de cabelo, que é o que é considerado bonito pela sociedade. Qualquer coisa que difere disso não é bonito, ou é considerado exótico."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Eu uso muito instagram e pinterest. Gosto de buscar diversidade sempre."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Já me senti feia/diferente, ao me comparar com muitas celebridades."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim!! As coxas. Não gosto muito de usar shorts, pois não gosto delas."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim!!"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não muito, às vezes. Pratico mais por questão de saúde mental e física. Não podemos ficar parados"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Claro, qualquer mulher pode ser bonita. Beleza é um conceito subjetivo, e que é criado por um padrão... então qualquer pessoa pode ser bonita aos olhos de outra."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Mais ou menos, acho que sempre podemos mudar algo."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não, acho que vai além do corpo."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, super!! Acredito que isso influencia na forma como as pessoas te tratam."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim!"

## Mulher 14

Qual a sua idade?

"55 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É aquele que faz com que eu me sinta bem em me expor. Infelizmente ainda estamos presos ao magro, embora tenhamos ganho espaço no que diz respeito aos tipos de cabelo, roupas que usamos, etc..."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Como sou da área de saúde, recebo informações acadêmicas, mas também sou alimentada pelas redes sociais, especialmente Instagram. "

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Na eterna briga entre o peso ideal X peso feliz!"

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Braços! NUNCA uso roupas sem manga, nem em casa!"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, várias vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Acho que sim. Mas a questão é ela se achar bonita, o que nem sempre acontece."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não. Eliminaria 10kg."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim. Embora eu não goste dele."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Com certeza!"

**Mulher 15**

Qual a sua idade?

"18 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Um padrão imposto pela sociedade para classificar se uma mulher é bonita ou não."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Redes sociais"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, muito. Fico muito incomodado em vários lugares por exemplo usar biquínis e etc."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, barriga e perna"

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim"

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, porque me faz bem e para ter uma vida mais saudável. 2 vezes por semana"

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim. Se eu fosse confiante de mim mesma, sendo gorda ou magra eu acreditaria no meu potencial e na minha beleza."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não. Faria várias mudanças."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Em parte, sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não"

**Mulher 16**

Qual a sua idade?

"51 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É algo que se torna referência estética numa determinada época e num determinado grupo social."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Não procuro este tipo de informações."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Quando era jovem. Era opressivo pensar que deveria estar dentro das expectativas da maioria com relação ao corpo. Eu era muito magra."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, já tive vergonha do meu colo."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, alguns tipos de blusas."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, regularmente (2 a 3 vezes por semana), porque prezo o cuidado com a saúde."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Acho sim. Acho que a pressão social afetaria bastante a minha auto estima."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita. Não faria nenhuma mudança."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não sei dizer, mas gostaria que meu corpo não fosse referência de quem sou."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim é recorrente, infelizmente."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, acho que pode definir um grupo social. Com certeza gera exclusão."



**Mulher 17**

Qual a sua idade?

"37 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É a imposição do que se define como belo, quando na verdade, a beleza não é um conceito exato e absoluto. Hoje o padrão é ser magra, mas com alguma definição muscular, jovem, sem cabelos brancos, sem marcas de expressão como rugas e linhas de expressão."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"As propagandas que estampam a partir dos seus produtos quem são as belezas do momento. Redes sociais também apresentam o padrão, já que há um modo de se apresentar ao mundo a partir das fotos, selfies e looks do dia que são postados diariamente por anônimos e famosos."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Quando mais jovem, certamente. Meu cabelo sempre cacheado era para mim um problema, via nas propagandas de shampoo aqueles cabelos lisos e fazia escova todos os dias até entender que tipo de cabelo eu tinha. Também já questionei meu peso por não ter o corpo magro de minhas amigas e acabava sempre me sentindo a mais feia do grupo."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Não."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, por conta do meu peso, evitava camisetas e blusas justinhas."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"4 x por semana. Musculação. Gosto de um corpo mais firme e com a idade os músculos ficam menos rígidos, ou seja, malho pela estética."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim acho, embora mais nova já tive opinião diferente, justamente porque eu eu era a mais gordinha do grupo. Hoje cuido muito do peso, então acho que não."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou, aprendi a aceitá-lo como ele é. Sei que não estou no padrão em vários sentidos, mas finalmente entendo meu corpo e me reconheço nele."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"A partir do momento que comecei a aceitá-lo mesmo com suas imperfeições e assim encontrar um modo de se vestir e agir com esse corpo, sim ele me define, ou ao menos parte de quem eu sou."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Já fui muito questionada por não ser mais vaidosa, fazer as as unhas, cuidar mais da aparência, ou mesmo se não estaria na hora de pintar o cabelo. O curioso é que a pergunta veio justamente de um homem de cabelo grisalho."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Certamente. Isso não passa com a idade, embora na adolescência isso seja mais forte, há no discurso de todos um tom pejorativo em relação ao engordar, a comer demais, comer doces, o corpo do verão em todo e qualquer grupo que tem sempre alguém mais gordo que tem ouvir essas pequenas "agressões" e se silenciar ou fingir achar graça ou sempre se justificar dizendo estar em algum tipo de dieta."

