

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

KIMBERLY ARENDT RAMOS

**HISTÓRIAS DE UMA PEDAGOGA PARA O ENFRENTAMENTO À
GORDOFOBIA**

CURITIBA

2024

KIMBERLY ARENDT RAMOS

HISTÓRIAS DE UMA PEDAGOGA PARA O ENFRENTAMENTO À GORDOFOBIA

Monografia apresentada como requisito parcial à
obtenção do título de graduada, no curso de Pedagogia,
Setor de Humanas, Universidade Federal do Paraná.

Orientadora: Dra. Bruna Moraes Battistelli

CURITIBA

2024

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, pela minha vida, por me ajudar a ultrapassar todos os obstáculos durante o curso e na realização deste trabalho.

Aos meus pais, Mirvania e Luiz que sempre me apoiaram e sempre caminharam comigo em todos os passos da minha vida e principalmente ao longo do curso, as pessoas que me ensinaram a ser forte e ir atrás dos meus sonhos.

Ao Jhonatam meu companheiro de vida, que sempre me apoia e que é meu porto seguro em todos os momentos, que foi essencial durante a escrita deste trabalho, pela paciência que ele teve durante esse período e por sempre me incentivar a não desistir mesmo com os empecilhos da vida. A pessoa que me mostrou que eu sou capaz de amar e ser amada do jeito que eu sou.

Agradeço também aos meus Irmão, Familiares e Amigos.

Agradeço imensamente a minha avó que sempre foi uma das minhas maiores apoiadoras e que infelizmente não está mais aqui conosco em vida, mais que está todos os dias nas minhas melhores memórias.

A Profa. Bruna Moraes Battistelli pelo acolhimento quando para mim tudo parecia perdido e pela excepcional orientação para a realização deste trabalho.

Agradeço imensamente a minha Banca composta pela Pesquisadora Flávia Luciana Magalhães Novais que aceitou prontamente a compor a minha banca.

E por fim mas não menos importante agradeço a Universidade Federal do Paraná, uma instituição tão grandiosa e que sempre foi meu sonho fazer parte, agradeço por todo o conhecimento que aqui adquire com o seu esplêndido corpo docente.

*Seja menos preconceito, seja mais amor no peito,
Seja AMOR, seja muito AMOR,
E se mesmo assim for difícil ser, não precisa ser perfeito,
Se não der para ser amor, seja pelo menos respeito.*

*Há quem nasceu para julgar e quem nasceu para AMAR,
E é tão simples entender de que lado a gente está.
E o lado certo é AMAR.*

*AMAR para respeitar, AMAR para tolerar,
AMAR para compreender que ninguém tem o dever de ser
igual a você.*

*O amor é a própria cura, remédio para qualquer mal,
Cura o amado e quem ama, o diferente e o igual.
Talvez seja essa verdade, que pela anormalidade que todo
amor é normal.*

*Não é estranho ser negro, estranho é ser racista.
Não é estranho ser pobre, estranho é elitista.
O índio não é estranho, estranho é o desmatamento.
Estranho é ser rico em grana e pobre de sentimento.
Não é estranho ser gay, estranho é ser homofóbico.
Nem o meu sotaque é estranho, estranho é ser xenofóbico.
Meu corpo não é estranho, estranho é a escravidão que
aprisiona seus olhos na grade de um padrão.
Minha fé não é estranha, estranho é a acusação que acusa
inclusive quem não tem religião.*

*O mundo sim é estranho, Com tanta diversidade ainda não
aprendeu a viver em igualdade.
Entender que estamos percorrendo a mesma estrada,
Pretos, brancos, coloridos em uma só caminhada.
Não carece de visão por raça, religião, nem por sotaque
“OXENTE”,
Seja homem ou mulher, você só é o que é por também ser
diferente.*

*Por isso a minha poesia que sai aqui do meu peito, diz
aqui: Que a diferença não é nenhum defeito, eu reforço esse
clamor...*

*SE NÃO DER PARA SER AMOR, QUE SEJA AO MENOS
RESPEITO.*

Bráulio Bessa

RESUMO

A pesquisa destaca o papel crucial da educação na construção de uma sociedade mais justa, onde práticas pedagógicas inclusivas ultrapassem o discurso e promovam um real acolhimento da diversidade. Discute-se a urgência de formar profissionais da educação capazes de identificar e combater preconceitos, garantindo que crianças e adolescentes, independentemente de seus corpos, se sintam respeitados e valorizados. Ao longo da análise, reflete-se sobre como a gordofobia é normalizada em práticas sociais, desde piadas e comentários disfarçados de "preocupação" até a falta de representatividade em espaços de poder e expressão. Este trabalho busca, portanto, contribuir para o enfrentamento das opressões relacionadas à gordofobia, destacando a importância de uma educação que respeite a pluralidade e incentive a autoestima e o potencial de todos os indivíduos. A metodologia é focada na análise de discursos, narrativas e experiências pessoais para compreender as representações e os impactos da gordofobia em diferentes contextos.

Palavras chaves: Gordofobia; Educação; Representatividade; Inclusão; Memórias.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
2. HISTÓRIAS DA MINHA INFÂNCIA: CONHECENDO O QUE É A GORDOFOBIA NA ESCOLA.....	9
3. A A EXPERIÊNCIA DA GORDOFOBIA: OS IMPACTOS EM MEU CORPO:	13
4. MAS O QUE É GORDOFOBIA?.....	16
5. CORPOS QUE ROMPEM O QUE A NORMA LHE ESPERA: O QUE A PEDAGOGIA PODE APRENDER COM O CASO DO ESPORTE:.....	22
6. ESTEREÓTIPOS: SER A CRIANÇA GORDA E SER TAXADA DE PREGUIÇOSA.....	26
7. O PAPEL DA ESCOLA NO ENFRENTAMENTO A GORDOFOBIA:.....	28
8. A INSENSIBILIDADE DIANTE DE CORPOS EM DOR.....	31
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	33
10. REFERÊNCIAS.....	35

1 INTRODUÇÃO

Sempre fui alguém que não se encaixava nos padrões estabelecidos pela sociedade. Desde jovem e estive acima do peso; você pode se perguntar por que estou abordando esse tema. A razão é simples: estamos em 2024, no século XXI, e ainda vivemos em uma sociedade que segrega e nos dita o que é considerado bonito, correto e aceitável. Tudo que escapa desses padrões é alvo de julgamento. E isso não se aplica apenas a quem está acima do peso, mas a todos que não seguem esse "padrão" imposto de corpo e de massa corporal. A escolha de falar da gordofobia no meu trabalho de conclusão de curso e usar as minhas histórias como base para esse trabalho, partiu com o princípio que eu sempre me interessei no campo da inclusão na pedagogia, e quando falamos de inclusão pensamos logo em crianças e adolescentes portadores de alguma deficiência ou doença, e nos esquecemos que o campo a inclusão é muito amplo e por isso surgiu a ideia de eu trabalhar com a inclusão contando as minhas histórias, as histórias de uma menina gorda que enfrentou muitos problemas por não se encaixar nos padrões.

Desde muito cedo, ouvia frases como: *"Você é tão bonita, mas se perdesse alguns quilos, ficaria ainda mais linda"*. Naquela época, eu não compreendia bem o que isso significava, mas hoje entendo: porque só poderia ser considerada bonita se fosse magra? A resposta está nos padrões da sociedade, que impõem que apenas corpos magros são verdadeiramente belos e saudáveis. Para essas pessoas, um rosto bonito por si só não basta se não tiver acompanhado de um corpo magro e com IMC baixo.

Hoje, aos 25 anos, lido muito melhor com essas questões e me aceito como sou. No entanto, ao refletir sobre minhas vivências, penso na menina de 6 anos que fui, entrando na escola e já enfrentando dificuldades por não ser igual às outras crianças. Eu era uma criança que, tão nova, já frequentava médicos para acompanhar seu peso. Naquele tempo, eu não entendia o que estava acontecendo, mas agora vejo o quanto aquela garota já sofria por não saber o que estava acontecendo e agora vejo o quanto aquela garota já sofria por não se encaixar. Ninguém me contava o porquê de tantas violências sobre o meu corpo, e era como se os adultos à minha volta concordassem com o que eu vivia.

