

Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz



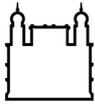
CURSO DE MESTRADO ACADÊMICO

ERIKA DRUMOND SARAIVA

A DIVA QUE NÃO QUER ENVELHECER:

narrativas autobiográficas anti-idade no Instagram de Gretchen

Rio de Janeiro
2021



Ministério da Saúde
FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz



Instituto de Comunicação e Informação
Científica e Tecnológica em Saúde

CURSO DE MESTRADO ACADÊMICO

ERIKA DRUMOND SARAIVA

A DIVA QUE NÃO QUER ENVELHECER:

narrativas autobiográficas anti-idade no Instagram de Gretchen

Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu do Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde, como requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre em Informação e Comunicação em Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Igor Sacramento

Rio de Janeiro
2021

Drumond Saraiva, Erika .

A DIVA QUE NÃO QUER ENVELHECER: narrativas autobiográficas anti-idade no Instagram de Gretchen / Erika Drumond Saraiva. - Rio de Janeiro, 2021.

140 f.; il.

Dissertação (Mestrado) - Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde, Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde, 2021.

Orientador: Igor Sacramento .

Bibliografia: f. 131-140

1. Envelhecimento feminino. 2. Saúde . 3. Procedimentos estéticos. 4. Celebridade. 5. Governamentalidade. I. Título.

ERIKA DRUMOND SARAIVA

A DIVA QUE NÃO QUER ENVELHECER:
narrativas autobiográficas anti-idade no Instagram de Gretchen

Aprovada em de de 2021.

Banca Examinadora:

Profa. Dra. Gisela Castro (ESPM)

Profa. Dra. Janine Cardoso (ICICT/Fiocruz)

Prof. Dr. Igor Sacramento – orientador (ICICT/Fiocruz)

*Aos meus pais, que me ensinaram que
para viver é preciso respeitar o tempo das coisas.*

AGRADECIMENTOS

Os primeiros agradecimentos pela realização deste trabalho vão para a família e, de maneira especial, para minha mãe, Fernanda. Foi ela quem sempre esteve presente dando todo seu amor incondicional, estímulo para ir em frente e ainda ouvindo minhas loucuras. Ao meu pai, Paulo, grande incentivador e amigo, e ao tio José, uma inspiração nesta vida, meus agradecimentos sinceros.

Agradeço imensamente ao querido orientador e amigo, prof. Igor Sacramento, tanta generosidade intelectual e ensinamentos partilhados em sala de aula, em reuniões de orientação ou no grupo de pesquisa do Núcleo de Estudos em Comunicação, História e Saúde (Nechs), da Fiocruz/UFRJ, do qual participo. Estou certa de que seu apoio, sua tranquilidade e sua confiança muito me ajudaram no processo de elaboração desta dissertação em meio a maior crise de saúde da história do país.

Sou grata às amigas da turma de mestrado do ano 2019, por estimular tantos olhares aguçados e debates inteligentes – mas também permeados de humor, sarcasmo e desespero. Um especial agradecimento à Bruna Ribeiro, Danielle Novaes, Julia da Matta, Maíra Valério, Raíssa Ramos e Roberta Galdêncio. Cada uma delas contribuiu de alguma forma para a reflexão e construção de ideias que fazem parte desta pesquisa.

Às preciosas amigas Sabrina, Marcela, Rose, Juliane, Alessandra, Tayla e Patrícia, e ao querido amigo Naza, minha gratidão pelas conversas e inúmeras trocas de afeto. Agradeço também o amor, a paciência e o companheirismo da Samira, sobretudo ao longo dos últimos momentos da escrita. Sou grata pela leitura acurada da querida amiga Maria Helena e pela importante ajuda da querida Luisa nos detalhes finais desta dissertação.

Muito obrigada à profa. Janine Cardoso e à profa. Gisela Castro pelas importantes contribuições nas bancas de qualificação e de defesa e por toda a consideração e carinho.

Finalmente, agradeço aos professores e pesquisadores do Programa de Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde (PPGICS) do Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde (ICICT), pelos conhecimentos compartilhados que tanto acrescentaram em minha formação acadêmica.

E um agradecimento especial à Fiocruz, pela acolhida e pelo apoio financeiro imprescindível durante o período deste estudo.

*Quanto mais próximos do corpo e longe do mundo,
mais o mundo surge como um décor extravagante e
fantasmagórico de coisas e acontecimentos que não
podemos entender, recriar ou, se preciso, descartar*
(COSTA, 2004, p. 124).

RESUMO

A partir da relação que se estabelece entre a obsessão pelo corpo e pelo rosto sem rugas, gorduras e volumes indesejados e o envelhecimento da mulher na sociedade contemporânea, esta dissertação aborda as diferentes visões a respeito do papel assumido pelas identidades midiáticas, neste estudo representadas por Maria Odete Brito de Miranda Marques, a Gretchen, que completou 60 anos de idade em 2019. Por meio da análise no Instagram – considerado um espaço biográfico nos dias atuais – da celebridade, refletimos sobre as narrativas anti-idade com base em suas experiências estéticas, e também sobre as estratégias utilizadas para o gerenciamento do corpo e controle do tempo na discussão do envelhecimento feminino. Como sujeito da experiência e da ação, Gretchen vai em busca de mais visibilidade no âmbito da saúde, da beleza e da juventude, utilizando a rede social para circular a docilização do seu corpo pelo discurso do antienvelhecimento e para reforçar normas de como o corpo feminino deve ser e aparecer. Ao assumir o papel de especialista em estilo de vida, posiciona-se acima do monopólio médico, propagando formas de embelezamento e encorajando técnicas de governamentalidade no cotidiano. Na posição de autoridade, instrui a respeito da prática de exercícios físicos e da realização de procedimentos estéticos – com profissionais médicos ou não médicos. Também em suas narrativas, reafirma o discurso terapêutico contemporâneo, tornando-se exemplo de pessoa que consegue superar as adversidades e conquistar a felicidade por meio da elevada autoestima.

Palavras-chave: Envelhecimento feminino; saúde; procedimentos estéticos; celebridade; governamentalidade; cultura terapêutica.

ABSTRACT

From the connection between the obsession with the body and the face without wrinkles, fat and unwanted sizes and the aging of women in contemporary society, this essay approaches the different views regarding the role assumed by media identities, represented in this study by Maria Odete Brito de Miranda Marques, best known for Gretchen, who turned 60 years old in 2019. Based on an analysis of her Instagram, which is an app that is considered to be a biographical space today, we reflect on anti-aging narratives considering her aesthetic experiences, and also about the rules used for the management of the body and the control of time in the discussion of the female aging. As an individual of action and experience, Gretchen seeks greater visibility in health, beauty and youth issues, using a social network to spread the docilization of her body through the anti-aging discourse and to reinforce patterns of how the female body must look. By assuming the role of lifestyle specialist, she positions herself above the medical monopoly, spreading different forms of beautification and encouraging techniques of governmentality in daily life. As she is in a position of authority, she instructs on the practice of physical exercises and the performance of aesthetic procedures – with medical or non-medical professionals. She also reaffirms the contemporary therapeutic discourse, becoming an example of a person who manages to overcome adversity and achieve happiness through high self-esteem.

Keywords: Female aging; health; aesthetic procedures; celebrity; governmentality; therapeutic culture.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

A4M – American Academy of Anti-Aging Medicine

AMB – Associação Médica Brasileira

Botox® – toxina botulínica

CFM – Conselho Federal de Medicina

CFO – Conselho Federal de Odontologia

CNJ – Conselho Nacional de Justiça

CRM – Conselho Regional de Medicina

CRMES – Conselho Regional de Medicina do Espírito Santo

FDA – Food and Drugs Administration

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

ICICT – Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde

ISAPS – International Society of Aesthetic Plastic Surgery

ONU – Organização das Nações Unidas

PPGICS – Programa de Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde

SBCP – Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica

SBD – Sociedade Brasileira de Dermatologia

SUS – Sistema Único de Saúde

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 78
Figura 2 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 79
Figura 3 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 81
Figura 4 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 82
Figura 5 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 83
Figura 6 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 84
Figura 7 – <i>Expertise</i> em saúde.....	p. 86
Figura 8 – Procedimentos estéticos.....	p. 91
Figura 9 – Procedimentos estéticos.....	p. 92
Figura 10 – Procedimentos estéticos.....	p. 94
Figura 11 – Procedimentos estéticos.....	p. 96
Figura 12 – Procedimentos estéticos.....	p. 97
Figura 13 – Procedimentos estéticos.....	p. 99
Figura 14 – Procedimentos estéticos.....	p. 100
Figura 15 – Narrativa terapêutica [2018]	p. 108
Figura 16 – Narrativa terapêutica.....	p. 111
Figura 17 – Narrativa terapêutica.....	p. 112
Figura 18 – Narrativa terapêutica.....	p. 114
Figura 19 – Narrativa terapêutica.....	p. 115
Figura 20 – Narrativa terapêutica.....	p. 118
Figura 21 – Narrativa terapêutica.....	p. 121
Figura 22 – Narrativa terapêutica [2021]	p. 123
Figura 23 – Narrativa terapêutica.....	p. 124
Figura 24 – Narrativa terapêutica.....	p. 125

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
CAPÍTULO 1: Gretchen e o envelhecimento feminino na contemporaneidade	28
1.1. As marcas, as transformações e as experiências corporais na velhice.....	28
1.2. A celebridade e as narrativas autobiográficas.....	37
1.3. A biopolítica do corpo feminino e o envelhecimento.....	44
1.4. Beleza, juventude e consumo: implicações	56
CAPÍTULO 2: Procedimentos estéticos e a metamorfose do corpo	65
2.1. A saúde sob o domínio da estética em nome do bem-estar	65
2.2. <i>Expertise</i> em saúde e beleza.....	73
2.3. O rosto como máscara mutante contra a velhice.....	87
CAPÍTULO 3: Práticas de aconselhamento em saúde e narrativas de autoajuda ..	103
3.1. A narrativa terapêutica para o aprimoramento de si.....	103
3.2. Felicidade como meta para as competências moral e social.....	113
3.3. Habilidades e saberes: Gretchen, <i>coach</i> de vida.....	119
CONSIDERAÇÕES FINAIS	126
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	131

INTRODUÇÃO

Um fato tão comum quanto complexo tem chamado a atenção na sociedade contemporânea: o aumento do número de mulheres que buscam aparência cada vez mais jovem e saudável em um mundo cada vez mais envelhecido. Isso inclui passar por inúmeros sacrifícios em nome da beleza e o preço da vaidade provoca essa busca infinda. Rostos lisos e angulosos, pele firme e sem poros aparentes, maçãs do rosto altas e definidas, nariz delineado e lábios carnudos passam a ser encarados como objetivos de vida, hoje rapidamente alcançáveis pelas vastas possibilidades existentes no mercado da estética, especialmente voltado para uma população que está em processo de envelhecimento.

Corpos em forma e definidos também fazem parte do desejo de preservar a juventude. Entre as maneiras mais comuns de atenuar rugas e linhas de expressão superficiais e as profundas, estão os procedimentos estéticos que utilizam a toxina botulínica (Botox®). Essas intervenções remodelam a face de maneira rápida e simples e sem necessidade de cirurgia plástica. Na área da dermatologia, a toxina botulínica começou a ser utilizada a partir dos anos 2000, quando a agência federal do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos, Food and Drugs Administration (FDA), aprovou seu uso para fins estéticos ou cosméticos.¹ Essa aprovação, ocorrida no início do século 21, sinalizou mudança significativa na medicina estética e na indústria farmacêutica. Por ser minimamente invasivo e acessível, o procedimento com botox se tornou comum para classes sociais em que a cirurgia plástica se mostra financeiramente inviável. Anos depois, a FDA liberou a utilização do ácido hialurônico, que também é empregado em procedimentos cosméticos, para a reestruturação de mandíbulas, narizes, bochechas etc. Conhecido como harmonização facial, esse conjunto de procedimentos e técnicas serve para dar proporções equilibradas ao rosto, e seus efeitos duram aproximadamente de seis meses a dois anos. Além de menos invasivas,² são opções menos caras do que uma cirurgia plástica.

¹ A neurotoxina botulínica foi utilizada pela primeira vez na década de 1970 para o tratamento do estrabismo. Após novos estudos, seu uso foi expandido a outras áreas para fins terapêuticos, como o blefaroespasm (contração involuntária da pálpebra). Em 15 de abril de 2002, o Botox®, marca americana da toxina botulínica, obteve a aprovação da FDA para o tratamento de rugas glabulares de expressão. Isso decorreu dos estudos de Jean e Alastair Carruthers, em 1987, quando tratavam pacientes com blefaroespasm. Atualmente, são comercializados mundialmente oito tipos de neurotoxinas, sendo o tipo A o mais potente para utilização em humanos (BRANDT, CAZZANIGA, 2011).

² O preenchimento nasal com ácido hialurônico, por exemplo, é utilizado hoje amplamente como alternativa à rinoplastia tradicional, além de ser procedimento menos doloroso e invasivo (COIMBRA, OLIVEIRA, URIBE, 2015).

Admitir que se está envelhecendo não é necessariamente algo fácil. Esse é um dos motivos pela qual a busca pelo rejuvenescimento é vista em pessoas de todas as idades, incluindo aquelas com mais de 60 anos. Segundo pesquisa da Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (International Society of Aesthetic Plastic Surgery – Isaps) realizada em 2019, a aplicação de toxina botulínica, por exemplo, é a primeira intervenção mais realizada por pessoas acima de 65 anos de idade (ISAPS, 2020a). De acordo com o levantamento, as mulheres constituem o maior segmento do grupo de pessoas que se submetem a intervenções estéticas, com mais de 21 milhões de procedimentos no mundo contabilizados em 2019. Tal fato sinaliza a associação do padrão de beleza feminino a valores sociais e culturais em nossa sociedade quase sempre relacionados à juventude. Esses ideais de beleza da mulher ganham espaço continuamente pelas mídias, que criam novas modalidades de disciplinas de autoaperfeiçoamento visual, como por intermédio de pessoas públicas. Nesse sentido, a disseminação de informações midiáticas sobre rejuvenescimento relacionadas a beleza, jovialidade e bem-estar fomenta a ideia de que viver muito e envelhecer pouco seria o ideal (CASTRO, 2016).

A participação da mídia para a construção da imagem do corpo é observada por meio de narrativas, discursos e práticas que visam à legitimação de comportamentos e ao autogoverno para a preservação da juventude. Afinal, observam Sacramento e Sanches (2019, p. 23), “a mídia pretende estabelecer regras, dar opiniões e conselhos, normatizar formas de comportamento e propor formas ideais de conduta e cuidado com o corpo e com a saúde”. Conforme afirmam os autores, a cultura da mídia participa dos mecanismos de poder, da produção de identidades e das subjetividades.

É interessante que muitos dos procedimentos estéticos faciais são realizados por pessoas que nem sempre possuem grandes defeitos, mas sim o desejo de delinear partes do corpo até as aproximar da imagem ideal, ou seja, por pessoas que buscam preservar o que inexoravelmente muda... Assim, esse corpo passa a ser demarcado como território a ser regulado pelo poder disciplinar. A partir dos aprofundamentos obtidos neste trabalho, percebemos o quanto a saúde se encontra sob o domínio da estética. “Não existem mais fronteiras bem estabelecidas entre os registros da saúde e da beleza, mas apenas bordas, pelas quais os dois territórios podem se superpor e frequentemente se confundir” (BIRMAN, 2010, p. 41).

Há mesmo casos considerados exagerados em procedimentos estéticos, atualmente feitos em demasia, já que, com o avanço da tecnologia médica, “quase tudo é possível”. Esses procedimentos atraem não apenas pessoas que trabalham na mídia, mas

indeterminadamente quaisquer pessoas. É pela internet que se constata a diversidade e o crescimento dessas práticas, sobretudo em espaços como o Instagram, maior rede social do mundo para compartilhamento de fotos e vídeos. Por meio da plataforma lançada em 2010 e que inicialmente era utilizada para publicação de fotografias pretensamente artísticas – atualmente vemos no espaço uma depreciação da arte da fotografia com a enxurrada de *selfies* e registros aleatórios –, o usuário se reinventa, se constrói e edita a melhor versão de si. Isso ocorre tanto por meio dos filtros incorporados nos *stories* (recurso da rede social que permite publicar *posts* que duram apenas 24 horas), produzindo efeitos associados a cirurgias plásticas e procedimentos, como pelas novas construções de imagens do eu, publicadas por influenciadores digitais e/ou celebridades.

Somado à pressão social e cobrança estética – sobretudo em relação às mulheres –, na busca de aparência cada vez mais jovem e tida como perfeita, outro fator capaz de levar as pessoas a se submeter aos regimes estéticos contemporâneos é o aumento da taxa de envelhecimento da população mundial. Atualmente, o Brasil registra 29 milhões de pessoas com mais de 60 anos de idade, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A expectativa é que esse número cresça para 73 milhões em 2060.

Cabe, aliás, destacar que o termo “perfeição”, segundo Susan Bordo (2003, p. 4), se relaciona com uma forma platônica de beleza eterna “apropriada para o mármore, talvez, mas não para a carne viva”. Isso significa que, embora a perfeição não exista como algo que possa ser plenamente alcançado, ela aparece como meta a ser cotidianamente buscada.

Se, por um lado, o corpo e a pessoa perfeitos são considerados absolutamente irrealis, por outro, “isso não importa, porque nossas expectativas, nossos desejos, nossos julgamentos sobre nossos próprios corpos, estão cada vez mais ditados pelo digital” (BORDO, 2003, p. 5). O digital permite, assim, a conquista da perfeição pela correção de tudo aquilo que é considerado imperfeição. Além disso, a perfeição por meio digital também produz um desejo dissimulado: ao se tornar digitalmente alterada a pessoa passa a ser vista como modelo corporal perfeito.

Essa perseguição pela juventude é explicada nos tempos atuais pelo desejo de congelar o tempo biológico tanto por parte das pessoas mais velhas, que vão em busca de procedimentos estéticos para aparentar menos idade, como por jovens, na tentativa de atingir ideais de perfeição e uma imagem sedutora (SANTARELLI, 2016). Agindo como influenciadoras digitais, muitas celebridades utilizam as redes sociais para suscitar no público identificações e desejos de mudanças físicas e de um ideal inalcançável de

padrão estético, incluindo a juventude a todo custo. Como caracteriza Paula Sibilia (2012, p. 97), “em meio a essa crescente tirania das aparências juvenis, a velhice é censurada como se fosse algo obscuro e vergonhoso, que deveria permanecer oculto, fora da cena, sem ambicionar a tão cotada visibilidade”.

É sobre tal pano de fundo que esta dissertação problematiza os discursos antienvhecimento da cantora Gretchen, uma pessoa de grande circulação midiática nacional e adepta dos mais variados procedimentos estéticos e cirurgias plásticas. O texto focaliza como saúde, beleza e juventude, valores tão comuns no contemporâneo, se entrelaçam com autoestima, felicidade, narcisismo e cultura da celebração.

O interesse por compreender essa realidade veio associado às minhas trajetórias profissional e acadêmica, ambas voltadas para a área da comunicação e saúde. Muitas questões envolvendo o processo envelhecimento vieram à tona durante o trabalho de mais de dez anos como jornalista da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD). A vontade de conhecer e descobrir mais sobre esse universo ganhou reforço e ânimo com a experiência de aprendizado obtida no Curso de Especialização em Comunicação e Saúde do Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde (Icict/Fiocruz), realizado em 2018. Certamente, posso afirmar que os conhecimentos adquiridos naquele ano no Icict/Fiocruz foram grandes motivações para apresentação ao mestrado do Programa de Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde (PPGICS) deste projeto de pesquisa. Meu objetivo ao realizar este trabalho é contribuir para a reflexão dos fatores que possam interferir na produção de novas imagens sobre a experiência feminina do envelhecer e as articulações entre saúde e estética que tanto marcam o mundo contemporâneo. Entendemos que a velhice no contemporâneo é objeto biopolítico, pois é por meio da estética que ela se afirma como potência e como mecanismo de controle e poder.

A partir disso e em meio às discussões midiáticas atuais que relacionam saúde, beleza e juventude e criam responsabilidades sobre o corpo – até para a elevação da autoestima, para a mercantilização das subjetividades e dos modos de envelhecer com base em estilos de vida saudáveis – o objetivo geral deste trabalho é refletir sobre as narrativas anti-idade a partir dos procedimentos estéticos realizados pela empresária, cantora, dançarina e atriz Gretchen, que completou 60 anos de idade em maio de 2019, e suas estratégias para o controle do tempo na discussão do envelhecimento feminino.

Na busca de mais reconhecimento a partir de sua visibilidade midiática, seja nas práticas da escrita ou na escolha das imagens do que é publicado, Gretchen expõe seu

cotidiano, exhibe o corpo, compartilha com os fãs os procedimentos estéticos, mostra sua trajetória de superação e autogestão de si, e se constrói como figura pública. Essa produção discursiva sobre o processo de envelhecimento feminino e as técnicas anti-idade será aqui relacionada com o campo da comunicação e informação em saúde, levando em conta as transformações ocorridas no mundo contemporâneo.

Para isso, será preciso cumprir os seguintes objetivos específicos: a) identificar nas narrativas de Gretchen as principais práticas que constituem sua relação com a cultura narcisista em que a imagem é parte da constituição de subjetividades e da elevada autoestima; b) analisar o que é envelhecer na sociedade contemporânea, considerando o gênero feminino e a relevância social da celebridade na mediação das contradições entre saúde (bem-estar físico e mental) e aparência (regulação, normalização e controle dos corpos) por meio de intervenções estéticas a partir das narrativas de Gretchen e das interações existentes em seu perfil; c) compreender como as narrativas de Gretchen recolocam a dinâmica da *expertise* sobre saúde (do médico para a própria celebridade), cujos aconselhamentos e recomendações sobre saúde produzem efeitos e instituem verdades em diferentes corpos e sujeitos.

A escolha de Gretchen se deu porque, além de ela de certa forma estar presente nas lembranças das pessoas com idade avançada e no imaginário dos jovens como a “Rainha do rebolado” ou a “Rainha do bumbum”, é também alguém que recorrentemente faz questão de mostrar que está envelhecendo sem envelhecer, ou seja, alguém que, em sua forma de ser, se recusa a envelhecer, indo ao encontro da dita eterna juventude. No início de sua carreira – nas décadas de 1970 e 1980 –, aliás, foi algumas vezes julgada por suas atitudes e por expressar sua sensualidade nos palcos.

Após alguns anos afastada da mídia, Gretchen reemergiu com força em 2017 e 2018, ao ser convidada para participar do clipe de “Swish Swish”, de Katy Perry, e protagonizar o *reality show* Os Gretchens, transmitido pelo canal Multishow, que revelava o cotidiano de sua família. O programa foi inspirado no *reality show* americano *Keeping up with the Kardashians*, estrelado pela *socialite* Kim Kardashian e sua família. Durante esse período, Gretchen conseguiu se reinventar e alavancar a carreira com a ajuda das redes sociais e dos jovens, em sua maioria. Foram eles que a batizaram de “Rainha dos memes” e a recolocaram na mídia. Nesse sentido, é interessante perceber esse papel fundamental da juventude para a construção da Gretchen atual, que luta contra o envelhecimento. A partir desse reaparecimento, passou a utilizar as mídias para se comunicar com seus fãs. Em suas falas, seus projetos pessoais estão constantemente em

pauta, com destaque para a preocupação com a aparência e com o bem-estar físico e mental. Por meio da internet, passou a expor a problemática da idade/corpo, incluindo as dezenas de intervenções estéticas a que se submeteu – grande parte delas feita nos anos 2000, quando tinha 40 anos – embora, a prática de realizar correções estéticas venha desde os 20 anos de idade, como será comentado nas próximas páginas.

Sem dúvida Gretchen muito mudou após a combinação de tantos procedimentos estéticos. Todo o empenho que mostra em sua transformação física nos parece ser associado estreitamente à preocupação com a própria aparência, a vaidade, a sensualidade e a feminilidade excessivas – traços de sua personalidade. A mistura de preenchimentos a que se submeteu para levantar as feições e preencher rugas, no entanto, destaca sua corrida contra o tempo, bem como sua maneira de lidar com o espelho.

Diante desses novos modos de viver orientados pela estética, trazemos dados da pesquisa realizada pela Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (International Society of Aesthetic Plastic Surgery – Isaps), em 2019, mostrando que o Brasil é o segundo país do mundo na realização de procedimentos estéticos, atrás apenas dos Estados Unidos. De acordo com estudos anuais daquela sociedade médica, os brasileiros realizaram 2.565,675 intervenções cirúrgicas e não cirúrgicas em 2019, e 2.267,405 no ano anterior. Os americanos contabilizaram 3.982,749 procedimentos cirúrgicos e não cirúrgicos em 2019, e número um pouco maior no total de intervenções em 2018: 4.361, 867. Fato é que os resultados da pesquisa demonstram a posição de destaque do Brasil na busca por cirurgias. Um exemplo disso é que a partir de 2019 houve aumento significativo na procura da harmonização facial entre as brasileiras. Acreditamos que essa elevação do número de procedimentos – especialmente os não invasivos – tenha forte ligação com a ampla exposição dos corpos nas redes sociais, espaço em que as pessoas se identificam, ou não, umas com as outras, e, inevitavelmente, estabelecem comparações.

Perceber semelhanças ou diferenças estéticas pode ser processo complexo para alguns indivíduos e também capaz de gerar diferentes sentimentos com relação à própria imagem corporal – agravados pela impossibilidade de conseguir controlar o envelhecimento. São dilemas relevantes. De forma consciente, ou não, a sociedade contemporânea tende a resistir ao próprio envelhecimento – e à morte – o máximo possível. No evento “Conversações Eco.Pós: comunicação e história”, a professora Ana Paula Goulart Ribeiro afirmou que “velho é aquele que nos lembra a morte [...]”; na realidade, ele representa uma presença incômoda, que nos faz nos lembrar daquilo que

estamos o tempo todo tentando recalcar, que é a nossa inevitável decrepitude e a nossa finitude”.³ Ao negar a morte como algo inevitável, o indivíduo se livra da ansiedade gerada quando pensa no momento final.

Para tentar burlar essa questão fundamental e inescapável, que diz respeito à morte, e conjuntamente lidar com a insatisfação do corpo não ideal, o indivíduo se prontifica a cuidar da aparência, da imagem corporal, como caminho possível para atingir a felicidade (e cultivar a ilusão). Sobre esse aspecto, aponta Norbert Elias (2001, p. 5):

O progresso no conhecimento biológico tornou possível elevar consideravelmente a expectativa de vida do indivíduo. Mas por mais que tentemos, com o auxílio do progresso médico e a capacidade crescente de prolongar a vida do indivíduo e aliviar as dores do envelhecimento e da agonia, a morte é um dos fatos que indica que o controle humano sobre a natureza tem limites.

Ao investir em si, Gretchen prova ter se transformado em uma pessoa de sucesso, sem falhas corporais e muito feliz. Nas redes sociais, diante de pessoas de todas as faixas etárias – muitas delas, em especial as mais jovens, não chegaram a vê-la dançar quando, nos anos 1970, início de sua carreira, a dança era sua maior forma de interação com o público – a celebridade se afirma diante do próprio olhar, mas sobretudo diante da internalização da imagem de si através do olhar do outro durante a passagem do tempo. Logo, o corpo físico mostra a compulsão do eu para causar o desejo do outro, por meio da idealização da própria imagem (COSTA, 2004). Há anos, aliás, apesar das intervenções ela vem sendo chamada de “velha” e, em busca da juventude (ou da recuperação da beleza como juventude), formatando sistematicamente o corpo e o rosto. É preciso mencionar que serão comentadas neste texto algumas situações e polêmicas vivenciadas pela artista com relação ao apagamento de sua idade por meio da estética e que foram publicadas em sua única biografia, lançada em 2015, e também em *sites* jornalísticos e televisivos.

Como, por exemplo, em matéria publicada no *site* do jornal *Extra*,⁴ em 2016, Gretchen demonstra irritação com um fã após ter relatado que passara por procedimento cosmético no rosto e ter lido comentários que em nada não lhe agradaram. Em seu perfil nas redes sociais, respondendo às críticas sofridas, ela declarou, então: “feia ou bonita,

³ Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=nlaWTpHCvWg&t=3623s>> (35:55; 36:12). [Acesso em: 22 jul. 2020].

⁴ Disponível em: <<https://extra.globo.com/famosos/gretchen-faz-desabafo-apos-criticas-plasticas-velha-para-aguentar-desaforos-19765112.html>>. [Acesso em: 20 mar. 2020].

nova ou velha, com plástica ou sem, com botox ou enrugada, também é um problema meu. Por isso, apago comentários ridículos e bloqueio quem não tenho interesse em minhas redes sociais. Já estou muito velha pra aguentar desaforos”. Na resposta, ela associa o estar “velha pra aguentar desaforos” à sabedoria oriunda da experiência (ou seja, ela não se retrata como uma pessoa decrépita, mas se representa prudente, consciente, sensata). A propósito, Gretchen não costuma utilizar o termo “velha” em nenhum outro aspecto da vida, sobretudo quando o assunto focaliza suas relações amorosas. Aos 61 anos, declarou na matéria que estava tendo novo caso amoroso e se casaria em breve. E o matrimônio se concretizou em setembro de 2020, durante a pandemia de Covid-19.

De forma semelhante, três anos depois, em entrevista ao *site* de notícias G1,⁵ disse não temer os procedimentos estéticos, mas sim ficar feia, de não gostar do que vê no espelho. Essa percepção nos faz supor a possível inabilidade por parte da artista para lidar com o tempo que passa, da velhice sendo encarada como vergonha, embora ela comente que o envelhecer em si não é problema.

Com elevada autoestima, salienta que é importante se amar e ser feliz; para ser feliz, entretanto, é preciso passar por transformações corporais, além de também utilizar práticas positivas em seus discursos – a autoajuda como mecanismo de adequação e realização pessoal. Sobre a corrida pelo corpo ideal, na mesma matéria a cantora declara acreditar que sua aparência ficará cada vez melhor no decorrer dos anos, graças à modernização das tecnologias médicas estéticas. “Meus filhos perguntavam: ‘Mãe, como vai ser quando você tiver 40?’, e eu falava que muito melhor porque teria mais novidades (estéticas). ‘E com 50?’, e eu dizia: ‘Melhor ainda’. Só tenho certeza de que vou melhorar cada vez mais porque cada vez estão inventando coisas melhores”. A experiência de Gretchen na passagem do tempo, nos faz pensar que o maior problema do preconceito da idade enfrentado por ela possa ser o medo do que essa nova idade traga para sua vida.

Como aponta Ferreira (2006), a estetização da saúde e a transformação do corpo envelhecido por meio de intervenções biotecnológicas são processos comuns na sociedade contemporânea, que cultiva a imagem do belo e do jovem, além de um estilo de vida saudável apoiado em práticas de autogoverno. Ilustra esse argumento o fato de o Brasil ter se tornado em 2019 o primeiro país do mundo em número de cirurgiões plásticos, de acordo com pesquisa da Isaps (2020b), com mais de 25% do total mundial de médicos daquela especialidade, e o segundo que mais faz procedimentos estéticos,

⁵ Disponível em: <<https://gshow.globo.com/Famosos/noticia/gretchen-diz-nao-temer-procedimentos-esteticos-tenho-medo-e-de-ficar-feia.ghtml>>. [Acesso em: 20 mar. 2020].

bem como por estimular a exibição de corpos fortes, magros, sem rugas, em tentativa de escapar às mudanças do processo de envelhecimento.

Posto isso, cabe dizer que há também relações de poder entre os dispositivos midiáticos e o discurso médico quando se trata das mudanças corporais com o avanço da idade. A sociedade passa a perceber o envelhecimento como ameaça à ordem social, e muitas soluções são apresentadas por especialistas para garantir às pessoas um envelhecer “positivo”, consumindo estilos de vida enquadrados na retórica do antienvelhecimento. Profissionais de educação física, nutricionistas, esteticistas, dermatologistas, cirurgiões plásticos, entre outros, contribuem não apenas para a promoção da saúde, mas também para o combate ao envelhecimento, um problema que a sociedade contemporânea tende a eliminar devido a sua associação à doença ou à morte. Logo, as produções discursivas sobre esse processo respondem a diferentes urgências que demandam determinados contextos políticos e sociais por meio de técnicas de autocontrole (SANTOS, LAGO, 2016).

Partindo dessa ideia, a hipótese deste trabalho é de que há uma naturalização dos processos disciplinadores sobre o corpo envelhecido de celebridades do sexo feminino para que esse corpo se ajuste aos padrões de beleza impostos pela sociedade contemporânea. A afirmação é reflexo da biopolítica do corpo feminino que opera no mundo atual por meio da internet, em especial das redes sociais. Para tudo há uma chancela médica: para ser, para ter, para ir. Esse controle dos corpos exposto por Foucault (1979) ainda fortalece opressões e normatizam as regras para se viver até o fim da vida.

Neste estudo, serão observados os sentimentos de aceitação (perspectivas positivas) e de rejeição (perspectivas negativas) por parte do público com relação às narrativas anti-idade de Gretchen, bem como será analisado o modo como a imagem do envelhecimento no corpo e no rosto da celebridade suscita debates sobre a ditadura da juventude. Como afirma Bispo (2013, p. 351), o envelhecimento sofreu nos últimos anos inúmeras ressignificações, ao ser transformado em um ciclo que deve ser experimentado de forma mais madura e combatendo as diversas discriminações que vitimam as pessoas velhas:

No entanto, assumir-se uma “idosa”, uma “senhora” ou uma “pessoa da terceira idade” é, ao mesmo tempo, manifestar-se contra um conjunto de estereótipos estigmatizantes que a toda hora pulula em seus cotidianos, inclusive em seus discursos, demonstrando o quanto não se enquadram nesse modelo de velhice mais estereotipado; pelo contrário, permanecem jovens em suas visões de mundo e estilos de vida, mesmo com um corpo que não é mais o mesmo de outrora.

Por outro lado, a disseminação das cirurgias plásticas e dos tratamentos cosmiátricos invasivos ou não invasivos como estratégia para se manter jovem e com aparência saudável é um indicador de que desnaturalização da velhice parece não ser algo muito considerado por nossa sociedade; ainda hoje, a passagem do tempo carrega inúmeras tensões que marcam a cultura contemporânea. Inclusive, na mais recente atualização da Classificação Internacional de Doenças (CID 11), prevista para entrar em vigor em 1º de janeiro de 2022, a Organização Mundial da Saúde (OMS), decidiu incluir o termo velhice, considerando doente a pessoa que já tiver 60 anos.

Consideramos, assim, que a discussão sobre a temática do envelhecimento feminino e seus desdobramentos possa contribuir para tentar subsidiar a formulação de políticas públicas brasileiras voltadas para a saúde da mulher nessa fase da vida.

Com relação à questão de pesquisa, nossa proposta é indagar sobre os modos como Gretchen aborda seu próprio envelhecimento, a beleza e a saúde em práticas e discursos anti-idade difundidos na sua rede social. Ou seja, a intenção é interrogar os discursos de Gretchen e seu modo de lidar com o tempo que passa. A análise será desenvolvida com base na conta oficial do Instagram da celebridade, considerada ferramenta de divulgação de atuação pública muito utilizada por artistas e que suscita o compartilhamento de experiências vividas e a construção de uma representação de si e de suas identificações. Também serão comentadas algumas reportagens que abordam a persistência de Gretchen em torno da juventude e como alguém que possui autoridade para resolver conflitos de outras pessoas tendo como base sua experiência de vida.

Com mais de 3 milhões de seguidores no Instagram (até 20 de agosto de 2021), Gretchen relata com regularidade detalhes da renovação de sua aparência, que inclui rotina de exercícios físicos e idas a consultórios médicos e clínicas estéticas. Essas ações, compartilhadas e comentadas por bom número de seguidores, realçam seu compromisso com o autoaprimoramento, gerenciamento de si e ocultamento dos sinais do envelhecimento. E, sobretudo, valorizam comportamentos comumente aceitos na sociedade contemporânea – a preservação do vigor, da juventude, da beleza, do bem-estar, por meio do corpo disciplinado e normalizado e de mente sã – configurando, assim, novas identidades, muitas vezes associadas ao consumo. Ao exibir diversos aspectos da vida, as celebridades conquistam mais seguidores e despertam o interesse de empresas que lhes oferecem parcerias remuneradas para publicar fotos com seus produtos, visando assim aumentar suas vendas (SIBILIA, 2016).

Metodologicamente, esta pesquisa traz uma abordagem qualitativa e é realizada a partir da observação continuada do discurso digital, entendido como modo de individualização do sujeito, como sugere Cristiane Dias (2018), transformando-o em sujeito de dados. De acordo com essa autora, o discurso digital provoca efeitos nos modos de constituição do sujeito, da vida e da sociedade. Logo, é a partir da observação de um *corpus* digital, que pensamos em trabalhar metodológica e analiticamente as estratégias anti-idade utilizadas por Gretchen na fase de envelhecimento.

Primeiramente, o processo de trabalho foi realizado a partir de levantamento na conta oficial do Instagram da celebridade para identificação das principais categorias condizentes com a análise. Pressupomos que as postagens do Instagram são consideradas material biográfico e/ou “fragmentos do biográfico” (ARFUCH, 2010) e entendemos “a internet como lugar de circulação de dizeres sobre a língua em sua constituição no ciberespaço, a partir das relações sociais que são geradas” (DIAS, 2011, p. 39). Isto é, como um espaço em que a escrita de si produz uma narratividade do cotidiano e onde se inscreve o político, bem como a ideologia na produção da memória discursiva em que o “dizer de si” se estabelece como registro do sujeito no mundo (DIAS, 2018). O sujeito é o sujeito de dados, de arquivo, que pode ser considerado uma memória. Optar pela análise do digital, portanto, é compreender a dimensão da discursividade do mundo, hoje em plena transformação. Dias (2018, p. 56), no entanto, ressalta que o digital não deve ser analisado apenas como uma questão tecnológica, cabendo também pensar os aspectos da regulação, do controle e da vigilância dos sujeitos, mediante o mapeamento de seus gostos e hábitos:

A compreensão das formas de identificação dos sujeitos pelo discurso das tecnologias e dispositivos digitais e de conectividade diz respeito aos efeitos que esse discurso produz na constituição dos sujeitos sócio-políticos, seja por meio da relação do sujeito com dispositivos no seu dia a dia, como as redes sociais, por exemplo, mas também o simples uso de um smartphone ou dos jogos (off-line ou online), seja ainda por meio de recursos tecnológicos que já estão ‘incorporados’ nas formas de vida, como a biotecnologia, ou os mecanismos de vigilância.