**Mulher 18**

Qual a sua idade?

"32 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Não gosto do termo "padrão", pois ele sugere que exista uma fórmula única de beleza - e sabemos que não existe. Pra mim o ideal é que cada um se ame e se aceite do jeito que é, e caso decida ir atrás de uma mudança seja por vontade própria e não para agradar os outros."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Pelos influenciadoras Body Positive."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Na minha adolescência fiz diversas dietas e tomei remédios para emagrecer por pressões externas (familiares/pais), e só fui me sentir bonita gorda depois de adulta - depois de conhecer muitas influenciadoras do movimento Body Positive."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Pernas, braços, barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, muitas vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico Yoga duas vezes na semana. Faço pois ajuda a controlar minha mente e ajuda a fortalecer minhas costas."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, sempre. Já fui essa mulher."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não. Farei algumas cirurgias plásticas para retirada de pele devido a emagrecimento."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, sempre. E é uma luta diária para não me deixar influenciar pela pressão externa."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Ele define, certamente."

**Mulher 19**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza seria aquilo que você segue pelo o que a mídia impõe."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Blogueiras, Instagram, YouTube."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, nas roupas, tipo do meu corpo."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, bunda."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, duas vezes por semana, para manter um corpinho agradável."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, não."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, faria mudança como silicone."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, pode gerar exclusão."

**Mulher 20**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Estereótipos estéticos impostos pela mídia e sociedade que dizem que você deve se encaixar em um tipo ideal de corpo e estilo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Meio social, tik tok, instagram."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, já me fizeram questionar minha autoestima com meu corpo, comprar um tipo determinado de roupa, e me submeter a restrições alimentícias e esportes excessivos."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, glúteos, seios, pernas, rosto, quadril, acho que praticamente tudo em algum momento da minha vida."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico todos os dias da semana porque eu gosto da endorfina e do cansaço que me dá."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim podem ser consideradas bonitas, mas se eu estivesse nesta situação não sei se conseguiria aceitar bem e me sentir feliz com o meu corpo."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não estou satisfeita, mas não faria mudanças porque acho que os traços das pessoas fazem elas únicas."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Para os outros sim, porque eles baseiam a primeira impressão no que eles conseguem ver, no caso seu corpo."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, mas de forma muito velada."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim com certeza, e a exclusão acaba gerando um ciclo vicioso que reforça esses padrões e faz com que as pessoas se sintam obrigadas a serem de uma certa forma para se encaixar."

**Mulher 21**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Corpo ampulheta e barriga negativa."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Instagram."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, em roupas e cabelos."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga na praia."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, todos os dias."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, 4 dias por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, mas se eu fosse a mulher gorda não manteria essa opinião."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, mudaria meu peso, minhas pernas e meus peitos."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, eu acho que pode gerar uma certa exclusão."



**Mulher 22**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Ser magra, cabelo liso e longo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Redes sociais."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Com certeza, diariamente vejo mulheres magras na internet e na televisão."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico 5x por semana, por que gosto, para melhorar minha saúde e queimar calorias."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Acho que uma mulher gorda pode ser considerada bonita, mas a sociedade não acha."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não estou satisfeita, gostaria de ser mais magra."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não, mas sinto que todos reparam nele."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, todos os dias pelo menos uma pessoa opina sobre meu corpo."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Acho que mulheres que estão fora do padrão de beleza, muitas vezes se unem e acabam formando grupos de amizades, e às vezes acabam sendo excluídas."

**Mulher 23**

Qual a sua idade?

"37 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Sentir-se bem e ter boa saúde."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Não costumo obter informações sobre isso."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, pela exigência social."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, não sei."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita em partes, mas mudaria algumas coisas."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Em partes."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim. Sim."

**Mulher 24**

Qual a sua idade?

"17 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É um tipo de corpo inalcançável e criado pelas celebridades que conseguem comprar tal corpo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Youtube ou pinterest."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, ja comparei meu corpo àqueles das mulheres do instagram."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, as pernas, os glúteos e os peitos."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, tento fazê-los frequentemente, mas não consigo."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, gorda não é sinônimo de feia. mulheres gordas são tanto quanto, senão mais bonitas que mulheres magras."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, faria várias alterações no meu corpo."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, ainda mais dentro da minha família."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, é muito difícil achar uma menina fora do padrão dentro de um grupo de meninas "populares"."