¹Gordofobia é o preconceito, a desvalorização, a estigmatização e a hostilização de pessoas gordas e seus corpos.
https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/642361/Gordofobia_folder.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=senado.leg.br,-O%20QUE%20%C3%89%20GORDOFOBIA%3F,nega%20acessibilidade%20%C3%A0s%20pessoas%20gordas. (acessado em Dezembro/2024)

Esse trabalho foi pensado como um modo de desfazer as amarras que ainda me prendem, me ajudar a colocar para fora coisas que eu ainda guardava somente para mim e para que as pessoas que leem e que já passaram por algo parecido saibam que elas não estão sozinhas. A ideia de escrever esse trabalho surgiu através de conversas com a minha orientadora e a vontade de colocar para fora tudo o que eu vinha guardando somente para mim durante anos, a metodologia escolhida para o meu trabalho foi construir um texto a partir das minhas histórias e de diálogos com referências teóricas para falar sobre a gordofobia e o que ela causa em quem a sofre. Contar as minhas histórias e mostrar o que nós pessoas gordas passamos diariamente e mostrar que somos capazes de realizar tudo o que desejamos. É por isso que ao longo do meu texto irei trazer a história de pessoas gordas no esporte e como elas nos inspiram.



Legenda: Foto tirada na festa de final de ano da primeira escola onde estudei (Fonte: arquivo pessoal)

2. HISTÓRIAS DA MINHA INFÂNCIA: CONHECENDO O QUE É A GORDOFOBIA NA ESCOLA.

Lembro muito bem de momentos em que o meu corpo era visto como um problema e que eu era avaliada como não saudável por ter um corpo gordo desde de pequena. Aos 5 ou 6 anos, eu já ia a médicos/os, nutricionais e endócrinos para tratar o meu sobrepeso mas ao contrário do que todas/os diziam, eu sempre fui uma criança saudável mesmo sendo acima do peso. Nessa mesma idade eu comecei a fazer *ballet*, pois eu precisava praticar algum exercício físico, apesar de amar aquilo eu sentia que não me encaixava ali e via que até a própria professora tinha uma certa diferenciação entre eu e as outras meninas e eu sentia que eu não cabia naquele local por ser fora do padrão.

Me lembro de uma vez que eu precisava de uma saia nova para danças e as que haviam disponível para comprar eram de tamanhos pequenos, pois é isso que se espera de bailarinas, que elas tenham um corpo magro. porém a minha avó não iria me deixar sem uma saia, então ela foi lá e fez uma para mim e ainda colocou lantejoulas na barra e me fez sentir a pessoa mais incrível com aquela saia. Fiz aulas por uns dois anos até precisar sair pois meus pais estavam passando por alguns problemas e não iria mais conseguir pagar.

A dança é um dos meios onde a representação da gordofobia mais está presente ao meu olhar, pois a querer de corpos perfeitos para a dança, ouvi muitas vezes a professora de *ballet* falar para algumas meninas que elas tinham os corpos perfeitos para dançar, e hoje eu vejo que não existe isso de corpo perfeito nem para dança e nem para nada, quando você quer e gosta de algo é isso que importa, e é isso que Jussara Belchior nos mostra em sua performance artística e nos fala em seu texto. A dança também tem o poder de incluir e representar grupos que na maioria das vezes são excluídos de espaços artísticos e culturais. Ao colocar corpos gordos em evidência, como faz Jussara, ela amplia o imaginário sobre quem pode dançar e o que é considerado belo ou válido. Essa representatividade é essencial para romper com padrões estéticos hegemônicos que limitam a diversidade no palco. Ela demonstra que todos os corpos têm valor e que a dança não se restringe a um tipo físico ou a uma estrutura.

Além do sobrepeso eu enfrento mais alguns problemas psicológicos (ansiedade) que agora eu vejo que provavelmente influenciou muito no meu ganho de peso durante a minha

infância. Eu cresci sendo uma pessoa com autoestima muito baixa, eu tinha vergonha do meu corpo, me achava feia, me lembro que durante o ensino médio minha autoestima que já não era boa piorou muito mais, teve um época que eu só me sentia confortável se eu estivesse de casaco, ou seja, eu usava casaco até no calor porque eu só me sentia confortável dessa forma. A forma como meu corpo era lido e acolhido influenciou muito no modo como me sentia e me enxergava.

Durante minha vida escolar, estudei em três escolas diferentes. A primeira mudança aconteceu logo no início, pois eu não conseguia me adaptar e sentia um profundo desconforto naquele ambiente. Ninguém conseguia entender por que eu simplesmente detestava estar lá. Uma lembrança que ainda carrego é do sinal de início das aulas, que tocava a música “Alecrim Dourado”. Até hoje, quando ouço essa canção, sinto um desconforto e más lembranças daquela época. Hoje fico pensando o que esse sentimento de desconforto falava do ambiente escolar e do modo como o mesmo não se propôs a me acolher.

Percebendo o quanto eu sofria e tinha medo de estar naquela escola, meus pais decidiram me transferir. Optaram por me colocar em uma nova escola, onde eu e meu irmão do meio pudéssemos estudar juntos. Embora não estivéssemos na mesma sala devido à diferença de idade, acreditaram que, com a mudança e a presença do meu irmão, meus medos ficariam para trás. Infelizmente, isso não aconteceu.

Continuei a sentir aversão à escola, sofria crises, que hoje me pareciam, de pânico: passava mal e chorava só de pensar em ir. Muitas vezes, inventava desculpas para não precisar ir. Isso gerou comentários maldosos por parte de alguns familiares, que me acusavam de ser preguiçosa, mimada, e diziam que meus pais e minha avó faziam todas as minhas vontades. Cheguei a ouvir de um tio que eu deveria apanhar, pois assim teria um "motivo de verdade" para chorar e pararia com a "frescura" de não querer ir à escola. Meus pais tentaram de tudo para que eu gostasse da escola, mas nada parecia funcionar.

Durante os meus anos escolares eu sofri bastante por conta do meu corpo, sofri muito bullying, muitas vezes eram palavras ofensivas: me chamavam de gorda ou de porca. Me lembro de duas vezes em específico nas quais as ofensas foram longe demais. Eu estava lanchando e uns meninos vieram e chutaram o meu lanche e segundo eles era para o meu bem, porque eu precisava ficar sem comer para poder emagrecer. E a outra vez, umas meninas

estavam fazendo algumas “brincadeiras” de mal gosto comigo e uma delas deu um beliscão na minha barriga para me mostrar o quanto eu era gorda e feia.

E tudo isso, vejo que influenciou muito no meu corpo, em minha saúde e em minha autoestima, pois eu descontava todo o meu medo, raiva e frustrações na comida. O julgamento que sofria e o modo como esse aparecia no cotidiano escolar produziam efeitos na minha experiência psíquica. Ao escrever sobre isso e falar sobre o meu corpo me lembro que já durante a infância ganhei dois apelidos de pessoas muito próximas a mim por eu ser uma criança gorda um deles era “gordainês” e o outro por eu gostar de usar rosa me chama de “Morango gigante”. E aquilo me fazia tão mal, eu me sentia a pior pessoa do mundo, eu comecei a sentir “nojo” de mim mesma por isso, mais nunca tive coragem de falar para ninguém e aceitava aquilo por que eu morria de medo de as pessoas não gostarem mais de mim se eu falasse alguma coisa.

Isso me fazia um mal terrível e hoje escrevendo sobre isso me vem a mesma sensação que eu sentia na época, e eu fico pensando que, se isso acontece com a Kimberly de 25 anos. Imaginem como aquela garotinha de uns 10 ou 12 anos se sentia na época que ela ouvia isso. Pensem nos efeitos que são produzidos em uma criança/pré-adolescente, que ouvia que suas primas eram mais bonitas pois eram magras e que para elas serem minhas amigas e gostarem de mim eu tinha que me encaixar mais no mundo delas. Por muitas vezes eu me sentia rejeitada, pois eu era gorda, pobre, estudava em escola pública e as pessoas faziam questão de lembrar que eu era inferior a elas.