De maneira geral, as postagens no Instagram da Gretchen abordam aspectos da de sua vida pessoal, atuação pública, divulgação de trabalhos e parcerias publicitárias. Contudo, por meio do diálogo do referencial teórico com o empírico, optamos por tomar como *corpus* da análise as postagens realizadas no período de setembro a dezembro de 2019, que foram colhidas por meio de *print screen* (captura) da tela do computador.

Nesse período, a artista publicou em seu *feed* em média três vezes por dia, totalizando 330 *posts*. Para realizar essas discussões teórico-metodológicas foram selecionadas inicialmente 136 *postagens* do total das 330 publicações. Num segundo momento, consideramos analisar o conjunto de 22 *posts* dos 136 publicados, já que esses possuem maiores possibilidades de reflexões e debates dentro dos eixos propostos. Além disso, de acordo com a mesma lógica, selecionamos para análise uma publicação de 2018 e outra de 2021 realizadas pela celebridade em seu Instagram, totalizando, portanto, 24 *posts*.

Percebemos que em suas redes sociais, Gretchen pode ser estudada a partir de uma série de perspectivas e de múltiplas formas; de fato, sua trajetória envolve muitas singularidades. Além de oferecer aos seus seguidores atualizações sobre a própria imagem (idas a salões de beleza ou lojas de roupas), ela revela seus momentos mais íntimos. Essa autenticidade fortalece o vínculo da celebridade com seus fãs. Gretchen, então, aparece como empresária (ao divulgar parcerias publicitárias que vão desde marcas de roupas a lojas de material de construção ou restaurantes de todos os tipos); como mulher dedicada à família, demonstrando sua preocupação como mãe, esposa e avó; e também como cidadã atuante e atenta aos acontecimentos relevantes do país, ao compartilhar com o público seu posicionamento político e ao se manifestar contra preconceitos, como contra a homofobia e a transfobia, entre outros. Em entrevista à *Veja-Rio*⁶ declarou: “Chegou a hora de desmitificar o símbolo sexual. Tenho inteligência e quero servir de exemplo para as pessoas. A minha vida tem de tudo: violência doméstica, filho transexual, filho adotado. Acho que podemos ajudar muita gente”. Nesse sentido, como exemplo de vida, ela também sobressai.

Entretanto, em função do tempo destinado para a elaboração desta dissertação foi necessário fazer algumas escolhas. Inspirada em Sacramento e Borges (2020), nossa proposta analítica será realizada por meio de três abordagens/momentos: 1) identificar nos enunciados os modos e estratégias de Gretchen se posicionar como enunciativa e como o público é interpelado pelos seus modos de dizer e seus modos de aparecer na cena/imagem. Ou seja, serão observadas as palavras utilizadas por Gretchen (como sujeito da representação) em cada momento, mas também a forma como se mostra visualmente (vestimentas, acessórios, postura, atitudes), e ainda como a aglutinação desses textos verbais e não verbais interpela e aciona os sujeitos e conquista sua intimidade. Essa relação entre texto e imagem será utilizada a fim de mapear os principais

⁶ Disponível em: <<https://vejario.abril.com.br/programe-se/rainha-da-web-gretchen-estreia-reality-show-e-fatura-alto-com-publicidade/>>. [Acesso em: 2 fev. 2021].

padrões, características e estruturas utilizados em seus discursos. Buscamos, ainda, analisar os momentos em que Gretchen fala de sua trajetória de vida e de sua relação com o outro, assim como as marcas enunciativas que demonstram tais fatos. Será observada ainda a descrição da cena e a relação com o interlocutor, bem como as imbricações com o envelhecimento, a saúde, a cultura terapêutica e a estética; 2) observar os atravessamentos discursivos dos valores e das práticas difundidos por meio dos seus discursos anti-idade, de aconselhamento sobre saúde, de aprimoramento corporal e de autogestão emocional; 3) analisar como os comentários dos seguidores legitimam ou não o discurso de Gretchen no que concerne às estratégias por ela praticadas para lidar com a experiência do envelhecimento, bem como seus relatos em relação ao corpo, saúde, vida, considerando o dia da postagem como tempo de observação e coleta. Essas publicações englobam não apenas o conteúdo das legendas publicadas, mas também imagens e vídeos.

Todos os dados da pesquisa são coletados por meio de computador. Tendo isso exposto, os eixos temáticos que nos interessam trabalhar são: a) enunciados que focalizam sua autoridade no cuidado com a saúde e a beleza, instruindo o público a praticar atividades físicas e a manter estilos de vida saudáveis; b) enunciados sobre procedimentos estéticos realizados, incluindo a divulgação dos especialistas responsáveis pelas transformações físicas; c) enunciados que abordam questões subjetivas e visam à valorização de si como uma pessoa mais positiva, confiante, otimista, em suma, feliz, na tentativa de promover/divulgar sua elevada autoestima.

Todas essas categorias serão relacionadas com o processo de envelhecimento da celebridade. O idadismo, que significa o preconceito contra a velhice e a pessoa velha, e pode ser considerado um subproduto da modernidade, também será questão de reflexão e observação – sobretudo com relação aos comentários às postagens de Gretchen – por atravessar parte das categorias descritas.

Cabe dizer que o funcionamento dos discursos com a internet e o trabalho com o arquivo digital devem considerar as condições de produção e a discursividade da rede de sentidos, “que não escapa à injunção do digital e dos modos de existência dos sujeitos e de produção dos sentidos na sociedade digital” (DIAS, 2015, p. 980). Cristiane Dias (2007, p. 6) destaca que no modo de escrita dos espaços digitais “há uma inscrição do corpo na língua, do corpo textualizado nas letras digitadas na tela, nos *emoticons*, na grafia acrônima, agramatical, esquizo”. Busca-se, portanto, neste trabalho, descrever por meio do discurso digital o processo de construção e desconstrução do envelhecimento feminino pela narrativa autobiográfica da celebridade.

A dissertação está estruturada em três partes. O primeiro capítulo, intitulado “Gretchen e o envelhecimento feminino na sociedade contemporânea”, aborda a carreira da artista e apresenta conceitos sobre envelhecimento feminino, celebridades e narrativas (auto)biográficas. Entendemos que beleza e juventude se relacionam quando se trata de saúde na sociedade contemporânea, que supervaloriza o corpo jovem e saudável. Ou seja, ser jovem se equipara a ter saúde, e ter saúde significa ser belo. A associação entre as ideias de saúde e beleza, portanto, passou a se estreitar à medida que “ter uma boa saúde seria a condição não apenas para que o indivíduo pudesse manter em alta a autoestima, como também ser belo” (BIRMAN, 2010, p. 41). Nesse segmento compreendemos como a biopolítica, por meio de mecanismo de controle, poder e regulação das subjetividades (a estética produzindo a regulação dos corpos), é capaz de afetar o processo de envelhecimento feminino em práticas e discursos dentro do contexto da cultura contemporânea, que privilegia a juventude, a magreza, a beleza e a boa forma. Nesse aspecto, entendemos que o narcisismo e o consumo são fatores capazes de despertar e impulsionar tais desejos de mudança. Neste trabalho exploramos o conceito de narcisismo que valoriza a não acomodação, a vaidade, a autoadmiração; isso inclui atitudes transformadoras, como fazer dieta e buscar ficar belo segundo os padrões esperados (e/ou impostos) socialmente. O horror/negação/vergonha de Gretchen quanto à velhice é visto em muitas publicações que levantamos em *sites* de notícias. Entendemos que a velhice não define Gretchen, pois em sua rotina ela emprega esforço e investimento contínuos para cuidar do corpo – por meio de exercícios físicos e intervenções. Por outro lado, ao controlar seus hábitos e rotina de atividades, ao investir tanta libido em seu corpo, a velhice acaba, sim, por defini-la.

O segundo capítulo, intitulado “Procedimentos estéticos e a metamorfose do corpo”, discute as intervenções estéticas a que o corpo de Gretchen foi submetido, seus cruzamentos com a saúde (biológica, mental, psíquica, social), bem como as disputas entre médicos (dermatologistas e cirurgiões plásticos) e não médicos (dentistas) no exercício de suas atividades profissionais – a invasão da dermatologia por especialistas de outras áreas, por exemplo, é algo que tem gerado muitas discussões na medicina. Esses debates incluem o aumento de denúncias e de processos de erros médicos. Observa-se, ainda, como o aumento de casos de procedimentos estéticos (invasivos e não invasivos) malsucedidos e bem-sucedidos causam transtornos emocionais nos pacientes que se submetem a esses remodelamentos corporais. É como se a relação do indivíduo com seu corpo se modificasse completamente a partir desses investimentos. Tidos como soluções

rápidas, esses procedimentos são capazes de gerar felicidade, mas também de causar complicações e frustrações. Consideramos esse um dos exemplos “da racionalidade médica que enxerga o corpo como uma máquina, banalizando a substituição de peças que não estejam funcionando de maneira adequada” (FERREIRA, 2006, p. 53). Nessa seção também serão levantadas as relações do corpo com suas novas imagens e os desejos de transformação corporal “que podem levar a um distanciamento ou mascaramento de questões de ordem psíquica ou social que poderiam ser resolvidas de outra forma” (FERREIRA, 2006, p. 55). Outro aspecto que tomaremos nesse capítulo diz respeito à questão da governamentalidade neoliberal que mobiliza a liberdade do indivíduo, tornando-o dependente de um espírito empreendedor que passa a assumir responsabilidade pelo seu bem-estar. Ao instituir modelos de conduta e estilo de vida visando ao autoaprimoramento e à autorregulação, Gretchen parece se colocar acima do discurso médico e de seu monopólio de autoridade no campo da medicina no contexto da sociedade neoliberal.

O terceiro capítulo, “Práticas de aconselhamento sobre saúde e narrativas de autoajuda”, analisa a circulação do discurso terapêutico da celebridade a respeito da saúde do corpo envelhecido por meio da psicologia positiva, estruturando a produção de subjetividades contemporâneas. Sobre a psicologia positiva, Binkley (2011) é categórico ao afirmar que ela emprega uma estrutura cognitivo-comportamental que apela para os processos de pensamento conscientes pelos quais os estados emocionais são moldados pela manipulação psicológica. Isto é, o indivíduo tem todos os recursos necessários para lidar com os pensamentos negativos que podem levar à infelicidade: seja a partir da escrita de um diário de gratidão seja da realização de atividades benevolentes que possam despertar a pessoa para outras experiências.

Em seus relatos Gretchen distribui aconselhamentos objetivando uma vida mais realizada – alcançá-la independentemente da idade ou condição social da pessoa – em que a felicidade e o bem-estar são imperativos. Sendo assim, “a felicidade se insinua, no imaginário popular e científico, como um projeto de engenharia individual, orientado por uma legião de especialistas na reprogramação da mente, na turbinagem do cérebro ou no retoque da aparência (FREIRE FILHO, 2010, p. 14). Ao consumir essas narrativas, seus seguidores passam a reconfigurar suas experiências de envelhecimento. Desse modo, “mesmo que os *experts* destinados a nos guiar na condução de nossas vidas não sejam todos psicólogos, eles são, ainda assim, cada vez mais treinados por psicólogos, utilizam

sistemas explicativos psicológicos e recomendam medidas psicológicas de recompensa” (ROSE, 2011, p. 135).

Por fim, as considerações finais do trabalho indicam que as narrativas autobiográficas e de anti-idade expressas nas redes sociais nos possibilitam refletir criticamente sobre as visões positivas ou negativas do envelhecimento que operam na sociedade atual. Elas revelam o importante processo de ressignificação da individualidade, das subjetividades, bem como as relações de gênero e de poder na fase do envelhecimento. Acreditamos que de alguma forma essas perspectivas possam ser úteis para a discussão da temática no campo da comunicação e saúde no Brasil.

CAPÍTULO 1: GRETCHEN E O ENVELHECIMENTO FEMININO NA CONTEMPORANEIDADE

1.1. As marcas, as transformações e as experiências corporais na velhice

Uma mulher cujos gestual, desenvoltura física e trejeitos evocam a imagem de uma pessoa provocante e com muito *sex appeal*. A corporalidade e a estética, características que se enquadram em um padrão de juventude e são tão importantes para a atividade de uma cantora e dançarina, aparecem em toda a trajetória artística de Maria Odete Brito de Miranda, a Gretchen, nascida em 29 de maio de 1959, na cidade do Rio de Janeiro. Sua carreira artística começou cedo, aos 17 anos, em 1976. Na época, atuava como *crooner* de orquestra – termo utilizado para referir quem canta variados estilos musicais –, interpretando clássicos da música americana da orquestra do maestro Zaccaro. Inspirada no filme brasileiro *Aleluia, Gretchen*,⁷ de Sylvio Back, passou a usar o nome artístico ainda na década de 1970. Em 1978, passou a integrar o grupo As Melindrosas, junto com as irmãs Sula e Yara, e a prima Paula, tendo lançado o primeiro LP do grupo, *Disco baby*, seguido de um filme com igual nome. O trabalho marcou a carreira do grupo musical, que, reconhecido, recebeu convite para participar do programa *Fantástico*, da Rede Globo. Ainda em 1978, Gretchen decidiu iniciar a carreira solo e lançou o compacto *Dance with me*, agraciado na época com o Disco de Ouro pelas 150 mil cópias vendidas. Entre 1979 e 2009, promoveu o lançamento de 14 discos e durante mais de 40 anos de carreira vendeu cerca de 15 milhões de LPs, marcando a história de muitas gerações. Ganhou projeção nacional com as músicas “Freak le boom” (1979) e “Conga, conga, conga” (1981), ambas tendo recebido Disco de Ouro, e “Melô do piri-piri” (1982), premiada com Disco de Platina. Em sua trajetória artística, participou de importantes programas da televisão brasileira, como os dos apresentadores Chacrinha (Abelardo Barbosa), Bolinha (Édson Curi), Silvio Santos e Carlos Imperial. Foi, aliás, no programa de Carlos Imperial, na TV Tupi, que Gretchen se apresentou pela primeira vez na televisão, em 1978, e lançou seu primeiro LP solo *My name is Gretchen*. Fato interessante é que os títulos dos três primeiros discos lançados em sua carreira solo são em inglês –

⁷ Em sua biografia – escrita por Fábio Fabretti e Gerson Couto –, a cantora revelou que durante uma caminhada no Centro de São Paulo se deparou com o letreiro de um cinema anunciando o filme, e então decidiu usar Gretchen como nome artístico. “Nunca o assisti, mas senti que seria aquele, tão novo e carismático quanto o momento que eu vivia” (COUTO, FABRETTI, 2015, p. 54). Lançado durante a ditadura militar, em 1976, o longa conta a história de vida de uma família alemã que sai da Alemanha nazista rumo ao interior do Brasil.

depois de *My name is Gretchen*, vieram *You and me* (1981) e *Lonely* (1982), todos pela gravadora Copacabana. Durante esse tempo, participou de vários programas de auditório na televisão brasileira, tendo como marcas principais o rebolado, os figurinos ousados e o modo como fazia caras e bocas para a câmera. Nas décadas seguintes continuou a gravar discos e a se apresentar pelo Brasil. Suas aparições na televisão, entretanto, ficaram mais frequentes após atuar no videoclipe da música “Swish”, de Katy Perry – lançado em 2017, o vídeo registra até então mais de 630 milhões de visualizações no YouTube da cantora americana⁸ – e participar de *realitys shows* como *Troca de Família* (2009), *A Fazenda* (2012) e *Os Gretchens* (2018). A partir daquele ano, ficou conhecida como a “Rainha da internet”, tendo recebido prêmios por sua colaboração com o desenvolvimento do mercado digital do Brasil.

Com a vida afetiva bastante movimentada, contabiliza uma lista extensa de relacionamentos amorosos, num total de 17 entre namoros e casamentos. Em 30 de setembro de 2020, se casou com o musicista Esdras de Souza, em cerimônia realizada na ilha do Marajó, em Belém do Pará.

Ao longo da intensa carreira artística, submeteu-se a inúmeras intervenções estéticas, a primeira delas, uma lipoaspiração, ainda aos 25 anos de idade, em 1984 (COUTO, FABRETTI, 2015), o que realça o fato de a preocupação com o corpo permear sua vida desde a juventude. “A idade chega para todo mundo, e um dia vai chegar para mim. Mas no que eu puder atrasar eu atraso. Para isso existem as cirurgias plásticas”, declarou em entrevista⁹ para o jornal *Extra*, em 2011.

Com relação ao fenômeno do envelhecimento, é sabido que a população mundial, a brasileira em meio a ela, está envelhecendo como nunca antes na história. As implicações sociais, econômicas, ambientais, culturais, entre outras, são imensas. Projeções do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018) mostram que em 2025 o Brasil terá a sexta maior população idosa do mundo, com predominância de mulheres. Atualmente, a população brasileira foi estimada em 212 milhões de habitantes, sendo as mulheres a maioria.¹⁰ Elas vivem em média sete anos mais que os homens, com

⁸ Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=iGk5fR-t5AU>>. [Acesso em: 2 fev. 2021].

⁹ Disponível em: <<https://extra.globo.com/tv-e-lazer/gretchen-aos-52-anos-um-dia-idade-vai-chegar-para-mim-2313683.html>>. [Acesso em: 15 jan. 2021].

¹⁰ De acordo com o estudo “Reduction in the 2020 Life Expectancy in Brazil after Covid-19”, desenvolvido pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) em parceria com universidades norte-americanas, a pandemia de Covid-19 reduzirá em quase dois anos a expectativa de vida do brasileiro. Se não houvesse pandemia, a expectativa de vida chegaria perto dos 77 anos. Apesar do ritmo avançado da pandemia e do alto número de mortes da população mundial por causa vírus, o aumento da taxa de pessoas idosas continuará a crescer em ritmo acelerado tanto no Brasil quanto no mundo. Disponível em:

expectativa de vida ao nascer de 80 anos, segundo dados registrados em 2019. Ainda de acordo com o IBGE, a população com 60 anos ou mais – está hoje em aproximadamente 29 milhões de pessoas, número que representa 13% da população do Brasil. E as projeções do órgão apontam que, em 2060, esse número subirá para 73 milhões, ou seja, aumento de mais de 150%, assinalando o acelerado processo de envelhecimento da população, que terá mais pessoas idosas do que crianças e adolescentes até 15 anos de idade. Com relação aos centenários, segundo o censo demográfico¹¹ do IBGE publicado em 2010, o Brasil tinha 124 mil habitantes acima de 100 anos. De acordo com projeções do órgão, daqui a 30 anos os centenários podem chegar aos 300 mil.

Segundo Castro (2017), não há consenso sobre quando devemos começar a ser classificados como velhos. No entanto, no Brasil, de acordo com a lei n. 8.842, capítulo 1, artigo 2, da Política Nacional do Idoso (1994), e a lei n. 10.741, artigo 1, do Estatuto do Idoso (2003), pessoa idosa é a que tem idade igual ou superior a 60 anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2005). O projeto de lei n. 5383/19, que até então tramita na Câmara dos Deputados, no entanto, quer alterar de 60 para 65 anos a idade-limite para a classificação da pessoa idosa. A proposta está sob análise das comissões de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa e de Constituição e Justiça e de Cidadania.¹²

Sem dúvida, essa transição demográfica que vemos, encontra-se sustentada pelo avanço da ciência, promovendo o interesse por temas correlatos ao envelhecimento. Não se trata, contudo, de mero prolongamento no tempo e na quantidade de vida, mas também de uma tendência que vem ocorrendo de maneira avassaladora nas últimas décadas: o oferecimento, pela tecnociência e pelo mercado, de ampla gama de opções visando aumentar também a qualidade de vida (SIBILIA, 2012). Dessa forma, a longevidade passa a adquirir novo significado. No entanto, “em vez de ser entendida em termos do número de anos adicionados à expectativa de vida, também incluiu o número de anos que pode ser adicionado via tecnologia ao corpo de uma mulher em termos de reprodução” (WOODWARD, 2006, p. 168). Como constatou Rose (2013, p. 33):

visto que as normas do envelhecimento feminino foram remodeladas pela terapia de reposição hormonal [...], o processo ‘normal’ do

<<https://g1.globo.com/google/amp/jornal-nacional/noticia/2021/04/10/pandemia-reduziu-em-quase-2-anos-a-expectativa-de-vida-dos-brasileiros-diz-estudo.ghtml>>. [Acesso em 10 abr. 2021].

¹¹ Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/minuto-ibge/agencia-detalle-de-midia.html?view=mediaibge&id=3923>>. [Acesso em: 18 jul. 2020].

¹² Disponível em: <<https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=2223942>>. [Acesso em: 10 jan. 2021].

envelhecimento parece apenas uma possibilidade no campo das escolhas, pelo menos para aqueles no rico Ocidente.

O corpo, portanto, tem se redefinido, continuamente, em busca do sonho da eterna juventude, sobretudo nos tempos atuais. Isso porque vivemos hoje em uma cultura que retirou da velhice muitas de suas conotações positivas e que tenta controlar ou disfarçar seus traços visíveis (SIBILIA, 2010). Esse é um dos motivos pelos quais corpos envelhecidos recorrem às técnicas de rejuvenescimento “na expectativa de consumir um sonho que ainda continua impossível: o de dominar essa carnalidade incômoda, sempre imperfeita, flácida, gordurosa, enrugada, fatalmente submetida à dinâmica abjeta das secreções e da decomposição orgânica” (SIBILIA, 2010, p. 203-204).

É importante considerar que o processo de envelhecimento é marcado por questões de gênero, se materializa no corpo e ocorre de forma distinta em homens e mulheres, já que a cultura e as condições de vida condicionam a forma como o indivíduo passa por essa fase. Enquanto as mulheres percebem que estão envelhecendo com o surgimento dos sintomas da menopausa (e, conseqüentemente, reduzindo a manutenção de um ideário estético de juventude), as transformações no corpo masculino não são tão nítidas ao longo da vida. Constatamos que, em geral, a mídia considera o envelhecimento problema concernente apenas às mulheres. A ênfase no visual atribuí à corporeidade da mulher envelhecida a principal dificuldade enfrentada pelas que têm mais de 60 anos e desejam manter uma carreira na televisão, por exemplo, destacando também o fato de que a relação entre idade e autoridade é uma questão de gênero. Dessa forma, o gênero é parte central desta análise, já que costumam ser frequentes os julgamentos culturais sobre o corpo feminino, comumente valorizado por sua atratividade sexual – que em grande parte reside na juventude.

Já na menopausa ou pós-menopausa, as mulheres tendem a se tornar culturalmente invisíveis – sem contar os discursos médicos que utilizam a retórica do risco, encorajando-as a uma permanente autovigilância. Sobre esse aspecto, Susan Sontag (1972) destaca em seu texto “The double standard of aging” o fato de que as mulheres estão sujeitas a um duplo padrão no envelhecimento. Enquanto o homem mantém ao envelhecer o reconhecimento externo de sua autoridade, a mulher é considerada apenas por sua juventude, e o envelhecimento parece minar essa fonte de poder. Por outro lado, o poder masculino reside em *status* social, e os primeiros sinais de envelhecimento – como os cabelos grisalhos – são lidos como indícios de autoridade e maturidade (TWIGG,

2004). Como já comentado, as mudanças ocorridas no corpo das mulheres são culturais, e, em meio a elas, a opressão quanto ao retardamento do envelhecimento é muito maior.

Enquanto os sinais do envelhecimento na aparência física da mulher são frequentemente criticados, nos homens, mudanças semelhantes tendem a fazer com que eles sejam consideradas mais atraentes (CLARKE, 2011).

Conforme aponta Julia Twigg (2004) é complexo distinguir a negação do envelhecimento e a resistência às convenções culturais do processo de envelhecer. A autora afirma que o valor comparativo da idade em nossa sociedade mediada por massas é estruturado por gênero e que há uma conspiração “para tornar o corpo feminino mais velho paradoxalmente hipervisível e ao mesmo tempo invisível. Parece que o desejo da nossa cultura visual é apagar o corpo feminino mais velho” (TWIGG, 2004, p. 163). Por outro lado, entendemos a importância da desconstrução do olhar convencional da nossa cultura sobre o corpo feminino e de se pensar de maneira crítica sobre o “sistema normativo da velhice jovem e sistema sexo-gênero” no processo de envelhecimento (TWIGG, 2004, p. 167).

No geral, as discussões sobre a temática do envelhecimento têm recebido destaque em diferentes campos da cultura e ocupado a agenda da mídia com intuito de desnaturalizar categorias preestabelecidas, muitas vezes associadas a essa etapa da vida pela decadência física, ausência de papéis sociais e isolamento. O intuito seria substituir a ideia de um processo de perdas pela busca da satisfação pessoal que pode ser obtida na velhice. Nesse contexto, a antropóloga Guita Debert (1999a) destaca três categorias de atores dedicados à promoção do envelhecimento bem-sucedido: a) os gerontólogos e outros *experts* empenhados em transformar a velhice em questão social e da pessoa idosa, bem como interessados pelas tecnologias de rejuvenescimento para a reprivatização da velhice, tão comuns nas práticas cotidianas da sociedade contemporânea; b) as pessoas com idade avançada, que passam a ocupar e a redefinir novos espaços criados para envelhecer; c) e a mídia, ao dar abertura para novas demandas políticas e para a formação de mercados de consumo, colocando as pessoas de mais idade e os *experts* em debate.

Segundo a autora, os estudos sobre a velhice encontram algumas dificuldades, pois trata-se de temática que, além de ser cultural e socialmente produzida e ter como referências processos biológicos, é considerada problema social na sociedade contemporânea e fase em que o discurso científico é institucionalizado. De acordo com Debert (1999a), no processo de reprivatização da velhice – modelo de autogestão inacessível e excludente – o indivíduo é completamente responsável por essa fase da vida,

sendo os problemas decorrentes do envelhecimento é de responsabilidade de todos nós. Logo, transformar a velhice em responsabilização individual com a adoção de modos de consumo, estilos de vida e envolvimento em atividades motivadoras tem sido algo cada vez mais comum hoje em dia. Essa é a forma, por exemplo, como a geriatria (área que integra a gerontologia e visa à promoção, à prevenção e ao tratamento das doenças que acometem a pessoa idosa) e a gerontologia (disciplina que estuda o processo de envelhecimento e seus aspectos biológicos, psicológicos e sociais, e que almeja a integração dos discursos especializados) contemporâneas formulam conhecimentos sobre o envelhecimento ativo. Sendo assim, “a reprivatização da velhice desmancha a conexão entre a idade cronológica e os valores e os comportamentos considerados adequados às diferentes etapas da vida” (DEBERT, 2018, p. 89). Além da gerontologia, há também um esforço da psicologia, sociologia e antropologia para a proposição novas formas de envelhecimento. Por outro lado, foi em torno da geriatria que se estabeleceu grande mercado consumidor, refinando os instrumentos e as medidas que rotulam o cotidiano da existência dos idosos, bem como a lógica do risco, com propostas preventivistas (MINAYO, COIMBRA JR., 2002, p. 13).

Debert (1999b) afirma que a segmentação do curso da vida surge aos poucos, com as diferenças de idade, de funções e de hábitos específicos. Sendo, portanto, as categorias de idade construções históricas e sociais, a autora salienta que existem inúmeras formas de periodização para definir o caráter do curso da vida. Ressalta também que as idades ainda constituem dimensão fundamental na organização social e que dificilmente haveria mudanças sem uma nova cronologização da vida: “Seria um exagero supor que a idade deixou de ser um elemento fundamental na definição do *status* de uma pessoa” (DEBERT, 1999b, p. 75). Nesse sentido, a padronização das fases infância, adolescência, idade adulta e velhice é uma das razões para o processo de institucionalização da vida, pois determina a inclusão do indivíduo em determinados papéis sociais ou sua exclusão. Essa institucionalização, afirma Debert (1999b), envolve as dimensões do universo familiar e do trabalho, e está presente na organização do sistema produtivo, bem como nas instituições educativas, no mercado de consumo e nas políticas públicas, tendo como centro grupos etários específicos da população.

A filósofa francesa Simone de Beauvoir (1970) também conclui que diferentes culturas e sociedades estabeleceram formas de hierarquização a partir das idades cronológicas. Por outro lado, com a descronologização do tempo de vida, característica da sociedade atual, as imagens que associam vida adulta e maturidade, independência e

responsabilidade mostram que, não captando a realidade social da sociedade contemporânea, a idade cronológica perde relevância: “Trata-se de perguntar se a ideia de papéis sequenciados, extremamente divididos por idades, captaria a realidade social de uma sociedade que atinge o nível de desenvolvimento tecnológico da sociedade contemporânea” (DEBERT, 1999b, p. 74).

Debert (2010, p. 61) faz uma crítica à periodização do curso da vida “como uma sequência evolutiva unilinear, em que cada etapa, apesar das particularidades sociais e culturais, tem um caráter universal” e aponta que as imagens do envelhecimento e as formas contemporâneas de gestão da velhice no Brasil são ativas na revisão dos estereótipos do envelhecimento (DEBERT, 2018). É preciso dizer que a velhice é frequentemente tratada por meio de uma série de estereótipos, incluindo expressões ditas positivas pela sociedade, como “terceira idade” ou “melhor idade”. E, pensando na produção discursiva sobre a velhice e sobre o corpo, principalmente pelas ciências médicas e biológicas, verifica-se que são enunciadas diferentes verdades a respeito das transformações corporais: “o corpo velho saudável, o corpo velho-produtivo, corpo velho-máquina, corpo velho-ativo, corpo velho-normal, corpo velho-jovem, corpo velho-velho” (SANTOS, LAGO, 2016).

Socialmente construídas e difundidas, essas representações são passíveis de gerar preconceitos referentes à idade cronológica (tanto à velhice propriamente quanto ao processo de envelhecimento), como o idadismo, reduzindo essa fase a algo ultrapassado e promovendo exclusão social.¹³ Ao mesmo tempo, a própria pessoa idosa pode internalizar esse preconceito como algo normativo para sua idade cronológica, reiterando a definição de beleza idealizada e socialmente construída, que considera incômodas as aparências envelhecidas. Tal crença é capaz de produzir verdades e também de afetar comportamentos. “A maioria das pessoas escolhe ignorar ou deixar de ver o envelhecimento na sociedade até ser pessoalmente tocada pelas realidades sociais e físicas do envelhecimento” (CLARKE, 2011, p. 3).

Cabe mencionar que o corpo envelhecido, como referido na mídia, é formado em nossa cultura. “A cultura está saturada de conceitos de idade e de envelhecimento. A

¹³ O termo foi cunhado pelo médico gerontologista e psiquiatra americano Robert Butler, em 1969. Em seu texto “Age-ism: another form of bigotry”, descreve as reações negativas de um coletivo do subúrbio de Maryland, nos Estados Unidos, com a implementação de um empreendimento imobiliário voltado para pessoas idosas. Idadismo, velhofobia ou gerontofobia são algumas formas traduzidas para o português e também mais comumente utilizadas no Brasil. Nesta dissertação, utilizaremos o termo idadismo. Como aponta a estudiosa sobre o tema de envelhecimento Gisela Castro (2017), esse preconceito provoca acentuada discriminação social contra a pessoa idosa, além de ser comum nas relações cotidianas.

cultura dominante nos ensina a nos sentir mal com o envelhecimento e a começar muito cedo a ler nosso corpo ansiosamente, buscando sinais de decadência e de declínio (TWIGG, 2004, p. 61). Esse preconceito geracional parece estar enraizado em sociedades capitalistas contemporâneas, e os meios de comunicação têm importante papel na instituição de ideários de velhice ou discriminação etária a respeito das mais diversas etapas da vida (CÔRTE, 2018). Como já afirmado, são as mulheres que estão mais sujeitas a esse comportamento discriminatório, já que as falhas físicas em nossa sociedade são consideradas pouco atraentes. Um aspecto a considerar é a negação da idade cronológica como forma de desassociação da velhice. Isso ocorre quando pessoas mais velhas afirmam que não se sentem mais velhas diante do envelhecimento. A Gretchen é um exemplo. Ela já afirmou publicamente que apesar de ter 60 anos se sente mais jovem do que parece.

Featherstone e Wernick (1995) propõem a expressão “máscara da velhice” para ilustrar a incapacidade do corpo de representar sua identidade, que permaneceria jovem. Significa que há a preocupação de igualar a aparência constatada com o senso de si mesmo como pessoa jovem e saudável, ou seja, o rosto envelhecido no espelho e a sensação de juventude necessitam estar pareados. A fixação da identidade de velho é, portanto, ainda mais indesejada e dúbia quando se trata do corpo: a aparência física desgastada não está sincronizada com a mente jovem. Logo, a ênfase em parecer jovem é delimitada por normas sociais relativas à aparência própria da idade (normas que são deliberadas individualmente), bem como requisito moral e uma justificativa para críticas e desvalorização dos que não optam por esses procedimentos ou não os podem cumprir. “(...) positivamos a velhice em termos de um reconhecimento de que a ‘idade chega’ para todos e inevitavelmente os corpos decaem – e que, conseqüentemente, é preciso construir condições propícias para se lidar bem com tais fatos”, caracteriza Bispo (2013, p. 354). Segundo o autor, no entanto, o que se vê é ênfase na persistência de uma juventude que se faz presente não corporalmente, mas em “alma”, em “espírito”, no “coração”, “por dentro”, dos sujeitos. Percebemos que o envelhecimento de Gretchen é constantemente positivado quando ela afirma que por meio da gestão das emoções e do pensamento positivo é possível ter saúde e conquistar tudo o que deseja. Logo, para ser feliz – e se parecer mais jovem – basta obedecer às regras do bem-viver.

A dimensão existencial de ser velho foi assim entendida por Simone de Beauvoir (1970): tal como em todas as demais etapas da vida, ao chegar à velhice a relação com o tempo se modifica. Também é preciso considerar que a velhice é verificada de formas

distintas em cada sociedade, ganhando dimensões e significados que dependem dos contextos sociais, culturais, históricos. “A pesquisa antropológica demonstra, assim, que a idade não é um dado da natureza, não é um princípio naturalmente constitutivo de grupos sociais, nem um fator explicativo dos comportamentos humanos” (DEBERT, 1998, p. 9).

Não surpreende serem muitos os desafios para a gestão de questões sociais diante do envelhecimento das populações, algo que tem acontecido no mundo todo. Sendo construções culturais e que mudam conforme a história, as categorias relativas à idade contribuem para o estabelecimento de direitos e deveres em uma dada população, incluindo a definição de distribuição de poder e privilégios. Nesse aspecto, o Estado tem papel destacado nas sociedades ocidentais, pois é a instituição que regula a vida em sociedade do nascimento até a morte – desde a escola até o trabalho, incluindo a aposentadoria –, se apropriando e/ou fomentando discursos científicos para orientar o modo correto de viver e, dessa forma, reduzir seus gastos com a saúde. Assim, a gestão da velhice tem o Estado como forma mais desenvolvida do ordenamento político-jurídico que, em nossa sociedade, tende a absorver cada vez mais funções da família (DEBERT, 1998).

Um dos teóricos que mais analisam o corpo como objeto pertencente ao campo da biopolítica, Foucault (1979) denominou biopoder o poder do Estado sobre a vida do indivíduo. Para ele, o poder da sociedade contemporânea reside no corpo, fazendo-o circular de forma atraente e criando para os indivíduos que se dedicam a sua manutenção e seu aperfeiçoamento uma falsa ilusão de controle e de longevidade. Além de os corpos serem controlados e disciplinados nas prisões, nas escolas, nos quartéis, nas fábricas etc., dados estatísticos são coletados de forma estratégica a fim de melhorar a saúde da população e dessa maneira ampliar a capacidade produtiva da nação e o seu poder. Desse modo, é interessante para o Estado e as ciências biomédicas a promoção de melhora na saúde, bem como a reforma das capacidades do indivíduo, estendendo, assim, sua expectativa de vida (FEATHERSTONE, 2018).

No caso do Brasil, o Estado tem construído amplamente a ideia de que a pessoa idosa constitui um problema social. Como afirmado, tendo o Estado como grande regulador da vida, a idade cronológica adquire valor no aparato jurídico-político, que concentra no indivíduo a competência de direitos e deveres (MINAYO, 2002).

Levando em conta a responsabilização dos sujeitos por suas ações, êxitos e fracasso, corpo e saúde, assunto que será destacado adiante, devemos considerar que o

debate sobre o cuidado de si inclui as preocupações estéticas, a reforma corporal e, indo além, o aprimoramento de si, ou seja, fazer-se melhor do que já é. Gretchen mostra sua resistência ao processo de envelhecimento a ponto de não querer parecer ser uma pessoa velha nem apresentar declínios corporais. Ao mesmo tempo em que por meio dos procedimentos estéticos esconde as marcas temporais, também deseja ser uma mulher ainda mais sensual, desejada, cobiçada. O controle do tempo e do corpo também incluem a escolha das roupas que usa no dia a dia, justas e decotadas, além de acessórios e maquiagens exibidos em suas aparições, entre outros aspectos.

1.2. A celebridade e as narrativa autobiográficas

Iniciaremos este segmento refletindo sobre os usos da biografia e da autobiografia para que possamos compreender como se dão as experiências do cotidiano, os relatos pessoais e as subjetividades de Gretchen por meio da rede social em que está inserida, que é o Instagram. Também iremos pensar sobre os modos em que ela consegue chamar a atenção do público por meio de discursos e práticas anti-idade e como o público negocia essa sua relação com o tempo que passa. Antes de entrar nessa discussão, faremos breve abordagem do conceito de celebridade. Sua concepção não é tão diferente da de fama, famosos, ídolos, cujos significados englobam vários sentidos, bem como conhecimento, reconhecimento, culto (FRANÇA, 2014); também é atrelada aos meios midiáticos e à indústria cultural no sistema capitalista.

Chris Rojek (2008) indica alguns aspectos do termo celebridade: primeiramente como atribuição de *status* glamouroso ou notório a uma pessoa num espaço público. Nesse caso, o autor afirma que o *glamour* está associado a um reconhecimento público positivo; já notoriedade é um reconhecimento público desfavorável, além de cada vez mais importante nos nossos tempos; em segundo lugar, também nos mostra que as celebridades são fabricações culturais, e seu impacto sobre o público pode parecer íntimo e espontâneo. Em uma terceira perspectiva, celebridade para ele implica a divisão entre um eu privado e um eu público. Por último, ressalta a distinção entre celebridade, notoriedade e renome. Ele afirma que enquanto o renome deriva do contato pessoal com o indivíduo, que é diferenciado como incomum, a celebridade e a notoriedade estão baseadas em relacionamento em que pessoa diferenciada por *status* está distante do espectador seja por uma tela ou por algum outro meio equivalente de comunicação.

