

## O “corpo perfeito” na revista boa forma: o discurso didatizado que objetiva e subjetiva

The “perfect body” in the Boa Forma magazine: the didatized discourse that objective and subjective

El “cuerpo perfecto” en la revista Boa Forma: el discurso didatizado que objetiva y subjetiva

Michelle Aparecida Pereira Lopes<sup>1</sup>; Gabriela Vilela Andrade<sup>2</sup>

**Resumo:** A revista Boa Forma, vista como um guia para mulheres que se preocupam com a saúde e beleza do corpo, tem enunciados que podem ser considerados didatizados, ou seja, que pretendem ensinar algo a alguém. No instante em que Boa Forma tem a intenção de ensinar a mulher a se tornar/permanecer magra, nos parece que ela contribui para a objetivação e, conseqüente subjetivação do sujeito. Analisaremos os enunciados didatizados da revista Boa Forma à luz das teorias da Análise do Discurso de linha francesa, sobretudo os estudos de Michel Foucault e Jean-Jacques Courtine. Tomaremos, portanto, o corpo como um local de inscrição discursiva, ou seja, caracterizado segundo todos os dizeres já proferidos sobre ele ao longo do tempo.

**Palavras-chave:** Corpo; Discurso; Objetivação/Subjetivação.

**Abstract:** Boa Forma magazine, seen as a guide for women who care about the health and beauty of the body, has statements that can be considered as being didatized, that is, that they intend to teach someone something. The moment Boa Forma intends to teach the woman to become / remain lean, it seems to her that she contributes to the objectification and consequent subjectification of the subject. We will analyze the didatized statements of Boa Forma magazine in the light of the French Discourse Analysis theories, especially the studies of Michel Foucault and Jean-Jacques Courtine. We will therefore take the body as a place of discursive inscription, that is, characterized by all the sayings that have been said about it over time.

**Keywords:** Body; Speech; Objectivation / Subjectivation.

**Resumen:** La revista Boa Forma, vista como un guía para mujeres que se preocupan por la salud y belleza del cuerpo, tiene enunciados que pueden ser considerados didatizados, o sea, que pretenden enseñar algo a alguien. En el instante en que Buena forma tiene la intención de enseñar a la mujer a tornarse / permanecer magra, nos parece que ella contribuye a la objetivación y, conseqüente subjetivación del sujeto. Analizamos los enunciados didatizados de la revista Boa Forma a la luz de las teorías del Análisis del Discurso de línea francesa, sobre todo los estudios de Michel Foucault y Jean-Jacques Courtine. Tomemos, por lo tanto, el cuerpo como un lugar de inscripción discursiva, es decir, caracterizado según todos los dichos ya pronunciados sobre él a lo largo del tiempo.

**Palabras clave:** Cuerpo; Discurso; Objetivo / Subjetivación.

### INTRODUÇÃO

Este artigo apresenta os resultados de uma pesquisa de Iniciação Científica, desenvolvida pelas autoras no ano de 2015, a partir da inquietação de se observar na sociedade contemporânea os dizeres acerca do “corpo perfeito” e perceber que vivemos imersos em discursos que classificam os sujeitos e exaltam o corpo magro. Cria-se, dessa maneira, a necessidade de ser magro e/ou malhado, sarado, saudável, tudo isso pode ser considerado uma “ditadura da magreza”, que obriga o sujeito a seguir dietas e frequentar academias de ginásticas e salas de nutricionistas, para ser considerado bonito e desejado. Há um mercado voltado para beleza e/ou saúde corporal, o chamado “mundo fitness”, no qual se insere a revista Boa Forma.

Fundada em 1986, Boa Forma é uma publicação

mensal da editora Abril. Inicialmente, Boa Forma surgiu como um guia de ginástica de uma edição especial da revista Saúde, tornando-se independente desta em outubro de 1988. A Revista Boa Forma, então, tornou-se uma revista mensal, veiculada nacionalmente com a concepção de atender às necessidades informativas do sujeito mulher que se preocupa com a saúde, beleza e bem-estar.