O corpo é a “superfície” na qual o prazer e a dor ganham existência e introduzem os sujeitos na vida social (Garrafa & Porto, 2002). Deste modo, o corpo se consubstancia como a estrutura sobre a qual se baseia a vida social. É impossível a concreção social sem ele (Garrafa,Pyrrho,2008,p.302).(DELMONDEZ e NASCIMENTO, SUJEITOS DA DIVERSIDADE, Educação e diversidade cultural,2016, p.103)

E eu vejo, hoje, que tudo isso que eu passei era muito pior, por não encontrar uma fonte de apoio entre as pessoas adultas de minha vida. Apesar de que minha mãe e minha avó tentavam amenizar as situações no momento, eu vejo que não era aquele suporte que

precisava, eu não precisava somente de um suporte que tentasse resolver a situação me mudando de escolas. Eu precisava de um suporte que fosse muito além disso, eu precisava de algo/alguém que me entendesse mais a fundo e não que de certa forma colocasse a culpa em mim. Eu queria não ser comparada e que as pessoas ao meu redor parassem de ouvir a opinião alheia e comesçassem a reparar naquela menina que estava sofrendo e em tudo que ela estava passando. Acredito que seja por isso que desde de que entrei na pedagogia eu defendo que temos que ouvir as nossas crianças, elas sempre tem muito o que dizer e que nos mostrar e elas só precisam que a gente dê ouvidos a elas e mostre a importância delas e de suas falas. Na escola, as pessoas adultas ignoravam o sofrimento que as violências vividas me causavam. Eu queria ter tido professoras que me enxergassem e intervissem no que as crianças diziam e faziam comigo.

3. A EXPERIÊNCIA DA GORDOFOBIA: OS IMPACTOS EM MEU CORPO

Desde cedo, as crianças aprendem padrões de beleza e normas sociais que exaltam corpos magros, muitas vezes através da mídia, redes sociais e até dos próprios ambientes familiares e escolares: as personagens de desenhos animados, dos livros infantis, as apresentadoras de programas infantis. Uma profusão de corpos magros que permeiam nossas existências. As crianças que não se enquadram nesses padrões e que estão acima do peso ou têm corpos considerados "fora do padrão" acabam sendo alvo de violências e comentários gordofóbicos. Essa experiência pode levar a sentimentos de inadequação, vergonha e isolamento.

Em um de seus artigos, a pesquisadora Maria Luisa Jimenez fala um pouco como é ser uma criança gorda. Ela afirma que ser gorda desde a infância é crescer aprendendo e entendendo o que acontece socialmente quando o seu corpo não está nos padrões sociais do que se espera do saudável e belo.

Meu lugar social sempre foi o da “gordinha” da sala, da rua, do grupo, da brincadeira e assim por diante. Lembro que, com uns sete anos, minha mãe me colocou no ballet e, quando tive que colocar aquele collant rosa, saia rodada de véu, coque no cabelo e me olhei no espelho, na aula com outras meninas, me senti muito mal, e pior ainda foi quando tive que usar sapatilha de ponta, já que as coleguinhas riam, porque eu não conseguia ficar na ponta, e as que conseguiam riam e sussurravam que era porque eu era muito gorda e a ponta podia quebrar. A professora não fez absolutamente nada sobre aquele constrangimento e humilhação, pois era o preço que eu, criança gorda, deveria passar por estar daquele tamanho, ou seja, eu merecia aquilo, e é assim que a sociedade vem se comportando com pessoas gordas (JIMENEZ, 2020, p.149).

Ler esse depoimento a Jimenez me fez me lembrar da minha infância, eu também sempre fui a menina fora do meu ciclo social, sempre fui a gorda das primas, a gorda do meu grupo da escola, a gorda do meu grupo de amigos da rua, a menina gorda no *ballet*. Era criança que ouvia comentários na família do quanto as minhas primas eram mais bonitas, pois eram magras. E que elas ganhavam roupas mais bonitas pelo mesmo motivo. Além de tudo na minha infância, eu sempre me senti inferior às minhas primas, principalmente, por elas terem uma condição de vida muito melhor que a minha e serem magras. Era sempre muito doloroso estar com elas, e elas também não gostavam muito de mim; elas achavam que eu não percebia que quando estávamos juntas e eu fazia de tudo para estar perto delas elas sempre tentavam me afastar. A criança gorda, tenta compensar o sentimento de inadequação, de desprezo que outras crianças expressam, em busca de manter as relações.

O impacto psicológico da gordofobia infantil é profundo. Crianças que enfrentam esse tipo de preconceito podem desenvolver uma visão distorcida do próprio corpo, sentindo-se menos merecedoras de aceitação e afeto. Era exatamente assim que eu me sentia muitas vezes que eu não era merecedora de atenção ou de que as pessoas gostassem de mim, pois eu não me encaixava em um padrão que era desejado, e isso traz danos que muitas vezes são irreversíveis, como depressão, ansiedade, baixa autoestima, imagem corporal distorcida e entre diversos transtornos alimentares, danos esses que se levam anos para ser curados e muitas vezes causado por uma “brincadeira”. Colo brincadeira entre aspas, pois muitas vezes, é isso que nos é dito quando a violência gordofóbica surge.

Dialogando com isso, Jimenez (2019) traz depoimentos de mães que falam que desde muito pequenas, as suas filhas já sofrem, querem fazer dietas e emagrecer. Eu fico pensando em como são crianças tão novas e já sofrem com a pressão estética. E pergunto: em que mundo vivemos onde ao invés de ser apenas crianças, elas estão sendo pressionadas a se encaixar em um padrão opressivo e para a maioria das pessoas irreal.

Minha filha chega chorando quase todos os dias. Já a mudei de escola duas vezes, e percebi que não é a escola, é social o negócio. Todo mundo odeia pessoas gordas. Eu também sofro. E ela é saudável, forte. Já não sei o que vou fazer. Eu não sou mais gorda, porque fiz a [cirurgia] bariátrica, mas ela ainda é um bebê de 8 anos. Regime e exercício já tentei. Ela emagreceu um pouco mas depois engorda, então a infância da minha filha não é uma infância alegre por causa do

preconceito (DENISE, 32 anos, 2016). (JIMENEZ, 2020, p.150 “Gordofobia: injustiça epistemológica sobre corpos gordos”)

Minha filha tem 4 anos e já quer fazer regime. Ela chora, fica se olhando no espelho... Disse-me que as coleguinhas dão risada dela e a professora não faz nada. Teve apresentação na escola de dança no Dia das Mães e ela não quis apresentar, porque disse que a roupa que ela usaria não ficava bonita nela. Eu já não sei o que fazer. Fui uma criança e adolescente gorda, também sofri essa pressão, mas nunca imaginei que, com 4 anos, isso poderia acontecer. O que eu faço? Eu acho que acabou reproduzindo isso também em casa, porque eu sou focada nesse negócio de ter um corpo magro, malhado, estou sempre de dieta [para emagrecimento], porque tenho tendência, mas minha filhinha de 4 anos... estou desesperada (SUZANA, 36 anos, 2019). (JIMENEZ, 2020, p.150 “Gordofobia: injustiça epistemológica sobre corpos gordos”)

Ver esses depoimentos é desesperador, duas crianças tão novinhas já sofrendo por causa do seu corpo é de doer a alma, e o pior é pensar que tem gente que lê isso e pensa: “ué, é só fechar a boca e emagrecer”. Mas as crianças não tinham que estar passando por isso, elas tinham que se preocupar em apenas ser criança. O modo como acolhemos as crianças, o que dizemos, as piadinhas que são feitas, as cobranças quanto ao peso e o modo como cuidamos, acolhemos, tocamos em crianças gordas mostra o quanto nossa sociedade é preocupada com uma certa estética em detrimento da saúde mental e bem-estar das pessoas.