De maneira geral, as celebridades impactam a formação de públicos específicos, pois de alguma forma trazem valores, posicionamentos e ideologias em sua imagem “que

enquanto uma construção cultural, já ‘nascem’ de forma negociada entre as estruturas de produção da mídia e as predisposições de compartilhamento e engajamento dos públicos” (MEDEIROS, 2016, p. 166). Todos esses aspectos são importantes para observar as narrativas de vida de uma celebridade. Nos apropriamos da reflexão de Simões (2014) para pensar sobre o conjunto de traços que compõe uma celebridade. A autora aponta que é entre a admiração e a crítica que a relação com a celebridade se constrói, por meio de mecanismos de projeção, identificação e contraidentificação. Ou seja, de acordo com a professora, o carisma confere o poder de afetação que uma celebridade apresenta na relação com seu público.

Com mais de 40 anos de carreira, Gretchen possui uma biografia publicada. Lançada em 2015, a obra traz uma série de fotos, registros e notícias sobre suas experiências profissionais, interesses artísticos e vivências afetivas. Como assinalado, a celebridade despontou na mídia televisiva nos anos 1970, no mesmo período em que surgiu a primeira geração de chacetes. Assim como as dançarinas do programa do Chacrinha, Gretchen era considerada *sex symbol* do país e mulher que de certa forma fugia aos padrões “da moral e dos bons costumes”.

O atlas-corpo que compõe a trajetória da artista e da pessoa Gretchen é delimitado não apenas por seus atributos físicos. São os afetos que formatam essa organização política. Uma mulher à frente de seu tempo, que propõe uma nova estética musical num país que até então amargava o gosto da ponta da baionete dos militares na boca, porém, vislumbrava a possibilidade de dias melhores; com mais desbunde. A mulher Maria Odete, num grito de *Aleluia!*, contribui para a asfíxia, mesmo que momentânea, da voz reacionária de sua época e aponta as novas fronteiras para um país que hoje busca viver a pluralidade de suas cores locais (COUTO, FABRETTI, 2015, p. 7).

A biografia de Couto e Fabretti (2015) inclui o tema que nos interessa neste trabalho: o esforço empregado pela celebridade para manter o corpo em forma durante o passar dos anos, seja por meio de exercícios físicos ou realização de procedimentos estéticos, nos fazendo pensar que a felicidade/paz mental só pode ser atingida com a felicidade/paz física. Essa remodelação corporal e disciplinamento visam à boa saúde não só a mental como a psíquica e a social.

Com relação aos estudos sobre biografia, trazemos as contribuições de Lejeune (1975), que, inicialmente, definiu a autobiografia como um relato retrospectivo na forma de prosa feito por uma pessoa sobre sua própria vida; autobiografia seria o registro do íntimo em que vidas são narradas e circuladas. A definição foi atualizada anos depois pela

pesquisadora argentina Leonor Arfuch (2010, p. 52-53):¹⁴ “Mas como saber que o ‘eu’ é quem diz ‘eu’? Consciente de enfrentar esse dilema filosófico, Lejeune propõe a ideia de pacto autobiográfico entre o autor e o leitor”.¹⁵ “Este pacto é determinado por um compromisso duplo do autor com o leitor: por um lado, a história narrada deve corresponder a algo que realmente aconteceu e, por outro, deve constituir um ‘princípio de identidade’” (RIBEIRO, SACRAMENTO, 2015, p. 5). Isto é, o “eu” do enunciado deve ser idêntico ao que assina o relato e ao que narra. Para o filósofo russo Bakhtin (1997), existem diferentes eus em uma escrita autobiográfica, ainda que se trate do mesmo indivíduo. Dessa forma, a relação estabelecida seria eu/outro, porém com si próprio. O estudioso afirma que o mim é o outro de eu mesmo; o eu e o mim são o eu e o tu, e, portanto, está dada a relação de alteridade. Nesse sentido, “além de ser essencial para afirmação do sujeito moderno, o surgimento do espaço biográfico traçou o limiar incerto entre o público e o privado e, conseqüentemente, a nascente articulação entre o individual e o social” (ARFUCH, 2010, p. 83).

Segundo Arfuch (2010), a relação que leva do eu ao nós é fundamental para os questionamentos sobre a construção do campo da subjetividade. Inspirada em Mikhail Bakhtin (1997), em seu entendimento, enunciado deve ser pensado no contexto do diálogo. A pesquisadora também frisa que tanto a biografia quanto a autobiografia ou confissões e memórias abordam o desdobramento de si e dão ênfase à singularidade, já que priorizam a centralidade do sujeito. Além de registro do íntimo, a escrita autobiográfica ainda pode ser entendida como forma de existir por meio das palavras, de preservação, no mundo, da imagem de um eu antes que esse eu desapareça.

Em “A ilusão biográfica”, Pierre Bourdieu (2006) questiona a produção de uma ilusão na narrativa cronológica das biografias; nelas a vida passa a ganhar sentido, coerência e finalidade. O relato biográfico com base na experiência individual e concebida como história é considerado um problema para Bourdieu, para quem os acontecimentos biográficos são deslocamentos no espaço: “nesse sentido, ele entende a trajetória individual pela metáfora do metrô, superando a linearidade tradicionalmente buscada e optando pela rede” (SACRAMENTO, 2014, p. 156).

¹⁴ Para Arfuch (2010, p. 59), o espaço biográfico “permite a consideração das especificidades sem perder de vista sua dimensão relacional, interatividade temática e pragmática, seus usos nas diferentes esferas da comunicação e da ação”.

¹⁵ Os estudos sobre espaço biográfico de Lejeune (1975) são posteriores às formulações sobre gêneros autobiográficos desenvolvidas por Mikhail Bakhtin (1997), que “aponta ser possível ao indivíduo, com o distanciamento do seu eu atual e o mergulho no espaço da memória para trazer à tona experiências já vivenciadas, reconstruir o já vivido sob um olhar ressignificado” (BATISTA, 2018, p. 12-13).

Segundo Loriga (1998), Bourdieu critica a vida descrita como um caminho, com começo, meio e fim em busca de um sentido, em uma espécie de enclausuramento da existência, algo que não ocorre mais na concepção de autobiografia no contemporâneo. Por outro lado, ao organizar os gêneros do discurso, Bakhtin (1997) entende que o tempo biográfico se assemelha ao tempo real, diferentemente do tempo da ficção. Atualmente, as experiências de vida, as confissões, passaram a ocupar outros espaços e a produzir novos sentidos.

O alargamento e a transformação do biográfico diz respeito a uma forte tendência na cultura contemporânea à subjetivação, a privilegiar as narrativas do “eu”, os relatos vivenciais e as mais variadas formas de contar a própria experiência, incluindo a entrevista. São, assim, traçados novos contornos do espaço biográfico, habitado por gêneros consagrados como a autobiografia, o diário íntimo, as memórias, as correspondências, a história de vida, o testemunho, mas também por produtos midiáticos como o *talk show* e *reality show* e certas variantes literárias, filmicas e teatrais “inclassificáveis”, como a autoficção, que alteram os critérios clássicos de veracidade, referencialidade e adequação com a articulação entre biografia, história e ficção (RIBEIRO, SACRAMENTO, 2015, p. 5).

Vale reforçar a ideia de que, na sociedade contemporânea, as memórias, as experiências e as confissões têm ocupado outros espaços, sendo cada vez mais incentivadas pelas plataformas digitais. Nesse sentido, as postagens da Gretchen no Instagram são aqui consideradas pertencentes ao espaço biográfico contemporâneo. A autobiografia não constitui mais um texto com início, meio e fim, mas que possui traços autobiográficos (RIBEIRO, SACRAMENTO, 2015). Featherstone e Wernick (1995, p. 256) apontam que a memória do passado depende de uma rede social de experiências compartilhadas que são reforçadas, alteradas ou perdidas por meio do processo de interação da própria geração com outras gerações. “A manutenção dessas memórias depende não apenas de ter evidências documentais (álbuns de família, recortes de jornais), mas mais importante, de relembrar esse passado nas conversas do presente”.

No seu perfil pessoal no Instagram, Gretchen registra sua história. Ela se comunica com seguidores e constrói uma persona ainda mais autêntica junto ao público. Suas postagens são legitimadas pelos fãs, que atribuem ou não valor. Além de comentar no *feed* o que a mídia publica sobre si ou mesmo ao responder pessoalmente a seus fãs, Gretchen acaba por determinar aquilo em que seu público deve ou não deve acreditar com relação às divulgações a seu respeito em outras mídias. Também a celebridade realça suas

alegrias, conquistas e inquietações, tornando pública sua intimidade. Em cada postagem, os fãs, ou os consumidores que observam, declaram suas afinidades e compartilham emoções. “Os fãs imersos na experiência estética legitimam os novos lugares da história de vida a partir de relações afetivas partilhadas na rede social” (TAVARES, PINTO, 2013, p. 145). Para os autores “a partilha de afetos comuns e a identificação pelo sensível direcionam deslocamentos narrativos a partir da aproximação afetiva” (TAVARES, PINTO, 2013, p. 146).

Nessa perspectiva, um aspecto a ser considerado quanto aos discursos das celebridades é seu caráter contraditório. Turner (2014) entende que as personalidades públicas são reconhecidas por seu talento ou são tidas como pessoas de sorte; ora são vistas como objeto de desejo, ora são dignas de escárnio. Ainda segundo o professor, essa contradição discursiva é verificada no relacionamento paradoxal entre celebridade e seu público. Ele conclui que, dada a abrangência com que o gerenciamento de mídia de celebridades controla a construção da apresentação da persona de uma celebridade e sua relação com o público, não é surpresa que nos tempos atuais seja comum as celebridades usarem as mídias sociais não apenas como uma forma de se comunicar com seus fãs, mas também para exercer algum controle sobre seu relacionamento com o público. Nesse sentido, o uso das redes sociais hoje se tornou essencial para quem trabalha com mídia e entretenimento.

Recorremos ao trabalho de Littler (2004, p. 7) para também pensar sobre os indicadores que atestam autenticidade à celebridade: nos termos da autora “são a apresentação de intimidade com o público juntamente com um grau de reflexividade sobre estar na posição de uma celebridade e a capacidade de referenciar o legítimo ‘momento antes’ da fama”. Logo, a autoexposição na mídia por meio de relatos de superação mostra que a vida das celebridades também possui percalços.

Como já assinalado, a construção da subjetividade pelo sujeito é algo marcante na atualidade. Sua subjetividade é produzida em um mundo diverso e permeado por múltiplas referências. As narrativas do eu ou os relatos sobre si no contemporâneo são proferidos nos mais variados espaços, como na internet, especificamente nas redes sociais, além da televisão, do rádio, entre outros dispositivos midiáticos. Com o uso das palavras e de imagens, é possível criar vários universos e construir nossas subjetividades – que são constituídas no discurso – e rico acervo de significações (SIBILIA, 2016). Cabe mencionar que a pluralidade de vozes que aparece em um discurso narrado não apenas pelo eu, mas pelo outro, se dá em relação com a alteridade (BAKHTIN, 1997). Na análise

do linguista, reiteramos, o eu é um objeto de mim mesmo. Os enunciados e o eu são heterogêneos, e a polifonia (atividade estética e que não é algo dado) é marca fundamental da alteridade. É importante considerar que o sentido biográfico também se encontra no coletivo. “Toda a comunicação requer a existência do outro, do mundo, do alheio, do não eu, por isso todo discurso é dialógico e polifônico, inclusive os monólogos e os diários íntimos, pois sua natureza é sempre intersubjetiva” (SIBILIA, 2016, p. 58).

Retomando a discussão sobre a configuração da subjetividade nos relatos, no prefácio de *On diary*, o historiador Jeremy Popkin (2009, p. 9) afirma que os diários são subjetivos, mas isso não significa que sejam falsos. Em sua visão, o que torna os escritos interessantes é o fato de não se saber onde terminarão, diferentemente de um romance, por exemplo. Além disso, sua leitura é baseada na “sensação de tocar o tempo, uma sensação que só pode ser gerada se percebermos que o autor do diário estivera gravando suas experiências e pensamentos reais”.

Com relação aos dispositivos de comunicação dos dias atuais, a internet é tida como um dos meios revolucionários, pois é espaço que permite ao autor, ao narrador e ao personagem (que podem assumir os três papéis ao mesmo tempo) a elaboração de seu relato; além do texto, ele pode utilizar imagens e sons, e tem o potencial de interatividade por meio do *feedback* do leitor. Além disso, “nos novos espaços da internet se cultiva um tipo de escrita com fortes marcas da oralidade. É habitual o recurso à transcrição literal da fonética e a um tom coloquial que evoca as conversas cotidianas” (SIBILIA, 2016, p. 66). Também é espaço do efêmero.

Popkin e Rak (2009) assinalam que a noção de tempo da publicação *online* é diferente da que corresponde ao diário pessoal, que tem como marcas o atraso, a maturação e a acumulação. Logo, com a internet, a escrita se assemelha à fala, e na maioria das vezes não há preocupação com a privacidade. “A internalização de estruturas sociais que criaram o eu individual parece se mover na direção oposta na internet” (POPKIN, RAK, 2009, p. 301). No mundo das vitrinas virtuais, tornou-se habitual a espetacularização da intimidade cotidiana (SIBILIA, 2016), com toda uma série de técnicas de estilização das experiências de vida de pessoas comuns, incluindo as de celebridades, que também encontram no espaço uma forma de aumentar sua visibilidade.

Se anteriormente as narrativas autobiográficas tinham como traço característico o segredo, as experiências da cultura contemporânea provam que o exibicionismo é valorizado, e os usos confessionais da internet podem ser considerados uma renovação dos velhos gêneros autobiográficos (SIBILIA, 2016). Ao passar do papel e tinta para as

telas, transforma-se a subjetividade que se constrói nos gêneros autobiográficos. “Muda o eu que narra, assina e protagoniza os relatos de si” (SIBILIA, 2016, p. 82). Ainda que os relatos e imagens na internet sejam pessoais e íntimos, eles estão sendo cada vez mais difundidos e compartilhados. Ou seja, como mencionado, a internet se configurou como lugar especial para o gênero biográfico na cultura contemporânea. E a narrativa terapêutica tem sido uma das mais utilizadas para contar histórias ou experiências. Esse espaço biográfico é hoje ocupado por mais do que celebridades, já que pessoas comuns também nele constroem continuamente suas autobiografias, em forma e conteúdo. Sendo assim, “gestos performativos de agenciamentos biográficos se materializam no Instagram e embaralham, ainda mais, as hierarquias ou as lógicas valorativas que atravessam o debate dos relatos de vida, cada vez mais sintonizados às fragmentações das subjetividades” (TAVARES, PINTO, 2013, p. 149).

Logo, os motivos pelos quais o público e o privado se fundem na cultura contemporânea assinalam como a tecnologia tem rearticulado a corporeidade e os afetos. “Na internet, o eu psicológico privado torna-se uma representação pública” (ILLOUZ, 2011, p. 113). A partir dos relatos autobiográficos, pessoas anônimas ou celebridades buscam o protagonismo de suas vivências, que passam a ser midiaticizadas. A enunciação de experiências de vida é feita por meio de microrrelatos compartilhados nas redes sociais – ambientes propícios para a identificação com o tema e com as histórias pessoais. Sem mediadores ao se apropriar dos recursos tecnológicos, o sujeito torna-se tão responsável quanto autônomo pela apresentação de suas vivências cotidianas no espaço público. Desse modo, “quanto mais pessoas visualizarem, curtirem, comentarem e compartilharem certa ocorrência postada, maior parece ser a força mobilizadora e afirmativa do fato, que potencialmente adquire o estatuto de uma causa” (BIONDI, 2015, p. 47).

Neste trabalho, atentamos para três categorias de análise no Instagram de Gretchen: *expertise* em saúde e beleza, procedimentos estéticos e narrativas de aconselhamento e autoajuda. A análise desses materiais está direcionada para a reflexão e o entendimento desses comportamentos nas experiências pessoais da celebridade. Em suas narrativas de si/relatos-postagens nas redes sociais, Gretchen, algumas vezes, apresenta sua vida real, sem filtro, valoriza a liberdade de suas decisões, reforça o imperativo da felicidade por meio de pensamentos positivos, reforça a disciplina que mantém com relação a seu corpo, assim como o apreço pelas transformações por que passou no processo de seu envelhecimento. A celebridade parece encontrar uma forma de se sentir melhor por meio das intervenções. Sua escrita se caracteriza pelo teor

testemunhal; ela se autocontrola e autovigia por meio da busca por saúde e bem-estar, e uma característica desse modo de proceder é a autoperitagem, no sentido de ter pleno conhecimento perito sobre si. “O eu que se pericia tem no corpo e no ato de se periciar a fonte básica de sua identidade” (ORTEGA, 2008, p.32).

Podemos, portanto, pensar que a busca de identidade de Gretchen se traduz como uma forma de narcisismo ao substituir o social pelo pessoal. Nesse sentido, o esvaziamento do espaço público no contemporâneo, em detrimento da expansão do espaço privado, tem como consequência a disseminação do narcisismo sob a forma da “tirania da intimidade” (BIRMAN, 2019). A problematização do narcisismo, que se apresenta como importante questão do contemporâneo, será discutida adiante.

1.3. A biopolítica do corpo feminino e do envelhecimento

Os cuidados com o corpo na cultura contemporânea são atravessados por discursos e saberes difundidos em áreas distantes das questões da saúde pública. A cultura brasileira, particularmente a carioca, a partir da valorização de determinadas práticas, transforma o corpo, em um corpo distintivo, que reúne o esforço para o domesticar, a grife para o distinguir e o prêmio para os que conseguirem alcançar, com muito sacrifício, tempo e dinheiro, as formas físicas ditas mais adequadas (GOLDENBERG, 2006). Cabe lembrar que, nesse aspecto, o corpo é constituído por meio de “exibição, manipulação e inscrição; não há corpo natural, há ecos. E se não existe um corpo natural não existe uma maneira natural de envelhecer” (TWIGG, 2004, p. 63).

Explica tal fato o crescente mercado consumidor brasileiro, um dos maiores do mundo, de produtos de beleza e tratamentos antienvelhecimento, composto sobretudo por mulheres em busca de juventude. Nesse contexto, as mulheres muitas vezes são apresentadas como mais corporais do que os homens, em decorrência de seu forte vínculo com os processos de reprodução e ainda por representar o corpo em termos da forma de desejo hegemônica na cultura, que é o desejo masculino.

O corpo em nossa sociedade não é apenas um pedaço de carne; é sobretudo sinônimo de poder; é o lugar em que são materializadas as emoções e os gêneros construídos socialmente. “Como aprendemos na antropologia, a cultura brasileira veste o nosso corpo. Pode-se dizer que no Brasil o corpo é muito mais importante do que a roupa [...]. A roupa, neste caso, é apenas um acessório para a valorização e exposição deste corpo capital” (GOLDENBERG, 2011, p. 79). O corpo passa, então, a ser objeto que toma

novas formas e feições de acordo com o interesse do momento (FERREIRA, 2006). A preocupação com a aparência, portanto, abastece um imenso mercado:

Ainda acreditamos nesse mito do corpo juvenil como um valioso capital hiperestimulado que, infelizmente, vai se desgastando com o tempo, mas que não se deveria perder de jeito nenhum. Essa crença, que vislumbra uma concentração triunfal desse capital corporal na capacidade de exibir uma imagem jovem, enxuta e feliz, é das mais robustas – e tirânicas – da nossa época. Sobre essas bases, aliás, foi edificado um imenso negócio: um mercado alimentado diariamente por milhões de corpos “dóceis e úteis”, tanto femininos como masculinos, de todos os grupos etários e étnicos, bem como dos mais diversos estratos socioeconômicos, espalhados pela intrincada geografia global (SIBILIA, 2012, p. 111).

Para docilizar e educar o corpo pelo poder disciplinar (Foucault, 1987) emprega-se determinada técnica corporal, que pode ser feita de maneira consciente ou inconsciente para a realização de coisas naturais. Como identificou Mauss (1974), é imitando que se aprende; e cada grupo social faz isso de uma determinada forma (imitação prestigiosa). Os discursos das celebridades produzem novos olhares sobre o corpo feminino e provocam o desejo de atingir tal modelo de perfeição. Sobre seus cuidados corporais, Gretchen menciona em sua biografia publicada em 2015: “Quantas lipoaspirações, intervenções, procedimentos e cirurgias fiz? Minha contagem é simples: todas as vezes que achei necessário” (COUTO, FABRETTI, 2015, p. 214).

É possível encontrar muitas matérias relacionando Gretchen e o envelhecimento, mobilizando o interesse de diferentes públicos. Em um dos casos¹⁶ acompanhados, em *live* realizada em junho de 2020 nas redes sociais, ela falou sobre a importância de a mulher cuidar da saúde após a menopausa para ter uma vida sexual feliz: “as mulheres podem e devem se despertar para o sexo depois dos 50, isso auxilia na nossa autoestima e amor-próprio”. Ou seja, em sua fala, o corpo velho também pode ter experiências positivas de sexualidade e de maternidade (a filha mais nova de Gretchen completou onze anos em 2021). Nesse sentido, é possível ser um corpo velho, sexual e maternal ao mesmo tempo, e capaz de articular vivências com o olhar mais aberto da maturidade. Sobre procedimentos estéticos, na entrevista ela mais uma vez explicitou que não vai parar de a eles se submeter, pois os “profissionais estudam anos para isso, eles têm que trabalhar, e eu preciso estar sempre bonita”.

¹⁶ Disponível em: <<https://revistamarieclaire.globo.com/Celebridades/noticia/2020/06/aos-61-anos-gretchen-diz-nao-existe-idade-para-ter-um-relacionamento.html>>. [Acesso em: 23 jul. 2020].

Em outra situação, em 2019,¹⁷ declarou que é feliz porque vive com a verdade. Para ela, é como se a força afetiva a tivesse colocado de novo em contato com a vida e novas experiências amorosas.

Gente, eu estou amando viver com 60 anos, nunca imaginei que fosse tão pleno. É um momento da vida da mulher que ela está completa em tudo. A mulher está madura, ela sabe o que ela quer, saber o que quer no sexo, em um relacionamento de amizade, na profissão. Eu tenho realizado todo um sonho de mãe, tenho meus filhos casados, já está vindo neto. Gente, vê bem... É um momento da vida de uma pessoa com 60 anos, que se estiver saudável, vai estar em um momento incrível, de paz, de plenitude e de segurança.

Desses dois depoimentos, é possível extrair a informação de que o envelhecimento bem-sucedido é resultado do monitoramento constante dos cuidados pessoais: do corpo, da aparência, da saúde (mental, psíquica). Ou seja, a responsabilidade recai sempre em cada um de nós.

Por meio de discursos e práticas anti-idade, Gretchen se reafirma como mulher que vai em busca da aparência desejada, ainda que, em uma cultura que valoriza a imagem corporal, precise desafiar o funcionamento do próprio corpo, que deve sempre ser melhorado e alvo de investimentos. Para a celebridade, a velhice sem cuidados é a que incomoda e não simplesmente a velhice em si. Dessa forma, em suas aparições, ela diz demonstrar disposição e entusiasmo para protelar o tempo, controlar o próprio corpo e passar por diferentes processos de embelezamento. Ainda em sua biografia, conta que iniciou procedimentos estéticos na década 1980, um ano depois do nascimento de Thammy, em 1984:

Meu primeiro contato com o mundo das cirurgias plásticas foi nos bastidores de um programa de rádio do Paulo Lopes onde se encontrava o doutor Herbert Gauss, na época graduado há apenas três anos e acreditava, diferente de muitos outros cirurgiões plásticos daquele tempo, no potencial de novas técnicas que eliminariam a gordura que *deformava* o corpo feminino. Logo depois já estava em sua clínica fazendo minha primeira lipoaspiração. Um ano após Thammy ter nascido e eu ainda carregando uma certa barriguinha que muito me incomodava (COUTO, FABRETTI, 2015, p. 212, grifo nosso).

Além de Thammy, a celebridade tem cinco filhos biológicos e dois adotivos. Na segunda, na terceira e na última gravidez, em 1989, 1994 e 2000, respectivamente, passou

¹⁷ Disponível em: < <https://cenapop.uol.com.br/noticias/famosos/189863-gretchen-fala-sobre-sexo-aos-60-anos-a-mulher-madura-sabe-o-que-quer.html> >. [Acesso em: 23 jul. 2020].

por lipoaspiração e abdominoplastia, além de ter colocado próteses nos seios e feito retirada de excesso de pele dos braços. Após um longo período distante da mídia, voltou a ser evidenciada na internet pelas diferentes formas e estratégias de gerenciamento do corpo, tendo se submetido a uma série de procedimentos estéticos voltados para o rejuvenescimento, muitos deles realizados a partir de 2019 – incluindo a harmonização facial e sucessivos retoques trimestrais para a manutenção do procedimento. Algumas dessas intervenções foram executadas por não médicos, o que evidencia o quanto a beleza e a saúde se misturam na atualidade e independentemente da chancela médica.

Sem dúvida de que os discursos da boa forma e da magreza provocam nas pessoas o sentimento de que, se elas fizerem tudo o que for determinado, tenderão a se sentir mais jovens por mais tempo. Inúmeros registros na mídia nos ajudam a compreender que a imagem de uma mulher mais velha com corpo esculpido, pele lisa, vigorosa e sem manchas caracteriza o “bom envelhecimento” e é capaz de gerar identificação por parte do público. Em julho de 2020, Gretchen publicou em seu Instagram uma foto de biquíni em uma praia do Nordeste, posando ao lado de uma placa com os dizeres: “Diva não envelhece, fica *vintage*”. Na legenda da postagem, escreveu o seguinte comentário: “Só isso que eu tenho para dizer”.¹⁸ É interessante notar que, além das questões inerentes ao envelhecimento, ao se identificar com o *status* de *vintage*,¹⁹ Gretchen ressalta a negação pela velhice; porém, ao mesmo tempo, essa afirmação faz alusão a algo antigo.

No entanto, nessa publicação, a artista mostra uma visão positiva e confiante de si ao se considerar uma diva, ou seja, uma mulher inspiradora, poderosa, sedutora. No contexto da sociedade brasileira marcada pelo imaginário do consumo, da juventude e do corpo jovem, esse comportamento faz bastante sentido: apenas o corpo trabalhado, modificado, melhorado pode ser aliado ao tempo que se esvai. E ainda mais: dessa forma, até está validado envelhecer... desde que não parecendo uma pessoa velha. A celebridade enfrenta iguais preocupações corporais de muitas pessoas comuns, com a diferença de que ela consegue resolver suas questões estéticas mais facilmente que a maioria dos mortais (por possuir melhor condição financeira).

¹⁸ Disponível em: < <https://istoe.com.br/gretchen-posa-usando-biquini-e-ganha-elogios/>>. [Acesso em: 22 jul.2020].

¹⁹ De acordo com o dicionário Michaelis, trata-se de palavra de origem inglesa que é associada ao ano de colheita de um vinho, mas também utilizada para denominar a moda dos anos 1920 aos 1960. Associada a um estilo de vida, é sinônimo de algo antigo, mas clássico e com qualidade, que possui valor ainda que com o passar do tempo.

Indo ao encontro do sonho da juventude eterna tão propagada nos nossos dias, em 2019, a empresa russa Wireless Lab lançou o aplicativo FaceApp que, usando inteligência artificial, transforma rostos a partir de fotografias. Um dos filtros disponibilizados era capaz de deixar uma pessoa com aparência mais velha, com resultado supostamente convincente. Diversas celebridades testaram esse filtro do envelhecimento, entre elas o humorista Tirullipa, utilizou o aplicativo para envelhecer o rosto de Gretchen e publicou o resultado em suas redes sociais. Ao tomar conhecimento da publicação, Gretchen divulgou um vídeo²⁰ publicado nos *stories* de sua conta no Instagram, explicando que não ficou chateada com o gesto, pois “um dia todo mundo vai ficar velho mesmo”, embora tenha deixado escapar seu incômodo ao dizer que, na realidade, “a brincadeira não era de bom tom”. A experiência de se ver mais velha e enrugada parece ter soado como algo desconcertante.

É preciso considerar também a relação dos cuidados com o corpo em nossa sociedade com a cultura do narcisismo atual. Na contemporaneidade, “o antagonismo entre os interesses narcísicos e os do corpo físico marca as novas imagens ideais do corpo” (COSTA, 2004, p. 77). Nesta dissertação, estamos pensando o narcisismo como parte da configuração contemporânea do individualismo, que é um fenômeno social, ou seja, é necessário que o sujeito apresente sua intimidade/aspecto individual ao outro. Nesse contexto, particularmente as celebridades assumem destaque na projeção do narcisismo como prática cultural recorrente:

Vicejando na adulação das massas, essas celebridades impõem o tom da vida pública e também da vida privada, já que a maquinaria da celebridade não reconhece os limites entre as esferas pública e privada. Os ‘beautiful people’ – para usarmos essa reveladora expressão que inclui não só ricos *globe-trotters*, mas todos aqueles que se expõem, ainda que brevemente, ao pleno brilho das câmaras – vivem a fantasia do sucesso narcisista, que consiste em nada mais substancial do que num desejo de ser amplamente admirado, não para suas realizações, mas si próprias, acriticamente e sem reservas (LASCH, 1983, p. 278).

Dessa forma, o indivíduo narcisista pleiteia cuidado e o olhar do outro sobre si “porque demanda ser investido narcisicamente pelo outro, pelo vazio e pela perda de potência de ser que lhe marca de maneira avassaladora” (BIRMAN et al., 2016, p. 38). Nessa perspectiva, é preciso enfatizar o fato de que as celebridades demonstram níveis

²⁰ O vídeo foi ao ar em 17 de julho de 2019. Disponível em: <<https://www.terra.com.br/diversao/gente/purepeople/videos/gretchen-responde-tirullipa-apos-piada-na-web-com-foto-de-envelhecimento-por-app,8904207.html>>. [Acesso em: 27 out. 2019].

consideráveis de narcisismo, sobretudo devido à potencialidade da internet: para a pessoa narcisista é preciso haver audiência que a admire e valide sua autoestima (LASCH, 1983). As mídias sociais, como Instagram, Facebook, YouTube cumprem importante papel para que o público se identifique com as celebridades. Outro aspecto que alimenta o narcisismo contemporâneo diz respeito às ferramentas de gratificação narcísicas, como as curtidas nas publicações; quanto mais curtidas, maior a sensação de o indivíduo se sentir admirado e socialmente aceito.

Levando em conta a importância dessa audiência, a imagem que os sujeitos projetam nos espelhos e nos olhares externos tem afetado cada vez mais a subjetividade das pessoas. Nesse sentido, trazemos para o debate a matéria intitulada “Gretchen é chamada de velha, se revolta e responde na lata”, publicada no site²¹ do SBT, em fevereiro de 2020, um pouco antes do carnaval. O texto ressalta o incômodo de Gretchen ao ser criticada por uma fã pelo fato de usar roupas sensuais e coladas ao corpo. Sobre o preconceito sofrido por ser vista como uma “velha garotona”, a artista respondeu em seu Instagram: “Tenho um cabelo escândalo e não estou preocupada se você acha ou não que eu tenho idade pra botar tudo isso pra fora”. A autoestima e a autoconfiança parecem ser virtudes que Gretchen utiliza para a superação de problemas e no fortalecimento interior. Na busca da satisfação pessoal e da autoestima, essa dinâmica tão comum nos dias atuais é capaz de gerar subjetividades vulneráveis, dominadas à lisura do próprio umbigo (SIBILIA, 2010).

Em sua biografia, ao relatar as intervenções estéticas realizadas, Gretchen afirma que todas, sem exceção, decorreram de um desejo pessoal. Se o que está dentro é importante, a aparência conta. “Mesmo sendo uma cantora sensual, o maior motivo de minhas cirurgias é a minha relação com o espelho e não o que os homens acharão. Nunca operei para nenhum deles” (COUTO, FABRETTI, 2015, p. 214). Esse comentário abre espaço para reflexão sobre a ideia de perfeição como princípio básico do narcisismo. Diante disso, vale a pena mencionar que no discurso freudiano o corpo envelhecido seria um sinal de deformação, já que para ele o ego toma forma na infância, na pele lisa, sem rugas.

Inspirada na psicanálise de Sigmund Freud, a professora Kathleen Woodward pondera que o corpo envelhecido representaria uma ferida narcísica ao ego; na análise freudiana, ela afirma, “a preocupação com o corpo, que na velhice é figurado em termos

²¹ Disponível em: <<https://www.sbt.com.br/jornalismo/fofocalizando/noticia/136439-gretchen-e-chamada-de-velha-se-revolta-e-responde-na-lata>>. [Acesso em: 22 jul. 2020].

de declínio, é cúmplice da obsessão da cultura ocidental com a aparência do corpo como significante dominante da velhice” (WOODWARD, 1991, p. 10). Ao tentar fazer com que o outro acredite no que está sendo projetado no espelho, “a cultura do narcisismo possibilitou a constituição de uma nova modalidade de individualismo em que o indivíduo voltado para si próprio foi levado ao exagero e à máxima eloquência” (BIRMAN, 2019, p. 12). A exigência narcísica na sociedade contemporânea cobra uma imagem de perfeição que engloba todos os âmbitos da vida. Dessa forma, ainda de acordo com Birman (2019), o narcisismo se expande e se dissemina de formas multifacetadas na contemporaneidade, reconfigurando a individualidade.

No estudo “Para introduzir o narcisismo”, de 1914, Sigmund Freud considera que existem duas variações do narcisismo: o “eu ideal” e o “ideal do eu”. O eu ideal é aquele em que você quer ser seu próprio ideal, sem levar em consideração o outro nem a alteridade; já o ideal do eu submete o indivíduo a um ideal que ele quer alcançar e que o regula (BIRMAN, 2010). Logo, enquanto um narcisismo é autocentrado (eu ideal), o outro é autoritário (ideal do eu). Apoiado na clínica, Freud afirma que somos “aquilo que imaginamos causar no outro e gozamos com o usufruto dessa condição. Nosso desejo é o de fazer o outro nos desejar, e nossa satisfação é alcançar na realidade ou na imaginação, o que antecipamos de forma imaginária” (COSTA, 2004, p. 73).

Na contemporaneidade, a perpetuação da negação do corpo envelhecido é localizada, além de nas práticas centradas no corpo, como esportes e ginástica, e nas práticas biomédicas, como nutrição e fisioterapia, também, como já destacado, na proliferação de cirurgias estéticas, incluindo outras técnicas menos invasivas, como aplicações de toxina botulínica, *liftings* e harmonizações faciais, ou mais invasivas, como lipoaspirações, colocação de próteses e silicone nos seios, entre outras. Essas estratégias visam à modelação corporal e ao aperfeiçoamento de si na direção de um eu idealizado, como se fora um rascunho a ser corrigido, consertado e aperfeiçoado (LE BRETON, 1999). Assim, é sempre possível melhorar e corrigir algo, e isso se projeta no imaginário do indivíduo: “esse ideal de corpo reduzido à mais pura aparência monopoliza todas as atenções no ‘cuidado de si’, limitando o leque das experiências individuais e coletivas que hoje se tornam pensáveis ou possíveis” (SIBILIA, 2010, p. 207).

Neste trabalho, estamos pensando o corpo como construção cultural carregada de significados e que contribui para a constituição de identidades; um corpo não apenas vinculado à natureza biológica, mas também construído por cultura, política e história. Essa construção é atravessada por diferentes marcadores sociais, como raça, gênero,

classe social, sexualidade, geração. Trata-se do corpo envolto em um campo político em que as relações de poder determinam gestos e atitudes por meio de discursos regulatórios; essas tecnologias políticas investem sobre o corpo, saúde, formas de se alimentar, vestir, aparentar, comportar. Afinal, “uma sociedade normalizadora é o efeito histórico de uma tecnologia de poder centrada na vida” (FOUCAULT, 1988, p. 135).

A biopolítica produz a responsabilização de cada pessoa no cuidado com o corpo, o bem-estar e a saúde. Sabemos que a passagem do tempo gera inevitavelmente efeitos sobre a saúde do indivíduo. Nesse aspecto, a lógica neoliberal produz novos sentidos para o corpo e cuidados com a saúde. Esse “autocuidado” se coaduna, então, com as práticas neoliberais de autorresponsabilidade na gestão do envelhecimento, em um mercado que oferece muitas opções a seus consumidores. Sob a denominação de estilo de vida saudável, o autocuidado preventivo e a busca de bem-estar transformaram-se em regras sociais e até em dever. Desse modo, “a manutenção da saúde do corpo tornou-se central para a autoadministração de muitos indivíduos e famílias, empregando práticas que iam desde dietas e exercícios, através do consumo de medicamentos, suplementos, autodiagnóstico e autotratamento” (ROSE, 2013, p. 24). O que faz bem a uma pessoa, no entanto, não necessariamente fará o outro se sentir bem. E ainda que tentemos nosso melhor para ser saudável, não temos de fato garantia contra as contingências e vulnerabilidades que podem ocorrer no curso da vida.

O impulso de ser saudável reforça uma pretensão de autocontrole que está em desacordo com a realidade de nossas vidas (METZ, KIRKLAND, 2010). Esse impulso é estimulado pelo sistema neoliberal, já que a obrigação pessoal de cuidar da saúde, para assim reduzir os riscos, transforma a saúde em nova moralidade. Há um tom moralizante e julgamentos de valor por trás de muitos discursos sobre o ser saudável: a preocupação com a saúde passa a ser atributo moral do sujeito, que precisa estar informado sobre práticas e cuidados de si, bem como prevenção de doenças, além de estar disposto a consumir os recursos disponíveis para seu bem-estar (ROHDEN, 2017).

Nem todos, contudo, podem assumir responsabilidade individual pela própria saúde e autovigilância por meio de dieta, exercícios, diminuição de estresse etc. Simplificar esses cuidados é uma forma de controle social que pode gerar sensação de fracasso e silenciar as subjetividades para os que não conseguem alcançar seus objetivos. Isso porque “muitas pessoas não escolhem o estilo de vida que levam” (CASTIEL, GUILAM, FERREIRA, 2010, p. 52), sendo praticamente desconsiderado o contexto social, cultural, político e econômico em que a pessoa está inserida. Da mesma forma, é

importante ter em mente o fato de que as pessoas também envelhecem de maneiras distintas; cada experiência é única, e gênero, classe social, raça/etnia e orientação sexual são formas de subjetivação que devem ser consideradas para acompanhar as diferentes experiências de envelhecimento (SANTOS, LAGO, 2016).

As pessoas que passam a ter a ilusão de total controle tanto da saúde quanto do próprio corpo enfrentam, portanto, crescente pressão para fazê-lo; há uma interiorização do discurso do risco e do medo. Seu corpo e *self* são moldados com censura pelo outro, que introjeta a retórica do risco, tornando-as, então, indivíduos responsáveis pelas escolhas e estilos de vida, visando a perfeitos corpo e saúde, bem como à redução dos riscos (ORTEGA, 2008). Trata-se do pensamento de que, a partir de um estilo de vida cuidadoso e moderado, o risco é administrado.