## Mulher 25

Qual a sua idade?

"59 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza é estar em harmonia com seu corpo, da sua maneira de ser, do jeito que você é, sem seguir os padrões estabelecidos. É você criar o ser padrão, ter liberdade de ser quem você é, sem limitações."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"De revistas femininas, internet, mídias sociais e de sites de moda "alternativos"."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Quando eu era mais nova fui bastante influenciada pelo padrão de beleza "Miss Brasil e Miss Universo", a mulher com corpo perfeito!! Como sou "mignon" e "falsa magra" nunca me encaixei nos padrões citados é isso me deixava bastante frustrada e muitas vezes me sentindo muito mal e horrível."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Não. Muito antes pelo contrário, eu sempre gostei de valorizar meus glúteos e pernas."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim. Eu nunca usei vestido "tomara que caia" por causa dos meus seios."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Atualmente faço caminhada 2 vezes por semana. Fiz pilates por 10 anos 2 vezes por semana + caminhada 3 vezes por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim para as duas perguntas. Uma mulher gorda pode sim ser muito bonita."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita com meu corpo e não faria nenhuma mudança."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"De certa forma sim. Acredito que o corpo é o reflexo do seu ser."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"No meu caso não. Mas vejo em outros grupos é sim recorrente."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Eu não acho. Infelizmente a sociedade em geral acredita no padrão beleza e que sim, o padrão de beleza define um grupo social. E com certeza gera exclusão."

**Mulher 26**

Qual a sua idade?

"51 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Me sentir bem com meu corpo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Sigo algumas marcas q eu gosto."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Não muito."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Não."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim se não me sinto bem."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim quase todo dia."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim qualquer mulher pode se sentir bonita."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Sim. Não faria nenhuma mudança."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Pode gerar muita exaustão."

**Mulher 27**

Qual a sua idade?

"43 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza é aquilo que a sociedade impõe consciente ou inconscientemente como regra para que alguém se sinta ou seja visto como belo ou bela."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Eu acredito que no dia a dia na rua."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Lembro de algumas vezes achar uma moda estranha ou até feia e mais tarde ter me adaptado a ela. E na adolescência eu tinha dificuldade para aceitar meu corpo apesar de hoje olhar as fotos e ver que eu sempre fui magra."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Glúteos. Pernas."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico musculação: para manter-me saudável, e para definição do corpo."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Eu acredito que sim, mas sempre que tive uma amiga obesa que dizia que se aceitava e estava feliz, tb me contava em algum momento da vida que estava feliz porque tinha emagrecido tantos kilos... E sobre eu ser gorda? Eu não me acharia bonita. Infelizmente eu internalizei outro modelo de beleza para mim."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Nunca estive completamente. Sempre acho defeitos. Agora estou na fase de me incomodar com as mudanças da idade. Linhas de expressão, rugas, flacidez..."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Assim como cuido de tudo que faço com muita dedicação, meu corpo diz muito como o tenho cuidado."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim... Tem gente da minha família que quase fala bom dia comentando se você está mais magra ou não. E não são poucas."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Acredito que sim. O padrão fitness por exemplo... Ele pode sim gerar exclusão."



**Mulher 28**

Qual a sua idade?

48 anos.

O que é padrão de beleza para você?

"Um modelo que é usado como exemplo de beleza a ser seguido e admirado."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Amigos, redes sociais."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Corte de cabelo, estilo de roupa."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Não. Mas sempre valorizo as partes do meu corpo que considero mais bonitas, na minha opinião."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim. Gosto de valorizar as minhas qualidades e não chamar a atenção para partes do corpo que eu não considero tão bonitas."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim. 2x semana e aos finais de semana. Pra me manter com saúde e em forma."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Acho que sim. Tudo depende da sua auto estima. Temos que gostar de nós mesmas acima de tudo. Evito estar acima do peso mais por uma questão de saúde do que estética. Mas confesso que ficar bem num biquíni ou num vestido bonito pra mim é muito importante. Me deixa feliz. Só não vale ser magra a qualquer preço. "

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Sim. Como toda mulher, perderia uns 3kg e aí seria perfeito!"

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Meu corpo é um recurso que tenho pra fazer o que eu gosto. Viajar, praticar esportes, acompanhar meus filhos e meu namorado, trabalhar. Preciso estar bem pra continuar mantendo minha rotina. Sim, me define."

Você acha que o discurso é principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, sempre teremos que conviver com isso. Vai depender de cada um de nós saber lidar com as críticas e questionamentos."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, infelizmente."