4. MAS O QUE É GORDOFOBIA?

Tendo em vista uma série de problemas que enfrentamos nesse campo de discussão, principalmente quanto ao descrédito que algumas pessoas e segmentos da sociedade reproduzem quando questionam a relevância de pensarmos sobre a gordofobia. Há pessoas que dizem que não existe e que estamos romantizando a obesidade. Gostaria de ressaltar tratamos de preconceito, discriminação e estigmatização dirigida a pessoas gordas ou com sobrepeso.

No artigo escrito por Maria Luiza Jimenez intitulado “Gordofobia: injustiça epistemológica sobre corpos gordos” (2020) ela afirma que a gordofobia está em todos os lugares e que muitas vezes é um discurso que vem disfarçado de cuidado ou preocupação. Práticas violentas, que afirmam a gordofobia de forma velada como se as pessoas estivessem preocupadas com a sua saúde. Trata-se de atitudes negativas que marginalizam essas pessoas (que me marginalizam), sustentadas por normas sociais que glorificam corpos magros como padrões ideais de beleza, saúde e liberdade.

Pessoas gordas frequentemente enfrentam estigmatização em espaços públicos, com olhares, comentários ou piadas depreciativas. Assentos em ônibus, espaços restritivos, lojas que cobram mais por roupas plus size, cadeiras frágeis, etc. Entrar em uma sala de aula e não saber se haverá uma cadeira confortável, não saber quando será vítima de alguma fala pejorativa violenta. Entrar em uma consulta médica com medo do julgamento e tratamento inadequado. Além disso, o ideal de beleza dominante em muitas culturas é o corpo magro, o que reforça uma visão negativa de quem não se enquadra nesse padrão. Manequins de lojas, artistas, apresentadoras de televisão, personagens de televisão, cantoras, personagens de livro, uma série de lembranças da cultura que pessoas gordas não tem valor. Porém não podemos pensar que a sociedade foi sempre assim, com o passar dos anos e com as mudanças históricas o conceito do que é “belo” também mudou, já vivemos em um mundo onde o corpo gordo era bem visto. A pesquisadora Flávia Luciana Magalhães Novais em sua tese intitulada Políticas de “Financiamento: gordofobia em espaços de cuidados em saúde” (2023), nos traz a informação que até a Idade Média o corpo gordo era visto como positivo; em um período da história onde havia miséria, perda de suas colheitas e onde as pessoas passavam fome por

conta da escassez de alimentos. Então o que podemos entender é que nem sempre o corpo gordo foi visto como algo “ruim”, pois nessa época de nossa história o corpo era uma forma de status social e de poder.

O corpo gordo de nós mulheres era visto como um corpo propenso para a reprodução o que era visto por todos com algo maravilhoso. O ideal de beleza varia conforme o tempo e o espaço, o que era considerado bonito no passado é diferente do que é considerado bonito hoje e vai ser diferente do que vai ser considerado bonito no futuro, beleza não é algo objetivo e sim algo construído. Deste modo, profissionais da educação precisam de políticas de formação que ampliem o que entendemos como inclusão e que possamos discutir também a variabilidade corporal e a importância de trazer para sala de aula essa discussão, a fim de promover maior diversidade de figuras corporais.

Os impactos da gordofobia podem ser profundos, deixando marcas permanentes nas pessoas que são afetadas. Ela pode resultar em sérios problemas de autoestima, transtornos de imagem corporal e alimentar, além de contribuir para o desenvolvimento de depressão, ansiedade e fobias, e que infelizmente muitas vezes pode ser irreversível e pode levar a casos extremos.

Já a gordofobia é uma opressão mais profunda, porque fala diretamente da perda de direitos de acessos a espaços, serviços e da própria cidadania. De acordo com Jarid Arraes (2014), é um tipo de discriminação disseminada em diversos contextos socioculturais que levam à desvalorização, estigmatização e hostilização de corpos gordos. São corpos que passam por constrangimentos cotidianos, bem como têm dificuldade de acesso a transporte público, falta de poltronas em teatros, cinemas,ônibus e avião, estigmatização que culminam na dificuldade em se encaixar no mercado de trabalho, macas e equipamentos para exames médicos de rotina, dentre outras violações dos mais variados tipos(Novais, 2023, p.23).

Como é difícil escrever sobre coisas que já nos fizeram sofrer tanto, por mais que o tempo passe e faça parecer que já superamos e que pareça que as coisas são mais fáceis na verdade não são. A partir do momento que começamos a colocar isso para fora parece que

toda a dor que sentíamos e que muitas vezes naquela época não conseguimos expressar, volta. Relembrar uma parte dolorosa da nossa vida não é fácil porém é necessário e acredito que vai ser recompensador, pensar que muitas pessoas já passaram pelo mesmo que eu e que muitas

sofrem até hoje por causas que lhe foram causadas há tanto tempo, mas que ao ler meu trabalho elas possam ver que não estão sozinhas.

Cada vez que eu sento para escrever eu começo a colocar aqui tudo o que sinto e senti e eu começo a lembrar cada vez de mais coisas. Vivências que na época que aconteceu eu não entendi muito bem. São situações que hoje vejo que foram violentas demais e que me machucaram e me trouxeram de certa forma uma série de bloqueios e/ou traumas. Foram experiências que no passado pareciam ser pequenas mas que me fizeram muito mal. Abrir minhas histórias à avaliação de outras pessoas tem sido difícil, mas necessário para um processo que é de pesquisa e também de cura.

Enquanto penso e escrevo sobre o meu tema de TCC, muito tem se falado sobre o desfile Victoria Secrets². Uma situação que reverberou e que pude acompanhar por meio de redes sociais e pela mídia. De uma maneira mínima eles tentaram organizar um desfile mais inclusivo levando modelos mais velhas, uma modelo plus size e uma modelo trans. Para muitas pessoas isso significou o “fim do mundo”, pois para elas o desfile da marca é algo voltado para mulheres extremadamente magras, eu cheguei a ver um comentário³ que falava que ali não era momento para querer trabalhar a inclusão e que o mundo está chato porque as pessoas querem colocar goela abaixo que todos têm o direito de se verem representados. Quem tem o direito de questionar a representação da diversidade corporal de mulheres? O quanto ameaça a norma corporal vigente a inclusão de uma modelo gorda em um desfile de moda? O quão perturbador pode ser a exposição de um corpo feminino gordo vestindo roupas íntimas?

Eu, Kimberly, posso afirmar com todas as palavras que foi um momento importante, mas poderia ser melhor? Com certeza poderia, mas ver pela primeira vez uma mulher de fato

²O Victoria's Secret Fashion Show é um evento anual organizado pela Victoria's Secret, famosa marca de lingerie. Realizado pela primeira vez em 1995, o desfile reúne modelos de renome internacional, conhecidas como "Angels", que desfilam peças exclusivas, incluindo lingerie sofisticadas, trajes temáticos e acessórios feitos. Ao longo dos anos, o evento se tornou um espetáculo midiático, combinando moda, música ao vivo e performances artísticas, atraindo grande cobertura da imprensa e celebridades. É um evento que costumava celebrar e utilizar de corpos extremadamente magros

³ Comentário encontrado na rede social Tik Tok: <https://vm.tiktok.com/ZMhGRNLCa/> (acessado em outubro/2024)

fora dos padrões em um desfile daquela magnitude é de extrema importância e eu espero que mais marcas comecem a fazer isso pois representatividade é muito importante na vida das pessoas principalmente quando somos crianças; nos enxergarmos em produtos culturais amplia as possibilidades em termos de autoestima e também quanto a nossa imagem corporal. Pensando nisso, esses tempos, vi uma blogueira falando que não se vê jogador de futebol gordo e nem jogador de basquete baixo então por que tem que colocar mulheres gordas para desfilar, e a resposta é simples: REPRESENTATIVIDADE. Mas o que a marca deixou bem claro em seu desfile foi que colocaram mulheres plus size para tentar amenizar as críticas que vem recebendo há anos pela falta de inclusão da marca, e para mim ficou bem explícito que esse foi o único motivo.