Reiterando a argumentação, sustentado por uma concepção individualista e orientado pelo consumo, o estilo de vida é imposto, pois, afinal, “vive-se em um mundo de múltiplas escolhas oferecidas principalmente para aqueles que podem atuar como agentes de consumo” (CASTIEL, GUILAM, FERREIRA, 2010, p. 48). Nesse sentido, a mídia passa a assumir o papel de orientador da administração do tempo com vistas ao aumento da produtividade e otimização da saúde, independentemente da idade da pessoa. “A presença constante das opiniões de especialistas no noticiário confere objetividade para o autodomínio proposto, como se as subjetividades fossem passíveis de gestão racional, planejamento e técnica, capazes de ação instrumental voltada para o cálculo de si” (MORAES, 2019, p. 116). Essas visões, que incluem a moralidade da saúde, o controle dos corpos, a cultura terapêutica do *self* e os especialistas em subjetividade, são produzidas por meio de diferentes discursos sobre a velhice, o envelhecimento e o corpo.

Deborah Lupton (2000) questiona a construção das subjetividades e dos corpos nos discursos, bem como a função do não discursivo nesses processos, e se é possível o desafio ou a não conformidade aos imperativos do conceito de governamentalidade, instituído por Foucault (1979). Isto é, a regulação dos indivíduos e a imposição de formas específicas de conduta para evitar os males e atingir estados desejáveis como saúde, felicidade etc. Esses dispositivos atuam sobre a vida do indivíduo para moldá-la das formas que desejar.

No contexto da gestão da velhice, para que o envelhecimento não sobrecarregue a sociedade e não gere custos financeiros para o Estado, são implementadas estratégias biopolíticas para um autogoverno desses corpos velhos e para manutenção da saúde. A biopolítica contemporânea atua, portanto, por meio do corpo, oferecendo uma

ilusão de controle e a promessa de longevidade para os que se esforçam para mantê-lo em forma, responsabilizando os indivíduos pela própria felicidade, saúde, bem-estar. Assim, não só atores como o Estado e a mídia, mas também as ciências biomédicas se preocupam em

reformular as capacidades do corpo humano, melhorar a saúde e estender a expectativa de vida. Contudo, as pessoas não são apenas corpos, mas criaturas de linguagem e cultura, capazes de desenvolver autoconhecimento e explorar suas inquietações para conviver com os outros de forma otimizada (FEATHERSTONE, 2018, p. 141).

Importa considerar que na biopolítica, planejar o futuro e evitar problemas de saúde em idades avançadas não deixam de ser formas de autorregulação e vigília de si. Essas ações são capazes de gerar ansiedade aos indivíduos para o consumo de opções que tragam bem-estar, beleza, saúde. Logo, “a ameaça do envelhecimento” deve ser tratada por meio de várias agendas de envelhecimento ativo, que transferem do Estado para o cidadão as responsabilidades sobre a saúde.²² Encorajada a cuidar da saúde, o que inclui a manutenção da juventude pelo maior tempo possível, a pessoa mais velha não sobrecarrega os serviços de saúde nem a máquina pública (PIKE, 2011).

Transforma-se assim o corpo em produto, com a medicina assumindo um lugar estratégico nesse contexto, já que uma população saudável seria sinônimo de Estado e nação ricos. O impulso de cada indivíduo para ser saudável reforça a presunção irreal de controle pessoal, que está profundamente em desacordo com a realidade de nossas vidas (METZL, KIRKLAND, 2010). Em sintonia com esse pensamento, Moraes (2019, p. 112) aponta que “a concepção contemporânea do que é ser saudável equivale a um modo específico de gerenciar o corpo, os desejos, as ações e até mesmo os pensamentos, tendo em vista a otimização da saúde como um objetivo final, não como um meio de viver”. Há, portanto, segundo a autora, “sacrifícios da vontade” em prol do estilo saudável, além de esforço individual para modelar a imagem corporal; o indivíduo torna-se empreendedor de si, e o esforço empregado perde o caráter de sacrifício, passando a ser investimento em si próprio. O corpo é comparado a uma máquina que produz, mas também motivo de prazer e bem-estar. “O domínio dos desejos proposto pelo receituário contemporâneo tende à normatização das condutas (consideradas saudáveis), mas a repressão do desejo não deve ser exagerada, pois a ausência de prazer adocece”

²² Em documento publicado no final dos anos 1990, a Organização Mundial de Saúde (OMS) reconhece, além dos cuidados com a saúde, outros fatores que podem afetar a maneira como envelhecem as pessoas e as populações.

(MORAES, 2019, p. 122). Logo, não se trata de não ter prazer, mas de tê-lo de forma moderada a fim de atingir o equilíbrio.

Refletindo sobre as propostas e políticas que tentam moldar, controlar e normalizar a conduta dos indivíduos, bem como as possibilidades de assujeitamento ou resistência, Rose (2011, p. 25) afirma que elas nos ajudam a nos libertar da “visão profundamente enganadora de que devemos entender as práticas de normatividade que têm modelado nosso presente em termos do aparato político do Estado”.

Essa sociedade contemporânea, em que poder e controle ganham destaque, foi descrita por Foucault (1996) como sociedade disciplinar. E, segundo Vaz (2006, p. 6), “As técnicas disciplinares estavam conectadas ao capitalismo de produção; elas deviam permitir a separação entre a força e o produto de seu trabalho, seja por tornar aceitável a exploração, seja por permitir o uso potencializado da força”. Dessa forma, o que prevalece é a produção de um corpo dócil, economicamente eficaz e politicamente resignado. A produção de corpos desejáveis assinala, portanto, o quanto o corpo é objeto central para o entendimento das relações sociais de determinado contexto.

Cabe destacar outro aspecto: o gerenciamento dos riscos, presente no discurso biomédico para doenças e adiamento dos sinais do envelhecimento, está vinculado ao controle e funciona como norteador de conduta. Castiel, Guilam e Ferreira (2010, p. 28) afirmam que o risco é uma “forma presente de descrever o futuro, sob o pressuposto de que se pode decidir qual o futuro desejável”. É invisível e não configura perigo, que é da ordem do presente. Para os autores, a noção de risco é ampla e recebe diferentes definições em vários campos de saber. É como se a experiência da vida fosse incapaz de ser administrada, tornando-se, portanto, um risco. “A noção de risco quer que um indivíduo que não sofre se arrependa, não depois, mas antes de agir, e isso pela mera possibilidade de vir a sofrer”, argumenta Vaz (2006, p. 10), que também ressalta a relação entre risco de uma decisão e o arrependimento por fazer e por não fazer:

O conceito tende a favorecer “uma moralidade que combina utilitarismo e individualismo; de um lado, o enunciado moral de senso comum acerca da decisão do outro passa a ser: “se for para te fazer feliz, pode...”; de outro, o compromisso entre prazer e consequência negativa passa a orientar o cotidiano dos indivíduos; por exemplo, comer carne vermelha ou feijoadada nos finais de semana, ao mesmo tempo que se controla o colesterol no restante dos dias (VAZ, 2006, p. 10-11).

Os riscos de adoecer são elementos fundamentais para uma regulamentação da vida, e a medicina entra nesse contexto ao prescrever exames e tratamentos precoces e

muitas vezes desnecessários em nome de um falso bem-estar. Novos estilos de vida surgem com base na prevenção de condutas e de comportamentos de risco. Cabe reforçar o investimento acelerado na prevenção de doenças, envelhecimento e promoção por parte da indústria – incluindo o que é feito via publicações e mídia de massa –, com intensa propaganda e estratégias de comunicação voltadas para o prolongamento da vida e produção de novos sentidos no cotidiano, por meio de estratégias que ajustem melhor aos interesses de cada um: exercícios físicos, dietas voltadas para potencializar a *performance*, alimentação saudável, entre outros aspectos.

A sociedade contemporânea é marcada, então, pela regulação dos cuidados individuais: “Comportamentos considerados ‘protetores’ de doenças não transmissíveis compõem o cardápio de práticas permitidas que englobam estilos de vida saudáveis, exaustivamente alardeados” (CASTIEL, GUILAM, FERREIRA, 2010, p. 44). Enfatizamos o fato de que as trajetórias e práticas discursivas das personalidades públicas são exemplos de bom ou mau envelhecimento, levando-se em conta o corpo e o estilo de vida.

Como explica Sacramento (2016, p. 3), a cultura de consumo contemporânea impele o indivíduo a buscar o autoaprimoramento corporal, encorajando-o “a adotar estratégias instrumentais para combater a deterioração, aplaudidas também pelas burocracias estatais que procuram reduzir os custos de saúde educando o público contra a negligência corporal, o sedentarismo e toda prática contrária ao bem-estar e à boa forma”.

Logo, o autoaprimoramento é uma maneira de praticar o poder e produzir indivíduos produtivos. A insatisfação vai além do corpo e alcança a vida. Em busca do corpo perfeito ou da vida perfeita, as pessoas são mais facilmente controladas. E competem mais entre si. Além disso, vivemos em uma cultura que estimula não apenas a restrição, mas também o excesso; que gera culpabilização e normas que produzem o temor da anormalidade. “É necessário superar limites, vencer barreiras, operar correções, equipar a infraestrutura do corpo para deixá-lo mais eficiente, produtivo, performático, saudável e ‘válido’” (COUTO, 2013, p. 185).

Além de estar associado à negligência, o estilo de vida arriscado ocupa o campo semântico do desvio ou da fraqueza de caráter. Dessa forma, privilegia-se um corpo contido, que está sob o controle da vontade. As práticas utilizadas pelas celebridades para compor a aparência desejada – como alimentação restritiva e exercícios físicos – visam à docilização desses corpos que devem cumprir regras, ou seja, que não são desviantes no

processo de manter a boa saúde ou a jovialidade. Logo, a mente aparece no comando do corpo. Não há separação entre corpo e mente nessas narrativas. “Todo indivíduo, se é eficiente e controlado, tem o direito a ter prazer durante muito tempo” (VAZ, 2006, p. 11). No entanto, tudo indica que esses mesmos corpos autorregulados também são desviantes, pois em algum momento sucumbem ao prazer da gula, por exemplo. Sobre esse aspecto, Elizabeth Kissling (1995) observa que celebridades perpetuam padrões sexistas de beleza, criando uma relação simbiótica entre autoestima e aparência – transformando-se esta última em um campo de batalha. A gula se lhes torna um pecado mortal, um verdadeiro fantasma, e o caminho para se livrar da frustração é o da negação da fome e da disciplina do corpo por meio dos exercícios físicos.

“Levadas à tentação, as mulheres consomem alimentos ruins, depois se sentem culpadas e confessam, atribuindo-se penitência calórica ou física e prometendo ser melhores no futuro” (KISSLING, 1995, p. 5). Por outro lado, continua a autora, a partir do momento em que o corpo é controlado por meio de dietas e exercícios físicos, a mente pode ser utilizada para pensar em outros assuntos mais interessantes.

Nos tempos atuais, a tecnologia é ferramenta bastante útil para potencializar o controle corporal. Por meio de aplicativos – *softwares* presentes em dispositivos eletrônicos móveis que desempenham uma série de funções e visam facilitar a vida do usuário –, o indivíduo consegue ingerir menos calorias, programar treinos, manter boa aparência e corpo sexualmente atraente. “Esses cálculos constantes e a sensação aparente de estar no controle colocam a mulher no comando da vida” (MC ROBBIE, 2015, p. 10). O controle é alcançado por meio da ilusão do investimento no corpo belo como uma escolha pessoal “e não por uma questão de aprovação masculina, mas para a aprovação de outras mulheres” (MC ROBBIE, 2015, p. 10).

Dessa forma, a autora considera que a competição pela perfeição e a exigência de autorregulação escancaram o antifeminismo disfarçado de ideais meritocráticos que intensificam as diferenças de gênero. “O feminismo se volta contra si mesmo, sujeitando-se ao poder transformador da individualização e instaurando novas hierarquias” (MC ROBBIE, 2015, p. 17). Assim, colocar em primeiro plano a necessidade obsessiva do revigoramento da imagem do corpo feminino é ir ao encontro da hierarquia de gostos preestabelecidos, promovendo a exclusão do corpo indesejável.

1.4. Beleza, juventude e consumo: implicações

Articulando o poder dos discursos sobre envelhecimento, gênero e feminilidade, Simone de Beauvoir foi uma das primeiras estudiosas feministas a pensar a questão do envelhecimento e da opressão das mulheres. Desde o final dos anos 1940, houve um aumento de teorias e pesquisas cuja preocupação versava sobre o corpo feminino envelhecido nas áreas da imagem corporal, beleza, política e personificação dos corpos e experiência do envelhecimento (CLARKE, 2011). A busca especificamente da perfeição dos corpos é antiga: basta lembrar o uso de espartilhos pelas mulheres entre os séculos 16 e 20 e dos pés de lótus da cultura chinesa. Logo, seguir o modelo idealizado de beleza e se sacrificar para atingi-lo não é fenômeno dos nossos tempos, como sinaliza Santarelli (2016). A autora afirma que a busca da beleza está no equilíbrio e na conjunção de biologia, matemática, geometria e arte, relação que nem sempre é lembrada, ainda que esteja presente em nossas escolhas instintivas. Ou seja, inegavelmente a aparência acaba importando. “Além de cabelo farto e brilhante e pele lisa, a beleza pode ser medida pela proporcionalidade e simetria. Para as mulheres destacam-se características ligadas à juventude como cintura fina, lábios carnudos, queixo estreito, bochechas rosadas e pele clara” (SANTARELLI, 2016, p.7). Afora a magreza, beleza e bronzeado, as qualidades impostas ao corpo contemporâneo incluem a juventude (SIBILIA, 2012). Esconder a idade passa a significar preocupação com a beleza; há, portanto, uma dificuldade de enxergar beleza no envelhecimento. Por outro lado, o que é a juventude senão uma fase em que esquecemos de todo nosso potencial físico e simplesmente valorizamos nossa liberdade?

Em seus estudos, Woodward (1991) afirma que as categorias culturais humanas são redutíveis à juventude e à idade, e estão organizadas hierarquicamente para que não sejamos julgados pela idade que temos, mas sim por quão jovens não somos. Gretchen em suas aparições diz não se importar não com a idade que tem, mas por quão jovem ela possa parecer, sempre amparada pelas novas tecnologias disponíveis para retardar os efeitos da passagem do tempo. A cada procedimento realizado demonstra se sentir ainda melhor, ao contrário, talvez, de uma mulher de sua idade não adepta a intervenções; o perfeccionismo com relação ao corpo por meio do gerenciamento contínuo da aparência reflete a atual cultura da juventude em que estamos inseridos. Seu corpo, após cada reforma estética realizada para se afastar dos contornos naturais, torna-se novamente confortável para viver e ser feliz. Essa situação ilustra de maneira significativa o quanto a ideia de perfeição espera que as mulheres possam se consertar por si mesmas mediante

permanente monitoramento. Logo, em nossa cultura é ressaltada a reprodução de um padrão estético hegemônico que associa a beleza a algo construído por meio de intervenções, ou seja, a algo artificial.

No neoliberalismo contemporâneo, a vasta indústria da beleza e do antienvelhecimento, disponibilizando produtos, serviços e procedimentos, não mostra qualquer intenção de parar de gerir a vida das pessoas. Diante disso, parece complexo resistir à desvalorização do envelhecimento sem negar a idade cronológica. Logo, rugas, manchas, estrias, flacidez, textura indesejável da pele, pelos e cabelos a mais ou a menos, toda essa exterioridade do corpo é vigiada, esquadrinhada e temida “de maneira fóbica, obsessiva, histérica ou persecutória” (COSTA, 2004, p. 79). Gordura, por exemplo, é entendida nos nossos tempos como algo pouco atraente, como algo imoral e alvo de preconceitos; basta pensarmos na gordofobia. O que pode explicar esse comportamento é o fato de o corpo externo estar disponível para observação coletiva, sendo, portanto, difícil para o indivíduo furtar-se ao processo de envelhecimento e à mudança geracional, como sugerem Featherstone e Wernick (1995). Os autores afirmam que, com o envelhecimento, o corpo externo pode representar uma traição à juventude do corpo interno, por “intensificar a reflexividade que nos é imposta em um mundo em que todos somos obrigados a escolher um estilo de vida que incorpore gostos, estando o processo de envelhecimento inevitavelmente ligado à reflexividade” (FEATHERSTONE, WERNICK, 1995, p. 260). À medida que a sociedade se torna cada vez mais obcecada por imagens, aparências e busca interminável pela juventude, o corpo feminino envelhecido se torna cada vez mais depreciado e ignorado, conforme ganha potencial para iluminar suposições sociais e ideais da idade mais avançadas (CLARKE, 2011, p. 4-5).

No desdobramento desse pensamento, percebe-se como a imagem corporal, além de produto, é também situacional e negociada com as percepções que o indivíduo tem do seu ideal de beleza. Assim, os indivíduos disciplinam seus corpos por meio de exercício, dieta e adesão às novidades intermináveis disponíveis no mercado sobre vida saudável não apenas para ficar fisicamente mais atraentes, mas para se aproximar de uma idealização cultural e da juventude. “Embora os cabelos grisalhos possam ser facilmente mascarados com tintura, e a carne flácida, as estrias e as protuberâncias desagradáveis possam ser estrategicamente cobertas com roupas, as rugas faciais constituem um marcador físico do envelhecimento de difícil dissimulação (CLARKE, 2011, p. 70).

Logo, é interessante perceber como o corpo é sinônimo de presença na sociedade contemporânea (e o rosto ainda mais). Se há algumas décadas a cirurgia estética era uma

das poucas opções disponíveis para pessoas determinadas a manter uma aparência jovem, atualmente, com o surgimento de produtos e serviços anti-idade e procedimentos estéticos minimamente invasivos, é possível alterar a aparência do rosto e do corpo envelhecidos com mais facilidade. Esses corpos são ávidos para consumir uma imagem corporal específica que traduza uma aparência jovem, lisa e boa e, assim, se distanciar da velhice. Nesse sentido, as rugas constituem uma afronta à moral da pele lisa (SIBILIA, 2012) e ao direito de envelhecer, tirado da sociedade, especialmente das mulheres. Isso porque deixar o corpo envelhecer naturalmente em nossa cultura tende a significar indício de desleixo, de desvio. Na busca de conforto e aceitação, volta-se o olhar para os procedimentos estéticos.

Dessa forma, a “virtualização imagética descarnada e descarnante” (SIBILIA, 2010, p. 101) tem-se transformado em objetivo de vida no contemporâneo. É dessa maneira que, segundo a autora, opera a moral da boa forma: “submetidos a todas as pressões do mundo contemporâneo, os indivíduos são interpelados pelos discursos midiáticos e pela aluvião de imagens que ensinam tanto as feições como as leis do “corpo perfeito” (SIBILIA, 2010, p. 204). Ao mesmo tempo, essas pessoas são informadas sobre os riscos inerentes às atitudes e aos estilos de vida capazes de as afastar desse ideal inalcançável. Esses riscos podem ser controlados ou reduzidos com privações e sacrifícios, ou seja, por meio de uma boa gestão de si que envolva hábitos de vida considerados saudáveis.

Esse discurso da moral da boa forma e da alta *performance* é proferido tanto por especialistas médicos como pela mídia, publicidade e *marketing*. De fato, “a mídia é fundamental em nossa sociedade e contribui tanto para consolidar práticas disciplinares quanto para criar espaço de questionamento delas” (SACRAMENTO, BORGES, 2020, p. 63-64). Ao abordar o assunto, Sibilía (2010) enfatiza que, de acordo com as ordens da moral da boa forma, é imposta uma severa cartilha para a manutenção do físico por meio de três recursos: tempo, dinheiro e dor. “Tudo para delinear um corpo elaborado como uma imagem lisa e pura, um modelo corporal insuflado pelo horizonte digitalizante que norteia a nossa cultura; um corpo icônico, desprovido de qualquer mácula ou defeito e desenhado exclusivamente para o consumo visual” (SIBILIA, 2010, p. 205). É preciso considerar a manipulação de imagens na mídia ou publicitárias de produtos e pessoas. Por meio de recursos tecnológicos, como o *Photoshop*, defeitos são escondidos e peles e corpos são retocados até parecem completamente lisos (e artificiais) (SIBILIA, 2012).

Cabe destacar que os discursos midiáticos sobre o corpo englobam uma multiplicidade de vozes propondo diferentes definições do que seja certo e até mesmo aceitável. “Esse processo de territorialização do corpo midiático se faz mediante o aporte de diferentes saberes – moral, psicológico, sanitário, médico, estético, mercadológico – que fazem com que a competência dos discursos da imprensa se constitua como sistema perito” (BRAGA, 2019, p. 140), ou seja, um sistema especializado e com excelência técnica para compreender determinado assunto ou ação do cotidiano (GIDDENS, 1991).

Enfim, são muitas as estratégias e os discursos em nome do corpo perfeito e da valorização da juventude; da associação da saúde com a beleza e da beleza com a felicidade. Em outras palavras, “a ideia de felicidade pressupõe um estado de plenitude estética para o indivíduo, que se definiria pelo estado do prazer” (BIRMAN, 2010, p. 29). Para atingir o sucesso é necessário despender muito esforço, dedicação e disciplina, por meio de formas de consumo e estilos de vida.

Como afirma Deborah Lupton (1995), da mesma forma que o autocontrole precisa ser reconhecido para entender as maneiras pelas quais as pessoas conduzem e regulam seus corpos e constroem suas formas de subjetividade, as dimensões inconscientes do comportamento também requerem atenção. “A dimensão não consciente das práticas do eu, em que os comportamentos são aculturados por meio do *habitus* e são realizados ‘automaticamente’, também requer reconhecimento” (LUPTON, 1995, p. 138).

O idadismo é mais um motivo para aumentar a busca de vigilância, incluindo a medicalização e o consumo – que, por sua vez, engloba não apenas mercadorias, mas valores que determinam como o corpo deve ser, o que ele deve vestir e outros aspectos, a fim de atingir a felicidade e o bem-estar. Dessa forma, a lógica consumista colabora para a construção de novos modos de vida, agregando o prolongamento da juventude.

Portanto, lidar com o processo do envelhecimento é também enfrentar o preconceito etário, construído e reforçado pelas mídias – isso inclui a publicidade, os programas de televisão, os filmes e outros canais de comunicação – que perpetuam a comercialização de produtos e serviços destinados a reverter o processo de envelhecimento. Esse discurso, na maioria das vezes, é expresso por meio de uma linguagem politicamente correta, já que ao fazer escolhas de beleza adequadas, os indivíduos conseguem reter seu valor social (CLARKE, 2011).

Vale admitir que o preconceito existente em relação às pessoas mais velhas pode muitas vezes ser alimentado por elas próprias (CÔRTE, 2018). E é algo complexo eliminar esse preconceito, pois ele permite às pessoas se afastar das questões da velhice

– que podem ser paralisantes – por meio da ficção da vida eterna, do autoengano. Sobre esse aspecto, reiteramos que a mídia, incluindo a publicidade, dá forma, atualiza e faz circular conceitos e discursos (preconceituosos e sexistas) sobre o envelhecimento no mundo contemporâneo, definindo o valor das mulheres por sua aparência e equiparando beleza à juventude.

As informações divulgadas retratam os sinais do envelhecimento como escolhas individuais e baseadas no consumo e, ainda, “apelam para as emoções e crenças pessoais em relação ao envelhecimento, sendo uma das principais a de que velho é aquele que está doente; por isso ninguém quer ser nomeado velho, ou então que todo velho é sábio, bonzinho etc.”, como afirma Côrte (2018, p. 40). De acordo com essa autora, portanto, a idade acaba sendo por si só uma definição da incapacidade, independentemente das capacidades intrínsecas de cada um, assim como ocorre na discriminação por gênero ou raça. Featherstone e Wernick (1995, p. 257) apontam que “envelhecer, se é que exista tal verbo é ser museizado”. O envelhecimento é tema de vigilância contínua:

o passado pode ser abordado sociologicamente em termos das interações contínuas da vida cotidiana em que, por exemplo, o envelhecimento do corpo (a propagação dos cabelos grisalhos, o declínio da mobilidade corporal ou a perda do tom da pele) torna-se o assunto de comparações ('Você não parece ter mais de cinquenta anos!') Essas observações sociais e o monitoramento interpessoal da transformação dos corpos são nosso melhor indicador da passagem do tempo. Não é apenas porque meu corpo envelhece, mas os corpos de minha coorte geracional também envelhecem. Além disso, esse processo de envelhecimento social agora é tipicamente registrado por fotografias escolares, retratos de casamento, fotos de férias e assim por diante (FEATHERSTONE, WERNICK, 1995, p. 257).

A naturalização cada vez maior da lógica consumista colabora para a construção de novos modos de vida, que contêm o apagamento da idade. Em entrevista, Laura Hurd Clarke (2016) ressalta como é importante ser jovem e esbelto para ser bem-sucedido na sociedade contemporânea. Também afirma que existe crescente pressão sobre homens e mulheres para ostentar uma aparência jovem por meio de narrativas do envelhecimento bem-sucedido, adotadas por gerontólogos, indústria farmacêutica e cultura de consumo: “Espera-se que você seja *ageless*: alguém sem idade definida” (CLARKE, 2016, p. 153).

Discursos que vão ao encontro de uma juventude prolongada e/ou congelamento do tempo são encontrados com frequência na mídia e na publicidade. O público que recebe as informações sobre a importância da alimentação saudável, da prática de

exercícios físicos, da realização de procedimentos estéticos, da implementação de boas práticas para interromper comportamentos ditos prejudiciais à saúde etc. molda seus comportamentos a partir das narrativas de especialistas específicos, que explicam como não fracassar no projeto pessoal de envelhecimento bem-sucedido.

Nesse contexto, recorreremos aos estudos de Castro (2012, p. 4) para entender como as narrativas de consumo constituem parte importante das representações sociais vigentes: “A transformação da velhice em segmento de consumo, a construção discursiva do ideário *ageless* e da juventude como valor articulam as formas de discriminação com base no preconceito etário”. Esse preconceito é maior entre as mulheres, em decorrência do fato de elas serem definidas pela aparência – os discursos misóginos se concentram no corpo das mulheres e são amplificados no corpo feminino mais velho, aumentando, portanto, a carga de significado negativo.

Sobre esse aspecto, Côrte (2018) destaca o conceito “pós-idade” para evidenciar o quanto o coletivo e o indivíduo negam a velhice, o ser e o estar velho, em discriminação da idade, o idadismo, como já mencionado. Ao dar publicidade à pós-idade, a mídia despreza a finitude humana. A autora enfatiza que tal fato provoca aumento da angústia e da busca de intervenção por parte da população, bem como ampliação da vigilância e da medicalização da vida cada vez mais longa. Ao mesmo tempo, os discursos antienvelhecimento constroem a velhice como algo desviante. Se o indivíduo está saudável, ele deve ter responsabilidade moral para lutar não apenas contra a aparência envelhecida, mas como na direção oposta do início de uma doença.

O processo de envelhecimento se mostra sujeito ao olhar cultural naturalizado nas imagens da mídia ou ao olhar da juventude, à vigilância dos mais jovens. As recomendações da Organização das Nações Unidas (ONU), em seu Plano de Ação Internacional para o Envelhecimento (2002), ressaltam essa preocupação contra o idadismo, considerando-a, aliás, questão de saúde pública. Cabe chamar a atenção para os avanços da medicina e técnicas antienvelhecimento, por meio da concepção de envelhecimento segundo a perspectiva da medicina *anti-aging*,²³ que passa a ser utilizada para a prevenção de doenças e a promoção da saúde. Por meio dessas técnicas, é possível identificar a doença antes que ela se manifeste, bem como realizar tratamento personalizado – que se distancia da abordagem mecanicista do corpo humano, concebida

²³ O CFM afirma que não existem evidências científicas que justifiquem essa prática, tendo proibido as terapias antienvelhecimento no país em 2012 por meio da Resolução nº 1.999/2012. A autarquia também não considera habilitado o profissional que atua na área. [Acesso em: 20 fev. 2019].

pela medicina convencional – para combater os danos ocasionados no organismo. Isto é, como observa Rougemont (2016, p. 50), o envelhecimento é então concebido como um processo de adoecimento e desencadeador de doenças e intervenções médicas: “Nessa perspectiva, ser velho não é uma consequência de viver muitos anos, mas o acúmulo de patologias e disfunções. Uma vez que a abordagem *anti-aging* argumenta ser possível e viável intervir nesse processo, o envelhecimento deixa de coincidir com o ciclo de vida”.

Segundo a autora, portanto, a concepção do envelhecimento passa por uma transformação, que afasta o envelhecer da última fase da vida. “Na concepção *anti-aging*, a decadência biológica, o corpo doente e frágil, não ocorre pela passagem do tempo, mas na passagem do tempo” (ROUGEMONT, 2016, p. 55). Além de o universo midiático promover a associação da mulher a um corpo jovem, grande parte dos produtos culturais tende a estimular a feminilidade, com a intensificação de temas relacionados a sedução, casamento, família e frivolidades, resumindo-as, portanto, a meras consumidoras. Em contrapartida, existem as mulheres que assumem e expõem seus corpos, desafiando os ideais dominantes de corpo perfeito, se reconhecendo como são, em suas diversas formas, tamanhos, especificidades e experiências.

Os desafios para as mulheres são de diferentes ordens. Se por um lado o corpo feminino natural ou sem adornos tem pouca aceitação e feminilidade, o corpo que foi alterado é falso e, do mesmo modo, inaceitável. Dessa forma, as mulheres se veem em uma linha tênue entre fazer muito e não fazer o suficiente por sua aparência. Atrizes envelhecidas cujos rostos estão enrugados são consideradas menos bonitas; enquanto atrizes cujos rostos atestam que um procedimento estético não cirúrgico deu errado são do mesmo modo ridicularizadas (CLARKE, 2011).

Em uma comparação entre as mulheres alemãs e as brasileiras Goldenberg (2009, p. 993) destaca que para as alemãs, mulheres consideradas interessantes são as que têm algum tipo de relação com o mundo intelectual: são mulheres de ideias interessantes, seguras, assertivas, independentes economicamente, e muito mais independentes do olhar dos outros. “Aqui [no Brasil], é impossível imaginar que uma mulher como esta seria considerada interessante”. Pensamos que a preocupação da mulher com sua aparência e com a utilização de estratégias anti-idade é resultado de pressão social para alcançar a beleza idealizada. Nesse caso, a estética passa a ser o remédio para sua biologia inferior (CLARKE, 2011).

A prescrição de atividade física, de dieta saudável como forma de regular a carne, e de uma vida desestressante também constitui forma de investimento na aparência e que

mostra o quanto o envelhecimento se torna objeto biopolítico na contemporaneidade. Na governamentalidade neoliberal, as estratégias para controlar o tempo tendem a se tornar cada vez mais carregadas de conotações morais, à medida que o corpo envelhecido for usado para denotar autocuidado insuficiente, principalmente os corpos femininos.

Finalmente, a velhice não é um estágio tão diferente de outras fases da vida: existem muitas mudanças, mas combater e negar o envelhecimento a todo custo é algo que devemos evitar e sobre o que refletir.

CAPÍTULO 2: PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS E A METAMORFOSE DO CORPO

2.1. A saúde sob o domínio da estética em nome do bem-estar

Partindo da reflexão sobre o processo de estetização da saúde (FERREIRA, 2006), criador de uma percepção que hipervaloriza os prazeres dos sentidos e a imagem idealizada do corpo, bem como a transformação do corpo envelhecido por meio de intervenções estéticas tão comuns na cultura do consumo, nosso interesse neste segmento é pensar a respeito da colonização da saúde pela estética no contemporâneo e do quanto isso é evidenciado no discurso das celebridades. É fato que preocupação com o percentual de gordura, as técnicas disciplinares e a enxurrada de produtos de beleza disponível no mercado apontam a excessiva preocupação estética na sociedade. Estética que produz a regulação dos corpos e também das escolhas sobre o que comer e beber, que roupas usar, qual discurso proferir, que opções de entretenimento fazer, por exemplo (FEATHERSTONE, 1995). Esse componente estético, ao ganhar destaque na vida de homens e mulheres, passa a gerar angústias e controle rigoroso sobre a imagem corporal visando à adequação dessa imagem às normas sociais (FERREIRA, 2006).

Além de sustentar e moldar opiniões sobre o embelezamento da mulher, as celebridades atuam como propagadoras do estilo de vida saudável e de técnicas que possam otimizar a aparência. Essas modelos se tornam autoridades na internet, capazes de contribuir para a legitimação de comportamentos, o autoaprimoramento, o autocontrole e a autorregulação, e não necessariamente em busca da saúde. Dessa forma, vidas reais são incitadas a uma constante estetização; e, para ganhar consistência, existência e conquistar a legitimação do outro, é preciso estilizar a própria vida (SIBILIA, 2016). “Cotidianamente, os sujeitos destes inícios do século XXI, familiarizados com as regras da sociedade do espetáculo, recorrem a uma infinidade de ferramentas ficcionalizantes disponíveis no mercado para se autoconstruir” (SIBILIA, 2016, p. 313).

No final do século 19 e início do 20, como explica Sibilia (2016), eram considerados éticos apenas os procedimentos estéticos que objetivassem a reparação de feridas de guerra ou malformações congênitas. As intervenções para a alteração de corpos “normais”, em nome da beleza, eram consideradas indignas para uma profissão tão séria como a medicina. Toda essa transformação corporal tinha como objetivo a construção de um novo eu. “Transformar o normal em anormal é corrigir e aperfeiçoar, mas é,

sobretudo, não questionar os valores do presente, não mudar por supor um sentido de progresso à mudança” (VAZ, 2006, p. 50).

Quando pensamos no reconhecimento das alterações corporais, pessoas mais vaidosas talvez tendam a achar o envelhecimento menos suportável, em função da dificuldade de compreensão do envelhecer para além do que é normativo. A tecnologia e os recursos disponíveis atualmente, no entanto, são capazes não apenas de deixar os corpos melhores, mas de aperfeiçoá-los (ORTEGA, 2008) por meio de diversas técnicas. E se antigamente as intervenções médicas eram realizadas para curar doenças, atualmente a medicina e as inovações tecnológicas permitem que as pessoas cheguem a idades mais avançadas sem as aparentar. “A sensação de inquietude sobre as tecnologias de aprimoramento modernas surge da crença de que elas se tornaram mais poderosas, precisas, direcionadas e bem-sucedidas – poderosas porque estão fundamentadas em uma compreensão científica dos mecanismos corporais” (ROSE, 2013, p. 37). Logo, o autor afirma que os indivíduos têm acesso a escolhas baseadas nos desejos narcísicos ou irracionais não por necessidade médica, mas estimulados pelo mercado e pelo consumo, aspectos aqui já comentados. Convém destacar que esse mercado da beleza disponibiliza, aliás, produtos e tratamentos para diferentes posses e classes sociais.

Nesse sentido, Rose (2013, p. 36) considera que “estamos nos movendo da normalização para a adequação”. Se é possível melhorar a aparência, por que não o fazer? A esse respeito, “depois de se impor como modelo único, o capitalismo pós-industrial se volta para a produção de modos de ser e de viver atrelados aos implacáveis ditames do presenteísmo, do individualismo e dos ideários de autonomia e juventude a qualquer custo” (CASTRO, 2016, p. 88).

Na nossa cultura ocidental, ao dar ênfase às formas corporais, o indivíduo fica reduzido apenas às suas características físicas; essa constatação se evidencia no discurso misógino de que as mulheres são consideradas por sua aparência. Cuidar mais de si para não aparentar a idade que tem dá a entender que isso é um dos benefícios do envelhecimento bem-sucedido. Esse tema tem obtido muito destaque nos meios de comunicação, mas percebemos que a relação entre envelhecimento saudável e a realização de procedimentos estéticos também pode ser observada amplamente no campo biomédico, espaço em que saúde e beleza confluem. A preocupação com os parâmetros estéticos expressa ainda o aprisionamento do sujeito em um discurso voltado para a lógica capitalista. Isso porque o investimento corporal é visto como capital para ascensão social em todas as classes sociais. A esse respeito, cabe destacar que atualmente cada vez mais

profissionais não médicos têm realizado esses procedimentos a preços variados e em prestações que cabem em todos os bolsos, banalizando a prática – este tema será melhor abordado no capítulo seguinte. “As inúmeras possibilidades de transformação corporal disponíveis hoje no mercado e acessíveis a um grande público, redefinem a relação com o corpo, a identidade pessoal, a ordem moral, cultural e jurídica, além de apresentar novos padrões éticos e estéticos” (FERREIRA, 2006, p. 133). Portanto, a “guerra” para controlar o tempo é carregada de conotações morais, já que na nossa sociedade, desviar-se de ideais de beleza (inatingíveis) é indicação de autocuidado pessoal ineficiente. Constata-se, ainda, que o autocuidado segue uma lógica do tempo e da eficiência. Também a imagem ideal de si ganha importância não apenas para o indivíduo, mas para a sociedade orientada pela norma da psicologia positiva.²⁴ Nesse contexto, Twigg (2004) chega à conclusão de que para a mulher ainda pode ser complexa a permanência em corpo idoso:

A relutância em enfrentar o corpo envelhecido tem origem também, paradoxalmente, na própria gerontologia, que se tem empenhado para afirmar a base social, e não a fisiológica, para entender a velhice, contra uma cultura na qual os relatos biomédicos ocupam posição privilegiada e dominante (TWIGG, 2004, p. 60).

Para se pensar em corpo é importante, portanto, evitar o domínio das abordagens biomédicas que apresentam as raízes do envelhecimento em termos do próprio corpo. “Precisamos dar peso à complexidade e pluralidade de significados sociais e culturais que têm e aderem ao corpo, reconhecendo as maneiras pelas quais o corpo e a experiência corporal são constituídos por meio dos discursos” (TWIGG, 2004, p. 70).

Alguns levantamentos estatísticos confirmam que a preocupação estética tem aumentado consideravelmente e se transformado em fenômeno global. Segundo a pesquisa da (Isaps, 2020b), somos o segundo país do mundo em intervenções estéticas cirúrgicas (próteses de silicone nos seios ou lipoaspiração) ou não cirúrgicas (aplicação de toxina botulínica²⁵ ou preenchedores), só precedido pelos Estados Unidos. A pesquisa mostrou que grande parte dos procedimentos cirúrgicos realizados em todo o mundo (1.493,673, ou 13,1%) foi feita no Brasil. O país também apresentou aumento de 28% nos procedimentos não cirúrgicos (1.072.002) em relação ao ano de 2018.

²⁴ Forma em que o indivíduo consegue dentro de si fomentar sua força interior para melhorar a vida.

²⁵ A toxina botulínica foi citada como o cosmético não cirúrgico mais popular nos relatórios anuais produzidos pelo Isaps desde que o medicamento foi aprovado pela Food and Drugs Administration em 2002.