## Mulher 29

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza para mim é uma expressão usada para determinar o que é "mais bonito" e considerado "ideal", e eu acho que com o passar dos anos isso pode vir a mudar. Hoje em dia temos um padrão de beleza extremamente rígido, onde muitas pessoas sofrem tentando segui-lo assim como outras sofrem tentando mudar ele."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Das minhas redes sociais, instagram e tiktok principalmente."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim muitas vezes. Olhando as redes sociais, recebendo críticas, me comparando com os outros tentando chegar à perfeição. (A perfeição em si é relativa, mas o padrão de hoje não)."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Já tive vergonha do meu corpo inteiro por conta de sobrepeso, ainda tenho insegurança por conta do passado."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Diversas vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Hoje em dia/quarentena, tênis duas vezes por semana, porque eu gosto."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, tem mulheres que gordas ficam mais bonitas pois combina mais com ela, já outras ficariam melhores se fossem magras. Se eu fosse a mulher gorda eu não teria a mesma opinião, não ficaria bonito em mim essa característica."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, sim diversas."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não, mas influencia como os outros me veem aliás ninguém nunca vai te conhecer totalmente porque vivemos em mudanças."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Minha família exige muito isso de mim, meus amigos e todas as outras pessoas me dão um apoio enorme e inclusive falam que eu já me encaixo nesse padrão e tenho uma beleza enorme, mas isso ainda não é o suficiente para mim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Infelizmente, sim inclusive quando eu era mais nova não participei de alguns e hoje isso mudou, mas não faço mais questão de participar de grupos desse tipo."

**Mulher 30**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"O padrão de beleza é o que a mídia mostra: pele branca, olhos claros, cabelo loiro, um corpo magro, mas não tão magro, pernas finas mas não tão finas, cabelo longo etc."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Informações de beleza pessoal eu procuro em sites, perfis e páginas que quebrem o padrão de beleza. Não sinto como se eu fosse obrigada a lidar com o fato de não estar no padrão."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, na maneira de me vestir, na maquiagem que vou usar, em como vou arrumar meu cabelo, o que vou expor do corpo ou não, se vou usar um biquíni ou não."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"O corpo inteiro na verdade, desde pequena eu era acima do peso, e estar no peso normal e continuar com "gordurinhas" realmente me incomoda."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, várias vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, normalmente uma vez por semana. Pra não ficar tão "travada" e também para queimar calorias."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim. Provavelmente não, não consigo manter a autoestima tendo um corpo "na média", imagine se engordasse."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não. Eu diminuiria meu peso e meus seios, e talvez me deixaria um pouco mais alta."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Hmm, talvez? Meu corpo é meu, não tem como trocar, então acho que sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim. Com a pandemia não ando vendo as pessoas, mas ir para a escola por exemplo é algo terrível, já que quase todas as garotas atendem ao padrão de beleza."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não sei ao certo, talvez o padrão de beleza seja muito mais alcançável para pessoas ricas, deixando as classes mais pobres com certeza mais encabuladas. Um exemplo disso é que é muito difícil achar pessoas negras que tenham boas condições, a maior parte da população é negra, e ainda sim o padrão de beleza se resume a alguém branco."

**Mulher 31**

Qual a sua idade?

"39 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Você se sentir bem da forma que é e estar."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Nenhum local."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, quando seguimos tendências que a sociedade te coloca, ou a mídia."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, a barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita. Vou emagrecer por questão de saúde."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, porque muitos sentem que não se enquadram neste padrão ou excluem pessoas que acham que não pertencem."

**Mulher 32**

Qual a sua idade?

"57 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É algo que pessoas inventaram e muitas acham que têm de seguir."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Vários lugares, tv, internet, revistas."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, pra ser linda tem que ser magra, e eu luto a vida toda pra isso kkkkk."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, seios e braços."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, 3x por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, acho."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Faria alguns consertos."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Creio que sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Um pouco."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, com certeza."



**Mulher 33**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Certas características estabelecidas pela sociedade que determinam se alguém é "bonito" ou não (dependendo se suas características físicas seguem esse padrão) O padrão de beleza muitas vezes influencia as pessoas a buscarem a perfeição em busca da aprovação de outros."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Redes sociais e sites (Instagram, TikTok, Google)."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, mudando características físicas que me faziam me sentir mal comigo mesma por não estarem de acordo com o padrão de beleza estabelecido."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, por exemplos roupas justas ou que aparecem a barriga."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, 5 vezes na semana. No início comecei a praticar para mudar características físicas que não me agradavam, mas depois se tornou um hábito, e me faz sentir melhor, mas também pelo físico."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, uma mulher gorda pode ser considerada bonita, até porque todos temos diferentes opiniões sobre o que é feio ou bonito, mas se formos julgar essa mulher de acordo com o padrão de beleza, dificilmente ela será considerada bonita."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Sim, hoje em dia tenho uma relação melhor com meu corpo, mas como estamos sempre buscando esse padrão inalcançável, ainda faria mudanças."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não, não define quem eu sou, mas influência como me sinto em relação a mim mesma."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, em todos os lugares, além também, das redes sociais."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, o padrão de beleza "obriga" as mulheres a buscarem mudanças físicas, para serem aceitas na sociedade e poderem se incluir com maior facilidade."