Posso ir além nessa discussão e questionar o quanto a marca podia ousar mais e colocar em seu desfile mulheres mais diversas em termos de massa corporal, já que a modelo convidada era acima do peso. E aqui vale ressaltar que apesar das modelos terem sobrepeso elas não são “gordas maiores”, ou seja elas só tem uma massa corporal maior do que estamos acostumados a ver nos desfiles. Em seu texto (2020) a pesquisadora Jimenez fala sobre essa diferença de ser gorda menor e ser gorda maior e que parece que quanto mais seu corpo aumenta também aumenta a gordofobia.

Hoje, com mais conhecimento, percebo que a gordofobia aumenta a depender do tamanho de seu corpo. Como antes dessa tragédia eu era gorda menor, a gordofobia também era menor. Ela acontecia, mas, depois de chegar aos 100 quilos, a gordofobia era muito mais agressiva e frequente; e com 120 quilos, já era considerada um monstro, alguém que não merece ser respeitado como qualquer outro ser humano. (JIMENEZ,2020,p.151)

Você já parou para pensar a importância disso para uma menina ou menino que sonham em ser modelos, mas por serem gordas/os, as pessoas não darem ouvidos para elas/es por acharem que elas/eles nunca vão chegar em lugar nenhum. Penso na importância da representatividade positiva, pela qual possa motivar crianças e adolescentes a experimentarem possibilidades em suas vidas. Essa é a importância de vermos cada vez mais modelos plus size pelo mundo afora ganhando lugar nas passarelas e nas fotografias de grandes marcas. Um exemplo que me vem em mente é a modelo Flávia Lacerda que nos mostra que somos muito mais que um corpo grande. Flavia chamou a atenção pela sua beleza e por usar roupas

coloridas e com estampas chamativas e não é atoa que ela é inspiração para muita/os do mundo da moda *plus size*, até porque ela luta muito por uma moda muito mais democrática.⁴



Foto: Reprodução/Instagram/@fluvialacerda

Queria dizer que eu já fui uma dessas pessoas que sonhou em ser modelo e que foi desencorajada por não ter um corpo adequado. Quando eu tinha por volta de uns nove anos eu lembro que na igreja que eu frequentava ia ter um desfile e que várias crianças iam participar e eu era uma delas. Chegou o dia de ir provar e escolher a roupa que cada um ia usar, eu com expectativas grandes, assim como qualquer criança. Chegando na loja, todas estavam provando a roupa e chegou na minha vez não achávamos nada que me servia, pois eu era uma criança alta e gorda e a loja não trabalha com roupas maiores. Eu me lembro de ficar muito mal até que acharam uma roupa que me servia, mas pra mim aquele fato já tinha acabado com tudo. Lembro de ter desfilado super triste e de ter chorado muito depois. Memórias que me são dolorosas, mas necessárias para construirmos um mundo no qual outras crianças não passem por isso sozinhas, ou melhor, para construirmos um mundo no qual crianças não precisem passar por tamanha violência.

⁴Notícia acessada no endereço que segue e imagens retiradas do endereço : <https://harpersbazaar.uol.com.br/moda/o-papel-do-estilo-de-fluvia-lacerda-na-revolucao-democratica-da-moda/> (acessado em setembro/2024)

Outra vez, ainda na infância, eu vi que uma loja de brinquedos muito famosa estava buscando modelos-criança para fazerem a propaganda deles e eu atormentei a minha mãe para ela me inscrever. Queria tentar ser uma das garotas propaganda e assim ela fez. Ela foi lá me inscrever e tinha um teste que a gente tinha que fazer. Lembro que o teste ia ser em um domingo, mas no sábado eu estava tão feliz que eu contava para todo mundo sobre isso. Eu me lembro de ter escutado uns comentários bem maldosos por parte de pessoas adultas ao meu redor. Quando chegou o domingo, na hora que minha mãe me acordou para a gente ir, eu não quis mais, comecei a chorar muito e não quis fazer teste. Já tinha introjetado os discursos violentos e maldosos sobre o meu corpo e isso enfraqueceu minha autoestima. Eu sentia a raiva das outras pessoas e respondia a elas me retirando dos espaços que sonhava.

E é por isso que eu sempre vou frisar muito a importância da **representatividade** a partir deste trabalho de conclusão de curso. Pessoas gordas têm o direito de estar onde a gente quiser. Escolhi um tema que atravessa minha experiência e gostaria de com as minhas histórias sensibilizar para que possamos criar um mundo no qual a inclusão seja mais do que discurso, mas sim prática que possibilita que crianças possam ser crianças em toda a sua capacidade criativa. Fui cerceada em minha capacidade criativa por não ter o corpo esperado e desejado por outras pessoas.

Todas as vezes que eu vejo outras pessoas falando do corpo de alguém eu fico pensando por qual motivo um corpo incomoda tanto e por qual razão o ser diferente incomoda tanto. A representatividade importa, porém incomoda, e foi isso que vivemos após o desfile da Victoria Secrets e é isso que vemos todas as vezes que vemos pessoas fora de qualquer padrão ganhando voz e ocupando espaços que foram negados ao longo dos anos.

Eu vejo que a mídia tem grande influência quando falamos de gordofobia. A mídia é comprovada como um agente organizador do espaço social, reproduzindo discursos ideológicos que naturalizam a gordofobia. As reportagens frequentemente retratam pessoas gordas de forma pejorativa, utilizando imagens e narrativas que reforçam estereótipos negativos, como a associação entre gordura e ansiedade, vazio emocional ou falta de controle. É isso que nos mostra o texto “Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia” em 2004, e fica bem evidente quanto a mídia não gosta de corpos fora de padrão após o desfile, pois ter mulheres com IMC maior do que o comum incomodou muitas pessoas e também não se viu muito a mídia falando sobre esse assunto pois de certa forma vejo que para eles isso não é visto como algo importante e que deve ser debatido, como se corpos fora do padrão não

devessem ser exaltados para eles esses copos só são assunto quando é para falar algo pejorativo.

5. CORPOS QUE ROMPEM O QUE A NORMA LHE ESPERA: O QUE A PEDAGOGIA PODE APRENDER COM O CASO DO ESPORTE:

Quando o assunto é esporte e atletas pensa-se diretamente em corpos atléticos ou seja corpos magros e bem definidos. Muitas vezes é isso que a prática competitiva do esporte pede. Um corpo magro será intitulado adequado para a prática de esporte e não é atoa que muitas vezes quando vemos uma pessoa magra fazemos típico comentário muito típico para essas ocasiões “olha como essa pessoa tem o corpo atlético”. Ao meu ver, um corpo atlético deveria ser aquele corpo que te possibilita da melhor forma se desenvolver em um esporte que você escolheu. Para existir e estar no meio do esporte, pessoas gordas precisam lutar e resistir. E na maioria dos casos, atletas gordas/os estão em esportes que exigem muito esforço e força, como judô, arremesso de peso, halterofilismo (levantamento de peso). São esportes, pelo menos no Brasil, com menos visibilidade, com investimento inferior à esportes coletivos como voleibol e futebol e com menos apelo social. Sabemos desses esportes muito raramente, principalmente em época de olimpíadas.

Para exemplificar essa discussão, trago o caso da atleta Bia Souza que foi medalhista de ouro olímpico nos jogos de Paris em 2024. Bia é uma mulher negra e gorda que veio de uma família simples do interior da cidade de São Paulo, e que com 26 anos e pensando aproximadamente 135 kg conquistou seu primeiro ouro olímpico e o primeiro ouro dos jogos de 2024 para o time do Brasil. Bia era a terceira atleta mais gorda de sua categoria; a atleta da equipe brasileira de judô que compete na categoria acima de 70kg e nem de longe era a favorita para levar o ouro. Mas com todo o seu talento e competência, conquistou não só a medalha como os corações do público que a assistia.

Estou escrevendo como se você que me lê tenha assistido às olimpíadas e em especial à conquista de Bia. Caso não tenha assistido, torço que procure o vídeo da luta e aquele grito dela ao falar que conseguiu e o choro que provavelmente estava trancado na garganta por muito tempo emocionou a todos. A vitória de Bia foi muito mais que uma simples vitória, foi

um choque de realidade para essa sociedade machista, misógina, gordofóbica e racista em que vivemos. A vitória de Bia nos trouxe, mesmo que situado no tempo da olimpíada, a discussão sobre diversidade corporal, e como não podemos relacionar atlético à corpos magros, como precisamos rever crenças gordofóbicas sobre desempenho no esporte.