Com relação aos números gerais, houve aumento de 7,4% no total dos procedimentos estéticos cirúrgicos e não cirúrgicos realizados em 2019. No ano anterior, a mesma pesquisa revelou aumento de 5,6% no número de intervenções. Em resumo: esses dados não param de crescer no mundo todo.²⁶ Assim como em 2018, os procedimentos cirúrgicos mais populares são a cirurgia para o aumento dos seios, a lipoaspiração, a cirurgia das pálpebras, a abdominoplastia e a rinoplastia. Quanto aos tratamentos não cirúrgicos e não invasivos se mantêm a aplicação de toxina botulínica e de ácido hialurônico, a remoção de pelos, a redução de gordura não cirúrgica (bariátrica) e o fotorrejuvenescimento. Ainda de acordo com o levantamento, os procedimentos faciais tiveram aumento de 13,5% em relação a 2018, e a gluteoplastia (cirurgia para aumento dos glúteos) foi a que apresentou maior crescimento entre todos os procedimentos cirúrgicos. Também cresceu em 24,1% o número de labioplastias (remoção de pele dos lábios vaginais) em 2019.

Entre os procedimentos estéticos não invasivos mais realizados por pessoas com 65 anos ou mais estão a aplicação de toxina botulínica, com 375.662 procedimentos; lipoaspiração (35.289); cirurgia para o aumento dos seios (15.621); cirurgia bariátrica (13.929); e rinoplastia (5.918). Numa comparação entre gêneros, as mulheres se submeteram a 86,9% dos procedimentos estéticos em 2019 (21.709.680), ao passo que os homens passaram por 3.272.624 intervenções (13,1%). A alta demanda das mulheres pela realização de procedimentos reitera as estratégias discursivas frequentemente utilizadas nos espaços midiáticos na busca do corpo curvilíneo e do rosto sem rugas. Essa pressão social pode ser explicada pela profusão de procedimentos estéticos e de novos tratamentos e tecnologias corporais existentes no mundo, além de também significar uma forma de evitar o idadismo. A ciência, portanto, acaba sendo tida como solução e redenção entre a questão do ego e a questão social para prolongar o tempo do corpo jovem.

Seguindo essa lógica, dados no Brasil demonstram que as intervenções estéticas também são cada vez mais comuns. De acordo com o último censo da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), divulgado em 2018, os procedimentos estéticos

²⁶ Em decorrência do avanço da medicina antienvelhecimento, o CFM divulgou resolução objetivando, além de outros fatores, impor limites a diversos tipos de prática, entre elas “quaisquer terapias antienvelhecimento, anticâncer, antiarteriosclerose ou voltadas para doenças crônicas degenerativas” (CFM, 2010).

não cirúrgicos seguem aumentando no país. Aplicação de toxina botulínica, preenchimento, *peeling*, laser e suspensão com fios são os tratamentos mais procurados.²⁷

No *ranking* dos procedimentos cirúrgicos os mais realizados são a aplicação de prótese de silicone para aumento dos seios, a lipoaspiração, a abdominoplastia, a mastopexia (para mudar a forma dos seios) e a cirurgia para redução de mama. Houve ainda aumento de 25,2% de cirurgias estéticas em relação ao censo anterior de 2016, sendo que entre pessoas com 65 anos de idade ou mais, registrou-se aumento de 1,2% na realização de procedimentos (5,4% em 2016 e 6,6% em 2018). Esses procedimentos foram realizados na maioria das vezes em consultórios e clínicas particulares, mas o censo da SBCP também mostrou que o Sistema Único de Saúde (SUS) custeou 2,2% das cirurgias. Já os convênios foram responsáveis por 18,1% das intervenções.

Mais uma vez, esses números nos levam a crer que a preocupação estética está naturalizada no cotidiano de muitas pessoas, de todas as idades e de classes sociais variadas, desafiando limites materiais em nome da beleza e da juventude. Sobre esse aspecto, Ferreira (2006, p. 112) considera que, no Brasil, “o crescimento do número de cirurgias plásticas e a expansão da indústria da beleza, dos cuidados com o corpo e da metamorfose corporal fazem parte de um processo mais amplo de medicalização, em que a tecnorracionalidade médica é levada a novas esferas da vida”. O autor afirma que a popularização desses serviços e a banalização desses procedimentos nos fazem pensar em novas construções de sentidos sobre o corpo “colocando-o como um artefato a ser modelado, um corpo de ocasião, que atenda ao interesse do momento” (FERREIRA, 2006, p. 112). Assim, o indivíduo que recorre à cirurgia estética deseja modificar seu sentimento de identidade: a nova formatação é capaz de operar no imaginário e influenciar a relação da pessoa com o mundo. Logo, o corpo é entendido como sinônimo de presença e de exteriorização da identidade (LE BRETON, 1999). Ao se projetar para fora de si, o indivíduo se reconhece no espelho.²⁸

Costa (2004, p. 77) explica que o elo entre o eu narcísico e o corpo físico sofreu metamorfose em algumas áreas da experiência subjetiva, entre elas o imaginário da perfeição: “o avanço real ou ideologizado da ciência e da tecnologia mudou o perfil da

²⁷Disponível em: <http://www2.cirurgioplastica.org.br/wp-content/uploads/2019/08/Apresentac%CC%A7a%CC%83o-Censo-2018_V3.pdf>. [Acesso em: 15 jan. 2021].

²⁸ Em *Metamorfoses*, de Ovídio, a narrativa do mito de Narciso destaca a relação da paixão do indivíduo por sua própria imagem, associando-a à beleza e perfeição, ao ver seu reflexo nas águas de um lago. Na tentativa de se fundir à própria imagem, Narciso se atira nas águas e se afoga pela recusa do amor do outro e pelo imperativo do amor de si (BIRMAN, 2019).

idealização da imagem corporal”. A intenção não é apenas alterar o olhar sobre si, mas o olhar dos outros por meio da correção física da aparência corporal. É importante considerar que as imagens de perfeição divulgadas pela mídia geram no indivíduo a internalização da ideia de aperfeiçoamento do corpo e do rosto. Por outro lado, considerar demasiadamente tanto a imagem corporal quanto a alheia pode ocultar um desprezo pela importância da interação com os outros e com o mundo (SIBILIA, 2010). Percebemos o quanto isso é ameaçador para a pessoa que envelhece, que, então, recorre à ciência para a salvação de questões que permeiam o imaginário. A multiplicação de intervenções estéticas como estratégia para se manter jovem por mais tempo e com a aparência saudável – não apenas como um estado físico e mental, mas como forma de viver na qual as pessoas são socializadas – indica que a velhice e o envelhecimento passam a ser objetos biopolíticos e a aparência física se torna vital para a autoestima e para uma tentativa de diminuição da sensação das falhas social e corporal, sobretudo das mulheres (CLARKE, 2011). A realidade é que os vincos faciais fazem parte do processo normativo do envelhecimento com o qual muitos indivíduos têm dificuldade de lidar.

A perspectiva mostra também como os discursos médico-científicos – como os da geriatria e da gerontologia – constroem e legitimam comportamentos e interesses a fim de levar o corpo a atingir padrões impostos socialmente, desconsiderando o direito à diferença e todas as diversidades corporais possíveis. Diante disso, Prado (2013, p. 35) afirma que, no capitalismo contemporâneo, mostram-se apenas experiências bem-sucedidas para se alcançar o corpo perfeito, realçando “o lado *glamoroso* de corpos bonitos, jovens, rejuvenescidos e turbinados preocupados em cuidar da qualidade de vida, da beleza, da saúde e do prazer efêmeros” e invisibilizando os corpos gordos, os dos transexuais, os dos homossexuais, e outros. Esses saberes especializados e tecnologias biomédicas propõem mecanismos tecnológicos a fim de regrar a forma do corpo e encurtar distâncias entre o que o pensamento e o corpo querem dizer (VAZ, 2006).

Vigarello (2014, p. 306) aborda essa relação ao refletir sobre os inúmeros aconselhamentos do corpo como lugar de mudança visível e do corpo psicologizado, por ser capaz de controlar os próprios males, gestos, movimentos, aparências e formas. O autor afirma que foram muitas as iniciativas que levaram a práticas inovadoras, “a essas certezas de descobrir-se a si mesmo pela ‘consciência profunda do corpo’, a ‘libertar o espírito apegando-se diretamente ao corpo’, a ‘eliminar as contrações [físicas] poluentes’ para melhor ‘encontrar sua verdade’”.

Para a ciência, o sujeito é reduzido a um objeto; ela simplifica o corpo e o reconhece como máquina ou coisa. A esse respeito, Sibilia (2010) aponta que na ânsia de obter a boa forma corporal, que inclui não só exercícios físicos, mas também cirurgias plásticas, a geração que tem hoje entre 50 e 60 anos de idade comete excessos e exageros que podem custar até a própria vida. “Acostumados a malhar seus corpos para os manter jovens, belos e saudáveis, estes novos adultos estão puxando e excedendo os limites convencionais das capacidades biológicas da espécie humana” (SIBILIA, 2010, p. 199). Essa busca, de acordo com a autora, é impulsionada por uma poderosa indústria: a da insatisfação. “Para isso o mercado oferece um amplo catálogo de soluções, que prometem adequar o próprio corpo ao modelo ideal emanado das imagens midiáticas” (SIBILIA, 2010, p. 206).

Seguindo essa avaliação e pensando no corpo feminino, entende-se que a vaidade e a feminilidade se misturam. Assim considera Bispo (2013, p. 357): “preocupação estética é também uma questão etária que faz parte da experiência de se sentir jovem e ser feminina/vaidosa. Disfarçar a idade é sinônimo de beleza e, por isso, a estética está intimamente atrelada às hierarquias das fases da vida”. Dessa forma, as temáticas sobre gênero e curso da vida surgem nos momentos em que a preocupação com a aparência se evidencia. “Por isso a crítica em torno da ‘roupa de velha’, aquela discreta, neutra, que apaga qualquer referência feminina e de jovialidade. A idade parece ressaltar-se quando a feminilidade é posta de lado” (BISPO, 2013, p. 357).

Em seu discurso anti-idade, além de se considerar referência de feminilidade, Gretchen realça a associação do fato de ser feminina à atitude de submissão quanto aos cuidados com a família (marido, filhos, netos). Em entrevista²⁹ ao canal do musicista e marido Esdras de Souza no YouTube, a celebridade disse que os jovens a veem como:

a mãe, a professora, uma referência de figura feminina. Se são homens, eles veem referência da mãe; se são mulheres ou meninas, elas querem crescer e serem iguais a mim, empoderadas, que decidem as coisas, independentes, determinadas, mas sem deixar de serem femininas. É isso que eu falo para todo mundo: o fato de você ser empoderada, independente, determinada, não tira sua feminilidade. Eu determino o que eu quero na vida, minha autoestima é extremamente alta, mas eu não deixo de ter o meu lado feminino, de fazer uma comida para o meu marido, de levar minhas filhas para escola, de cuidar da roupinha delas, de cuidar do bem-estar da minha família, porque isso é uma coisa da mulher, a gente se sente bem. Eu por ser masculina, no sentido de tomar conta da minha vida sozinha, de sempre ter que ser pai e mãe, de sempre

²⁹ Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=CSb0TKuORcs>>. [Acesso em: 5 jan. 2021].

ter que ser o homem da casa, eu não deixei de ter minha parte feminina, de me cuidar, de estar sempre bonita, de cuidar do meu corpo, de fazer minha ginástica e de também ser uma pessoa servil dentro de casa, porque eu gosto. É o meu lado feminino que aflora. Quando eu faço uma comida, quando eu passo a roupa dele [marido], isso me satisfaz como mulher; me faz sentir feminina, quando no dia a dia eu tenho que estar extremamente masculina, tomando decisões, fazendo coisas que um homem normalmente faria.

Numa sociedade considerada machista como a brasileira, ao se satisfazer cuidando do marido e de si, Gretchen parece reafirmar o papel em que a mulher é tradicionalmente colocada na sociedade: com pouco ou nenhum poder, além de objeto sexual e ser desejante. Em seus trabalhos sobre diferença de gênero e opressão das mulheres, a antropóloga e militante do movimento feminista desde o final da década de 1960 Gayle Rubin concluiu que só é possível avançar nesse aspecto a partir de um paradigma marxista.

No entanto, disse haver falhas ao se pensar em gênero e sexo. Ela apontou que o sistema de sexo e gênero serve a finalidades econômicas e políticas diferentes daquelas em que havia sido concebido originalmente, devendo então ser reorganizado por meio de ação política.

Em entrevista concedida à filósofa Judith Butler em 2003, disse que mesmo que os trabalhos marxistas da época focalizassem assuntos mais próximos das preocupações do marxismo como os de classe e trabalho, havia algumas teorias sobre relações sociais de reprodução. Dessa forma

surgiu então uma literatura maravilhosa, muito interessante, sobre o trabalho doméstico, por exemplo. Fizeram-se bons estudos sobre a divisão sexual do trabalho, sobre o lugar da mulher no mercado de trabalho, sobre o papel das mulheres na reprodução do trabalho. Parte dessa literatura era muito interessante e muito útil, mas não conseguia chegar a certos temas cruciais que interessam às feministas: diferença de gênero, opressão de gênero e sexualidade. Assim, havia um empenho geral no sentido de diferenciar o feminismo desse contexto político e de suas preocupações dominantes (RUBIN, BUTLER, 2003).

Ao problematizar as categorias hierárquicas de estratificação sexual, Rubin e Butler (2003) explicam que gênero e desejo sexual nos anos 1970 eram modalidades entrelaçadas no mesmo processo social. A antropóloga se opõe ao pensamento feminista que trata a sexualidade como derivação do gênero, ressaltando a importância da separação entre gênero e sexualidade (MONCAU, 2018). Para Rubin, gênero é considerado algo

imposto pelos sistemas sociais. A divisão dos sexos tem como efeito suprimir certas características de personalidade de praticamente todas as pessoas, homens e mulheres. Este é o mesmo sistema social que oprime as mulheres nas relações de trocas nele vigentes, e que oprime a todos com sua insistência em uma divisão rígida de personalidade (RUBIN, 2017).

Nesse contexto, consideramos que Gretchen, com sua feminilidade exacerbada, confirma a lógica social sexista; ao demonstrar todo seu cuidado com a aparência, a cantora acaba por satisfazer a normatização heterossexual. Para Foucault (2001), sexualidade é compreendida como um dispositivo que por meio do poder e controle, diz verdades sobre o sexo. Em nossas reflexões, entendemos a sexualidade como um campo de disputas, de tensões e de vastas possibilidades, assim como o gênero: ambos compõem arenas distintas da prática social e ambos são políticos.

Na visão de Rubin (2017) a evolução cultural dá a chance de assumir o controle dos meios da sexualidade, da reprodução e da socialização, e ainda de decidir conscientemente pela libertação da vida sexual humana das relações arcaicas que a possam distorcer. “Em última análise, uma revolução feminista realmente profunda libertaria não apenas as mulheres, mas as formas de expressão sexual e a personalidade humana da camisa de força do gênero” (RUBIN, 2017, p. 51). Ou seja, ela defende a eliminação das sexualidades compulsórias e dos papéis sexuais, mais do que a eliminação da opressão das mulheres defendida pelo movimento feminista.

Dessa forma, podemos então confirmar que o comportamento de Gretchen em nada viola o controle patriarcal sobre sexualidades e gênero que fazem parte da vida da maioria das mulheres. Atentar para essas atitudes é levar em consideração a existência da dominação masculina no mundo.

2.2. *Expertise em saúde e beleza*

Ao congelar o rosto, o corpo e o tempo, notamos que as estratégias disciplinares de não se distanciam da norma nem do projeto corporal e estético que ela legitima e reconhece. Dessa maneira, ao se vigiar e se controlar, evidencia a habilidade de cuidar de si. Ao se colocar no papel de autoridade no estilo de vida e na apresentação de si mesma, a celebridade parece confundir o discurso da autoridade científica. Para isso, ela apresenta várias alternativas discursivas aos seus seguidores – um exemplo é quando divulga todos os procedimentos estéticos pelos quais passou realizados por um dentista, como abordaremos adiante. Nesta seção, entanto, serão analisados aspectos referentes à

categoria *expertise* em saúde e beleza. A respeito do conceito de *expertise* popular, Lewis (2008) assinala que são especialistas que se apresentam como pessoas amigáveis, mais do que autoridades; são fontes de experiência e aconselhamento de estilo de vida, que ensinam o público por meio de processos de identificação e autovigilância.

Com relação ao aspecto da autoridade da experiência, podemos sintetizar, segundo os estudos de Rose (2011), que esses influenciadores atuam como peritos de uma verdade que não é a verdade oficial. Eles organizam as decisões, moldam a conduta daqueles sobre quem exercem autoridade e passam a ser porta-vozes do sujeito comum. É deste modo que a *expertise* opera: por meio da autorregulação constante dos indivíduos. A autorregulação é realçada pelo *éthos* terapêutico, comum na cultura contemporânea, e que é caracterizado pela excessiva preocupação com a saúde psíquica e física; logo, estar saudável não é apenas oposto a estar doente, mas está atrelado também às ideias de qualidade de vida, bem-estar, autorrealização e autoestima (SACRAMENTO, 2015). Ratificando essa ideia, Eva Illouz (2011) utiliza a expressão *éthos* terapêutico para se referir ao estilo afetivo para interpretação da realidade, e esse *éthos* seria o resultado da articulação entre a psicologia e a autoajuda. Segundo a autora, estilo afetivo terapêutico é a forma utilizada por ela “para designar as maneiras pelas quais a cultura do século XX ficou ‘preocupada’ com a vida afetiva (...) e concebeu ‘técnicas’ específicas – linguísticas, científicas, interativas – para apreender e gerir esses sentimentos” (ILLOUZ, 2011, p. 14).

Atualmente, é crescente o número de pessoas que se apresentam como especialistas em estilo de vida ou como especializadas em algum assunto. Por meio de mídias como a internet, jornais e televisão, essas pessoas transmitem suas habilidades, aconselham e instruem o público sobre múltiplos aspectos da vida diária, a fim de que ele consiga alcançar o equilíbrio e a satisfação, seja por meio de dicas de comportamento, estilo, finanças, organização pessoal, autocuidado etc. “Esses canais oferecem de muitas maneiras modelos mais potentes de pedagogia, ensinando o público as normas e os valores sociais por meio de processo de identificação e autovigilância” (LEWIS, 2008, p. 4). De forma semelhante ao aprimoramento de si, o estilo de vida estimulado por esses especialistas reforça essencialmente o *self*, seja na hora de “comprar, trabalhar, cozinhar como dimensões de escolhas de vida: atividades nas quais as pessoas se investem e por meio das quais elas expressam e manifestam seu valor como *selfs*” (ROSE, 2011, p. 139). Isto é, a ênfase no *self* individualizado envolve a naturalização do consumo, com o especialista em estilo de vida atuando para alertar as pessoas para existência de produtos e serviços para o aperfeiçoamento de si mesmo; esse estilo de vida vendido ao público

não é feito apenas por meio de produtos, mas como formas de viver e de ser (LEWIS, 2008).

A fusão do estilo de vida com responsabilidade social cria uma conexão entre o cidadão que possui seu próprio cotidiano com o consumidor do estilo de vida. Ao se autoaprimorar, o sujeito passa a se transformar em um cidadão melhor. Rose (2011) mostra que esse cidadão autônomo é um empreendedor ou cidadão-consumidor sustentado por uma cultura terapêutica que une a liberdade de escolha com a autogovernança. A cultura terapêutica para o autodesenvolvimento se encaixa, portanto, nas preocupações individualistas do estilo de vida, e pode ser observada por meio da crescente racionalização da subjetividade por meio da figura do especialista. Rose (2011) então destaca que por meio da *expertise* da subjetividade

as capacidades de autocontrole dos indivíduos são vistas como recursos vitais para a conquista de benefícios particulares, tranquilidade pública e progresso social, sendo que intervenções nessas áreas têm também sido guiadas pela norma regulatória do sujeito autônomo e responsável, obrigado a tornar sua vida significativa através de atos de escolha. Tentativas de gerenciar o empreendimento para assegurar produtividade, competitividade e inovação, de regular a criação infantil para maximizar a saúde emocional e a habilidade intelectual, de atuar sobre a dieta e outros regimes a fim de minimizar a doença e maximizar a saúde não têm mais o objetivo de disciplinar, instruir, moralizar ou ameaçar indivíduos para a obediência. Ao invés disso, eles pretendem instilar e usar as propensões de autocondução dos indivíduos para conduzi-los a uma aliança com as aspirações das autoridades (ROSE, 2011, p. 223).

Esse processo de autovigilância está fortemente ligado à confissão. Os modos confessionais de autovigilância neoliberal são particularmente centrais para os formatos de estilo de vida baseados na realidade, cujo desenvolvimento narrativo é dependente da autorrevelação, convidando o público para se identificar e julgar o sujeito que se autovigia (ROSE, 2011). O autor reforça que o neoliberalismo cria uma mudança ou ênfase da estetização de si para a eticalização da existência, ou seja, para uma estética da existência, que passa a ser governada no sentido de uma conduta ética, de acordo com nossas escolhas – e essas escolhas permitem avaliar quem somos.

Como enunciadora, Gretchen mostra que vai em busca de mais visibilidade no âmbito da saúde, beleza, jovialidade, e do sucesso biopolítico comum nas sociedades modernas ou contemporâneas. Por meio de um discurso que lhe confere autenticidade, divulga e indica ao seu público os tratamentos estéticos a que se submeteu, mostra

detalhes do treinamento físico diário e revela detalhes de seus momentos privados em um contexto público, gerando, assim, uma aproximação com seus seguidores. Ao mesmo tempo em que a celebridade influencia quem a segue a cuidar da aparência, ressaltando a necessidade de cuidado com a saúde como empreendimentos estético e moral, ela é influenciada pela cultura contemporânea que estimula constantes formas de mudança nos corpos, por meio de cirurgias estéticas, abordagem da psicologia positiva e outras formas.

Em uma sequência de vídeos publicada no seu perfil do Instagram, no dia 19 de outubro de 2019 (Figura 1), Gretchen aparece fazendo uma série de exercícios físicos em uma academia de ginástica. Durante a prática, veste roupas justas que mostram a barriga definida. No *post*, além de comentar sobre o treino, ela também divulga a roupa que usa, a academia em que se exercita, incluindo a menção ao *personal trainer* que a ajuda na obtenção da boa forma. “Bom dia, meus amores. Treinando sempre. Cuidando da saúde e do físico. Com ele @waldyr meu personal na @lescinqgym. Look @janes_fitness”.

A docilização dos corpos e a colonização da subjetividade produzem a autorregulação da celebridade, que performa diante dos olhares dos seguidores, pauta condutas e direciona comportamentos. No entanto, “as transformações que exhibe a partir da própria experiência são descritas por meio de construções positivas e produtivas de si mesmo, embora normativas” (LEWIS, 2008, p. 16). Nos comentários, os sentidos são contraditórios: ao mesmo tempo em que a celebridade recebe apoio, ela também é questionada: @solangesolesilva: “Faz bem. Mas quem não tem dinheiro não tem academia grátis. Todo se pode fazer mas precisa dinheiro. E às vezes tem mãe que trabalha para sustentar filhos e não sobra nem para um lanche porque tudo vai para casa”. Em resposta a esse comentário, @juhermisdorff diz: “só caminhar na rua, fazer exercícios na academia da praça. Quem quer fazer quem não quer arruma desculpa”. O post teve mais de 60 mil visualizações.

A estratégia utilizada para mostrar sua transformação engloba não apenas “hábitos de obediência, mas a evocação da consciência e do desejo de melhorar” (ROSE, 2011, p. 112). Ou seja, o trabalho sobre o corpo e emoções visando à felicidade se transforma em um projeto pessoal. Em vez de assumir que o leitor deve seguir esses conselhos de saúde e de beleza, Feasey (2006, p. 186) sugere que “as dicas podem agir como um lembrete dos rigorosos regimes de saúde enfrentados pelas estrelas de hoje que se esforçam para obter e manter o corpo perfeito.

Outro aspecto a destacar é que nas sociedades contemporâneas a regulação do corpo está atrelada à produção de prazer; o corpo é regulado para produzir sexualidade,

não para negá-la (FEATHERSTONE, WERNICK, 1995). A imagem de Gretchen não é desprovida de implicações sexuais, ainda que tenha mais de 60 anos de idade. Ela parece encarar com naturalidade o fato de ser avó e ser mulher; em suas narrativas ela frisa que considera o corpo algo supremo e espaço em que é concebida a felicidade. Nesse sentido, a celebridade indica deixar de lado as concepções limitantes e hegemônicas em torno da mulher que possui o corpo envelhecido.

Ainda em 19 de outubro de 2019, em nova postagem também em vídeo (Figura 2), destaca que a “fórmula do sucesso é ter dedicação e determinação”. Na imagem, ela está se exercitando de forma compenetrada em ambiente de academia e nos faz lembrar de que toda e qualquer transformação foi e continuará a ser um trabalho árduo. Os comentários em sua maioria são positivos, com o público mostrando se reconhecer na narrativa de Gretchen: gi.selle2536: “Estou amando você assim focada animada e mostrando para os línguas grandes de plantão que você não perdeu seu rebolado” e @helenaphparis: “Você é inspiração para qualquer mulher que se ama de verdade @mariagretchen, sem falar que você ama 1000% os outros também. Parabéns e muita saúde e egrégia positiva sempre!”. @viviarauijotp comenta: “Você nessa idade, não te chamando de velha, pelo amor de Deus. Você é uma grande mulher e bate de 10 em muita novinha, inclusive em mim com essa falta de foco. Você me inspira e com certeza a muitas por aí @mariagretchen. A celebridade estimula o debate sobre automelhoria como algo que integra o campo da moral. Suas falas nos fazem concluir que para se tornar alguém diferente e melhor é preciso ter muitas virtudes.

Ressalve-se uma consideração importante: suas preocupações com o corpo – seja fazendo exercício físico ou procedimento estético – não incluem a implementação de uma alimentação saudável. Ainda que se constitua uma estratégia que está ligada ao estilo de vida, a dieta alimentar não faz parte necessariamente dos cuidados ao corpo de Gretchen. Em seu Instagram, aliás, faz várias parcerias com restaurantes e não demonstra preocupação em seguir uma dieta restrita. Em entrevista à revista *Quem*,³⁰ chegou a afirmar que não dispensa uma boa comida caseira, não demonstrando preocupação específica em modificar essa prática para reduzir as chances do surgimento de alguma doença ou para melhorias corporais, por exemplo. Ela diz:

³⁰ Disponível em: <<https://revistaquem.globo.com/QUEM-News/noticia/2019/04/gretchen-fala-sobre-vida-na-europa-eu-tinjo-meu-cabelo-faco-minhas-unhas-e-faxino.html>>. [Acesso em: 12 mar. 2021].

No café da manhã, eu tomo uma xícara de café com leite e uma torrada. Mas na hora do almoço, eu como meu arroz e feijão, meu ovo frito, normal. Não como um prato, mas como de tudo um pouquinho. Mato a minha vontade! Eu não consigo ficar sem arroz e feijão. E modéstia parte, o meu feijão é maravilhoso! Na janta, eu faço uma coisinha mais leve, tomo uma sopinha. Nada *diet*, mas eu consigo manter assim.

Holmes e Redmond (2006, p. 122) afirmam que hoje em dia, os fãs ou consumidores são cada vez mais convidados a se tornar a figura precisa da celebridade por meio de seus corpos modificados. E que o sistema de mudança corporal por meio de cirurgias plásticas e outras técnicas corporais que alterem a aparência apontam para uma época em que os processos identificadores da fama ocorrem no corpo.

As inúmeras convocações compostas por imagens e textos ligadas às experiências pessoais de consumo chegam ao público que pode escolher se aprova ou até mesmo se deseja (ou tem condições) de fazer. São narrativas que seduzem mulheres de todas as faixas etárias. Na atualidade, especialistas e celebridades estão ligados a valores e lógicas muito diferentes na vida pública. Enquanto os especialistas estão associados a pessoas que possuem alta cultura, as celebridades são frequentemente equiparadas à cultura popular e ao consumo em uma esfera pública midiática na qual o entretenimento é privilegiado em detrimento da informação (LEWIS, 2008).

Figura 1 – Expertise em saúde

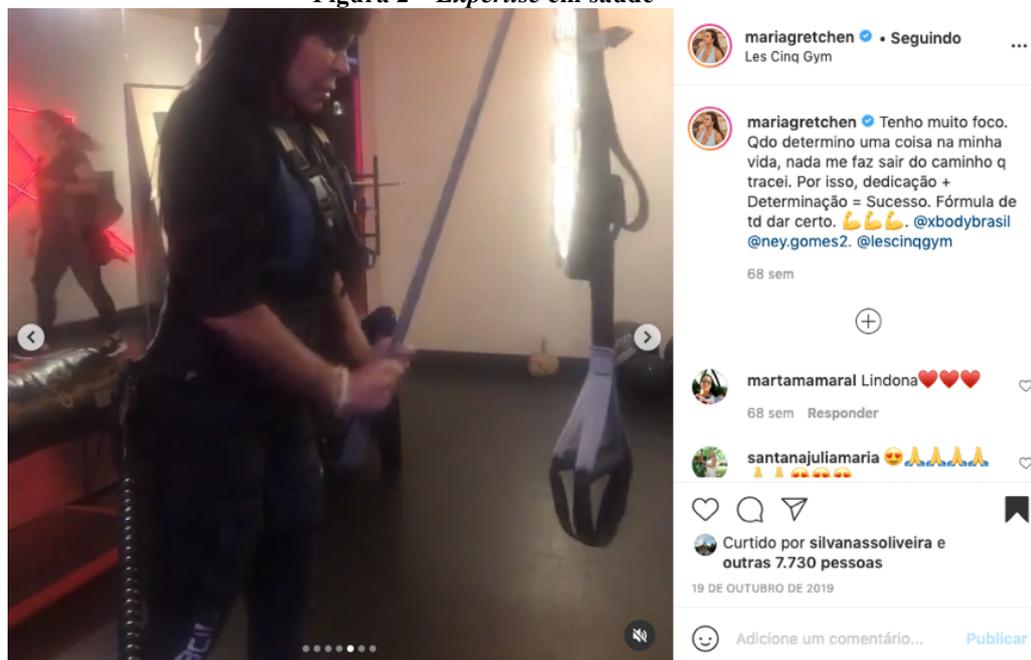


Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Ao examinar as possibilidades de construção da mulher envelhecida na mídia (seja nas redes sociais, nas reportagens jornalísticas e/ou televisivas), nota-se como é evidente a reconstrução do eu para a elaboração de novas identidades, para a satisfação do eu imaginário e para a produção de subjetividades. Nesse sentido, ao analisar as publicações de Gretchen, notamos que o poder de afetação social da celebridade é alto.

Ainda, cabe enfatizar que manter estilo de vida saudável não é acessível para todos. Em muitos casos, não há possibilidade de escolha, seja em decorrência de privação econômica ou exclusão social. Outro aspecto que prevalece nos discursos hegemônicos da saúde nos dias atuais diz respeito à gestão do tempo. Castiel, Guilam e Ferreira (2010, p. 88) apontam que “a maioria das pessoas das sociedades modernas considera que o tempo é insuficiente para atender às necessidades de gestão da vida cotidiana da grande profusão de elementos e informações aparentemente essenciais à vida de hoje”. A celebridade, no entanto, dedica parte importante do seu tempo para a construção de um corpo mais atraente.

Figura 2 – Expertise em saúde



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Conforme discussão anterior, Bordo (2003) reforça essa visão excludente ao afirmar que manter a juventude, além de exigir intensa dedicação e compromisso individual, também requer condições financeiras. “Na medida em que os cirurgiões desenvolvem cada vez mais extensivos e refinados procedimentos para corrigir a

gravidade e apagar a história dos rostos das pacientes, a diferença entre as mulheres cosmeticamente alteradas e o resto de nós se torna cada vez maior e mais dramática” (BORDO, 2003, p. 11). A autora ressalta que o “resto de nós” inclui não apenas quem tem medo de se submeter a cirurgias plásticas estéticas ou a elas resiste, mas a maioria das pessoas que não pode arcar com plano de saúde básico, que dirá com uma intervenção cirúrgica visando à beleza.

Por outro lado, o corpo envelhece independentemente da quantidade de exercícios físicos que se faça, da força que se tenha, da vida saudável que se leve. Negar o corpo como imagem do tempo é entender o corpo como armadilha. “Não surpreende que nenhuma mulher queira virar ‘coroa’ hoje em dia, pois o mundo contemporâneo não cessa de martelar que ninguém deveria se deixar vencer por essas forças obscuras: aqueles fantasmas que, de todas as maneiras jamais recuam em seu assédio” (SIBILIA, 2012, p. 112).

Nas publicações de 15 e 21 de outubro de 2019 (figuras 3 e 4), Gretchen volta publicar sua rotina de melhoramento corporal na academia de ginástica, vestida com roupas esportivas e justas. Nas postagens, promove o corpo em forma e jovem como meta facilmente alcançável. Na legenda do dia 15, que ilustra sete vídeos dela se exercitando, detalha os benefícios da realização de uma supersérie de exercícios que faz com o acompanhamento de seu *personal trainer*. Os comentários em geral são positivos. @michelejorgegom “Nossa, você é uma inspiração. Legal ver você se cuidando, vaidosa. Acho bonito”. @brunothenner: “A Nasa tinha que te estudar para descobrir de onde você tira tanta energia”. @soniacamis: “Determinação não tem idade”. Como *expertise* em estilo de vida, Gretchen explica exatamente como exercícios físicos devem ser feitos. Ela ensina os seguidores as vantagens de realizá-los em uma sequência e quantidade específicas para atingir melhores resultados.

Com relação à divulgação dessas práticas corporais, cogita-se que a relação entre celebridade e especialista não é exatamente marcada por hierarquias. Em vez disso, há uma sobreposição cada vez maior entre essas figuras, com a *expertise* hoje cada vez mais atrelada à lógica da celebridade, conforme explica Lewis (2008). No entanto,

isso não significa sugerir que os especialistas são agora apenas uma sub-variante da figura da celebridade - a popularidade do especialista em estilo de vida sugere que a alegação de *expertise* ainda tem alguma credibilidade com a audiência - mas para argumentar que uma das maneiras pelas quais a figura do especialista foi reconfigurada é por meio de um processo de celebritização (LEWIS, 2008, p. 134).

Figura 3 – Expertise em saúde



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

No *post* de 21 de outubro de 2019 (Figura 4), faz uma pergunta aos seguidores: “Vocês querem corpo e pernas bonitas então se dediquem. É dolorido, mas vale o resultado”. @helenaluciadossantospereir: “Adoraria ter paciência para malhar assim”. @leticiabernardesresende: “Quero ficar igual você! Garra, humildade e beleza!!!”. A cultura do consumo promove inúmeras soluções para a manutenção da juventude e longevidade por meio de técnicas corporais cada vez mais sofisticadas, aumentando assim o capital simbólico do corpo.

Para Woodward (1991, p. 19), os significados atribuídos à velhice e ao envelhecimento do corpo ocorrem de duas formas: com a supervalorização da juventude e por meio de uma associação do envelhecimento do corpo ao declínio e à morte: “Não podemos separar o corpo em declínio dos significados que atribuímos à velhice. Nesse sentido, o desejo e a sexualidade estão relacionados ao corpo jovem e são percebidos como nojentos e inadequados quando sentidos e vivenciados por alguém depois da juventude”.

Em nossa análise, evidenciamos que Gretchen não mede esforços para manter seu físico e também para revelar as maneiras pelas quais ela constrói e mantém seu corpo aos 60 anos de idade.

Figura 4 – *Expertise em saúde*



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

No *post* de 21 de setembro de 2019 (Figura 5), um carrossel de vídeos (recurso no Instagram que permite adicionar até dez imagens ou vídeos) mostra Gretchen fazendo diferentes exercícios na academia e com o mesmo vestuário que costuma usar em seus treinos. Mais uma vez ela está acompanhada do seu *personal trainer*. Na legenda, observa: “Porque a gente treina até no fim de semana”. A sequência de vídeos foi visualizada 74,4 mil vezes. A avaliação da conduta e do hábito saudável da celebridade é positiva, indicando que pessoas mais velhas que preservam sua beleza juvenil, boa forma e energia são geralmente objeto de elogios. @sc04camargo “@mariagretchen você se bilisca? Você é incrível, mas ainda duvido que você é humana”. @williamsribeiro_ “Exemplo de cuidado com a saúde”. @darciana2001: “60 anos nesse corpo e pique são para poucas”.

Entendemos que a maximização do bem-estar físico pode ser vista por Gretchen e seguidores como o caminho para a felicidade. No entanto, “cada um de nós tem, não uma, mas diversas imagens do corpo. Vivemos imersos numa cultura que produz imagens e recomendações sobre a maneira como os corpos podem se ajustar às imagens de perfeição, beleza e *fitness*” (SACRAMENTO, BORGES, 2020, p. 151).

A força da imagem incide na constituição de identidades, na motivação para comportamentos e na formação da subjetividade. Na observação e na análise das imagens,

notamos como Gretchen mostra que sua capacidade corporal representa adequadamente o eu interior. Para adquirir esse corpo magro, forte e jovem é preciso transformá-lo e educá-lo, seja por meio de dietas, de vitaminas, de atividades físicas ou de procedimentos cirúrgicos e cosméticos.

Figura 5 – Expertise em saúde



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

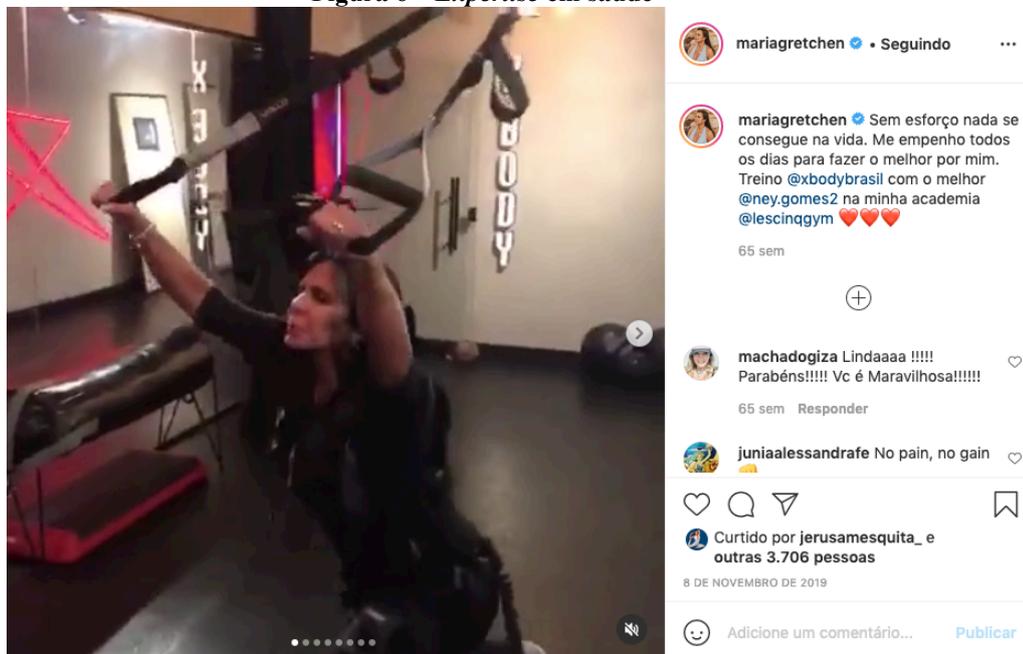
Sabendo que o corpo externo está disponível para observação coletiva, deve ser difícil para o indivíduo desviar o pensamento a respeito do que o outro está pensando sobre o seu processo de envelhecimento.