**Mulher 34**

Qual a sua idade?

"45 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Então, eu cresci aprendendo que beleza era ser magra."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Revistas de moda."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, a empresa da moda só faz roupas que caem bem em pessoas magras e isso me influenciou a manter minha forma."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, calça jeans."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Prático quase todos os dias pois não quero engordar."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Eu as acho muito lindas só que eu não gosto de gordura em mim."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Eu não tenho ninguém para discutir padrões de beleza no meu trabalho no momento nem de grupos de amigos no momento, mas eu já tive muita discussão pois trabalhava em um salão de beleza Onde o padrão era exatamente da revista de moda. Inclusive o salão inteiro sofria pressão, pois a dona era anoréxica."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, no caso cria-se o ódio também, pessoas mais gordinhas não gostam de pessoas magras, e as magras sentem dó das mais gordinhas."

**Mulher 35**

Qual a sua idade?

"47 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Não acredito em padrão de beleza e sim em qualidade de vida."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Não sigo nenhuma fonte."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Não."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Quando era mais nova tinha vergonha de mostrar tudo, mas com o tempo perdi a vergonha."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim por não me sentir confortável."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Neste momento não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Eu não acho que a questão é ser gorda e sim a de não ter estabelecido um modelo de qualidade de vida."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"No momento acho que estou acima do peso e preciso retomar a atividade física."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não é o corpo que define mas se olhar no espelho e gostar do que vê é muito bom."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não nunca foi. Sempre foi uma questão própria."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não."

**Mulher 36**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"O tipo de beleza que é considerado bonito e aceitável, no caso de hoje seria a magreza, (peito e bunda marcante no caso das mulheres), (músculos e "tanquinho" no caso dos homens)."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Normalmente através da rede social, família, amigos. "

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Todo dia sinto uma extrema pressão para estar de acordo com esse padrão, não é atoa que me olho nos espelhos todos os dias e não gosto do que vejo, porque claramente não estou no padrão, e isso não é aceitável para ninguém ultimamente."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Com certeza minha barriga é o meu maior problema, qualquer desculpa que eu tenha para não mostrar, vai ser dada."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, biquíni e roupas justas principalmente."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico principalmente por conta da minha saúde e porque busco um corpo que me agrade. Faço 4 dias por semana no mínimo."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Todos são bonitos de seu próprio modo, acredito que esse padrão da beleza é tão cruel, que acaba com a auto estima de milhares de pessoas. gostaria de me achar bonita, mas não tenho o corpo que me agrada e esse padrão só dificulta cada vez mais a minha tentativa de me aceitar."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Nem um pouco, se pudesse ter outra cintura, outra barriga, seria muito mais feliz comigo mesma."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não acho que o corpo defina alguém, esse é o problema do padrão, pois muitos pensam que o que está por fora que define. mas mesmo que eu ache q minhas curvas,

e o que está por fora não faz da minha essência o que ela é, os constantes julgamentos e pressões pra que eu tenha o corpo perfeito, me fazem acreditar que realmente é só isso que importa."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Com certeza, a extrema comparação que eu estabeleço com todos na minha volta (mesmo que involuntária), é inevitável, e me deixa cada vez mais longe de me aceitar."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Com certeza em ambas as perguntas. infelizmente o padrão de beleza exclui aqueles que não atendem suas demandas, pois não são bonitas suficientes. não é atoa que mais da metade da população não consegue se aceitar e se amar, o padrão de beleza muitas vezes impede que isso aconteça."

**Mulher 37**

Qual a sua idade?

"56 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Corpo esbelto."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Instagram, facebook e internet."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, por ver mulheres belas e querer ficar igual a elas."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga e seios."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, 4 a 5x por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Não. Se eu fosse essa mulher eu manteria a mesma opinião."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não estou satisfeita. Eu afinaria a minha cintura e emagreceria uns 6 kilos."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não acho."

**Mulher 38**

Qual a sua idade?

"48 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Bem estar com o seu corpo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Profissionais da área de saúde e internet."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Seios e barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Não."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim. Por questões de saúde e estética, no mínimo 5 x por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim. Não."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não. Faria uma plástica na barriga."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não."