Todo esse cuidado da revista em ajudar as leitoras a se tornar/permanecer magras, malhadas, bonitas, saudáveis e felizes, faz com que ela traga sempre como matéria de destaque “as fórmulas mágicas”, que são as dietas que devem ser seguidas à risca para a conquista do “corpo perfeito” em 5, 7, 15 dias, ou mais. Esse pode ser o discurso didatizado da revista Boa Forma. Pensemos didatizado como algo que tem o intuito de

<sup>1</sup>Docente do curso de Letras da Universidade do Estado de Minas Gerais. E-mail: michelle.lobes@uemg.br

<sup>2</sup>Discente do curso de Letras da Universidade do Estado de Minas Gerais.

ensinar algo a alguém, ou ainda, como no corpus da presente pesquisa, que traça o caminho perfeito e “gramamétrico”<sup>1</sup>

Os discursos didatizados de Boa Forma têm a pretensão de ensinar as dietas “das famosas”, “dicas para emagrecer no verão”, “como não engordar no inverno”, “como perder peso/medida em poucos dias”, “os exercícios que queimam calorias, secam barriga e enrijecem o bumbum”. Enfim, todos os cuidados que a mulher preocupada com a saúde, beleza e bem-estar deve ter, a revista Boa Forma está disposta a ensinar.

Realizando uma análise discursiva dos enunciados considerados didatizados das capas da revista Boa Forma, a presente pesquisa visa entender a contribuição da revista nos processos de categorização, objetivação e subjetivação do sujeito.

Com base nas teorias da Análise do Discurso de linha francesa (AD), à luz das contribuições de Michel Foucault e Jean-Jacques Courtine, a pesquisa analisou discursivamente os enunciados que estampam as capas da revista Boa Forma a fim de averiguar como a presença de um discurso, que pode ser considerado didatizado, contribui para a produção de objetivação/subjetivação na constituição do(s) sujeito(s) e de um padrão corpóreo, dito e visto como ideal. As análises dos enunciados foram efetuadas a partir da perspectiva qualitativa, considerando o viés da teoria escolhida.

## O DISCURSO DA REVISTA BOA FORMA

Podemos considerar que o público da revista Boa Forma sejam mulheres preocupadas com a saúde, beleza e bem estar. As leitoras, ao entrarem em contato com os enunciados publicados, atêm-se a classificarem seus dizeres apenas como “funciona” ou “não funciona”. Porém, para os estudos da Análise do Discurso é necessário um olhar mais amplo, ou ainda, que observa além do senso comum, que transforma o discurso em objeto e o analisa por meio de investigação científica, como afirma Fernandes (2008, p.12),

[...] para compreendermos discurso como um objeto do qual se ocupa uma disciplina específica, objeto de investigação científica, devemos romper com essas acepções advindas do sendo comum, que integram nosso cotidiano, e procurar compreendê-lo respaldado em acepções teóricas relacionadas a métodos de análise.

Fernandes (2008, p.17) acrescenta ainda, que “os discursos devem ser pensados em seus processos histórico-sociais de constituição.” Portanto, é necessário pensar o corpo como um constructo histórico, que se constitui por meio de todos os dizeres instituídos e ditos

<sup>1</sup>Trata-se de um termo usado pela pesquisadora, para expressar nesse artigo a precisão que a dieta impõe, já que a revista traz dietas em que as grammas consumidas de determinado alimento fazem toda a diferença para a conquista do “corpo perfeito”.

ao longo do tempo. O corpo deve ser visto como um local de inscrição discursiva, carregado de ideologias e consensos resistentes.

No texto “The Body”, Courtine (1997) apud Lopes (2014a) retrata uma genealogia do indivíduo moderno como sujeito; ele desenha o quadro do pensamento contemporâneo do corpo. Segundo Courtine, a ideia de uma genealogia discursiva sobre o corpo insere-se na história do pensamento francês do século XX e permite-nos esclarecer como o corpo se tornou um objeto histórico e teórico ao longo do último século.