Segundo os estudos de Braga (2019), corpo saudável como resultado de cuidados contínuos se afasta de uma definição médica, uma vez que um corpo são não exige investimento, ao contrário do corpo malhado, que demanda produtos e serviços para uma saúde que é resultado de rigorosa disciplina corporal. Nessa perspectiva, o envolvimento em atividades esportivas e exercícios físicos é intensamente associado à construção de subjetividades.

Na postagem de 8 de novembro de 2019 (Figura 6), Gretchen publica sequência de fotos praticando exercícios e escreve na legenda que “Sem esforço nada se consegue na vida. Me empenho todos os dias para fazer o melhor de mim”. A estratégia utilizada por Gretchen para gerenciar seu corpo e *self* exemplifica o pensamento de Rose (2011), quando ele afirma que as práticas terapêuticas auxiliam na construção de hábitos,

comportamentos saudáveis e pensamentos positivos, levando o sujeito ao sucesso e à autorrealização. Por outro lado, ao se esforçar ela se coloca como empreendedora de si. Ela assume explicitamente a saúde como pertencente do campo da moral.

Figura 6 – Expertise em saúde



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Para algumas mulheres, o exercício pode representar o desejo de escapar dos limites do papel feminino, subverter a noção do corpo feminino como fraco e dependente, enquanto para outras mulheres e a maioria dos homens a motivação principal é adquirir magreza, corpo atlético e firme, tão apreciado como sexualmente atraente pela cultura do consumidor (LUPTON, 1995).

O que se percebe a partir dessas publicações é que ao mesmo tempo em que a narrativa de Gretchen aponta a possibilidade envelhecimento positivo (o que também pode ser considerado um estereótipo, já que leva a crer que o mundo está envelhecendo de maneira errada) associado ao estilo de vida saudável em que a aparência se sobrepõe ao talento, sua fala é também potencialmente empoderada para as mulheres que estão lendo.

Na postagem de 5 de dezembro de 2019 (Figura 7), ela diz: “E aí??? Bora começar o dia??? Eu já estou aqui pleníssima dando duro com meu *personal* mais que especial”. Sua narrativa tende a ser parecida. Além de objeto de vigilância, o corpo é sujeito da experiência e da ação e também facilmente manipulável. Lupton (1995) considera que o

exercício pode significar uma tentativa de garantir juventude e atratividade em uma cultura que vê como fisicamente repulsivo o corpo envelhecido ou com sobrepeso. Em todos esses casos, segundo a autora, o exercício significa uma oportunidade para remodelar a carne e eliminar a gordura indesejada ou transformá-la em músculos.

Essa preocupação em se encaixar em um certo padrão de beleza construído e muitas vezes impossível de ser concretizado apaga as diferentes subjetividades e singularidades de cada indivíduo, produzindo pessoas que se “atribuísem um certo tipo de subjetividade moral (...) e que avaliassem e reformassem a si mesmos de acordo com essas normas” (ROSE, 2011, p. 113). Esses mecanismos, que Foucault (1988) considerou tecnologias do *self* (eu), além de formas de poder, são perpetuados por intermédio de *experts* e disseminados pela mídia. Esse assunto é aprofundado por Rose (2011, p. 219) ao afirmar que a intensificação contemporânea da subjetividade como valor político e ético está atrelada

ao crescimento das linguagens especializadas, as quais habitam-nos a traduzir nossas relações com nossos *selves* e com os dos outros em palavras e pensamentos, e também com técnicas especializadas que prometem permitir-nos transformar nossos *selves* na direção da felicidade e da satisfação.

Por meio da felicidade e autorrealização em sua biografia individual, o *self* contemporâneo é incitado a dar sentido à sua vida (ROSE, 2011). Nesse caso, o cuidado de si se atrela à ideia da pessoa adoecida, que precisa ser transformada, de acordo com a visão médica. Dessa forma, para encorajar o envelhecimento positivo, surgem especialistas de todo tipo com soluções para um estilo de vida mais saudável que contribua para que os indivíduos tenham uma vida mais independente à medida que envelhecem. Esses empreendedores acabam por controlar aspectos da existência tidos como problemáticos e oferecem às pessoas formas de governarem a si próprias (ROSE, 2011). Eles chamam a atenção para o assunto e afirmam ter propriedade para solucionar os problemas advindos da idade avançada; normalizam maneiras “certas” e “erradas” de envelhecer, prescrevem e conduzem formas específicas de comportamentos e estilos de vida e privilegiam uns em detrimento de outros.

As informações, os aconselhamentos e as opiniões desses especialistas são indicativos de uma abordagem neoliberal em responsabilizar o indivíduo, mostrando que a indisciplina pode ser corrigida com a reforma pessoal para uma redução dos danos.

Figura 7 – Expertise em saúde



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Retomando à análise da figura 7, o conceito de exercício físico, portanto, está ligado ao conceito de saúde como uma realização do eu. Também se relaciona com “noções contemporâneas mais amplas do corpo ‘ideal’ como aquele que é rigidamente controlado, contido no espaço, desprovido de excesso de gordura ou flacidez” (LUPTON, 1995, p. 143). Lupton (1995), no entanto, considera que o exercício pode significar uma tentativa de garantir juventude e atratividade em uma cultura que vê como fisicamente repulsivo o corpo envelhecido ou com sobrepeso (LUPTON, 1995). Em todos esses casos, o exercício é uma oportunidade para remodelar a carne e eliminar a gordura indesejada ou transformá-la em músculos (LUPTON, 1995). Com a estetização da vida cotidiana na cultura contemporânea, o corpo se torna um projeto, um lugar de regulação; a centralidade da academia de ginástica e a importância do esporte e da forma física constituem outros aspectos do corpo como projeto (FEATHERSTONE, WERNICK, 1995). O corpo tem sido cada vez mais associado a um marcador da saúde, da moralidade e como moeda social (corpo como capital).

As formas em que saúde, juventude e boa forma se unem para marcar moralidades, privilegiar estilos de vida e excluir outros no contemporâneo são muito evidentes, uma vez que essas mensagens são associadas a imagens e a ideais que se confundem com boa saúde. Na análise dessas publicações, percebemos o quanto Gretchen enfatiza sua confiança e força de vontade para validar sua competência física e administrar o tempo;

bem como se vê como autoridade em estilo de vida – inserida numa cultura mercantilizada – que pode oferecer instruções e orientações para indivíduo se aperfeiçoar cada vez mais.

2.3. O rosto como máscara mutante contra a velhice

Enquanto o cabelo grisalho pode ser escondido com tinturas, as rugas faciais não são tão facilmente camufladas com os inúmeros tipos de maquiagens, cremes e de pomadas anti-idade disponibilizados nas farmácias. Mas se há alguns anos a cirurgia plástica era a única opção disponível para pessoas que desejam manter aparência jovem e se livrar das evidências do avanço da idade, atualmente, com o desenvolvimento de procedimentos estéticos não cirúrgicos, o caminho se tornou aparentemente mais fácil. Neste tópico iremos abordar a segunda categoria de análise, que são os procedimentos estéticos. Notamos que os profissionais médicos e não médicos se tornam hoje promotores da luta contra o processo de envelhecimento físico em uma sociedade que abraçou com entusiasmo o disciplinamento dos próprios corpos e as estratégias e intervenções para combater o envelhecimento. As indústrias farmacêuticas atestam essa busca disponibilizando produtos cada vez mais modernos e completos.

Se o público estava ávido por novas maneiras de enfrentar o envelhecimento ou se as empresas farmacêuticas criaram um mercado com seus anúncios que provocam ansiedade, as referências e a aceitação social de tratamentos injetáveis e outros procedimentos cosméticos não cirúrgicos infiltraram-se na linguagem comum e são ativamente utilizados, se não endossado, por celebridades na mídia, particularmente nos países ocidentais (CLARKE, 2011, p. 73).

É notório que o mercado da beleza se tornou um nicho lucrativo. A cada ano, procedimentos estéticos invasivos e não invasivos vêm sendo realizados por diferentes tipos de profissionais sem a devida capacitação para manejar a técnica e lidar com possíveis intercorrências. São dentistas, cabelereiros, fisioterapeutas, massoterapeutas, entre outros, administrando em locais fora do contexto da clínica médica o uso de produtos injetáveis. É interessante destacar que há um esforço por parte das sociedades médicas de especialidade em promover o fortalecimento e legitimidade do discurso médico – prática social que detém a produção de verdades, ou “jogos de verdade” (Foucault, 1979) na área da saúde.

Em reportagem ao Fantástico,³¹ da TV Globo, o então presidente da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Sérgio Palma, ressaltou que tais procedimentos devem ser realizados por médicos especializados. “Isso é fundamental, pois caso ocorra qualquer evento adverso, é de suma relevância que a alteração seja identificada e tratada imediatamente para evitar danos ou sequelas à saúde e ao bem-estar do paciente”. Essa estratégia discursiva utilizada pela entidade “delimita o espaço ao se colocar como o mais qualificado, pois é quem qualifica os profissionais no campo, enviando um recado explícito para os outros profissionais que ainda não fizeram a qualificação” (FERREIRA, 2006, p. 159).

Os procedimentos cosmiátricos não cirúrgicos são parte de novo segmento da medicina em direção ao combate do envelhecimento instituído pela American Academy of Anti-Aging Medicine (A4M) a partir de 1992. Essa instituição médica tem como objetivo principal promover o avanço das tecnologias médicas para detectar, prevenir e tratar doenças relacionadas ao envelhecimento e promover pesquisas a fim de retardar e otimizar o processo de envelhecimento humano. De acordo com a A4M, o termo antienvelhecimento, originalmente definido em termos de longevidade e manutenção da saúde, foi cunhado pelo médico Ronald Klatz³² (CLARKE, 2011).

A fim de investigar como os especialistas percebiam os procedimentos cosmiátricos não cirúrgicos e seu papel na medicina *anti-aging*, Clarke (2011) realizou entrevistas com oito médicos, todos homens, entre cirurgiões plásticos, cirurgiões reconstrutivos e clínicos gerais que atuam no tratamento cosmético não cirúrgico, além de pacientes femininas com média de idade de 77 anos adeptas, ou não, das cirurgias estéticas. Quando perguntados por Clarke o motivo de terem mudado para a área de procedimentos cosmiátricos não cirúrgicos, todos os especialistas afirmaram que os pacientes hoje mudaram suas demandas. Estavam, porém, um tanto relutantes em abraçar a nova tecnologia, mencionando que os procedimentos cosmiátricos não invasivos constituíam na época entre 5 e 15% de suas práticas. Os médicos cirurgiões enfatizaram que suas preferências estão relacionadas ao uso de suas habilidades cirúrgicas e aos resultados alcançáveis por meio da cirurgia. Por outro lado, os cirurgiões reconstrutivos e os clínicos gerais consideraram a demanda por procedimentos estéticos não cirúrgicos uma boa oportunidade para se envolver em uma prática médica mais leve (ou seja,

³¹ Disponível em: <<https://globoplay.globo.com/v/8911900/programa/>>. [Acesso em: 5 out. 2020].

³² O profissional é autor de *best-sellers* e editor médico sênior de várias revistas médicas internacionais. Disponível em: <<https://drklatz.net/>>. [Acesso em: 12 fev. 2021].

segundo esses profissionais, os pacientes que procuram procedimentos estéticos parecem ser menos exigentes). “É divertido. Eu gosto de fazer isso. Você está lidando com um grupo diferente de pessoas. Você está lidando com pessoas que são essencialmente saudáveis e que estão cuidando de si mesmas” (CLARKE, 2011, p. 75). Tais médicos declararam ainda que é mais agradável trabalhar com esse tipo de paciente, pois ele responde mais positivamente aos discursos de saúde sobre assumir responsabilidades morais para cuidar da própria saúde e do bem-estar, incluindo a aparência. Constatamos aqui que a aparência, segundo a lógica biomédica, está vinculada ao autocuidado.

Eles observaram também que a maior parte da demanda por procedimentos cirúrgicos e não cirúrgicos é de mulheres, e isso ocorre em parte em virtude da difusão de mensagens da mídia sobre a importância da atratividade e da sexualidade femininas. Há maior pressão imposta às mulheres com relação à sua aparência:

E as pessoas gostam de ser sexy. E, você sabe, parte do apelo sexual é usar as roupas certas, ter a aparência certa. É apenas uma realidade, gostemos de acreditar ou não. É por isso que existimos. Então, acho que haverá pressões sociais e provavelmente mais e mais pessoas se sentirão mais pressionadas para a realização desses procedimentos. Mas eu não acho que seja diferente da moda e outros tipos de coisas... Quero dizer, as mulheres, em particular, sempre tentaram ter uma aparência melhor, seja por meio da maquiagem ou do penteado, ou seja lá o que for (CLARKE, 2011, p. 77).

Segundo os médicos entrevistados, o objetivo dessas estratégias de resistência à aparência envelhecida era manter sua juventude e, assim, reter seu capital simbólico. Um deles explicou a importância da juventude dizendo que “os jovens governam o mundo e a juventude está em toda parte”; outro médico disse que “na sociedade de hoje, a juventude é adorada, e as pessoas simplesmente não se sentem confortáveis envelhecendo”. Também a alta procura pelos procedimentos é maneira encontrada pelos pacientes mais velhos para obter a congruência entre suas identidades sentidas como indivíduos não idosos e suas aparências, conforme explicaram Featherstone e Wernick (1995) ao propor a expressão “máscara da velhice”.

Voltando para a análise do perfil de Gretchen no Instagram, na publicação de 25 de outubro de 2019 (Figura 8), a celebridade divulga uma montagem com fotos dos três especialistas a quem recorreu para a realização das intervenções estéticas. Atribui aos profissionais, todos dentistas, o sucesso do seu bem-estar físico e pessoal. Consideramos

que as mudanças feitas em si constituem um estímulo para que seu público também busque esse modelo de beleza. No *post* ela escreve:

Parabéns é pouco para esse trio. Meu dentista amado @drviotto que mudou meu sorriso colocando lentes nos dentes, meu dentista mágico @igorcostaalves que faz minha harmonização orofacial e que mudou completamente minha vida profissional e pessoal com as suas mãos mágicas e que fizeram meu rosto harmonioso e lindo, e ao presidente do CRO @albertomagnorocha de Minas Gerais que luta a cada dia por todas as melhoras no meio odontológico. Que orgulho de vocês existirem na minha vida. Parabéns forever para vcs.

A celebração da beleza – entendida como valorização das experiências da celebridade definidoras das condições de saúde e felicidade por meio das transformações corporais – é observada em diferentes postagens e comentários. Um exemplo é a resposta da seguidora jocileide.maria.773 ao *post* acima: “Como queria ter essas pessoas em minha vida para eu ser feliz”. A seguidora @cristinaqueiroz00 comentou: “Adoro sua altíssima alto estima!”. Para a celebridade, autoestima está ligada ao aperfeiçoamento e modificação contínua do corpo. Sendo assim, suas avaliações de aparência estão enraizadas nas percepções que tem da idade como sendo algo negativo, algo que lhe roubou progressivamente a juventude e sua fonte essencial de capital cultural (CLARKE, 2011).

Nesta análise, Gretchen parece corroborar com a opinião médica quando opta pelos procedimentos a fim de criar uma sinergia entre sua aparência e a percepção interna de si. Como mencionamos no início deste capítulo, as estatísticas mostram que o uso de procedimentos cosmiátricos cirúrgicos e não cirúrgicos na experiência do envelhecimento – sobretudo o feminino – têm sido uma realidade no mundo todo. E a tendência é de que os números cresçam mais a cada ano. O avanço das tecnologias médicas contribui muito para essa mudança. O *post* também põe em relevo a disputa e permanente negociação entre médicos dermatologistas, cirurgiões plásticos e dentistas no exercício de atividades médicas, no que diz respeito à realização de procedimentos estéticos dermatológicos, como aplicação de toxina botulínica e ácido hialurônico para harmonizações faciais, em *peelings*, entre outras técnicas. Segundo o discurso normativo proferido pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) e endossado pelas sociedades médicas de especialidades, essas técnicas, feitas por profissionais não médicos, podem causar problemas à saúde do

paciente.³³ O modelo biomédico, portanto, promulga padrões de conduta tidos como aceitáveis e benéficos à saúde das pessoas. No caso da velhice, o modelo biomédico considera o avanço da idade algo que gira em torno do declínio, da decadência e da incapacidade, ou seja, uma doença que necessita de tratamento. “Ao mesmo tempo, a velhice é reconstruída como um estilo de vida mercadológico que conecta os valores mercadológicos da juventude com as técnicas de cuidado corporal para mascarar a idade” (ORTEGA, 2008, p. 36). Os reiterados alertas médicos apontam que as redes sociais podem e devem ser utilizadas por profissionais de saúde para a comunicação com pacientes, mas com ética e cuidado. Na odontologia, o uso, em sua maioria, está voltado para a divulgação de serviços e tratamentos a fim de conquistar pacientes na busca do sorriso perfeito e do rosto simétrico. Em tempos de procedimentos estéticos malsucedidos – como os de Dênis Furtado, o “Doutor Bumbum”,³⁴ que teve prisão decretada em 2018 pela Justiça por ser suspeito de causar a morte de uma paciente após procedimento estético realizado em residência –, todo cuidado é pouco.

Figura 8 - Procedimentos estéticos



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

³³ Para evitar exposição a esses problemas, a Sociedade Brasileira de Dermatologia – única instituição reconhecida oficialmente pelo Conselho Federal de Medicina e pela Associação Médica Brasileira (AMB) como representante dos dermatologistas no Brasil – recomenda à população que a indicação e a realização de procedimentos dermatológicos ou cosméticos invasivos sejam conduzidas apenas por médico, de preferência dermatologista ou cirurgião plástico com título de especialista reconhecido e registrado no Conselho Regional de Medicina (CRM). (SBD, 2019).

³⁴ Disponível em: <<https://g1.globo.com/rj/rio-de-janeiro/noticia/2018/07/18/na-web-dr-bumbum-citava-etica-e-se-via-perseguido-pelo-conselho-de-medicina-por-inovar.ghtml>>. [Acesso em 13 fev. 2021].

Outro caso emblemático que aborda os limites da publicidade médica ocorreu em 2019, quando o Conselho Regional de Medicina do Espírito Santo (CRMES)³⁵ aplicou pena disciplinar de censura pública ao médico Paulo Lessa (Figura 9) – profissional reconhecido no estado e atuante na área de saúde, beleza e bem-estar. Ele é um dos profissionais que cuidam de Gretchen. Na punição, o CRM considerou que o profissional infringiu o Código de Ética Médica da profissão ao expor em suas redes sociais resultados de pacientes e ao divulgar tratamentos sem reconhecimento científico.

De acordo com a Lei do Ato Médico (12.842/2013),³⁶ apenas graduados em medicina podem executar procedimentos estéticos invasivos e realizar o diagnóstico e o tratamento de doenças. Isto é, há uma disputa corporativista entre os médicos e não médicos, e Gretchen aparece como veículo desse embate. De tudo isso, entendemos que a divulgação dos resultados dos procedimentos é forma de projeção social para o médico.

Um outro aspecto percebido na fala de Gretchen, é que ao instituir modelos de conduta e estilo de vida visando ao autoaprimoramento, ela se coloca acima do discurso médico e do seu monopólio de autoridade no campo na medicina. Sob esse aspecto, Foucault (1996) afirma que só se entra no discurso se certas exigências forem satisfeitas ou se houver inicialmente qualificação para tal.

Figura 9 - Procedimentos estéticos



³⁵ Disponível em: <<https://www.agazeta.com.br/es/gv/crm-pune-paulo-lessa-por-uso-de-tratamentos-sem-comprovacao-cientifica-0319#>>. [Acesso em: 13 fev. 2021].

³⁶ Disponível em: <https://portal.cfm.org.br/index.php?option=com_content&view=article&id=24023:lei-12842&catid=66:leis&Itemid=34>. [Acesso em: 27 out. 2019].

Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Em matéria publicada em 12 de abril de 2021 no *site* da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD),³⁷ a entidade reitera “a falta de compromisso do Conselho Federal de Odontologia (CFO) com o princípio da legalidade, o que, para a entidade [SBD], tem gerado inúmeros prejuízos à saúde pública”. No caso, de acordo com o texto, há um repúdio por parte da SBD a um ofício elaborado pelo CFO, “que afirma ser de competência do cirurgião dentista a prescrição e a aplicação de ácido retinoico e/ou dermocosméticos”.

A partir desse discurso ficam evidentes as estratégias utilizadas para definir as posições de saber na área da medicina: o médico dermatologista possui a autoridade e competência científica para atuar como principal agente no processo de estetização da saúde: “É a partir dessa autoridade que se criam normas acerca do que se fala, de quem possui a competência para falar, criam-se as regras de exclusão e os mecanismos de rejeição quando um sujeito foge às regras estabelecidas” (FERREIRA, 2006, p. 153).

No *post* de 6 de dezembro de 2019 (Figura 10), Gretchen faz nova divulgação dos profissionais que cuidam de sua aparência. Um ponto ausente na narrativa da celebridade é que nessa postagem, ela não atrela o aparecimento das rugas de expressão à caminhada de vida de uma pessoa que já vivenciou muitas experiências. Ao contrário, diz estar mais feliz com a idade a partir do momento em que começou a considerar a realização das intervenções. Na pesquisa de Clarke (2011), pacientes que se submeteram a procedimentos injetáveis declararam que o principal motivo para essa escolha foi livrar-se de rugas que deixavam seus semblantes zangados, rabugentos, caídos, aborrecidos e aflitos.

As mulheres que se sentiram satisfeitas com as transformações resultantes dos procedimentos cosméticos não cirúrgicos tendiam a comentar que as intervenções de beleza fizeram com que elas parecessem mais jovens, aumentando a autoconfiança e contribuindo para uma melhor sensação de bem-estar.

Por outro lado, algumas mulheres que não experimentavam o desejo de ser mais atraentes, mas mostravam ansiedade com relação ao modo como o tempo agiria em seus rostos, embora jamais tivessem considerado a possibilidade de fazer uma cirurgia estética, passaram a vê-la como uma opção futura.

³⁷ Disponível em: <<https://www.sbd.org.br/noticias/sbd-repudia-manifestacao-do-conselho-federal-de-odontologia-que-desrespeita-a-legislacao-em-vigor/>>. [Acesso em: 26 abr. 2021].

Figura 10 - Procedimentos estéticos



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Na enquete, médicos reconheceram a pressão das mulheres na busca para obter boa aparência e beleza idealizada. Além disso, atribuíram a busca por procedimentos estéticos à vaidade inata, à desvalorização social das mulheres mais velhas ou em virtude das normas sociais. “Dessa forma, os médicos contribuíram para a construção social de corpos de gênero e envelhecimento, bem como de gênero e idade” (CLARKE, 2011, p. 96).

Voltando à análise do *post* (Figura 10), constatamos que poucos comentários “ridicularizam” a celebridade por sua aparência após os procedimentos e muitos outros compartilham uma visão reconfortante daquele rosto modificado. @jurandirsanna: Beleza eternizada. @eduardoribeiro7010: “Você é linda, mulher, nunca envelhece maravilhosa”. @davidbren: “Com todo respeito se não tivessem feito essa maçã do seu rosto mal feita você estaria bem nova tipo 40 anos... Infelizmente quem fez esta maçã do seu rosto foi mal sucedido... Que pena...” @patriciafernandes2302: “Linda, mulher guerreira. Mostrando que a beleza não tem idade. Rainha linda.” @fr.an5785: “Essa parece que quanto mais idade, mais linda fica”. @gislene_online: “Esse procedimento que você fez realmente te rejuvenesceu, está ótimo.”

A percepção de boa saúde e benefícios de aparência após as intervenções de beleza é notória nos comentários de seus seguidores, que compartilham sua internalização de

que saúde, juventude, aparência e felicidade são obtidas por meio de métodos não cirúrgicos. A sensação de fracasso social está interligada ao fracasso corporal, assim como o sucesso que traz felicidade. A aparência física, portanto, segue o modelo-padrão da medicina. A identificação de jovens mulheres com as técnicas de rejuvenescimento é um dos fenômenos que atestam a fabricação contínua de uma personalização corporal. Ao mesmo tempo, essa realidade faz com que semblantes e corpos se tornem padronizados. Assim, a aparência se torna algo patológico.

Taylor (2011) mostra que a ética da autenticidade promove o deslocamento do público para o privado. No contemporâneo, isso ocorre sobretudo de forma midiática, como já afirmado. Nesses espaços, o julgamento e a comparação de condutas são práticas comuns. De acordo com o professor, “nossa identidade exige reconhecimento dos outros; as identidades são formadas pelo diálogo com os demais, em concordância ou conflito com seu reconhecimento de nós” (TAYLOR, 2011, p. 52-53). Para o autor, a descoberta da identidade não significa reclusão ou isolamento, mas algo que implica uma negociação dialógica entre o eu e o outro. “É por isso que o desenvolvimento de um ideal de identidade gerada interiormente dá uma nova importância ao reconhecimento. Minha própria identidade depende de minhas relações dialógicas com os outros” (TAYLOR, 2011, p. 54-55).

Nesse sentido, há um ponto que vale a reflexão. Na postagem de 12 de dezembro de 2019, (Figura 11), por meio de um carrossel de fotos, Gretchen apresenta os resultados dos procedimentos estéticos realizados na barriga, expondo o local em que se submeteu à técnica. No entanto, ela desativa a função de comentários ao receber críticas de fãs que questionaram o desaparecimento de seu umbigo após a intervenção. No início do segundo semestre de 2019, a celebridade passou por uma lipoaspiração de alta definição, conhecida por lipo lad, que além de retirar o excesso de gordura, também auxilia na maior definição das costas e do abdômen. A intervenção funciona como um atalho construído artificialmente para conquistar o corpo sem gorduras, a barriga definida, e, no caso dela, também o júbilo e a euforia. Após o procedimento, Gretchen comentou em seus *stories* que faz 300 abdominais por dia para manter a barriga “sarada”, já que segundo ela, para valorizar os resultados da cirurgia, é necessário praticar exercícios físicos regularmente. Entendemos que a regulação dos corpos produzida pela regulação estética gera o desejo nas pessoas de realizar um procedimento estético em vez de aceitar o corpo como ele é ou, em último caso, melhorá-lo por meio de dietas e alimentação saudável.

Figura 11 - Procedimentos estéticos



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Como pretensa autoridade em saúde, beleza e bem-estar, Gretchen divulga os resultados da experiência estética pela qual está passando no seu próprio corpo, se transformando, portanto, em modelo-vivo. “Todos queriam os resultados da lipo lad e agora posso mostrar. Claro que você precisa cuidar depois mantendo seus exercícios físicos”, explicou. No mesmo procedimento, realizado por um cirurgião plástico, ela teve o umbigo reconstruído. Um outro aspecto percebido na publicação, é que Gretchen deixa explícita sua autenticidade e autonomia; mostra ser alguém que na mídia expõe seus valores, estilo de vida e posicionamentos. Sendo assim, por que, não dá a oportunidade para seus fãs fazerem a mesma coisa ao opinar sobre seu corpo? Reconhecendo o outro e seu espaço, atribuem-se valor e significados a sua existência. “Somos vulneráveis ao olhar do outro, mas ao mesmo tempo precisamos de seu olhar, precisamos ser percebidos, senão não existimos” (ORTEGA, 2008, p. 44).

Na publicação do dia 10 de outubro de 2019 (Figura 12), ela aparece em frente a uma clínica estética onde se submeteu a uma lipo lad no torso. Na imagem, veste roupas justas, que ressaltam os contornos das nádegas e pernas. Na legenda, divulga o trabalho realizado por um cirurgião plástico e dentista. Os comentários em geral são positivos e elogiosos.

Figura 12 - Procedimentos estéticos



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Com o aumento dos procedimentos estéticos invasivos e não invasivos, além dos corretivos, também se amplia a concorrência entre profissionais médicos, que passam a atuar de forma mais enfática no mercado da beleza, como já comentado nesta dissertação.

De acordo com a Demografia Médica no Brasil³⁸ publicada pelo Conselho Federal de Medicina em 2020, a dermatologia é a 12^a especialidade com o maior número de especialistas: 9.685. A cirurgia plástica é a 16^a, com 7.079 especialistas. Atualmente há 55 especialidades registradas no Brasil. Ao mesmo tempo, a invasão da área por especialistas não médicos e o aumento de clínicas de estéticas como alternativas para a realização de procedimentos é algo que tem sido muito comum. Recentemente, aliás, o Conselho Nacional de Justiça (CNJ) fez um alerta à população quanto aos riscos relacionados à realização de procedimentos estéticos invasivos com não médicos. A orientação do órgão foi descrita em matéria publicada no *site* da Sociedade Brasileira de Dermatologia, em 26 de abril de 2021.³⁹ O texto destaca que entre 2017 e 2020 foram protocoladas pela SBD o total de 1.092 representações na Justiça perante o Ministério Público e conselhos de classe de outras categorias de saúde, que acusavam profissionais

³⁸ Disponível em: <<http://www.flip3d.com.br/pub/cfm/index10/?numero=23&edicao=5058#page/70>>. [Acesso em: 19 fev. 2021].

³⁹ Disponível em: <<https://www.sbd.org.br/noticias/conselho-nacional-de-justica-alerta-populacao-sobre-risco-de-fazer-procedimentos-esteticos-invasivos-com-nao-medicos/>> [Acesso em: 26 abr. 2021].

não médicos e estabelecimentos por exercício ilegal da medicina:

Neste sentido, o levantamento da SBD também reforça a preocupação dos dermatologistas com a segurança dos pacientes. O trabalho ganhou fôlego por conta de queixas de pacientes que trazem relatos de erros e maus resultados por conta da imperícia ou imprudência de profissionais não médicos que se anunciam como capazes de fazer procedimentos estéticos invasivos. O noticiário nacional e regional também registra essas situações que, muitas vezes, geram danos irreversíveis à imagem das pessoas.

Quanto ao domínio desse discurso, percebemos que a fala da SBD institui uma certa hierarquia na área, ela não apenas qualifica os profissionais que são membros da entidade, como também delimita/autoriza quem tem o direito à fala (Ferreira, 2006). Também anuncia que especialistas da entidade são mais qualificados para atender os pacientes. Ou seja, há uma reivindicação técnica por parte dos médicos dermatologistas como principais atores para realizar e atuar diante das práticas cosmiátricas. Diante disso, lembramos que o corpo é local de conflito e as intervenções estéticas revelam o controle disciplinar dos corpos. “A ordem social interage com o campo da saúde, ajudando a modelar o corpo de acordo com seus interesses, e, cabe aos sujeitos, entender e utilizar essas estratégias, que tanto podem ser de resistência aos valores estabelecidos como de assimilação desses mesmos valores” (FERREIRA, 2006, p. 116). Ao visualizar essas intervenções, questionamos como são impactadas não apenas as pessoas mais velhas, mas também as jovens, pela narrativa dos corpos perfeitos e da vida editada, do rosto sem poro e da barriga seca que a celebridade tanto propaga em suas redes sociais. Por outro lado, verificamos – e reforçamos o pensamento – do quanto as narrativas estéticas se correlacionam com as narrativas do discurso médico da saúde.

A densidade emotiva impera na narrativa de Gretchen quando faz propaganda dos profissionais que a atenderam: a médica dermatologista que retirou a tatuagem (Figura 13) e o dentista que realizou sua harmonização facial (Figura 14). Nessas postagens, o tom de felicidade e gratidão ganham espaço. Ela não apenas registra, como enaltece esses momentos felizes nessas postagens que enfocam o marketing em saúde.

Figura 13 - Procedimentos estéticos



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Na legenda da foto em que aparece ao lado de seu dentista (Figura 14), afirma que “suas mãos mágicas fazer inúmeras pessoas recobrem além da autoestima, sua alegria de viver”. A seguidora gideo7 comenta: “Transformador de vida pra quem tem dinheiro”. Já lumacris1991 disse: @igoorcostalves: “Parabéns pelo seu trabalho... Você deixou nossa rainha mais linda!!!”. Seu corpo, espaço de controle, acaba enfrentando pressão constante para ser alterado e disciplinado, sob o risco de perder visibilidade social ou até respeito das novas gerações.

Gretchen diz se empenhar no investimento para manter boa aparência para sua idade como os médicos consideram, ou seja, ela “medicaliza suas rugas faciais” (CLARKE, 2011), tenta recuperar os traços joviais na experiência do envelhecer, e ainda sugere que consumidores de procedimentos estéticos são pessoas que se preocupam com o autocuidado e com a saúde. Essa constatação enfatiza o preconceito de idade em suas falas e também nos discursos médicos sobre a aparência.

À medida que as empresas farmacêuticas continuam a desenvolver produtos e os médicos e outros profissionais de saúde vendem habilmente suas técnicas, parece inevitável que rugas sejam redefinidas e as novas falhas faciais sejam identificadas à medida que o rosto é explorado em todo o seu valor comercial (CLARKE, 2011, p. 100).

Figura 14 – Procedimentos estéticos



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Ou seja, a medicina estética cria no corpo algo a ser consertado ou até uma doença que não está no corpo porque é da ordem do social. “A medicina estética opera um deslocamento na medida em que inscreve na superfície corpórea um ‘problema’ que existia apenas na imaginação” (FERREIRA, 2006, p. 142). Dessa forma, o autor salienta que há uma ruptura com a medicina tradicional, que localiza no corpo sua forma de ação. A percepção do corpo como máquina a ser consertada, objeto a ser melhorado, como se o corpo fosse um outro, isento de identificação, reproduz o olhar tecnicista, que reproduz valores do discurso médico hegemônico. “Esse olhar mecanicista privilegia uma perspectiva técnico-científica, amparada pela lógica do mercado, em detrimento a uma atitude crítica diante do mundo” (FERREIRA, 2006).

Ainda na publicação de 30 de setembro de 2019 (Figura 14), fica evidente o caráter sentimental da narrativa, ao caracterizar como “realizador de sonhos” o responsável pelo procedimento estético, mobilizando emoções entusiasmadas de seus seguidores. Por meio da linguagem que transforma o invisível em visível, o corpo real se transforma em corpo ideal, como explica Ferreira (2006, p. 143):

Essa medicina se inscreve na superfície do corpo a partir de critérios subjetivos que estão fora dele, adota padrões estéticos que habitam a órbita da cultura, no território impreciso e inconstante da moda. E a ferramenta que orienta essa passagem e faz a ponte entre médicos e pacientes, é o território igualmente impreciso da linguagem. A medicina estética torna visível, a partir desse conjunto de virtualidades, de imagens fabricadas e de desejos inconscientes, uma insatisfação que

transcende o corpo, que, como diria o senso comum, está na alma. A insatisfação com o próprio corpo e o desejo de transformá-lo se dá num outro corpo que não é o biológico, em um corpo sem órgãos que é puro desejo e/ou insatisfação.

Diante disso, a insatisfação das mulheres mais velhas com suas aparências ganha reforço da medicina estética, da indústria farmacêutica e da mídia, ou seja, o discurso médico a respeito da estética vai além deste, pois “é constituído por discursos pelos discursos vizinhos, paralelos, concomitantes” (FERREIRA, 2006, p. 139). O poder desses três grupos pode ser visualizado nas transformações dos rostos e na maneira como as mulheres encaram o envelhecimento.

Vale mencionar mais uma vez o trabalho jurídico realizado por entidades médicas com ênfase no impedimento da oferta e da realização de procedimentos estéticos invasivos e não invasivos sem supervisão médica. A esse respeito, o site da SBD publicou matéria no dia 5 de maio de 2021⁴⁰ intitulada “Biomédica não pode realizar procedimentos estéticos invasivos, afirma Justiça Federal em processo movido pela SBD”. O trecho final sinaliza que “A SBD tem se mantido vigilante contra abusos cometidos por profissionais de outras categorias, numa ação contínua de combate ao exercício ilegal da medicina, especialmente na área da estética”, reforçando sua autoridade e reconhecimento na área da estética e na medicina.

Compreendemos que o poder pela busca da beleza é imenso; é capaz de influenciar sentimentos e experiências das mulheres em relação ao envelhecimento de seus rostos e corpos. Lembramos que a aparência feminina sofre importante influência dos discursos da saúde que consideram os sujeitos responsáveis tanto pela saúde quanto pela aparência física – que são praticamente a mesma coisa. Discursos anti-idade sugerem que a juventude é uma qualidade que não é limitada pela biologia ou idade cronológica; e a perda da juventude leva a ataques à autoestima de mulheres que se percebem como pessoas mais jovens do que sua imagem refletida no espelho. O ponto de apoio para essas análises é o trabalho de Laura Clarke (2011), que por muitos anos se dedicou aos estudos da idade cronológica x idade sentida para identificar o que leva as mulheres a desejar transformar seus corpos.

De fato, tudo indica que a face do envelhecimento continuará a crescer na direção da juventude. Isso tende a ocorrer conforme se expandem as fronteiras da medicina

⁴⁰ Disponível em: <<https://www.sbd.org.br/noticias/biomedica-nao-pode-realizar-procedimentos-esteticos-invasivos-afirma-justica-federal-em-processo-movido-pela-sbd/>>. [Acesso em: 5 mai. 2021].

estética e as novas formas de controle do envelhecimento do corpo e do rosto. Essas maneiras estão sendo exploradas por meio da enorme quantidade de intervenções cosmiátricas não agressivas realizadas no mundo todo, bem com o aumento das normas relacionadas à aparência etária e sua articulação com a saúde.

Além da discussão relacionada aos procedimentos estéticos e disputas entre médicos pela atuação na área da cosmiatria, a proposta deste capítulo foi mostrar a importância da *expertise* em nossa vida cotidiana. Como conselheira em práticas corporais, Gretchen se apresenta como “mediadora do capitalismo informacional e de consumo” neoliberal, sendo agente de modos de governamentalidade. Por meio do seu papel instrucional e como *expertise* em estilo de vida, afirmou suas práticas de beleza, impulsionadas pelo consumo.