**Mulher 39**

Qual a sua idade?

"46 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É estar feliz com a própria imagem e com o corpo que tem."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Conversa com amigas, pelo Instagram ou pesquisando na internet."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Talvez pelo fato de já ter desejado ter dentes mais brancos e cabelo mais liso."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Barriga e glúteos."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, já deixei."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, acho. Manteria a mesma opinião."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não estou satisfeita e por isso estou de dieta para emagrecer. Diminuir peso."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sob o ponto de vista da história que carrega, das memórias, experiências e marcas, sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim. Sim, pode gerar exclusão."

## Mulher 40

Qual a sua idade?

"17 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"O padrão de beleza é uma série de características definidas pela sociedade que determinam a beleza de um indivíduo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"De modo geral em mídias sociais através de contas e pessoas famosas."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, pois de certa forma eu sempre tento estar dentro do padrão de beleza e acabo não sempre fazendo o que seria melhor para meu bem estar."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Vários mas acho que a barriga é um dos principais que me incomodam."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, diversas vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, personal 3 vezes por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, mas acredito que se eu fosse gorda eu não seria segura com meu próprio corpo portanto não me achando bonita."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Eu não estou satisfeita com meu corpo, e faria várias mudanças nele."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Mais ou menos, sinto que indiretamente sim, mas ninguém fala muito na cara."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, e acredito que causa muita exclusão social ao não aceitarem que não se encaixa no padrão de beleza aceito pela sociedade."

**Mulher 41**

Qual a sua idade?

"49 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Ser saudável e se sentir bem. Magro tbm por questão de saúde."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Mais boca a boca e no próprio espelho!"

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim. Principalmente na moda... roupas caírem bem no corpo..."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Umbigo."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, para manter o corpo e a saúde."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Não."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita, mas faria pequenas mudanças."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim, acho que TAMBÉM define."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, infelizmente. Mas acho que isso está começando a mudar!"

## Mulher 42

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza em minha opinião está muito ligado a padrões tanto culturais da sociedade quanto também o que para os homens e uma mulher bonita, assim também envolvendo machismo."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Normalmente pelas plataformas de comunicação como Instagram."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, muitas vezes pelo padrão social de ter um corpo de determinado jeito."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Não."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, por conta da saúde e estética, duas vezes por semana."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, acho que a beleza não está 100% ligada a estética."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, sim."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso é principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, acho que muitas vezes as pessoas julgam inconsistente as pessoas de acordo com o padrão de beleza, quase como um ato automático, sempre julgamos tudo não importa o que for."

**Mulher 43**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Um padrão estético que é imposto na sociedade e que muitos veem como uma obrigação se encaixar nele."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Redes Sociais e Televisão."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, principalmente pelo instagram, quando é possível ver fotos de milhares de mulheres consideradas "perfeitas" em questão de corpo e rosto, e a partir do momento em que todos querem se parecer com elas, já é um sinal de que você foi influenciado, e acredito que muitas pessoas já passaram por isso."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, glúteos e nariz."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim. Acredito que depende da sua autoestima, se você é uma mulher gorda e aprende a se aceitar no mundo atual a resposta continuaria sim, mas se você já tem autoestima baixa, a resposta seria não."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não. Mudaria meu nariz e colocaria silicone."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não."

**Mulher 44**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"É o corpo de uma mulher/homem que não é julgado pela sociedade, por ser considerado "perfeito". As mulheres e homens tentam alcançar o mais próximo desse padrão para se sentirem aceitos."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Redes sociais/internet."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Com certeza, até com posts de influenciadores."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Já."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"2 vezes por semana, para ganhar massa muscular."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim, acho que isso não influencia na beleza de uma mulher."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não, com certeza faria mudanças."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Um pouco."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim, demais!"

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Acho que sim e conseqüentemente gera muitas exclusões."

**Mulher 45**

Qual a sua idade?

"15 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza para mim é uma forma negativa de nos compararmos entre si. Usamos os padrões estabelecidos pela sociedade como meta e motivação, quando deveríamos estar nos incentivando a nos amar do jeito que somos."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Principalmente das redes sociais, como instagram, tiktok, twitter etc."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sinto que sou completamente influenciada pelo padrão de beleza. Sempre me comparo com esses padrões e isso é muito ruim pra minha auto estima."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Com certeza, minha barriga e meus seios."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, eu sempre deixo de usar roupas por que me olho no espelho e não gosto do meu corpo nas roupas que coloco."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, pratico literalmente todos os dias, com a intenção de emagrecer e perder barriga."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Eu acho que com certeza ela pode ser considerada bonita. Mesmo assim, estando nessa posição eu entendo que se achar bonita é algo muito mais difícil."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Não estou satisfeita com meu corpo, e sim, faria algumas mudanças nele."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"De certa forma, sim. Acredito que as coisas que eu aprendi com meu corpo me trouxeram conhecimentos e opiniões que fazem parte de quem eu sou."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Com certeza, todo mundo está sempre correndo atrás desses padrões e tentando fugir da pressão de alcançá-los."



Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, eu acho que o padrão de beleza define um grupo social, e exclui todas aquelas pessoas que, por qual seja o motivo, não consigam alcançá-lo."

**Mulher 46**

Qual a sua idade?

"17 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"São as características que a sociedade definiu criando um padrão de características que é o considerado bonito."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Das redes sociais, Instagram geralmente."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, nas redes sociais vendo as pessoas e querendo um corpo, cabelo que é o considerado o padrão, que é o que as pessoas mostram na internet."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Não pratico."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Sim! Acho que manteria a ideia."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Estou satisfeita."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não muito."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, acho que pode sim gerar uma certa exclusão."

**Mulher 47**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Padrão de beleza é o padrão que a sociedade criou em torno do que acham que é um rosto perfeito ou o corpo perfeito, no caso uma pele perfeita, um nariz pequeno e assim vai."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Todas as redes sociais, principalmente Instagram."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Eu acho que todo mundo é até mesmo sem perceber, mas tento sempre não focar nisso e me aceitar como eu sou."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim, sempre tive muito medo de mostrar as minhas pernas."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Sim, eu nunca saía de shorts, vestido ou saia, por conta da minha perna."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, duas vezes por semana por recomendação médica."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Eu acho que peso não significa nada, tanto gorda quanto magra, na minha opinião são todas lindas. se eu fosse uma mulher gorda eu não sei oq eu faria, não porque eu não gosto do meu corpo, mas porque a pressão da sociedade em pessoas acima do peso é enorme e pode te causar muita insegurança."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Sim, eu passei por uma fase da minha vida muito ruim onde eu emagreci muito e estou tentando ganhar mais peso agora."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Nem um pouco."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Com certeza, normalmente são comentários que parecem bobos, tais como "nossa que magrinha" ou você está com alguma amiga e ela fala "nossa olha o corpo dela, ela é muito magra, parece q tem algum problema" e assim vai."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"No meu meio social, meu grupo de amigos, isso não existe, porém, tenho várias amigas que me contaram que antigamente elas eram pressionadas e excluídas do grupo por não ser do padrão das outras."

**Mulher 48**

Qual a sua idade?

"15 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Para mim, padrão de beleza é algo que a sociedade impõe. É aquilo que pensam e nos fazem pensar ser o esteticamente mais bonito ou atraente. Aquilo que muitos para se considerarem bonitos precisam atingir."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Geralmente instagram ou indo atrás na internet."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, totalmente. Ultimamente tenho tentado parar de tentar me encaixar nesse padrão. O padrão de beleza influenciou muitas coisas em mim, como, me fazer alisar o cabelo, usar certos tipos de roupas e acessórios."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sempre tive uma relação muito boa com o meu corpo. Acho que nunca tive muita vergonha de mostrar nada. Mas já fiz uma cirurgia plástica."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Não."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Pratico exercícios como abdominais, agachamentos e coisas do tipo. Não muito frequente agora na quarentena, mas antes eu costumava ir à academia. Faço isso para que eu ache meu corpo bonito e não "perder a forma"."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Eu acho que a mulher gorda pode sim se achar bonita e aceitar seu corpo. No entanto eu não acho que manteria essa opinião se fosse a mulher gorda."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Eu sou bem satisfeita com meu corpo. Não sinto necessidade de fazer alguma mudança nele."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não, acho que o que me define é o meu interior, minha personalidade e afins. Embora o meu corpo seja um jeito de me expressar."

Você acha que o discurso é principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim. Dentro da minha família todos estão tentando emagrecer (por questões de saúde E estética). No meu grupo de amigos muitos reclamam que engordaram e não estão se achando bonitos, precisam emagrecer..."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Não é certo que o padrão de beleza defina um grupo social, mas infelizmente isso acontece muito. E sim, muitas vezes ele pode gerar uma certa exclusão de pessoas que não o seguem, e até gerar desinteresse nas outras pessoas para realmente conhecer essas pessoas."

**Mulher 49**

Qual a sua idade?