Pensando-se o corpo feminino em uma análise diacrônica, pode-se constatar que ele passou por transformações de caráter social e histórico, no qual tanto o sujeito mulher, quanto a sociedade mudaram a forma de pensar o corpo, especialmente o feminino. Antes do século XX, a sociedade, por grande contribuição de pensamentos e crenças religiosas, não permitia que a mulher mostrasse o corpo, caso o fizesse estaria pecando e não salvaria sua alma. Entretanto, após o século XX as mulheres tiveram o direito a exibir os corpos com menos roupa, ou até mesmo nus. Todavia, a sociedade, agora incentivada pela mídia e/ou medicina, impõe à mulher um “padrão” a ser seguido. Isso nos leva a pensar que o corpo sempre foi um objeto de inscrição discursiva, o que mudou foi a forma de discursar e classificar/nomear esse corpo.

‘Manter a linha’ tornou-se um culto. A magreza ativa foi a resposta do século à gordura passiva(...)No decorrer do século XX, a mulher se despiu. O nu, na mídia, na televisão, em revistas e praias, incentivou o corpo a se desvelar em público (...) uma estética esportiva voltada ao culto do corpo, fonte inesgotável de ansiedade e frustração (...). Diferentemente de nossas avós, não nos preocupamos mais em salvar a alma, mas sim o corpo da desgraça da rejeição social. Nosso tormento não é o fogo do inferno, mas a balança e o espelho. ‘Liberar-se’, ao contrário do que queriam as feministas, transformou-se em sinônimo de lutar, centímetro por centímetro, contra a decrepitude fatal. (...) A tirania da perfeição física empurrou a mulher não para busca de uma identidade, mas de uma identificação (DEL PRIORE, 2013, p. 175-176 apud LOPES, 2014a).

No instante em que a revista Boa Forma tem a concepção de informar as mulheres que se preocupam com a saúde e bem-estar, ela reforça o discurso da ciência médica que usa de cálculos para determinar o corpo perfeito e saudável. Fazendo-se uso das tabelas e fórmulas criadas para se calcular o “Índice de Massa Corporal (IMC)”, “medidas máximas para a circunferência da barriga, cintura, abdômen”, dentre tantas outras. O sujeito deve prestar contas do corpo que tem, pois, caso não se encaixe nos padrões que a medicina determina como “saudável”, será visto e taxado como “desmazelado”, “descuidado”, “sem amor próprio”, “triste”, “infeliz” e “sozinho”.



Figura 01: Capa da edição 328 da revista Boa Forma.

Propõe-se ao homem de bem da modernidade, intimado a uma prestação de contas de seu corpo, tal como antigamente da alma, um cálculo de probabilidades. Como o Estado ocidental instituiu uma ordem dos corpos, cujas energias e competências contabiliza, pretende otimizar o seu funcionamento. Se a intervenção dos poderes em matéria de saúde pública denominava a governamental idade da vida, estimula também o cuidado consigo mesmo. O cidadão de bem não deve reformar seu comportamento em função dos decretos da ciência? (SOARES, 2008, p. 40-41 apud LOPES, 2014a).

Pode-se tomar o momento em que o sujeito tem que prestar contas de seu corpo à sociedade, como instaurador da necessidade de ser magro e, conseqüentemente, saudável. Como Foucault mostra em seus estudos, há um evidente poder e vigência exercidos sobre o corpo de todos nós. Por isso, a revista Boa Forma, com o seu discurso que pode ser considerado didatizado, não tem como público alvo as manequins, modelos de revista. Boa Forma pretende ensinar a mulher que é mãe, esposa, dona de casa, bancária, advogada, professora, enfim, a mulher do dia-a-dia, a adquirir hábitos saudáveis que contribuirão para a melhora da sua autoestima, saúde e, sobretudo, seu prestígio e admiração social.