CAPÍTULO 3: PRÁTICAS DE ACONSELHAMENTO EM SAÚDE E NARRATIVAS DE AUTOAJUDA

3.1. A narrativa terapêutica para o aprimoramento de si

Nesta seção, analisaremos alguns aspectos relacionados às narrativas de psicologia positiva – “ciência da força e da resiliência que nos convida a encarar os indivíduos não como recipientes passivos que respondem a estímulos, mas como tomadores de decisão, com escolhas, preferências e a possibilidade de tornarem-se poderosos e eficientes” (FREIRE FILHO, 2010, p. 73) – e as de autoajuda como elementos poderosos na cultura terapêutica do nosso tempo, a partir da teoria da governamentalidade neoliberal formulada por Foucault. Nas páginas a seguir, nos debruçaremos na reflexão da terceira categoria de análise, as narrativas de aconselhamento e autoajuda.

Como observaram Sacramento e Borges (2020, p. 136), no discurso terapêutico contemporâneo preponderam os modos confessionais de comunicação baseados na autoestima por meio de narrativas de superação: “O discurso terapêutico e suas práticas oferecem uma espécie de tábua de salvação para que os sujeitos, numa situação de perda, choque ou transtorno psicológico, possam se reestabelecer, de acordo com os princípios da autoestima”.

A análise do perfil de Gretchen nos permite perceber que, em termos de experiência pessoal, a celebridade atua de forma hábil no gerenciamento de suas emoções e em busca de empenho suficiente para fazer uma pessoa melhor. Em suas falas, ela ressalta que nunca perdeu o otimismo, e suas ações positivas perante a vida realçam a vontade de superar qualquer adversidade, dor ou perda. Esse bem-estar individual possui valor capaz de gerar estabilidade emocional, tornando-se algo que também interfere – positivamente – na maneira de enxergar o próprio corpo.

Por outro lado, como conselheira na produção de conhecimento e valorização pessoal, a celebridade fortalece padrões de comportamento a ser alcançados pelos indivíduos, que deverão buscar sozinhos resultados e melhora na qualidade de vida. Também ganha autoridade como celebridade por conseguir ultrapassar tantos obstáculos que a vida impõe. Além de divulgar o uso das técnicas estéticas para a melhora de si, ela aponta como alcançar a redução de problemas pessoais que possam perturbar a vida emocional, proporcionando às pessoas segurança em suas escolhas. Essa narrativa também visa “estabelecer a saúde afetiva (...) e torna o indivíduo responsável por seu

bem-estar psíquico, mas o faz eliminando qualquer ideia de falha moral” (ILLOUZ, 2011, p. 81).

Todo conhecimento que Gretchen produz, e ela reforça isso, parece oriundo do seu próprio acúmulo de experiências, mostrando em sua fala um *éthos* testemunhal, capaz de legitimar seu repertório pela própria experiência. Tal fato faz com que várias pessoas se identifiquem com suas formas de ser, agir, falar, aparecer.

Mas também, como afirmado, consideramos que a busca incessante da felicidade no cotidiano se alinha às práticas normativas neoliberais. De acordo com a lógica da governamentalidade, portanto, as condutas desses indivíduos são comandadas para a reprodução de uma lógica neoliberal em que a felicidade é imperativa e está nas mãos de cada um. Diante da felicidade imposta pela lógica de governamentalidade, Binkley (2010, p. 90) assinala que

a tarefa de tornar-se feliz, de interrogar e problematizar os próprios hábitos emocionais infelizes, seus pensamentos e comportamentos, de acordo com seus retornos relativos em volume de felicidade, induz o indivíduo a integrar as prioridades da ordem socioeconômica dominante na prática de sua própria subjetividade.

O indivíduo moldado pelos hábitos sociais passa a interpretar as próprias emoções, aprender a se reconstruir e, assim, alcançar felicidade e bem-estar. Essa busca empreendedora por felicidade é individual e requer prática. Logo a cultura terapêutica coloca a saúde e a autorrealização no centro do eu (ILLOUZ, 2011). Como expõe Sacramento (2017, p. 61),

o discurso contemporâneo de autoestima leva a governamentalidade ainda mais para dentro da esfera íntima, interiorizada, da própria formação do ideal atual de subjetividade, onde eu se torna a um só tempo subjetivação, controle e imagem. Os indivíduos são cada vez mais instados a assumir, assim, o objetivo de aprimorar a si mesmos, a fim de alcançar a realização pessoal e para cumprir sua obrigação com os preceitos da sociedade atual.

Nesse sentido, Rose (2011, p. 221) considera que a cultura terapêutica estimula o indivíduo não só a trabalhar sobre si mesmo como também a assumir a responsabilidade por sua vida, procurando “equipar o *self* com ferramentas para o gerenciamento de suas questões para assumir o controle de seus projetos”. Isto é, as necessidades dos indivíduos

são satisfeitas pelos seus próprios poderes da *expertise*; por meio do *self* empreendedor ele melhora a qualidade de vida e, dessa forma, elimina a dependência.

É importante lembrar que, para Foucault (2005, p. 57), cuidar de si também é uma maneira de dar forma à própria vida que pode ser feita em qualquer de suas etapas: “Ocupar-se de si não é uma sinecura. Existem os cuidados com o corpo, os regimes de saúde, os exercícios físicos sem excesso, a satisfação, tão medida quanto possível das necessidades”. A atividade para si, segundo Foucault, é uma prática social; ela aparece como uma intensificação das relações sociais e pode ser vista nos discursos biopolíticos dos dias de hoje.

Preocupar-se consigo passa a ser sinal de autonomia, sendo considerado atitude libertadora, mas também é capaz de gerar ansiedades e temores de fracasso e dependência quanto a não atender à expectativa de autonomia (MORAES, 2019). Reiterando, o *éthos* terapêutico visto na valorização de Gretchen pela saúde física e mental por meio de uma mudança dos hábitos e de suas experiências pessoais, tende a ter dois sentidos: como estilo de vida orientado pelo dever de autocuidado com o corpo e de gestão racional de si; mas também como “visão de mundo específica de determinados grupos com maior renda, grau educacional e prestígio social, cujo conjunto de práticas de valorização do próprio corpo foi generalizado, como maneiras mais coerentes de pensamento sobre saúde e bem-estar” (MORAES, 2019, p. 125).

Conforme analisa Sacramento (2017, p. 56), atualmente tem sido corriqueiro o discurso terapêutico difundido pela mídia contemporânea – por meio da linguagem da autoestima, autogoverno, bem-estar, superação – visando transformar a percepção de situações da vida de uma pessoa, sejam divórcios, dificuldades financeiras ou doenças crônicas, “em experiências de vulnerabilidade e sofrimentos que podem ser convertidas em ‘lições de vida’ quando combinadas com uma trajetória de busca pela superação baseada na autogestão emocional”.

Outro aspecto da questão diz respeito ao fato de que, ao investir em si mesmo, o indivíduo tende a se tornar mais interessante para o outro. Como observa Illouz (2011, p. 81), “é por meio da experiência de modificação de si mesmo e na interpretação dessa experiência que os sujeitos modernos se vivenciam como tendo o máximo de competência moral e social”. A transformação dos hábitos e de si como atitudes racionais e individuais contribui para a biopolítica.

Construídas e colocadas em circulação por distintas mídias, as narrativas pessoais na contemporaneidade mostram lógica e padrões comuns, ainda que as estratégias

narrativas se diferenciem. Trata-se de histórias pessoais que podem ser contadas por meio de autobiografias, memórias, testemunhos, depoimentos, conforme salientado no primeiro capítulo desta dissertação. O que elas têm em comum é o fato de contar uma determinada história para o leitor.

Em suas narrativas de autoestima, Gretchen procura reforçar o orgulho que sente por seu corpo esculpido e almejado, pela mente positiva e otimista, bem como a ideia de que todos podem conseguir essa transformação ao se esforçar e dominar suas vontades e pensamentos. Ela se coloca como uma pessoa inspiradora, que consegue vencer adversidades e conquistar todos os objetivos que traça em sua carreira e vida pessoal. Logo, ao expor a posse de excelentes qualidades mentais e corporais, Gretchen incentiva seus seguidores a reprogramar os padrões de pensar e de agir, bastando “fazer como eu faço”, “pois sempre podemos dar um pouco mais”, para obter felicidade e até melhorar a imunidade orgânica. “Trocando em miúdos: não desperdice energias arrumando desculpas e criando problemas; invista suas forças no planejamento de estratégias para o próprio desenvolvimento” (FREIRE FILHO, 2010, p. 75).

Logo, as falas de Gretchen estão afinadas com a responsabilização individual pela saúde e pela autorrealização; visam fomentar e criar novas subjetividades nos indivíduos, pautando a maneira como os sujeitos podem pensar e agir. A celebridade frisa em várias postagens que ser feliz é apenas uma questão de escolha. Ao pensar que a felicidade está em nossas mãos, no entanto, esgotamos a jornada pessoal de cada um. Além disso, como excluir da busca interior pela felicidade os acontecimentos que atingem o mundo atual em meio à pandemia de Covid-19? Conforme Sacramento e Borges (2020, p. 135),

a centralidade da autogestão das emoções na cultura contemporânea permite observar o quanto se torna relevante a sensação de capacidade individual plena para manipular o próprio bem-estar, transformando a felicidade mais em uma responsabilidade que deve ser assumida por cada indivíduo do que numa consequência de algum fim comunal.

Por outro lado, os autores salientam que “a relação entre autoestima e autoaceitação pelo discurso terapêutico minimiza o conteúdo moral do disciplinamento exercido sobre os corpos nos processos de subjetivação para conceber um sujeito autorreferente” (SACRAMENTO, BORGES, p. 156).

Tal fato pode ser observado na publicação de 26 de novembro de 2018 (Figura 15),⁴¹ quando Gretchen abre uma associação das rugas (deteriorização exterior) com sua vivência como ser humano (vitalidade interior), que não é só permeada de sucessos; inclui também sofrimentos. Contraditoriamente ao discurso que enaltece sua nova versão de si, nesse *post*, a celebridade enfatiza que as expressões corporais fazem parte de sua história de vida, mostrando outro tipo de aconselhamento, o da velhice positiva. De qualquer forma, sua fala ainda visa ao aumento da autoestima e do amor-próprio: “A cada ano algumas rugas que demonstram cada luta, cada vitória, cada sofrimento, cada sorriso. Isso é a vida. Então, cada marca dessa vale a pena. Viva e deixa viver!”

Seguindo a lógica terapêutica na contemporaneidade, Illouz (2011, p. 81) assinala que essas narrativas “são instrumentos muito eficazes para estabelecer a coerência e a continuidade do eu e para construir um relato capaz de abarcar várias etapas dos ciclos de vida”. Elas podem ter formas enunciativas testemunhais e confessionais. Também garantem mais visibilidade e constituem exemplos a seguir.

Na publicação, a beleza é ressaltada pela relação positiva que tem com o tempo – essa percepção é rara nas falas de Gretchen, que, entretanto, enfatiza sua ótima saúde mental. Este posicionamento sobre o envelhecimento como fase de experiências e de relação pessoal, nos faz pensar que a velhice tem posição de afirmação. Por outro lado, é muito grande a cobrança sobre as mulheres que ora são cobradas para se manter jovens, ora por se manter jovens.

⁴¹ O *post* não faz parte do *corpus* deste trabalho. No entanto, o trouxemos para reflexão por apresentar um lado da cantora não muito comum: o de expor suas rugas com naturalidade em vez de ressaltar os gastos em procedimentos estéticos para apagar as linhas de expressão – como ocorre na maioria dos discursos da celebridade a respeito do tema.

Figura 15 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2018.

Ao alimentar o preconceito de idade e rejeitar o envelhecimento natural, Gretchen nos leva a crer que ela insulta o próprio futuro. Nas publicações da cantora alinhadas às ideias de aconselhamento, autocontrole, autovalorização e autorreflexão, transparece sua busca contínua para ser uma pessoa melhor, livre de agonias psíquicas, ou “cronicamente feliz”⁴² (FREIRE FILHO, 2010).

Entendemos que a autoconfiança e autoestima diante dos acontecimentos a fazem ser modelo de conduta, “afinal, o que está em jogo na configuração contemporânea da subjetividade é a capacidade de gerenciamento eficaz de si, tornando-se mais autoconfiante, sempre buscando autoconhecimento e desenvolvimento pessoal” (SACRAMENTO, 2017, p. 63).

Examinando as formas de bem-viver e estratégias para atingir o bem-estar pleno, Binkley (2010, p. 85) assinala que há uma crença no poder de sugestão do pensamento otimista e do pessimista nos fundamentos do regime emocional da psicologia positiva. “A psicologia positiva busca mapear, com a mesma medida de precisão científica, os estados mentais identificados com a alegria, o florescimento, a expressão de bem-estar e a felicidade em si”. De acordo com o autor, o estado emocional negativo é derivado da

⁴² De acordo com Freire Filho (2010) são pessoas habituadas a ter emoções positivas, como alegria, confiança, esperança, gratidão, serenidade. Tal termo é inspirado em Lyubomirsky (2007).

percepção da incapacidade de ser feliz. Já as emoções positivas são provenientes da certeza do poder individual de mudar o próprio bem-estar.

Além disso, Binkley (2012, p. 569) explica que o campo da psicologia positiva procura “corrigir o foco patologizante das psicologias tradicionais por meio do empoderamento do indivíduo como mediador e empresário de sua própria vida psicológica”. Logo, o autor enfatiza que com o objetivo de superar o enfoque tradicional das profissões psicológicas sobre estados negativos, a psicologia positiva busca engajar, com a mesma medida de precisão científica aplicada aos estados emocionais negativos, as condições psicológicas identificadas com a afirmação da vida: alegria e felicidade. Ele explica que a pessoa infeliz acredita que não pode agir para se tornar feliz, pois está presa ao próprio modo de vida; já a pessoa feliz, percebe que é possível escapar aos problemas da vida, o que é capaz de gerar um estímulo emocional para motivar a tomar uma iniciativa. Logo, a ação é resultado do interesse e responsabilidade individual nas escolhas que visam ao domínio das emoções, sendo a felicidade

uma tarefa, um regime, uma incumbência diária na qual o indivíduo modela suas próprias emoções da mesma forma como um guru do *fitness* modela um determinado grupo muscular. Governar a si mesmo através da maximização do próprio potencial para a felicidade é governar a si mesmo como sujeito do empreendimento neoliberal: tanto a ação, a autonomia, a liberdade da dependência e de restrições externas quanto os recursos cognitivos necessários para a busca do autointeresse são metonimicamente alinhados com o conteúdo da própria felicidade (BINKLEY, 2010, p. 102).

Outro aspecto da psicologia positiva sobre o qual cabe reflexão diz respeito ao fato de ela se dirigir aos indivíduos que “conseguiram”, ou que “já estão felizes”, e prometer que eles serão capazes de melhorar ainda mais essa condição, sugerem De La Fabían e Stecher (2017). Os autores salientam que um dos principais achados da psicologia positiva foi descobrir que pessoas mais felizes vivem mais, são mais saudáveis, produtivas, generosas, têm melhores realizações e relacionamentos. Além disso, assinalam que esses indivíduos contribuem para o mundo, pois tendem a ser pessoas mais generosas.

As transformações sofridas por Gretchen são exemplo de como a biopolítica atua para promover uma postura empreendedora do sujeito neoliberal, até por meio do discurso terapêutico. Como argumenta Binkley (2012, p. 560), a intimidade, sendo um problema da governamentalidade, tornou-se algo moldado por uma estratégia de governo que opera por meio da autonomia individual e interesse próprio; “Esse problema de

intimidade foi gradualmente transposto do domínio de especialistas e instituições para as condutas psicológicas cotidianas dos próprios sujeitos”. Assim, o autor considera que a intensificação da intimidade evoluiu de um domínio da regulação biopolítica para um de conduta autônoma e livre da supervisão direta do Estado, estando intimamente ligada à psicologização e mutualização deste último, e à abertura da intimidade como um espaço de intersubjetividade. Ele aponta que a racionalidade de governo se utiliza do problema da intimidade da seguinte forma: do ponto de vista neoliberal, a intimidade deve ser desligada das tecnologias de dependência e bem-estar e reinventada como uma forma de autonomia e interesse próprio. Para que isso se estabeleça, porém, é preciso que sejam “reduzidos quaisquer vestígios sobreviventes de assistencialismo, refletidos na difusão hierárquica do saber pericial, na designação da patologia por meio de julgamentos normativos ou na institucionalização do tratamento em qualquer forma” (BINKLEY, 2012, p. 567).

Dessa forma, diante do neoliberalismo, o indivíduo seria aquele que se vê como empresário de sua própria vida, sendo capaz de realizar investimentos emocionais como uma forma de capital humano, investimentos valorizados pelos retornos de felicidade que eles podem proporcionar.

Encontramos em 9 de novembro de 2019 (Figura 16) um *post* em que Gretchen destaca a ideia de que a vida deve ser vivida com leveza “dançando, feliz”. A impressão é de que a celebridade está em um momento íntimo, suas roupas são casuais e ela aparece ouvindo música à noite na sua casa e se divertindo com isso. Na imagem, esbanja semblante feliz e descontraído, reforçando a ideia da legenda escolhida para a cena. Em sua estratégia de interpelação, entendemos que Gretchen tenta mostrar aos seguidores que a força do pensamento positivo como forma de gerenciar a vida é boa para a saúde. Sua fala parece atestar que a felicidade realmente importa e traz recompensas: o sucesso, a visibilidade, a satisfação, a autorrealização, a leveza. Nessa direção, “a tarefa então é criar as condições ou ensinar técnicas específicas, pelas quais o otimismo e o amor-próprio podem ser cultivados intencionalmente pelos próprios indivíduos” (BINKLEY, 2011, p. 375).

Figura 16 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Cultivar uma vida feliz, abraçar a autoaceitação e reafirmar potenciais e energias são hábitos que podem ser desenvolvidos individualmente, mas com o auxílio de técnicas difundidas pelos profissionais da psicologia. A abordagem da psicologia positiva fornece conselhos sobre como a felicidade pode ser produzida bastando dirigir os pensamentos positivos de forma consciente “com a mesma intencionalidade que alguém pode buscar em um regime de condicionamento físico”, sugere Binkley (2011, p. 376).

Segundo estudos do autor, a busca no Google do termo “felicidade” e da expressão “psicologia positiva” revela que há uma indústria crescente de consultores e treinadores da felicidade, que se voltaram para a psicologia positiva como o remédio para os males que afligem a sociedade contemporânea. As redes sociais são os espaços que contemplam grande parte dessas publicações de aconselhamento e gestão de círculos terapêuticos. No entanto, o discurso contemporâneo sobre a felicidade abrange não apenas o campo científico, jornalístico, literário, econômico, empresarial e outros, mas também *talkshows*, programas de televisão e uma crescente cultura terapêutica.

A publicação de 6 de dezembro de 2019 (Figura 17) possui estrutura narrativa similar à de estratégias de felicidade e superação. “Sem medo de ser feliz” é a forma como Gretchen parece explicitar sua capacidade de encarar a vida e os percalços que possam aparecer no caminho. A partir da autoconsciência, que atua alterando os padrões repetitivos de pensamento no dia a dia, um novo estado emocional é criado. Rose (2011)

considera que a autoajuda hoje envolve uma aliança entre profissionais que alegam ter uma resposta objetiva sobre como conduzir melhor a vida e obter sucesso, e de outro lado, pessoas que moldam um estilo de vida para não se adequar às normas sociais em busca da felicidade.

Figura 17 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Assim, o discurso da produtividade da felicidade que a governamentalidade revela é aquele que apresenta não apenas uma articulação da gestão emocional e da cultura popular (por meio da arte, literatura, cinema), mas também da felicidade como efeito de processos econômicos (BINKLEY, 2011). Dessa forma, o sujeito empreendedor – fonte da subjetividade neoliberal e “que se comporta com ousadia e vigor, a calcular seus próprios proveitos, a se esforçar e a aceitar riscos na busca de objetivos” (ROSE, 2011, p. 214-215) – atua pela maximização de sua própria vida emocional.

Neste tópico, descrevemos de forma breve como “a terapêutica tem subjetivado o mundano” (ROSE, 2011, p. 221) e como os pensamentos positivos são consideradas maneiras de atingir o bem-estar emocional por meio da responsabilidade individual com relação às emoções e à vida. Nessa linha de raciocínio, “a investigação sobre o governo da felicidade ilustra como as racionalidades governamentais se transpõem para as disposições afetivas dos sujeitos como empreendimentos emocionais análogos e centrados no cultivo e maximização de potenciais emocionais específicos” (BINKLEY, 2011, p. 388).

No próximo tópico, ampliaremos os comentários sobre a psicologia positiva e a autoajuda como ferramentas utilizadas para instrumentalizar a felicidade em busca da otimização da vida.

3.2. Felicidade como meta para as competências moral e social

Corroborando os preceitos da psicologia positiva de que a felicidade é um projeto individual para uma existência melhor, a matéria publicada no portal da TV Prime, *site* especializado em notícias televisivas e celebridades, traz um título sugestivo: “Gretchen mostra qual o segredo da felicidade e garante que dá certo; qualquer um pode tentar”.⁴³ Ilustrada com a foto da celebridade sorrindo junto com a reprodução de um *post* publicado em sua conta do Instagram em janeiro de 2021, nessa matéria um mestre assim responde à questão “Qual o segredo da felicidade?”: “Não discutir com idiotas”. O texto resume uma das sugestões de Gretchen aos fãs para que eles consigam, assim como ela, atingir o caminho da felicidade. “É assim que devemos agir. Tenho feito isso e posso assegurar que dá certo”, escreveu na legenda.

Segundo Sonja Lyubomirsky (2007, p. 25) são muitos os benefícios que acompanham a felicidade: maior habilidade social, disposição, simpatia dos colegas, resiliência, capacidade de ganhar dinheiro; além disso, pessoas felizes são “mais resistentes às adversidades, possuem um sistema imunológico mais forte, são fisicamente mais saudáveis e vivem ainda mais”. As barreiras para atingi-la, entretanto, também são muitas. Para isso, o indivíduo deve saber dominar as próprias emoções, assumindo a responsabilidade por si mesmo. Ou seja, essa atitude (tóxica) exige positividade das pessoas independentemente dos desafios que elas estejam enfrentando.

Em pesquisa, a autora e pares concluíram que 40% de nossa felicidade está sob nosso controle; 50% é determinada por herança genética; e 10% ditada por circunstâncias da vida, como condições socioeconômicas, estado civil, ser ou não ser saudável. Para obter os 40% é preciso que a pessoa crie padrões mentais diários em sua rotina, interrompendo pensamentos negativos de forma intencional e forçada. Isto é, para que haja felicidade é preciso agir, mudar comportamentos. A linguagem utilizada pela autora mistura a psicologia positiva e a autoajuda para prosperar a cada dia. “Ao nos tornar mais felizes, reforçamos também nossos sentimentos de autoconfiança e autoestima; passamos

⁴³ Disponível em: <<https://www.tvprime.com.br/noticia/67001/celebridades/gretchen-mostra-qual-o-segredo-da-felicidade-e-garante-que-da-certo-qualquer-um-pode-tentar-14012021>>. [Acesso em: 21 abr. 2021].

a acreditar que somos merecedores de respeito e beneficiamos não só a nós mesmos, mas parceiros, famílias, comunidade e sociedade” (LYUBOMIRSKY, 2007, p. 26).

É de acordo com essa perspectiva que a postagem de Gretchen em 18 de outubro de 2019 (Figura 18) dialoga com seus seguidores. Na publicação, ela realça a importância da força de pensamento e do foco para superar adversidades. Ser forte é uma responsabilidade individual. Ela aparece num cenário que lembra sua casa, veste roupa de ginástica e propõe leveza nas atitudes. Essa atitude otimista talvez possa soar como desmoralizante e suscitar questionamentos a respeito da disposição das pessoas diante de uma circunstância difícil da vida. Por outro lado, essas narrativas também podem ser úteis para dizer algo sobre nós mesmos.

Figura 18 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

De acordo com Lyubomirsky (2007), a atratividade física é uma circunstância da vida que não se correlaciona com a felicidade. É fato que, como já aqui mencionado, as cirurgias estéticas têm aumentado no mundo a cada ano, e que Gretchen é adepta das práticas de rejuvenescimento desde os 20 e poucos anos de idade. Porém, a autora relata que a felicidade após procedimentos estéticos, não é duradoura. Para comprovar a teoria, cita a entrevista que fez com uma mulher de 40 anos de idade que se rendeu à realização de cirurgias estéticas faciais em busca de um rosto sem rugas. As intervenções foram bem-sucedidas, fazendo-a se sentir, além de mais jovem, mais autoconfiante, a ponto de

desejar começar uma nova vida. “Um ano depois, voltou a si. A cirurgia plástica a deixou mais feliz? ‘Devo dizer que é bom ter menos rugas’, confessou. Mas isso não a deixou mais feliz no longo prazo. ‘A cirurgia não é nada comparada à verdadeira felicidade’” (LYUBOMIRSKY, 2007, p. 18). Ou seja, Lyubomirsky sugere que as pessoas podem ser felizes com a própria aparência, que, contudo, teria efeito mínimo a respeito de seu julgamento. Essa visão é bastante diferente da perspectiva que a Gretchen nos mostra sobre sua estética pessoal.

Figura 19 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

No *post* publicado em 24 de outubro de 2019 (Figura 19), ela incentiva os leitores a começar o dia com bom humor e otimismo. Na imagem, ela sorri e demonstra estar feliz. Usa roupas que realçam suas curvas corporais, mantendo as mãos na cintura para destacar o corpo. O incentivo à alegria constante é uma das principais características das narrativas de autoestima e de autoajuda e fazem de Gretchen ser modelo desse tipo de comportamento, em que qualquer outro sentimento exceto a felicidade fosse proibido.

Lyubomirsky (2007) comenta a relação do *feedback* facial com as emoções. Em seus estudos, ela explica que a livre expressão dos sinais externos amplia as emoções. Em outras palavras, ao demonstrar felicidade (ou qualquer outro sentimento) você sentirá ainda mais felicidade – o que é ressaltado no *post* otimista de Gretchen.

Um outro aspecto para destacar é a que a experiência sentimental da vida ao lado de um homem que admira parece indicar para Gretchen o caminho certo para a felicidade. A matéria que *O Estado de São Paulo* publicou em outubro de 2020 reforça essa suposição. Sob o título: “‘Às vezes sinto pena das pessoas não lutarem pela sua felicidade’, diz Gretchen sobre as críticas”,⁴⁴ o texto relata a indignação da celebridade com pessoas que questionaram o fato de ela se casar novamente. Após alguns dias de seu 18º casamento, Gretchen publicou um texto do jornalista e escritor paraense João Carlos Pereira, em que ele afirma ter o casamento dela mostrado “a cara feia da inveja, do despeito e do preconceito, tudo junto e misturado”. No *post*, ela agradeceu o jornalista por vê-la exatamente como é, sente e acredita, e lamentou: “infelizmente o ser humano em geral não tem essa percepção”, acrescentando:

Às vezes sinto pena das pessoas não lutarem pela sua felicidade e usarem dessa falta de coragem para me atacar. Não tem problema. Eu sou costa larga, como se diz popularmente. Estou acostumada com as chibatadas da vida. Aprendi a não sentir dor. Pelo contrário, aprendi a levantar com mais força ainda quando sou jogada no chão pelos açoites.

Ao suportar as críticas e resistir às próprias dores, ela amplia sua capacidade de resiliência. Sobre esse aspecto, argumenta Sacramento (2017, p. 62):

Associando valores morais (...) à medicalização do comportamento, a noção de resiliência como base para desenvolvimento de técnicas de aprimoramento do gerenciamento individual das emoções legitima a intervenção psicológica de modo a ensinar os indivíduos a desenvolverem atitudes e habilidades necessárias para torná-los resilientes.

Por meio das análises, pode-se dizer que Gretchen tenta utilizar sua experiência de vida como mecanismo de superação e autoestima, servindo de inspiração para leitores que estabelecem uma relação de empatia com ela. As afirmações positivas da celebridade são maneiras de transformar sua autoestima, a saúde, a vida. Nesse sentido, Freire Filho (2010, p. 17), considera que “na era da felicidade compulsiva e compulsória, convém aparentar-se bem-adaptado ao ambiente, irradiando confiança e entusiasmo, alardeando uma personalidade desembaraçada, extrovertida e dinâmica”.

⁴⁴ Disponível em: <<https://emails.estadao.com.br/noticias/gente,as-vezes-sinto-pena-das-pessoas-nao-lutarem-pela-sua-felicidade-diz-gretchen-sobre-criticas,70003463288>>. [Acesso em 21 abr. 2021].

De modo complementar a esse pensamento, Birman afirma que a busca do prazer e a evitação do desprazer passaram a ser critérios distintivos para que as pessoas atinjam a felicidade no nosso tempo e que a “manutenção da autoestima e da condição de vencedor se articula com a presença da autonomia do sujeito. Em contrapartida, a perda da autonomia deste se evidencia pela baixa da autoestima, e anuncia a condição de perdedor do indivíduo” (BIRMAN, 2010, p. 41). Por meio da autogestão emocional, Gretchen costuma mostrar força para vencer as adversidades, utilizando suas práticas positivas, conforme indica sua fala na figura 20. Nesse sentido, nas palavras de Sacramento (2017, p. 61),

A produção de subjetividade contemporânea, fundamentada no ideário da autoestima, articula-se à exposição de imagens pessoais de processos de sofrimento e de superação, em jogos performativos da busca e da conquista de uma vida feliz, legitimada pela visualização e estimulação de audiências (telespectadores, internautas, leitores).

Concluimos que para manter a saúde mental e a qualidade de vida, é necessário buscar o imperativo da felicidade e manter o otimismo se distanciando, portanto, do patológico. Ainda no mesmo *post*, observamos Gretchen usando uma camiseta com estampa do Círio de Nazaré⁴⁵ – uma das manifestações religiosas mais importantes do país e celebrada anualmente em Belém do Pará –, em meio a paisagem que traz tranquilidade e calma, num belo dia ensolarado.

Nesse caso, Freire Filho (2010, p. 69) afirma que “mestras no artilho do autoengano positivo, as ‘pessoas muito felizes’ deteriam a admirável capacidade de distorcer a realidade na direção que aumentaria sua autoestima, consolidaria suas crenças na própria eficácia e promoveria uma visão otimista do futuro”.

⁴⁵ “Assim como a religião, o discurso terapêutico oferece símbolos que criam uma realidade experiencial dominante e transformam a própria natureza da ação” (ILLOUZ, 2008, p. 11).

Figura 20 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Convidada para participar do programa Mais Você,⁴⁶ em 9 de maio de 2019, Gretchen conversou com Ana Maria Braga sobre a chegada dos 60 anos, relacionamentos, procedimentos estéticos, além de sua relação com a internet e com os fãs, em sua maioria jovens. Na entrevista, afirmou que apesar de tudo que passou na vida soube superar as adversidades com sua força interior:

A internet é como se fosse o meu filho caçula. As pessoas hoje dependem da minha energia, da minha positividade, do meu jeito forte de ser, muitas vezes para superar uma depressão, uma perda, uma infelicidade. Tenho que cuidar com carinho porque essas pessoas dependem do meu sorriso. Os jovens ouvem muito meus conselhos. Na época do Enem estou ali com eles. Eu procuro nos momentos importantes estar com eles.

Nessa declaração, ela sugere a importância do próprio desenvolvimento emocional como fator fundamental para ajudar outras pessoas no enfrentamento de suas dificuldades, sobretudo os jovens. Demonstra possuir ferramentas psíquicas para lidar com as dores e alega que sua determinação é consequência de uma personalidade forte.

⁴⁶ Disponível em: <<https://www.bol.uol.com.br/entretenimento/2019/05/09/gretchen-encontra-ana-maria-e-internet-vibra-com-rainhas-dos-memes.htm>>. [Acesso em: 24 abr. 2021].

Afirma que tais mecanismos/habilidades são úteis para cuidar não apenas de si, mas também dos outros.

Nessa perspectiva, Illouz (2008, p. 11) enfatiza que no discurso terapêutico a linguagem é central para a constituição da individualidade, posto que se constitui como uma forma dinâmica de expressar e experimentar emoções: “A linguagem aponta o que é um ‘problema emocional’, fornece estruturas causais e metáforas para dar sentido a esses problemas e restringe as maneiras como as emoções são expressas, compreendidas e gerenciadas”. E afirma ainda que as emoções se originam nas crenças e nos desejos do indivíduo “e não podem ser separadas das maneiras pelas quais as relações sociais codificadas culturalmente são vividas em e pelo eu”.

Além disso, é interessante notar que a autoajuda⁴⁷ tem conotação democrática, já que todos podem obtê-la. A partir de um padrão de conduta baseada na repetição, Gretchen oferece e prescreve condutas e regras de gerenciamento das emoções, aliadas a um vocabulário específico a fim de gerar respostas emocionais a seus seguidores, sem exceção. Os textos de autoajuda oferecem igual forma de aconselhamento, na intenção de que as pessoas busquem ideais de autorrealização, refletindo sobre as próprias maneiras – e também a dos outros – de conduzir as situações da vida.

3.3. Habilidades e saberes: Gretchen, *coach* de vida

A partir da atuação de “especialistas que alegam que o *self* pode conquistar uma vida melhor e mais feliz através da aplicação do conhecimento científico e habilidade profissional” (ROSE, 2011, p. 219) e de um trabalho reflexivo, que inclui manipulação de seus próprios pensamentos, os indivíduos são encorajados a ser felizes. No papel de conselheira, papel validado pela experiência (Sacramento, Borges, 2020), Gretchen afirma que já passou por situações diversas na vida, com as quais muitas pessoas podem se identificar. Nesse sentido, ela se coloca como uma pessoa capacitada a ajudar seus seguidores a “restabelecer a normalidade do bem-estar por um combinado de autoaceitação com autoestima (...) e a experiência se torna a fonte de autoridade do seu relato e de aconselhamentos” (SACRAMENTO, BORGES, 2020, p. 157), como podemos

⁴⁷ Apenas a título de curiosidade, segundo Illouz (2008, p. 154), “ao fazer da psicanálise o único caminho para a salvação psíquica, Freud sugeriu que a autoajuda não dependia da resistência moral, da virtude ou da vontade de alguém, porque o inconsciente poderia seguir muitos caminhos astutos para derrotar as decisões da consciência. Se o inconsciente pudesse derrotar a determinação de alguém de ajudar a si mesmo, isso, por sua vez, significaria que a perspectiva freudiana, pelo menos inicialmente, era incompatível com o que se tornaria a indústria da autoajuda”.

verificar na figura 21. A imagem é o *print screen* de um vídeo publicado em seu Instagram em 3 de setembro de 2019. Nele, um influenciador digital recita uma mensagem de superação, que valoriza a capacidade individual de superar as dificuldades, marca do discurso terapêutico contemporâneo:

Superar é apenas necessário
 Pois a vida não está nem aí para o seu tempo ou para o seu horário
 Seguir em frente é a única saída
 Olhar para trás é perda de tempo e perda de vida
 Porque se passado fosse bom se chamaria presente
 Se algo não lhe agrada mude, faça diferente
 Quando te tirarem o chão aprenda a voar
 Se ontem você errou, hoje você aprende e amanhã vai superar
 Você irá aprender em cada caída e a cada corte
 Se a vida ficar difícil, você ficará mais forte
 Algum dia você vai falar para você mesma
 Estou aqui, não foi fácil, mas eu superei, eu consegui

Na legenda do *post*, Gretchen mostra mais uma vez empoderamento ao afirmar que “superar e a palavra-chave da minha vida” e “eu venço a cada dia; força para você também. Se supere!”. De acordo com Sacramento (2019, p. 317), tal

modelo de identidade e responsabilidade torna os indivíduos responsáveis pelo seu futuro, mas não por seu passado. Promove, assim, um *self* que é passivo no passado – no sentido de que ele é definido por feridas infligidas por outros, mas que é instado a se tornar altamente ativo, no sentido de que é convocado a se transformar.

Enquanto a sessão de análise realiza um trabalho de dentro para fora, a fim de que as pessoas alcancem o autoconhecimento e cura emocional, por meio da resolução interna das dores e do abandono de velhos padrões, o *coach* está voltado para o futuro, concentrando-se não em dores passadas e questões pessoais, mas em potenciais para aspirações futuras. Ele assume que é cliente, que trabalha para solucionar problemas, superar barreiras, aprender novas habilidades e implementar escolhas eficazes. Dessa forma, para o *coach* e a psicologia positiva o empoderamento opera por meio de um reenquadramento individual expresso no caráter da governamentalidade neoliberal (BINKLEY, 2012). Nos comentários, seguidores compartilham o quanto as palavras de Gretchen combinadas ao vídeo são importantes para a transformação individual de cada pessoa – @mikelly1424: “Suas palavras me enchem de luz e vida, te amo”; @rosana.mesquita.923171: “Você é uma guerreira”; @marciasoalves: “Tem dias que uma simples mensagem é o suficiente para mudar o momento. Ela traz respostas e luz”.

As narrativas de Gretchen, portanto, vêm associadas a um *éthos* de autoajuda. São recomendações que objetivam auxiliar as pessoas a ter mais domínio das situações vivenciadas e força na resolução de situações indesejadas.

Figura 21 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

No início de janeiro de 2021, Gretchen anunciou em uma *live* da revista *Quem*⁴⁸ que iniciaria um trabalho como *coach* de vida. A notícia gerou grande repercussão, a ponto de ela precisar utilizar o Instagram para responder às críticas recebidas a respeito do serviço que pretendia oferecer juntamente com o marido, Esdras Souza. Um mês depois, ambos abriram um espaço holístico com *coach*, reiki e musicoterapia em Belém do Pará, onde moram atualmente, para a realização de atendimento presencial e online. A matéria intitulada “Gretchen rebate críticas sobre ser *coach* de vida: ‘Quero ver quem vai me proibir’” relata sua reação:

Quero ver quem vai me proibir. Eu já disse que não sou terapeuta, e não sou mesmo. Mas eu tenho a experiência de vida que muitos deles não têm. Eu vivi coisas na minha vida que muitos deles não viveram. Eu perdi um filho. Meu filho morreu nos meus braços. Eu adotei filhas. Tive problemas seríssimos de violência doméstica. Sempre sustentei meus filhos sozinha. Sou independente financeira e emocionalmente. Aí vieram me falar: 'o que ela tem para ensinar? A largar marido?'. Vou sim. Vou ensinar a mulherada a parar de acreditar em falsas coisas.

⁴⁸ Disponível em: <<https://revistaquem.globo.com/QUEM-News/noticia/2021/01/gretchen-rebate-criticas-sobre-ser-coach-de-vida-quero-ver-quem-vai-me-proibir.html>>. [Acesso em: 28 abr. 2021].