"16 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"Pra mim padrão de beleza é uma crença que nossa sociedade construiu de um conjunto de características físicas que são consideradas bonitas, como cor de pele, tipo de cabelo, traços do rosto, formato de corpo e etc... isso sendo enraizado em nós desde pequenos, é a busca por um corpo irreal que é visto como belo e saudável e que diariamente nos "alimenta" através das mídias sociais, revistas, televisão, anúncios e tudo que consumimos em nossas rotinas."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"A maioria das minhas informações sobre beleza e estética eu obtenho através das mídias sociais."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Bastante, já tentei muitas vezes mudar minhas características físicas e até mesmo de minha personalidade para me encaixar nos padrões estéticos e de feminilidade que a maioria das mulheres são pressionadas a seguir."

Já me culpei diversas vezes por me comportar ou pensar de maneira diferente da maioria das meninas, já me rejeitei diversas vezes por conta do meu biótipo corporal não ser muito aceito e também já quis realizar diversos procedimentos estéticos para mudar traços naturais meus. Tudo isso por influências e comentários externos, nada realmente vindo de mim por vontade própria."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Sim!! Não gosto muito de mostrar minha barriga."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Peça de roupa não, mas biquíni já!! Diversas vezes."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"Sim, faço musculação de 5 a 6 vezes por semana e algum tipo de exercício aeróbico 2 vezes na semana (como corrida, caminhada, spinning etc...)."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Com certeza!! Acho que beleza não é algo apenas estético e visual, mas sim um tipo de energia que você exala, ela abrange não apenas o seu físico, mas sim sua

confiança, autenticidade, comportamento e várias outras características que me fazem julgar se uma pessoa é atraente ou não.

A partir do momento que essa mulher gorda ter consciência de todo o poder e beleza que apenas ela pode carregar no mundo inteiro, ela pode sim ser considerada uma mulher bonita, assim como cada pessoa, porém de jeitos distintos. A beleza é uma construção, não algo pronto."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Sempre tive uma relação muito negativa com ele, assim como a maioria das meninas na minha idade pois somos socialmente ensinadas a não gostarmos de nossos corpos naturais, desenvolvi anorexia uma época da minha adolescência e até hoje tenho algumas questões de autoimagem...

Porém pouco estou aprendendo a gostar do meu corpo pois querendo ou não vou conviver com ele pelo resto de minha vida, mas sempre tive coisas que me incomodaram muito como meu nariz e meus seios. Com o tempo já aprendi a aceitar e amar meu nariz e hoje em dia não mudaria nada nele, porém com meus seios ainda tenho muita insegurança e tenho vontade de mudá-los sim!!"

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Não, acho que meu corpo é uma característica minha, e todas as minhas características juntas (tanto físicas como as de personalidade) definem quem eu sou."

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Sim!! Por mais que nossa geração esteja cada vez mais pregando o discurso de autoaceitação todos nós ainda somos vítimas desse padrão que fomos ensinados e alimentados desde sempre do que é o belo e desejável.

Nos desconstruirmos dessa crença realmente é algo que leva muito tempo e maturidade, não é algo reversível ou mutável de uma hora para outra."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Sim, eu acredito que o padrão de beleza é capaz sim de definir um grupo social, pois ele classifica o que é belo ou não visando um corpo inalcançável pois é irreal, conseqüentemente gerando uma exclusão pois as pessoas se comparam com algo que não existe. Isso também pode gerar diversos outros problemas como distúrbios, queda da autoestima, depressão, doenças e etc..."



**Mulher 50**

Qual a sua idade?

"45 anos."

O que é padrão de beleza para você?

"De certa maneira, uma imposição da sociedade."

De onde você obtém informações de beleza? Quais são suas fontes?

"Basicamente internet."

Você sente que é/já foi influenciada pelo padrão de beleza? De que modo?

"Sim, moda."

Existe alguma parte de seu corpo que você tem/já teve vergonha de mostrar (pernas, barriga, glúteos...)?

"Não."

Você deixa ou já deixou de usar alguma peça de roupa por conta do seu corpo/peso?

"Não."

Você pratica exercícios físicos? Se sim, porquê e com qual frequência?

"No momento não, porém sempre pratiquei pilates."

Você acha que uma mulher gorda pode ser considerada bonita? E se você fosse a mulher gorda, manteria essa mesma opinião?

"Toda mulher é bonita. Sim."

Você está satisfeita com o seu corpo? Faria alguma mudança nele?

"Só a barriguinha me incomoda!! Mas não faria nenhum tipo de procedimento cirúrgico. Só mesmo atividade física."

Você sente que seu corpo te define como quem você é?

"Sim!"

Você acha que o discurso e principalmente a pressão do padrão de beleza é recorrente no seu dia-a-dia (grupo de amigos, família, trabalho)?

"Não."

Você acha que o padrão de beleza é capaz de definir um grupo social? Se sim, ele pode gerar uma certa exclusão?

"Creio que sim. Pode ser que sim..."