Ao observarmos os enunciados que compõem a capa da edição 328 de Boa Forma, podemos perceber um discurso com características que podem ser consideradas didatizadas. A escolha por determinada expressão e/ou palavra são objetos de estudo da Análise do Discurso. Mediante a perspectiva foucaultiana de discurso, poderíamos questionar o porquê de a revista usar tais enunciados e não outros em seu lugar. Segundo Fernandes (2008 p.13), “As escolhas lexicais e seu uso revelam a presença de ideologias que se opõem, revelando igualmente a presença de diferentes discursos, que, por sua vez, expressam a posição de grupos de sujeitos acerca de um mesmo tema”. Assim, ao observarmos a capa da edição 328, poderíamos pensar que se trata de uma revista que considera haver sujeito(s) que não sabe(m)/consegue(m) “governar” o próprio corpo, ou seu peso, portanto [a revista] precisa ensinar isso. Nesse sentido, a revista assume para si o papel social de detentora de um saber. Saber esse que “ensina” em suas matérias.

A edição em análise, veiculada nacionalmente no mês de fevereiro de 2014, traz na capa a atriz Juliana Paiva, na época em que protagonizou a novela “Além do Horizonte”. Dessa maneira, ao associar os

enunciados à imagem de uma atriz tida e vista como um padrão de beleza a ser seguido, naquele momento, reforça seu discurso didatizado. Ou seja, a revista traz uma musa, modelo e exemplo a ser seguido e, junto, “ensina” como seguir o exemplo a partir do discurso didatizado (Figura 01).

Dando continuidade ao seu discurso didatizado, Boa Forma reforça esse ideal por meio de enunciados que pretendem “ensinar” a mulher contemporânea a ser magra, haja vista que, a maior parte dos dizeres ocupa-se em exaltar o magro e/ou ensinar a ser magro. Ao inserir o corpo magro, ou ensinar a precisão de ser magro, a revista segrega, separa, ou seja, objetiva criando duas categorias para o sujeito feminino: a das que conseguem ser/permanecer magras X as que não conseguem ser/permanecer magras. Além disso, reforça o conceito de que corpo bonito é corpo magro considerando, assim, bela somente a mulher que não tem nenhuma gordura; algo que poderíamos nomear de uma “ditadura da magreza”. Segundo Vigarello,

(...) o afinamento do corpo, a vigilância mais cerrada da silhueta, a rejeição do peso de maneira mais alarmada. O que transforma o registro da gordura, denegrindo-a, aumentando o seu descrédito e privilegiando insensivelmente a leveza. A amplitude de volume afasta-se cada vez mais do refinamento, enquanto a beleza se aproxima mais e mais do que é magro, esguio. (VIGARELLO, 2012, p. 10-11 apud LOPES, 2014b).

A capa traz ao centro e em tamanho grande o enunciado belas curvas de Juliana. Ao centralizar o corpo da atriz, tido e visto como magro, esguio, bonito e, portanto, saudável e atraente, a capa ressalta a importância de que seus dizeres sejam aprendidos e seguidos pelas leitoras.

Os enunciados tomados como didatizados circundam o corpo da atriz. Em Os 10 mandamentos de SOLANGE FRAZÃO para ter um corpo incrível + os abdominais que ela faz, a expressão os 10 mandamentos remete ao discurso bíblico, lembrando os mandamentos ditados a Moisés, que também são dez e necessários, conforme a religião, para que se ganhe o reino dos céus. Pode-se entender que, ao se seguir fielmente os mandamentos, o sujeito-leitora ganhará o “reino da boa forma”, ou, “do corpo perfeito”. Não bastando, o substantivo próprio SOLANGE FRAZÃO, em caixa alta, instaura a credibilidade dos mandamentos da revista, porque não é qualquer pessoa que está ensinando, é a Solange Frazão, profissional de educação física reconhecida por conservar a beleza e a boa forma. Essa ideia se confirma, ainda, nos dizeres para ter o corpo incrível + os abdominais que ela faz. O efeito de sentido construído pela união desses enunciados é, assim, “siga os mandamentos dela, pois, só assim, você será como ela”; ou ainda, “se seguir os dez mandamentos de Solange

Frazão, será como ela: magra e, portanto, aceita, tida e vista como atraente, bela, bem sucedida”.