Bia Souza conquista medalha de ouro no judô — Foto: Alexandre Loureiro/COB

Ter um corpo gordo com excelente desempenho e que pratique esporte de competição espanta as pessoas que correspondem à norma corporal ou que a introjeta de tal maneira que não tem mais opinião sobre a mesma. Temos vários exemplos disso, como a goleira da seleção brasileira feminina de futebol, a atleta Bárbara, que após ter um desempenho ruim em jogo passou a receber vários comentários negativos sobre o seu corpo, como ser chamada de gorda. Para sustentar a justificativa para as críticas, falaram que ela estava fora de forma e por

isso tinha jogado mal; disseram que ela estava muito pesada por isso o mal desempenho. São o tipo de comentário que vai muito além da crítica quanto ao seu mau desempenho em jogo. São ofensivos, pois seu corpo não tem necessariamente a ver com o desempenho dela. Um jornalista esportivo Holandes foi uma das pessoas que fez comentários gordofóbicos contra a goleira da seleção após um jogo do Brasil contra a seleção Holandesa, em algum momento falando sobre o jogo e o mal desempenho da dela, ele perguntou aos seus colegas se a jogadora não estava acima do peso e ainda falou “É uma porca com um suéter. É uma zombaria total para a seleção brasileira. Ela realmente não defendeu uma bola decente”, disse Derksen.⁵

Não podemos falar de esporte e a luta de pessoas gordas no esporte sem citar Ellen Valias conhecida como “ atleta de peso” em suas redes sociais; Ellen é jogadora de basquete, influencer, ativista pelo movimento corporal inclusivo e é estudante de educação física. Ela tem 171 mil seguidores no Instagram, o que mostra o quanto movimenta conteúdo na rede social. Ellen, ao longo dos anos, tem sido uma voz importante na luta para a inclusão de pessoas gordas no esporte. Sua luta é contra a gordofobia, o racismo e os estereótipos que rodeiam a prática de esportes que se associam a corpos magros. Ela é alguém que luta para que pessoas gordas não sintam vergonha de praticar esportes ou de ir em uma academia; que as pessoas pratiquem esportes sem se preocupar com a pressão estética, cobranças ou julgamento, ela fala sobre a importância da prática de esportes para a saúde mental, física e para um bem estar em geral.

A pedagogia tem muito o que aprender com essas histórias de superação e representatividade, aprendendo que corpos diversos não apenas existem, mas também possuem potencial extraordinário, como o da judoca Bia Souza. Isso reforça a importância de valorizar a individualidade e combater padrões limitantes que excluem ou desvalorizam pessoas fora do "ideal corporal". A vitória da Bia, por exemplo, nos ensina que a competência não está ligada a estereótipos corporais. E nós educadores podemos usar isso como exemplo para estimular debates e reflexões críticas em sala de aula, ajudando estudantes a questionar preconceitos internalizados, como a associação entre magreza e sucesso. O esporte é muitas vezes tratado como meritocrático, mas casos como o de Bia revelam o quanto ele é também um campo de discriminação. A pedagogia pode aprender a usar o esporte como ferramenta de

inclusão, trabalhando para que todas as crianças e jovens, independentemente de suas características corporais, se sintam acolhidos para participar e se expressar fisicamente. Temos que trazer essas pessoas para dentro da sala de aula, aqui falamos da Bia mais tem vários outros atletas que podem ser usados como exemplo e ao trazer histórias como a de Bia, da Bárbara e da Ellen para a sala dentro das escolas e salas de aula, a pedagogia contribui para a representatividade. Isso pode inspirar crianças e jovens que se veem fora dos padrões hegemônicos a acreditar em seu potencial.

Finalizo com um convite à reflexão: que as vitórias de atletas como Bia e as vozes de ativistas e educadores nos motivem a construir uma sociedade mais justa e acolhedora. Uma sociedade em que cada pessoa, independentemente de seu corpo, possa encontrar seu espaço para brilhar, assim como Bia brilhou em Paris. Afinal, a luta contra a gordofobia não termina no pódio, mas deve ecoar em todos os lugares e a educação é um dos primeiros passos para essa mudança.

6. ESTEREÓTIPOS: SER A CRIANÇA GORDA E SER TAXADA DE PREGUIÇOSA

Ser uma criança gorda é ter que lidar com um estereótipo sobre desempenho e ser taxada de preguiçosa, sempre somos vistas como crianças que não são ativas e que por isso são gordas. Eu, por exemplo, sempre fui uma criança ativa. Estava sempre brincando, brincava na rua com os meus vizinhos, mas mesmo assim era vista como uma criança preguiçosa.

Eu amava brincar com esses meus vizinhos mas hoje entendo que eu não era bem vista na brincadeira, pois era vista como a menina gorda e incapaz. Eu era sempre café com leite nas brincadeiras mesmo pedindo para não ser, acho que eles me viam como alguém que ia me atrapalhar na brincadeira, principalmente quando era de correr e de se esconder. Eu sempre fui uma criança ativa, estava sempre inventando algo para brincar, então não tinha porque ser vista como uma criança preguiçosa. Porém pelo meu corpo, era assim que me viam. Temos que pensar que o corpo não é significado de capacidade e que nem toda criança gorda é preguiçosa e nem toda criança magra é ativa. Em seu texto a autora Flávia fala que sempre foi uma pessoa acima do peso, porém: “Sempre fui uma criança muito ativa, adepta a danças e brincadeiras de correr na rua. Sempre falante, pronta para cantar ou contar causos a qualquer um”. (NOVAIS, 2023, p.19)

Ou seja, ser uma criança gorda na maioria das vezes não quer dizer que a criança não é ativa, que ela não brinca, não pratica esportes e que não gosta de correr. Ela é uma criança igual a qualquer outra, mas é vista como alguém diferente somente por sua massa corporal.

As crianças passam a conviver com uma discriminação social diária, são excluídas das brincadeiras, deixadas por último nos jogos em que os próprios alunos escolhem um ‘time’ (e ainda suportam o ar de desânimo quando o colega de classe percebe que só o ‘gordinho (a)’sobrou e terá de ficar em ‘seu’ time, consideram o jogo perdido por culpa do colega obeso), não são convidadas para as festinhas de aniversário, e no caso das meninas obesas é como se elas fossem verdadeiras “aberrações”, já que existe uma maior exigência cultural

com o sexo feminino, o grupo de meninas ‘escravizam’ estas colegas e agem como se elas não tivessem direito a nada, criticam, rotulam e caçoam todas as atitudes das amigas obesas (LEMES,2005, p.96). (PINHEIRO, “Menina Gorda Não Tem Vez: Problematizando A Gordofobia E As Consequência No Desenvolvimento Das Crianças e Adolescentes”,2018,p.23)

Eu sempre fui essa criança igual cita Lemes (2005): nunca era a primeira a ser escolhida ou era a escolhida para escolher o time, pois sempre era vista como a menina incapaz e que não gosta de praticar esportes por ser gorda. E realmente com o passar dos anos eu me tornei essa pessoa que não fazia mais questão de nada, pois eu sabia que eu não ia ser a escolhida e que nas brincadeiras eu sempre ia ser considerada *café com leite* pois para as pessoas eu não era capaz. Chega um momento que cansamos de querer que as pessoas nos enxerguem de uma forma diferente e paramos de fazer questão. Até por que não encontramos apoio para nossas batalhas em que a nossa massa corporal não seja mais vista como algo que nos impede de ser capaz de realizar as atividades, de praticar e gostar de esportes. Pensando nessas situações que transversalizam as existências e que o campo do esporte me permite externalizar, proponho na próxima seção discutir o papel da escola nesse processo de enfrentamento à gordofobia.