A capa traz ainda outro enunciado que nos interessa, O MAPA DO PRATO FUNCIONAL PARA PERDER PESO E GANHAR SAÚDE. Nele, o substantivo mapa nos remete à ideia de algo que ensina um “caminho” a alguém, ou seja, outro indício de didatização. Os mapas devem ser rigorosamente seguidos para que, ao seu término, se chegue aonde se deseja chegar. Cria-se o sentido de que Boa Forma está disposta a ensinar o “caminho das pedras”, o “chegar lá”, e o corpo perfeito só será conquistado seguindo-se o mapa. Aqui, a palavra “prato” pode ser tomada como representação metonímica, equivalendo aos alimentos que devem ser ingeridos e em qual momento devem ser ingeridos, aliados a quais outros alimentos, para que assim, funcionem para perder peso e ganhar saúde, ou seja, adequar-se à categoria socialmente legitimada. O enunciado em análise expressa a concepção da revista: informar mulheres que se preocupam com o corpo, beleza e saúde. E, assim, o sujeito que seguir fielmente “o mapa” que a revista didatiza não irá somente perder peso, irá também ganhar saúde. Pois, as orações “perder peso” / “ganhar saúde” são unidas pela conjunção aditiva “e”. Portanto, um só funciona com o outro, logo, o efeito de sentido criado é o de que não se pode ganhar saúde sem se perder peso e, se perdendo peso, ganha-se saúde, sendo que ambos só podem ser alcançados com a alimentação saudável que Boa Forma mapeia, ensina, didatiza.

A revista exhibe ainda o enunciado Faça em casa o circuito funcional que queima 680 cal em 30 min. Nesse, o verbo faça, conjugado no imperativo, produz a “obrigação” para a leitora que se preocupa com a beleza e/ou saúde de fazer “em casa o circuito funcional”. O circuito funciona tão bem, segundo a revista, que o discurso determina, ou seja, didatiza com exatidão as calorias e os minutos que se deve seguir para obter a conquista do corpo perfeito. As palavras “calorias” e “minutos” escritas desta forma: “cal” e “min” (simplificada), dão o ar de informalidade, já que o circuito não necessita de academia ou acompanhamento de profissional, ele é descrito de tal maneira que qualquer mulher pode fazê-lo em casa em apenas 30 minutos. Algo tão extraordinário que os dizeres “680 em 30 min” estão grafados em vermelho para chamar a atenção da leitora. A revista se preocupa até mesmo com as mulheres mais ocupadas com os afazeres domésticos e filhos, pois, dão-lhes a ordem de exercitar-se em casa em poucos minutos e perder calorias.

A observação desses enunciados pode nos fazer perceber que vivemos em uma sociedade que exalta a imagem do magro e denigre a imagem do gordo, isso porque, conforme Fernandes (2012, p.53 apud

LOPES, 2014b), “o poder vinculado ao Estado ignora os indivíduos, pois deve voltar-se para os interesses da totalidade”. Portanto, Boa Forma traz enunciados com a intenção da chamada “tarefa disciplinar dos corpos em uma miríade de instituições curativas, educativas e reeducativas” (COURTINE, 2013, p. 12 apud LOPES 2014b).

### A OBJETIVAÇÃO/SUBJETIVAÇÃO DO SUJEITO NA “BOA FORMA”

A objetivação e subjetivação se implantam no momento em que a revista se propõe a “ensinar” o sujeito mulher a ser da maneira como a sociedade padroniza. Por conseguinte, ela reforça o consenso que diz: Mulher “bonita” e/ou “saudável” é “mulher magra”. Conforme afirma Lopes (2014b), o corpo é, portanto, um local de inscrição discursiva, um objeto, e é caracterizado histórico socialmente, pois, é nomeado segundo os dizeres de todos os discursos já proferidos e instituídos sobre o mesmo ao longo do tempo.

Quando a revista classifica e separa o corpo que é considerado “magro”, do corpo que é considerado “gordo”, ela está contribuindo para o processo de categorização do sujeito. Já que cria categorias que o sujeito-leitora pode ou não ser inserido. No momento em que são criadas categorias, o sujeito torna-se passível de objetivação e, conseqüente subjetivação.