7. O PAPEL DA ESCOLA NO ENFRENTAMENTO A GORDOFOBIA:

A escola é um dos principais alicerces de desenvolvimento e o principal meio de combate a desigualdade e o principal meio para uma luta pela diversidade. Se pararmos para pensar que em um ano letivo segundo a LDB⁶ Passamos 200 dias letivos e em média 800 horas dentro da escola. Em média vivemos 17 anos dentro de instituições de educação básica. A escola é um dos principais meios de construção de caráter, pois é o principal meio de socialização e muitas vezes o único. Então a escola tem que estar na vanguarda para lidar com qualquer tipo de adversidade que ocorra dentro e fora dos seus muros. A escola tem que ser uma instituição inclusiva e que as relações ocorram de maneira respeitosa. Para que isso tenhamos que ter nas escolas, uma equipe plenamente preparada para lidar com situações adversas e trabalhar com a diversidade de uma forma séria para além do discurso. Falamos e atuamos no campo da inclusão de uma forma bastante generalista e por vezes superficial, o que vulnerabiliza crianças, adolescentes e também os profissionais que não têm corpos que respondem a normatividade. No meu caso, ao longo dos anos que passei na educação básica, nunca encontrei profissionais que soubessem lidar com essas situações; seja professora, pedagoga ou diretora. Nas vezes em que sofri discriminação por conta do meu peso, simplesmente não foi feito nada e uma vez ainda falaram que era uma situação fácil de resolver e que era só eu emagrecer que ninguém mais iria tirar sarro de mim. Me lembro de uma vez em que um menino que pegava muito *no meu pé* e estava me atormentando falando do meu peso. Era a forma que ele usava para me atingir, pois ele via que isso me abalava demais, toda vez que ele queria me irritar ele usava disso. Então ele estava me irritando e eu disse que ia contar para o diretor mesmo já tendo levado essa situação diversas vezes à professora e à pedagogia e nada ter se resolvido. Esse menino resolveu que só falar do meu corpo não era suficiente, ele começou a fazer gestos e falar para eu pegar nas suas partes íntimas. Como eu já estava cansada de reclamar e ninguém fazer nada resolvi ir falar para o meu irmão que também estudava na mesma escola o que estava acontecendo. Meu irmão junto com alguns amigos foram para cima do menino na intenção de bater no mesmo. Nesse momento a escola inteira estava lá para defender o menino; mas enquanto eu estava sofrendo todos os tipos de assédios de sua parte, a escola não fez nada. Não pense que algo se resolveu

⁶ LEI DE DIRETRIZES E BASE DA EDUCAÇÃO

com essa situação, que a escola entendeu o meu desespero em resolver uma violência que se arrastava ao longo do tempo. Mas as consequências caíram sobre mim e o meu irmão, pois no entendimento da escola nós éramos os únicos culpados. reconheço que a escola não fez nada, mas o que o meu irmão fez resolveu pois esse menino nunca mais chegou perto de mim.

Mas aí eu me questiono por que a escola espera as coisas chegarem ao limite e ao extremo para que alguma medida seja tomada ou muitas vezes que nada seja feito, pois todas as vezes que eu reclamei a única coisa que me falavam era ficar longe dele e só, como se isso fosse resolver todos os problemas. A sensação de punição para a vítima, era esse o registro que ficava quando os adultos à minha volta eram omisso nas situações de violência às quais eu era submetida. Hoje me questiono por que situações tão graves terem sido negligenciadas por tanto tempo. O que isso fala da nossa sociedade?

Temos que sempre nos lembrar que a escola é um campo aberto para debates ou pelo menos é isso que a escola teria que fazer. Quando penso no trabalho com a diversidade, e neste caso, mais especificamente, a diversidade de corpos, acredito na potência da ação de pedagogas com crianças bem pequenas. O quanto é fundamental que nós possamos escutar nossos alunos, focando no trabalho com a equidade, trazendo para o ambiente escolar discussões pertinentes ao tema, tornando o ambiente escolar um lugar de inclusão e de respeito a todos. A escola tem que construir um ambiente para que as crianças e adolescentes possam estar lá, e não as colocando à frente de coisas que geram constrangimento.

Lembro de uma situação que só de pensar já me deixa mal. Na escola em que eu estudava, durante a aula de Educação Física, tem um dia em que eles tiram para medir e pesar as/os alunas/os. É um momento muito constrangedor, ainda mais para meninas como eu, que sempre fui acima do peso. Normalmente quando chegava esse dia eu conversava com a professora e pedia para ser a última é só estivesse nos dois na sala. Mas teve uma vez em que tinha uma professora nova e eu pedi como de costume para ser a última e ela só não deixou, como me fez ser a primeira. E ainda falou em voz alta para todos ouvirem qual era o meu peso. Eu fiquei arrasada; lembro de não conseguir ficar mais na escola naquele dia e pedir para minha mãe ir me buscar porque eu já sabia que ia ouvir comentários e eu não queria passar por aquilo mais uma vez. Nós, como professoras/es e pedagogas/os temos que nos lembrar que nossas ações têm marcas e impactos para o resto da vida de nossos alunos.

Deixando a influência clara que os pais e a escola têm com a saúde infantil e mencionando os incentivos de promoção à saúde promovidos por algumas organizações. É importante elaborar projetos para melhor qualificar os estudos e disponibilizar mais recursos e precauções para orientar práticas de saúde que esclareçam questões relacionadas à obesidade. A obesidade é um fenômeno que tem crescido mundialmente. No Brasil também houve o aumento do número de pessoas obesas. As crianças são as mais atingidas. Além dos problemas relacionados à saúde, as crianças com sobrepeso também enfrentam o preconceito na própria família, na escola e na sociedade (PINHEIRO, 2018, p.25).

Fala-se muito sobre uma/um profissional preparada/o para as adversidades que ele vai encontrar dentro da escola, mas esse despreparo já vem erroneamente de sua formação, pois não vemos um debate amplo sobre diversidade de corpos dentro do curso de Pedagogia. Em minha formação, pelo menos eu nunca tive esse debate; se em algum momento foi citado em alguma matéria foi algo muito breve e pouco aprofundado. Até porque a gordofobia também está dentro das salas da Universidade, eu mesmo me lembro de ter ouvido de uma professora que seria bom eu emagrecer um pouquinho porque senão eu não iria conseguir desenvolver as atividades com as crianças e nem brincar com elas pois o meu corpo ia me limitar.

Os relatos que aqui apresentei evidenciam como a gordofobia, a negligência e a falta de preparo no ambiente escolar podem deixar marcas profundas, muitas vezes irreparáveis, na vida de crianças e adolescentes. A escola, enquanto espaço de formação e socialização, deveria ser um local seguro e acolhedor para todos, mas, infelizmente, ainda perpetua dinâmicas excludentes e silenciadoras. É urgente que repensemos o papel da educação na construção de uma sociedade mais inclusiva. Para isso, é necessário ir além dos discursos e implementar ações efetivas. É preciso formar educadores capacitados, revisar práticas pedagógicas que reforçam preconceitos e abrir espaço para discussões genuínas sobre diversidade de corpos. A escola deve ser um lugar onde o respeito, a equidade e a escuta ativa estejam no centro das relações, de modo que nenhum aluno ou aluna sinta vergonha de ser quem é.

8. A INSENSIBILIDADE DIANTE DE CORPOS EM DOR.

Pensando no quanto meu corpo gordo é lido como indesejado, penso sobre a diferença de experiências com a gordura que podemos ter em nossas vidas. A relação com essa, pode ter significados variados, bem como as situações vividas por cada uma de nós, podem ser diversas. Conforme nossas experiências de vida e onde vivemos, a expressão da gordofobia pode variar e aparecer desde micro agressões e violências físicas como as que narrei. Sobre isso, trago as vivências de Roxane Gay (2017) e Maria Luisa Jimenez (2020), ambas passaram por momentos traumáticos em suas vidas e que afetam diretamente seus corpos. Roxane era só uma jovem adolescente quando seu corpo foi violado da pior maneira possível. E após isso começou a usar seu corpo como uma armadura para se proteger de futuras violências, foi aí que ela decidiu engordar tudo o que conseguisse e tornaria o seu corpo indesejado para manter os homens longe dele. Engordar, para ela tinha a ver com a defesa pessoal de sua existência, por medo do que poderia acontecer novamente. Ela queria tornar seu corpo indesejável, já que é isso que aprendemos e escutamos, que nós mulheres gordas somos indesejáveis e muitas vezes ouvimos que não somos dignas de sermos amadas.

Ela fala que o abuso que sofreu mudou completamente a forma que ela via o seu corpo e como se relacionava com o mesmo. O acontecido a levou a usar a comida como uma maneira de criar uma camada de proteção contra o mundo.

Antes da minha vida, eu era bem jovem e protegida. Não sabia nada sobre nada. Não sabia que podia sofrer, nem conhecia a extensão do que o sofrimento podia ser. Eu não sabia que podia dar voz ao meu sofrimento quando ele ocorresse. Não sabia que havia jeitos melhores de lidar com meu sofrimento. De todas as coisas, o que eu mais gostaria de ter sabido é que podia falar com meus pais e obter ajuda, e recorrer a outra coisa em vez de comida. Eu gostaria de ter sabido que minha violação não foi culpa minha (Roxane Gay, 2017, p.17 cap.6).

A pesquisadora Maria Luisa Jimenez (2020) em seu texto também nos conta sobre um evento traumático em sua vida. Jimenez na época com 37 anos engravidou de sua filha que acabou nascendo prematura e veio a falecer sete dias após o seu nascimento, Ximenes conta

que ela tinha um mioma e isso acabou acarretando o parto prematuro de sua filha, elas nos conta que precisou esperar mais um ano pela diminuição de seu mios e que nesse período teve várias hemorragias horríveis e com isso acabou engordando muito. Ela nos traz uma reflexão muito importante o por que de um corpo gordo incomodar mais que toda a tragédia em que ela estava vivendo, as pessoas já estão passando por um momento que não desejamos para ninguém como é o caso da Jiménez com a perda de sua filha ou o caso da Gay que tão nova sofreu um abuso, a falta de sensibilidade das pessoas em entender o momento em que cada um está vivendo vindo com comentários desnecessários disfarçados de preocupação.

Engordei muito e sofri com os diversos comentários, dicas e sugestões dissimuladas de saúde e amor, sempre bem pontuadas de que eu tinha sido gordinha, mas nunca obesa.: “Agora, que sua filha morreu, aproveite e faça um regime sério, porque ficar gorda, depois dessa tragédia, com certeza, vai fazer seu marido procurar outra. Isso sempre acontece. Você já não deu um filho para ele, e gorda ele não vai querer mais você” (JOANA,26 anos,2010) (JIMENEZ,2020,p.151 “Gordofobia: injustiça epistemológica sobre corpos gordos”)

Ou, ainda, comentários como: “Seu rosto é tão lindo”; “Existem maneiras de superar essa sua dor, e não é comendo”; “Vai em uma cachoeira e sai dessa cama”; “Nossa, como você está gorda. Cuidado, pois você pode adoecer”; “Já está ficando obesa”; “Você sempre foi gordinha, mas obesa é desleixo”. “A palavra ‘obesa’ soava como um martelo, criando feridas profundas no meu ser. Ouvida muitas vezes, foi como um despertar para algo muito sério e sistemático que estava acontecendo na minha vida além daquela tragédia” (JIMENEZ, 2020,p.151).

Eu fico completamente indignada com a falta de sensibilidade que as pessoas têm, mulheres passando por momento difíceis em sua vida e tendo que escutar que elas tem que cuidar do corpo por que se nao o marido vai deixar ela ou que ninguém mais vai a querer, isso só me faz ver que vivemos em uma sociedade doente onde um corpo vale mais que a saúde física e mental das pessoas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo o meu trabalho, busquei evidenciar, por meio de relatos pessoais e reflexões teóricas, como a gordofobia se manifesta de forma sistemática em diferentes espaços, especialmente no ambiente escolar, em nossas famílias e em ambientes de socialização, e como ela impacta profundamente as vidas daqueles que não se encaixam nos padrões normativos de corpo. Relatos como os que vivi e compartilhei aqui são exemplos reais e dolorosos de como a negligência e a falta de preparo podem perpetuar opressões, deixando marcas que vão muito além do período escolar, são marcas dolorosas que levamos muito além em nossas vidas.

Esse estudo também destacou a necessidade de um olhar mais atento e inclusivo para a diversidade corporal, especialmente no esporte e na educação. Casos como o de Bia Souza nos mostram que corpos diversos têm potência e que o talento não está restrito a um padrão físico e usar esses exemplos dentro da sala de aula pode trazer resultados positivos. Da mesma forma, a prática pedagógica inclusiva pode ser uma ferramenta essencial para combater a gordofobia, desde que seja exercida com seriedade, respeito e comprometimento.

Fica evidente que o desafio vai além de mudar práticas pedagógicas, é preciso mudar mentalidades. Isso inclui repensar a formação docente, para que futuros professores e professoras estejam mais preparados para lidar com a diversidade e combater preconceitos de forma eficaz. Também é fundamental que o tema seja tratado com mais profundidade no curso de Pedagogia e nos ambientes escolares, não apenas como pauta teórica, mas como ação prática e constante.

A escola, ao meu entendimento é o principal meio de formação e socialização, tem o dever de ser um espaço que acolhe e respeita todos os corpos, tornando-se um lugar onde a equidade e a inclusão não sejam meras palavras, mas valores efetivos. Que este trabalho possa inspirar educadores, gestores e outros profissionais da área a refletirem sobre suas práticas e buscarem formas mais empáticas e inclusivas de atuar, contribuindo para a construção de uma sociedade que valorize e respeite a diversidade em todas as suas formas. Incluir atividades que ressalta a diversidade e a célebre é um dos pontos de partida.

Espero que esse trabalho também seja um ponto de ruptura e de inspiração para as pessoas que o ler, assim como ele foi para mim, por meio dele eu revivi o meu passado e lutei com monstros que viviam dentro de mim e me libertei de tudo que me restringia de ser eu mesma e de me amar da forma que eu sou, esse trabalho me mostrou que não importa o seu corpo todos temos potencial para realizar e conquistar qualquer coisa basta a gente querer e ir atrás dos nossos sonhos. Fernando Pessoa nos diz que “ SOMOS DO TAMANHO DOS NOSSOS SONHOS”, por isso nunca deixe ninguém dizer que você não é capaz de realizá-los, não é o nosso corpo que vai nos impedir.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério de Educação e Cultura. **LDB - Lei nº 9394/96**, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da Educação Nacional. Brasília: MEC, 1996.
- DELMONDEZ, Polianne e NASCIMENTO, Wanderson Flor. **SUJEITOS DA DIVERSIDADE**, Educação e diversidade cultural, 2016
- GAY, Roxane. **Fome: uma autobiografia do (meu) corpo**. São Paulo: Globo Livros, 2017.
- LEMES, Maria do Carmo. **Crianças gordas e estigmas sociais**. São Paulo: Edusp, 2005.
- NOVAIS, Flávia Luciana Magalhães. **Políticas de financiamento: gordofobia em espaços de cuidados em saúde**. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2023.
- PINHEIRO, Ana Beatriz Teixeira. **Menina gorda não tem vez: problematizando a gordofobia e as consequências no desenvolvimento das crianças e adolescentes**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia) – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Faculdade de Ciências e Tecnologia, Presidente Prudente, 2018.
- ARRAES, Jarid. **Opressões corporais: gordofobia e resistência**. Fortaleza: Editora Norte, 2014.
- GARRAFA, Volnei; PORTO, Dora. **Corpo, ética e sociedade**. São Paulo: Autores Associados, 2008.
- BELCHIOR, Jussara. **Breves relatos de uma bailarina gorda**. Escrita Performativa. V. 15, DAPesquisa, Florianópolis, SC, Outubro 2020.
- VASCONCELOS, Naumi A.; SUDO, Iana; SUDO, Nara. Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia. Revista Mal-Estar e Subjetividade / Fortaleza / V. IV / N. 1 / P. 65 - 93 / Mar. 2004.
- POULAIN, Jean-Pierre. **Sociologia da obesidade**. São Paulo: Editora Senac São Paulo; 2013.