Em se tratando do objeto corpo, a revista Boa Forma enuncia como deve ser o corpo perfeito: aquele que apresenta “barriga sarada”, “perna torneada” e “bumbum durinho”, criando, dessa forma, a ideia de que somente as mulheres que preenchem fielmente esses requisitos serão aceitas e, conseqüentemente somente essas poderão ser consideradas belas, felizes e saudáveis. Qualquer mulher que reconheça que não se encaixa nesses padrões poderá sentir-se feia e indesejável. Quando a mulher compara seu próprio corpo ao corpo enunciado pela revista, acontece a subjetivação. Concomitantemente a isso, o sujeito-leitora torna-se um objeto para conhecimento, assim é feita a objetivação. Conforme Revel explica:

O termo “subjetivação” designa, para Foucault, um processo pelo qual se obtém a constituição de um sujeito. Os modos de subjetivação correspondem, na realidade, a dois tipos de análise: de um lado, os modos de objetivação que transformam os seres humanos em sujeitos - o que significa que há somente sujeitos objetivados e que os modos de subjetivação são, nesse sentido, práticas de objetivação; de outro lado, a maneira pela qual a relação consigo, por meio de um certo número de técnicas, permite constituir-se como sujeito de sua própria existência. (REVEL, 2005, p. 82 apud LOPES, 2014b).

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante o que apresentamos nas análises, pensamos o corpo como um local de inscrição discursiva, carregado de saberes, poderes, consensos e resistências, que instauram a necessidade de ser “magro” e/ou “malhado”. Observamos que a revista Boa Forma é apenas um pequeno fragmento do gigantesco “mundo Fitness”, que impõe a “ditadura da magreza”. Os discursos que circundam o corpo estão sempre a exigir algo, como quando a mulher deveria “cobrir-se” para salvar a alma, ou, no decorrer do século XX e início deste século XXI, o discurso vem ordenar que a mulher seja “magra” para ser aceita e admirada socialmente.

Respalhando-se na Análise do Discurso, pudemos constatar que Boa Forma tem enunciados didatizados, ou seja, pretendem ensinar a leitora a tornar/permanecer magra. Pois, ser magro é muito mais que apenas medidas e/ou gordura, ser magro é ser classificado também como “saudável”, “feliz”, “desejado” e “amado”.

No instante em que Boa Forma cria categorias, ela torna o sujeito um “objeto”, podendo encaixá-lo nessa, ou naquela categoria. E, o sujeito-leitora ao observar o corpo que a revista nomeia como “perfeito”, pensa seu próprio corpo comparando-o ao caracterizado pela revista, ou seja, subjetiva-se.

### REFERÊNCIAS

- COURTINE, J.J. **Decifrar o corpo**: pensar com Foucault. Tradução de Francisco Morás. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.
- FERNANDES, C. A. **Análise do discurso**: reflexões introdutórias. São Carlos: Claraluz, 2008.
- FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. Trad.: Roberto Machado. Rio de Janeiro: Graal, 1979.
- \_\_\_\_\_. **História da Sexualidade, I**: A vontade de saber. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque e J.A. Guilhon Albuquerque. Rio de Janeiro: Edições Graal, 2012 [1988].
- \_\_\_\_\_. **História da Sexualidade, 3**: O cuidado de si. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque; revisão técnica de José Augusto Guilhon Albuquerque. Rio de Janeiro: Edições Graal, 2011 [1985].
- LOPES, M. A. P. **Da moda do corpo ao corpo da moda**: Descontinuidades Discursivas sobre o sujeito gordo. In: Associação Latino-Americana de Estudos do Discurso - 2014, 2014, São Carlos. Caderno de Resumos, 2014a.
- LOPES, M. A. P. **O corpo sob controle** - Análise Discursiva dos episódios de não contratação de professores obesos no estado de São Paulo. In: 3º Colóquio Internacional de Estudos Linguísticos e Literários, 2014, Maringá. Caderno de Resumos, 2014b.
- REVEL, J. **Foucault**: conceitos essenciais. Tradução de Maria do Rosário Gregolin, Nilton Milanez, Carlos Piovezani. São Carlos: Claraluz, 2005.

**Página em branco**