Após divulgar o novo projeto, foi acusada por profissionais médicos e fãs que “não ter moral para dar conselhos”.⁴⁹ Em resposta, reiterou que confia na própria capacidade para realizar a mentoria de vida. A celebridade, que também realiza palestras motivacionais para empresas, ressaltou em entrevista à *Quem* que não tem formação como psicóloga e psiquiatra. Ela disse que não irá fazer terapia em ninguém, já que não é terapeuta, mas que vê nessa nova função um modo de auxiliar as pessoas de maneira personalizada: “Para não sofrerem o que eu já sofri”. Diz a mensagem:

Respeito o trabalho de todos esses profissionais, mas uma coisa não anula a outra. Vou atender como *coach* para dar conselhos baseados na minha experiência de vida, como já vinha fazendo nas minhas redes sociais. Vivi muita coisa na minha vida e compartilhar essas experiências podem ajudar o outro a viver melhor, sim. Meu serviço é de *coach*.

Na mesma entrevista, alega ter vasta experiência para entender o ser humano. “Isso é um processo. Não é uma coisa que simplesmente se joga e acontece. Vou também falar sobre autoestima, amor próprio, adoção, tenho duas filhas adotadas, entre outros assuntos”. Conforma assinala Binkley (2012, p. 568), *coach* de vida é aquele que permanece amplamente livre dos requisitos convencionais para lidar com questões pessoais:

Esse *status* se origina da oposição profundamente enraizada do campo à tradição da psicoterapia e do aconselhamento, sob a qual, afirmam os defensores do campo, todas as visões medicalizantes, patologizantes, retrógradas e negativas que perseguiram o empreendimento psicológico desde o início (BINKLEY, 2012, p. 568).

Dessa forma, Gretchen pretende sugerir mudanças na rotina das pessoas por meio de dicas que possam auxiliar qualquer um a ser mais resolutivo e feliz.

Em fevereiro de 2021, ela publicou um *post* no Instagram oficializando a nova função: a de mentora de vida (Figura 22). É interessante perceber que a maioria dos comentários foram positivos. Na legenda da imagem, ela escreveu: “Chegou o momento de estarmos juntos trocando experiências e acalmando nossos corações. Estou esperando vocês. Vamos aprender juntos. Vivenciar”. Em sua narrativa pessoal, notamos as estratégias de encorajamento e motivação oferecidas por Gretchen a fim de que seu

⁴⁹ Disponível em: <<https://tvefamosos.uol.com.br/noticias/redacao/2021/02/05/gretchen-rebate-criticas-a-curso-disposta-a-atender-haters-e-mal-amadas.htm>>. [Acesso em: 28 abr. 2021].

“futuro cliente” consiga restaurar o estado de normalidade. Na imagem que ilustra o *post*, ela olha para a frente com sorriso no rosto, demonstrando magnetismo e força de sua personalidade.

Figura 22 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2021.

Segundo suas declarações, determinação pessoal e disciplina impulsionam sua vida para a frente. Ao oferecer um pacote de soluções e dicas para que os objetivos das pessoas sejam atingidos, Gretchen passa a assumir o papel de aconselhadora de tudo. Dessa forma, entendemos que ela nos incita a pensar que todos nós somos capazes de transformar os aspectos desagradáveis da vida cotidiana em aprendizado. Entendemos que esse discurso mostra que a capacidade de se autoajudar é inata, independentemente do desenvolvimento psíquico ou da condição social do indivíduo. Nesse sentido, “sob a égide do discurso terapêutico, as relações sociais são dissolvidas por um utilitarismo pernicioso que tolera a falta de compromisso com as instituições sociais e legitima uma identidade narcísica e superficial” (ILLOUZ, 2008, p. 2).

Resgatando os estudos de Lyubomirsky (2007), ao isolar a predisposição genética e as circunstâncias, os 40% de responsabilidade que cada indivíduo possui para atingir a felicidade são determinados pela força de vontade de superar qualquer hesitação, a docilidade e os hábitos de vida (FREIRE FILHO, 2010).

Outro exemplo dessa discussão é a publicação de 5 de setembro de 2019 (Figura 23), em que ela declara ter escolhido sorrir diante das adversidades, ainda que não seja

fácil. “Mas é uma forma agradável de superar as dificuldades.” Logo, a relação entre autocontrole e autoestima se tornou muito intensa no contexto de psicologização da sociedade (SACRAMENTO, 2017). Nessa perspectiva, Sacramento (2017, p. 70) reforça que “superar revela o quanto no contexto contemporâneo as ações individuais passam a ser mais vistas como resultados da escolha dos indivíduos do que parte de processos sociais complexos”.

Na imagem, mais uma vez ela demonstra leveza e felicidade. De acordo com Illouz (2008), a junção da psicologia com a autoajuda ilustra uma das muitas maneiras pelas quais estruturas culturais aparentemente incompatíveis podem se misturar para produzir um sistema cultural híbrido. Segundo a autora, essa aliança ocorre porque a linguagem da psicoterapia passou a se popularizar e combinar com outras categorias, como a busca da felicidade, a autossuficiência e a crença do autoaperfeiçoamento emocional.

Figura 23 – Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Já na postagem de 3 de novembro de 2019 (Figura 24), há referência à capacidade de superar sozinha situações ou acontecimentos reversos. Na legenda ela afirma: “Ninguém nunca quer ter trabalho de saber o que você sente ou o que já passou; você só conta com você mesmo”. Independentemente das feridas da vida é preciso ser uma pessoa forte. Ela constrói um tipo de resistência que faz frente a qualquer dor enfrentada. Em outro aspecto, ainda que a pessoa esconda as feridas carregadas, a imagem revela o

sofrimento por que ela passa, sendo, portanto, uma forma de expor para que as pessoas possam saber e receber algum tipo de validação. É possível perceber uma mistura do discurso da vitimização e do empoderamento de si como construções comuns na cultura contemporânea (SACRAMENTO, 2020). O interesse que Gretchen demonstra em reverter sua situação adversa, como ocorre também na figura 25, ao mesmo tempo conserva sua integridade e reforça a autoaceitação e a disposição de seguir adiante. Em sua fala, conseguimos observar como isso se manifesta.

Figura 24 - Narrativa terapêutica



Fonte: Instagram de Gretchen, 2019.

Neste capítulo tentamos refletir sobre as formas pelas quais o discurso terapêutico e o *éthos* terapêutico e de autoajuda de Gretchen atuaram para a transformação de vidas. Ou seja, suas experiências são contadas e negociadas por meio da sua interação com o outro, com o objetivo de transformar também a identidade desse outro. Ao gerar felicidade interior e força para superar as dificuldades, o indivíduo reforça sua potência e se mostra uma pessoa vitoriosa. Dessa forma, é possível afirmar nesse caso que “o discurso do autogoverno por meio de conceitos terapêuticos como autorrealização e autoestima procura servir como forma de ajudar as pessoas a gerenciarem e lidarem com seus problemas cotidianos de forma independente” (SACRAMENTO, 2020, p. 330).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta dissertação problematizou as narrativas anti-idade a partir das experiências estéticas de Gretchen, que articulam noções de saúde, beleza e juventude com autoestima, narcisismo e felicidade. Como figura contemporânea cuja vida pública parece assumir mais importância do que a carreira profissional, Gretchen utiliza inúmeras estratégias antienvhecimento em suas narrativas no Instagram – rede social com perfis que projetam vidas perfeitas. Em suas falas aqui analisadas, ela dá ênfase à aparência jovem e à realização de diversas intervenções estéticas ao longo de 2019. Seu autoaprimoramento envolve o treinamento contínuo de corpo, mente e espírito como forma de resistência ao natural processo de envelhecimento e alcance da longevidade. Por meio de recomendações, espera que mulheres da sua idade se beneficiem também na busca por aparência cada vez mais idealizada; o autocuidado e o autocontrole funcionam como propulsores para não perder a autoestima e manter a confiança em si. Observamos o quanto essas discussões criam responsabilidades em relação ao corpo, bem como uma mercantilização de subjetividades e estratégias antienvhecimento com base em estilos de vida. Para isso, nos debruçamos sobre a análise de três categorias pensadas a partir de uma seleção de postagens publicadas pela celebridade em seu Instagram no período de setembro a dezembro de 2019: *expertise* em saúde e beleza; procedimentos estéticos e narrativas de aconselhamento e autoajuda.

Na primeira parte do trabalho, comentamos a respeito do processo de envelhecimento, especialmente o feminino, como algo cultural e socialmente produzido. Trata-se de etapa de vida em que as pessoas são incitadas a assumir a responsabilidade pessoal pela saúde e bem-estar, segundo valores sustentados pela sociedade contemporânea, em que o neoliberalismo é preponderante. Nesse aspecto, está em questão o quanto a prevenção da saúde também é vista como gestão dos riscos pessoais na gestão do envelhecimento. É oportuno considerar que vivemos em uma cultura que estimula a restrição, mas também o excesso; que gera a culpabilização e institui normas que produzem o medo da anormalidade. Para isso, “importa ser disciplinado, evitando perdições que veiculam riscos ou sabendo lidar com elas, desde que com temperança e sentido gerencial utilitarista, avaliando a vida em termos de fins e meios” (CASTIEL, XAVIER, MORAES, 2016, p. 231).

Percebemos, marcadas nas narrativas da celebridade, questões que permeiam o corpo como objeto biopolítico que deve ser controlado, normalizado e otimizado para

uma boa saúde e maior longevidade. Para compreender toda a dinâmica do objeto de estudo e das subjetividades de Gretchen no Instagram, nos voltamos para os estudos a respeito da cultura da celebração naquela rede social – considerada espaço biográfico nos nossos dias. Por meio da mídia, constatamos que Gretchen atua como autoridade no cuidado com a saúde e a beleza, propondo aos seguidores a adoção de um estilo de vida saudável. Ao relatar detalhes da renovação da aparência, que se resume na rotina de exercícios físicos e na realização de procedimentos estéticos, ela configura novas identidades associadas ao consumo.

A docilização de seu corpo está alinhada à biopolítica contemporânea. “São muitas as estratégias e discursos em nome do corpo perfeito e da valorização da juventude; da associação da saúde com a beleza e da beleza com a felicidade. O sucesso dessa empreitada depende de muito esforço, dedicação e disciplina, e é resultado de cuidados individuais, com a adoção de formas de consumo e estilos de vida (LOURO, NECKEL, GOELLNER, 2013). Ao se autorregular, Gretchen transborda *performance* diante dos fãs, enfatiza a necessidade do aumento da eficiência para a melhoria corporal, direcionando comportamentos em busca de uma aparência jovem. Esse engajamento é individual, e cada indivíduo deve se esforçar para atingir os melhores resultados.

Além disso, questões relativas ao idadismo – como preconceito construído e reforçado não apenas no contexto da mídia, mas pela publicidade e também pelos próprios indivíduos mais velhos – constituem a realidade na contemporaneidade. Sua intensificação coincidiu com o envelhecimento da população mundial, associado ao surgimento da cultura de consumo antienvelhecimento – que se apropria de uma linguagem pseudocientífica para justificar e legitimar a comercialização de produtos –, assim como pela negação explícita e antipatia pelos corpos envelhecidos (CLARKE, 2011). Sem dúvida, Gretchen trava batalha incessante contra o destino natural de envelhecer.

Na segunda parte, iniciamos a discussão retratando os procedimentos estéticos e as transformações corporais de Gretchen a partir do que Ferreira (2006) denomina estetização da saúde. Como *expert* popular em estilo de vida, a celebridade propaga formas de embelezamento, encorajando, portanto, técnicas de governamentalidade no cotidiano de seus seguidores. “Ao apontar os indivíduos como veículos de autoaperfeiçoamento o especialista em estilo de vida desempenha o papel crucial tanto na legitimação quanto no fornecimento de ferramentas para governo do self” (LEWIS, 2008, p. 15). A vigilância e o automonitoramento associados a uma mudança de hábitos também

são acompanhados a prazeres da identificação, ao compartilhar suas experiências pessoais com seus seguidores (LEWIS, 2008).

Ao se tornar exemplo de conduta, é elogiada pelos seguidores nas redes sociais, que na maioria das vezes, validam as transformações que realiza para a mudança de vida. Notamos uma contradição nas narrativas de Gretchen aqui tratadas: ao mesmo tempo em que ela se autoelogia por estar bem aos 61 anos de idade, evita lidar com as questões morais do envelhecimento. Nesse sentido as práticas antienvelhecimento e as cirurgias estéticas reforçam e legitimam o discurso dominante da mídia, sendo cada vez mais normalizadas. Isso acontece porque a cirurgia estética tem ganhado aceitação cada vez maior devido à tendência das pessoas a confundir beleza com saúde.

Nas análises das postagens percebemos que os modos de transformação corporal visavam à melhoria contínua do corpo – não necessariamente a melhor saúde. O sucesso conquistado é consequência da obediência a determinados protocolos de comportamento; a energia e disposição que Gretchen direciona para o exercício físico se vinculam às sensações de felicidade. Apoiada em pensamentos positivos, ela mostra sua capacidade de autocontrole e de superação de problemas, aconselhando seus seguidores a ter otimismo e força de vontade para, da melhor forma possível, atingir suas metas e controlar o tempo.

Constatamos que a biopolítica do cuidado de si e a autorregulação baseada na governamentalidade se manifestou de forma avassaladora nas práticas da celebridade. “A busca compulsória pela felicidade como autossatisfação pessoal em um exercício que vincula individualismo e capitalismo globalizado” (CASTIEL, XAVIER, MORAES, 2016, p. 247) é um ponto comum nas sociedades modernas, e Gretchen demonstra isso em suas redes sociais. A felicidade ganha se transforma em dever e responsabilidade individual; no entanto, “sua busca é competitiva” (CASTIEL, XAVIER, MORAES, 2016, p. 247). A vergonha da velhice se expressa na fala de Gretchen por meio da inadequação do corpo, já que existe um público que pode fazer julgamentos; no entanto, a obtenção e a manutenção da aparência bela e jovial exige muito trabalho.

Em sua narrativa, também notamos um deslocamento da *expertise* do médico para a celebridade, que por meio de recomendações sobre saúde instituem verdades e modos de agir específicos. Colocando-se acima do monopólio médico e na posição de perito, ela dá receita de como deve ser feito, seja quando expõe seus momentos na academia ou a partir dos resultados dos procedimentos estéticos realizados para controlar o tempo. “Tudo em nome da longevidade, por meio de recomendações em prol da saúde, a ponto

de chegar a ocupar um lugar passível de pregação moralista” (CASTIEL, XAVIER, MORAES, 2016, p. 215).

Ao divulgar em suas redes sociais intervenções estéticas feitas por especialistas não médicos – e a eles atribuir seu bem-estar físico e pessoal –, Gretchen estimula seus seguidores a buscar esse tipo de modelo de beleza, já que conter os danos se torna algo moral. Cabe ressaltar ainda que o fácil acesso às práticas de harmonização facial oferecidas no Brasil tende a encorajar mulheres de todas as idades a esses procedimentos.

Além disso, observamos ainda uma disputa entre médicos e não médicos no mercado da beleza. A celebridade sustenta esse embate corporativista, direcionando a confiabilidade para todos os profissionais que a atendem. Diante da invasão da especialidade médica e dos possíveis danos à saúde aos indivíduos que se submetem à realização de procedimentos estéticos por profissionais não habilitados, a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) defende o discurso em defesa de sua credibilidade, competência científica e espaço de atuação como única sociedade médica da especialidade no país reconhecida pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) e Associação Médica Brasileira (AMB).

No terceiro capítulo, relatamos as narrativas terapêuticas para o cuidado de si e de autoajuda instituídas por Gretchen. Na maioria das vezes, sua fala enaltece a capacidade pessoal de enfrentamento das adversidades, o otimismo, a confiança e a autoestima elevada. Ela utiliza *expertise* como técnica usada por diferentes sujeitos com o intuito de aconselhar os demais acerca do domínio de si (ROSE, 2011). Isto é, Gretchen demonstra que sua *expertise*, baseada no conhecimento e experiência de vida, vai além das práticas corporais, ao aconselhar seus seguidores a encontrar maneiras de ter alta autoestima e de se autoajudar em todas as situações de vida.

Como *coach* de bem-estar e saúde mental, a celebridade fornece por meio do discurso terapêutico ferramentas aos seus seguidores para que eles também possam realizar mudanças em suas vidas e desfrutar de uma existência mais leve e feliz, perpetuando a positividade tóxica. Por meio das narrativas de autoajuda, desperta em cada um necessidades e objetivos específicos a fim de que o indivíduo possa controlar e dominar seu psicológico e, conseqüentemente, ter mais qualidade de vida. “O *éthos* terapêutico promove a produção de sujeitos preocupados com seu próprio bem-estar físico e emocional” (SACRAMENTO, 2017, p. 71).

Finalmente, acreditamos que as narrativas autobiográficas anti-idade expressas nas redes sociais de Gretchen nos possibilitam refletir criticamente sobre as diferentes

perspectivas do envelhecimento na sociedade contemporânea. Elas revelam o importante processo de ressignificação da individualidade, das subjetividades, bem como as relações de gênero e de poder na fase do envelhecimento. Esperamos que essas visões contribuam para a discussão do envelhecimento no campo da comunicação e saúde no Brasil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARFUCH, Leonor. **O espaço biográfico**: dilemas da subjetividade contemporânea. Tradução: Paloma Vidal. Rio de Janeiro: Eduerj. 2010.

ARTIÈRES, Philippe. 1998. Arquivar a própria vida. **Revista Estudos Históricos**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 21. Disponível em: <<http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/reh/article/view/2061>>. Acesso em: 10 jan. 2020. 1998.

BAKHTIN, Mikhail. **Estética da criação verbal**. Tradução: Maria Ermantina Galvão G. Pereira. São Paulo: Martins Fontes. 1997.

BATISTA, Yuri Andrei. O autor e a autobiografia: morte, vida e outros espaços. **Revista de Linguagem, Cultura e Discurso**. Três Corações, v. 9, n. 1. Disponível em: <<http://periodicos.unincor.br/index.php/memento/article/view/4464>>. Acesso em: 8 mar. 2020. jan.-jul. 2018.

BEAUVOIR, Simone de. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. 1970.

BINKLEY, Sam. The government of intimacy: satiation, intensification, and the space of emotional reciprocity, rethinking marxism. **A Journal of Economics, Culture and Society**, v. 24, n. 4, p. 556-573. 2012.

BINKLEY, Sam. Happiness, positive psychology and the program of neoliberal governmentality. **Subjectivity**, v. 4, n. 4, p. 317-394. 2011.

BINKLEY, Sam. A felicidade e o programa de governamentalidade neoliberal. In: FREIRE FILHO, João (Org.). **Ser feliz hoje**: reflexões sobre o imperativo da felicidade. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas. 2010.

BIONDI, Angie. Breves relatos da dor comum: enunciação e visibilidade de vítimas em redes sociais. **Tríade: comunicação, cultura e mídia**, Sorocaba, v. 3, n. 6, p. 45-57. Disponível em: <<http://periodicos.uniso.br/ojs/index.php/triade/article/view/2285>>. Acesso em: 25 fev. 2020. dez. 2015.

BIRMAN, Joel. **Genealogia do narcisismo**. São Paulo: Instituto Language. 2019.

BIRMAN, Joel. Muitas felicidades?! O imperativo de ser feliz na contemporaneidade. In: FREIRE FILHO, João (Org.). **Ser feliz hoje**: reflexões sobre o imperativo da felicidade. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas. 2010.

BIRMAN, Joel et al. (Orgs.). **Amar a si mesmo e amar o outro**: narcisismo e sexualidade na psicanálise contemporânea. São Paulo: Zagodoni. 2016.

BISPO, Raphael. **Senhoras do rebolado**: carreiras artísticas e sensibilidades femininas no mundo televisivo. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Museu Nacional, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. 2013.

BORDO, Susan. No império das imagens: prefácio para o décimo aniversário da edição de **Este peso insuportável. Labrys – Estudos Feministas**, Brasília, n. 4. Disponível em: <www.unb.br/ih/his/gefem>. Acesso em: 10 dez. 2018. ago.-dez. 2003.

BOURDIEU, Pierre. A ilusão biográfica. In: AMADO, Janaína; FERREIRA, Marieta de Moraes (Orgs.). **Usos e abusos da história oral**. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas. 2006.

BRAGA, Adriana. Corpo, mídias e subjetividade feminina. In: SACRAMENTO, Igor; SANCHES, Julio Cesar (Orgs.). **Dispositivos de subjetivação: saúde, cultura e mídia**. Rio de Janeiro: Multifoco. 2019.

BRANDT, Fredric S.; CAZZANIGA, Alex. Botox® para face, pescoço e sobrelanceira. In: ASTON, Sherrell J.; STEINBRECH, Douglas S.; WALDEN, Jennifer L. **Cirurgia plástica estética**. Rio de Janeiro: Elsevier. 2011.

BUTLER, Robert. Another form of bigotry. **The Gerontologist**, Washington, v. 9, n. 4, p. 243-246. 1969.

CASTIEL, Luis David; GUILAM, Maria Cristina Rodrigues; FERREIRA, Marcos Santos. **Correndo o risco: uma introdução aos riscos em saúde**. Rio de Janeiro: Fiocruz, (Coleção Temas em Saúde). 2010.

CASTRO, Gisela G. S. Precisamos discutir sobre o idadismo. **Mais 60 – Estudos sobre Envelhecimento**, v. 28, n. 67, p. 50. Disponível em: <<https://www.sescsp.org.br/files/artigo/ff0eed41/580d/49c2/b5d5/66e88d2ef551.pdf>>. Acesso em: 1 fev. 2019. 2017.

CASTRO, Gisela G. S. O idadismo como viés cultural: refletindo sobre a produção de sentidos para a velhice em nossos dias. **Galáxia**, São Paulo, n. 31, p. 79-91. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1982-25542016120675>>. Acesso em: 1 fev. 2019. abr. 2016.

CASTRO, Gisela G. S. **O envelhecimento na retórica do consumo: publicidade e idadismo no Brasil e Reino Unido**. São Paulo: Associação Nacional dos Programas de Pós-Graduação em Comunicação. Disponível em: <http://www.compos.org.br/biblioteca/compos-2015-92b9fc0e-e94c-492d-a0f9-cd283e589d73_2764.pdf>. Acesso em: 9 set. 2018. 2012.

CASTRO, Gisela G. S.; HOFF, Tânia. **Comunicação, consumo e envelhecimento no contemporâneo: perspectivas multidisciplinares**. Porto Alegre: Sulina. 2018.

CFM – Conselho Federal de Medicina. Resolução CFM n.1999/2012. Disponível em: <<https://sistemas.cfm.org.br/normas/visualizar/resolucoes/BR/2012/1999>>. Acesso em: 17 jan. 2019. 2012.

CFM – Conselho Federal de Medicina. Resolução CFM n.1938/2010. Disponível em: <http://www.portalmedico.org.br/resolucoes/cfm/2010/1938_2010.htm>. Acesso em: 17 jan. 2019. 2010.

CLARKE, Laura Hurd. Envelhecimento, idadismo e a invisibilidade dos idosos na mídia. **Comunicação, Mídia e Consumo**, São Paulo, v. 13, n. 38, p. 151-155. Disponível em:

<<http://revistacmc.espm.br/index.php/revistacmc/article/view/1173>>. Acesso em: 3 fev. 2019. set.-dez. 2016.

CLARKE, Laura Hurd. **Facing age**: women growing older in anti-aging culture. New York: Roman & Littlefield Publishers, INC. 2011.

COIMBRA, Daniel Dal'Asta; OLIVEIRA, Bettina Stefanello de; URIBE, Natalia Caballero. Preenchimento nasal com novo ácido hialurônico: série de 280 casos. **Surgical and Cosmetic Dermatology**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 4, p. 320-326. Disponível em: <<http://www.surgicalcosmetic.org.br/detalhe-artigo/449>>. Acesso em: 10 jan. 2020. dez. 2015.

CÔRTE, Betina. Na era da leveza, “o tempo é liberdade e a idade constrangimento”. In: CASTRO, Gisela Grangeiro da Silva; HOFF, Tânia (Org.). **Comunicação, consumo e envelhecimento no contemporâneo**: perspectivas multidisciplinares. Porto Alegre: Sulina. 2018.

COSTA, Jurandir Freire. **O vestígio e a aura**: corpo e consumismo na moral do espetáculo. Rio de Janeiro: Garamond. 2004.

COUTO, Edvaldo Souza. Corpos modificados: o saudável e o doente na cibercultura. In: LOURO, Guacira Lopes; FELIPE, Jane; GOELLNER, Silvana Vilodre (Orgs.). **Corpo, gênero e sexualidade**. Petrópolis: Vozes. 2013.

COUTO, Gerson; FABRETTI, Fábio Fabrício. **Gretchen**: uma biografia quase não autorizada. São Paulo: Illelis. 2015.

DEBERT, Guita Grin. A reprivatização do envelhecimento nas imagens da mídia. In: CASTRO, Gisela Grangeiro da Silva; HOFF, Tânia (Orgs.). **Comunicação, consumo e envelhecimento no contemporâneo**: perspectivas multidisciplinares. Porto Alegre: Sulina. 2018.

DEBERT, Guita Grin. A dissolução da vida adulta e a juventude como valor. **Horizontes Antropológicos**. Porto Alegre, v. 16, n. 34, jul.-dez. 2010.

DEBERT, Guita Grin. **A reinvenção da velhice**: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: Edusp. 1999a.

DEBERT, Guita Grin. Velhice e o curso da vida pós-moderno. **Revista USP**, São Paulo, n. 42, p. 70-83. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/revusp/article/view/28456>>. Acesso em: 15 jan. 2019. jun.-ago. 1999b.

DEBERT, Guita Grin. Pressupostos da reflexão antropológica sobre a velhice. In: DEBERT, Guita Grin. **Antropologia e velhice**. Campinas: IFCH. (Textos Didáticos, n. 19). Disponível em: <<http://www.mirelaberger.com.br/mirela/download/td13-guita.pdf>>. Acesso em: 7 fev. 2019. 1998.

DE LA FABÍAN, Rodrigo; STECHER, Antonio. Positive psychology's promise of happiness: A new form of human capital in contemporary neoliberal governmentality. **Theory and Psychology**, Santiago, v. 27, n. 5, p. 600-621, 2017.

DIAS, Cristiane. **Análise do discurso digital**: sujeito, espaço, memória e arquivo. Campinas. Pontes Editores. 2018.

DIAS, Cristiane. Análise do discurso digital: sobre o arquivo e a constituição do *corpus*. **Estudos Linguísticos**, São Paulo, v. 44, n. 3, p. 972-980. Disponível em: <<https://revistas.gel.org.br/estudos-linguisticos/article/view/1030>>. Acesso em: 29 fev. 2020. set.-dez. 2015.

DIAS, Cristiane. O discurso sobre a língua na materialidade digital. **Interfaces**, Guarapuava, v. 2, n. 1. Disponível em: <https://revistas.unicentro.br/index.php/revista_interfaces/article/view/126>. Acesso em: 29 fev. 2020. jul. 2011.

DIAS, Cristiane. A língua em sua materialidade digital. In: III Seminário de Estudos em Análise do Discurso (SEAD), 2007, Porto Alegre. **Anais...**, Porto Alegre: [s.n.]. 2007.

ELIAS, Norbert. **A solidão dos moribundos, seguido de, Envelhecer e morrer**. Tradução: Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar. 2001.

FEATHERSTONE, Mike. Construir uma vida e aprender a viver com os dilemas do processo de envelhecimento. In: CASTRO, Gisela Grangeiro da Silva; HOFF, Tânia (Orgs.). **Comunicação, consumo e envelhecimento no contemporâneo**: perspectivas multidisciplinares. Porto Alegre: Sulina. 2018.

FEATHERSTONE, Mike. **Cultura de consumo e pós-modernismo**. São Paulo: Studio Nobel. 1995.

FEATHERSTONE, Mike; WERNICK, Andrew. Images of positive aging: a case study of retirement choice magazine. In: FEATHERSTONE, MIKE; WERNICK, Andrew (Orgs.). **Images of aging**: cultural representations of later life. London; New York: Routledge. 1995.

FEASEY, Rebecca. Star styles and celebrity gossip in heat magazine. In: HOLMES, Su; REDMOND, Sean (Ed). **Framing celebrity**: new directions in celebrity culture. [s.l.]: Routledge. 2006.

FERREIRA, Francisco Romão. **Os sentidos do corpo**: cirurgias estéticas, discurso médico e saúde pública. Tese (Doutorado) – Escola Nacional de Saúde Pública, Rio de Janeiro. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/4465/2/239.pdf;OS>>. Acesso em: 9 set. 2018. 2006.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade**. 3. **O cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 2005.

FOUCAULT, Michel. **A ordem do discurso**. São Paulo: Loyola. 1996.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade**. 1. **Vontade de saber**. Rio de Janeiro: Graal. 1988.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir**. Petrópolis: Vozes, 1987.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal. 1979.

FRANÇA, Vera. Celebidades: identificação, idealização ou consumo? In: FRANÇA, Vera; FILHO, João Freire; SIMÕES Paula (Orgs.). **Celebidades no século XXI: transformações no estatuto da fama**. Porto Alegre: Sulina. 2014.

FREIRE FILHO, João. O anseio e a obrigação de ser feliz hoje. In: FREIRE FILHO, João (Org.). **Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade**. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas. 2010.

FREUD, Sigmund. Sobre o narcisismo: uma introdução. In: **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago. 1996.

GIDDENS Anthony. **As consequências da modernidade**. São Paulo: Editora Unesp. 1991.

GOLDENBERG, Mirian. Corpo, envelhecimento e felicidade na cultura brasileira. **Contemporânea**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 77-85, Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/contemporanea/article/view/2143>>. Acesso em: 17 out. 2018. dez. 2011.

GOLDENBERG, Mirian. **Coroas: corpo, envelhecimento, casamento e infidelidade**. Rio de Janeiro: Record. 2009.

GOLDENBERG, Mirian. O corpo como capital: para compreender a cultura brasileira. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 2. Disponível em: <<https://revistas.ufrj.br/index.php/am/article/download/9083/7213>>. Acesso em: 17 out. 2018. jul.-dez. 2006.

HOLMES, Su; JERMYN, Deborah. Here, there and nowhere: ageing, gender and celebrity studies. In: FRAME, Freeze (Ed.). **Women, celebrity and cultures of ageing**. New York: Palgrave Macmilan. 2015.

HOLMES, Su; REDMOND, Sean. **Framing celebrity: new directions in celebrity culture**. [s.l.]: Routledge. 2006.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeções da população: Brasil e unidades da federação. Rio de Janeiro: IBGE. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101597.pdf>>. Acesso em: 1 fev. 2019. 2018.

ILLOUZ, Eva. **O amor nos tempos do capitalismo**. Tradução: Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Zahar. 2011.

ILLOUZ, Eva. **Saving the modern soul: therapy, emotions, and the culture of self-help**. Berkeley: University of California Press. 2008.

ISAPS – International Society of Aesthetic Plastic Surgery. Isaps International Survey on Aesthetic/Cosmetic Procedures performed in 2019. Hanover: Isaps. Disponível em: <<https://www.isaps.org/wp-content/uploads/2020/12/Global-Survey-2019.pdf>>. Acesso em: 15 jan. 2021. 2020a.

ISAPS – International Society of Aesthetic Plastic Surgery. Pesquisa global mais recente da ISAPS informa aumento contínuo de cirurgias estéticas em todo o mundo. Hanover: Isapc. Disponível em: <<https://www.isaps.org/wp-content/uploads/2020/12/ISAPS-Global-Survey-2019-Press-Release-Portuguese.pdf>>. Acesso em: 15 jan. 2021. 2020b.

KISSLING, Arveda Elizabeth. I don't have a great body, but I play one on TV: the celebrity guide to fitness and weight loss in the United States. **Women's Studies in Communication**, Philadelphia, v. 18, n. 2. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07491409.1995.11089800>>. Acesso em: 27 out. 2019. 1995.

LASCH, Christopher. **A cultura do narcisismo**: a vida americana numa era de esperanças em declínio. Tradução: Emani Pavaneli. Rio de Janeiro: Imago. 1983.

LE BRETON, David. **Adeus ao corpo**: antropologia e sociedade. Campinas: Papirus. 1999.

LEJEUNE, Phillippe. **O pacto autobiográfico**. Paris: Seuil. 1975.

LEWIS, Tania. **Smart living**: lifestyle media and popular expertise. New York: Peter Lang. 2008.

LITTLER, Jo. Making fame ordinary: intimacy, reflexivity, and 'keeping it real'. **Meditative: ideas/knowledge/culture**, v. 1, n. 2, p. 8-25. Disponível em: <<https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/6020/>>. Acesso em: 28 fev. 2020. 2004.

LORIGA, Sabina. A biografia como problema. In: REVEL, Jacques. **Jogo de escalas**: a experiência da microanálise. Tradução: Dora Rocha. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas. 1998.

LUPTON, Deborah. Corpos, prazeres e práticas do eu. **Educação & Realidade: produção do corpo**, Porto Alegre, v. 25, n. 2, p. 16-17. jul.-dez. 2000.

LUPTON, Deborah. **The imperative of health**: public health and the regulated body. London: Sage Publications. 1995.

LYUBOMIRSKY, Sonja. **The how of happiness**: a new approach to getting the life you want. New York: The Penguin Press. 2007.

MAUSS, Marcel. As técnicas corporais. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: EPU/Edusp, 1974.

MC ROBBIE, Angela. Notes on the perfect. **Australian Feminist Studies**, v. 30, n. 83, p. 3-20. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/08164649.2015.1011485>>. Acesso em: 15 mar. 2020. apr. 2015.

MEDEIROS, Fernanda de Faria. Fama e engajamentos no Instagram: as celebridades e a convocação de públicos. **Rumores**, São Paulo, v. 10, n.19. jan.-jun. 2016.

METZL, Jonathan; KIRKLAND, Anna (Eds.). **Against health**: how health became the new morality. New York: New York Press. 2010.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; COIMBRA JUNIOR, Carlos E.A. (Orgs.). **Antropologia, saúde e envelhecimento**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz. 2002.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Estatuto do idoso (Lei 10.741/2003). Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: <www.saude.pr.gov.br/arquivos/File/pagina_saude_do_idoso/estatuto_do_idoso.pdf>. Acesso em: 19 out. 2018. 2005.

MONCAU, Gabriela. Sistema sexo-gênero - Gayle Rubin. In: **Enciclopédia de Antropologia**. São Paulo: Universidade de São Paulo, Departamento de Antropologia. Disponível em: <<http://ea.fflch.usp.br/conceito/sistema-sexo-genero-gayle-rubin>>. Acesso em: 12 dez. 2020. 2018.

MORAES, Maria Regina Cariello. Autocuidado e gestão de si: a pedagogia da vida saudável nos semanários brasileiros. In: SACRAMENTO, Igor; SANCHES, Julio Cesar (Orgs.). **Dispositivos de subjetivação: saúde, cultura e mídia**. Rio de Janeiro: Multifoco. 2019.

ORTEGA, Francisco. **O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea**. Rio de Janeiro: Garamond. 2008.

PIKE, Elizabeth C. J. The active aging agenda, old folk devils and a new moral panic. **Sociology of Sport Journal**, n. 28, p. 209-225. 2011.

PLANO de ação internacional para o envelhecimento. Brasília: Secretaria Especial dos Direitos Humanos. Disponível em: <http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_manual/5.pdf>. Acesso em: 3 fev. 2019. 2002.

POPKIN, Jeremy D. Philippe Lejeune, explorer of the diary. In: POPKIN, Jeremy D; RAK, Julie. **On diary**. Translated: Katherine Durnin. Manoa: University of Hawaii Press. 2009.

POPKIN, Jeremy D; RAK, Julie. **On diary**. Translated: Katherine Durnin. Manoa: University of Hawaii Press. 2009.

PRADO, José Luiz Aidar. **Convocações biopolíticas dos dispositivos comunicacionais**. São Paulo: Educ/Fapesp. 2013.

RIBEIRO, Ana Paula Goulart; SACRAMENTO, Igor. Televisão, memória e narrativas biográficas de celebridades. In: 24^o Encontro Nacional da Compós, 2015, Brasília. **Anais...**, Brasília. 2015.

ROHDEN, Fabiola. Vida saudável *versus* vida aprimorada: tecnologias biomédicas, processos de subjetivação e aprimoramento. **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, ano 23, n. 47, p. 29-60. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ha/v23n47/0104-7183-ha-23-47-0029.pdf>>. Acesso em: 15 jan. 2019. jan.-abr. 2017.

ROJEK, Chris. **Celebridade**. Rio de Janeiro: Rocco. 2008.

ROSE, Nikolas. **A política da própria vida**: biomedicina, poder e subjetividade no século XXI. São Paulo: Paulus. 2013.

ROSE, Nikolas. **Inventando nossos selfs**: psicologia, poder e subjetividade. Petrópolis: Vozes. 2011.

ROUGEMONT, Fernanda. O tempo no corpo: envelhecimento e longevidade na perspectiva *anti-aging*. **Revista UFMG**, Belo Horizonte, v. 23, n. 1-2, p. 36-61. Disponível em: <https://www.ufmg.br/revistaufmg/downloads/23/02_Rougemont,Fernanda_TempoCorpo_pags36a61.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2019. jan.-dez. 2016.

RUBIN, Gayle. **Pensando sobre sexo**: notas para uma teoria radical da política da sexualidade. São Paulo: Ubu. 2017.

RUBIN, Gayle; BUTLER, Judith. Tráfico sexual – entrevista. **Cadernos Pagu**, Campinas, n. 21, p. 157-209, 2003. Disponível em: <<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/cadpagu/article/view/8644617>>. Acesso em: 19 jan. 2021.

SACRAMENTO, Igor. “Eu amo quem sou”: melodrama e discurso terapêutico nas narrativas biográficas sobre o *bullying* num programa de TV. In: SACRAMENTO, Igor; SANCHES, Julio Cesar (Orgs.). **Dispositivos de subjetivação**: saúde, cultura e mídia. Rio de Janeiro: Multifoco. 2019.

SACRAMENTO, Igor. A autoestima é muito importante: a retórica da salvação pessoal nos relatos de celebridades sobre o *bullying*. **Lumina**, Juiz de Fora, v. 11, n. 3. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/lumina/article/view/21306>>. Acesso em: 12 mar. 2021. set.-dez. 2017.

SACRAMENTO, Igor. Saúde, estilo de vida e cultura de consumo num contexto neoliberal. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde – Reciis**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 4. Disponível em: <<https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/1230>>. Acesso em: 9 set. 2018. out.-dez. 2016.

SACRAMENTO, Igor. Tornando a dor visível: o *éthos* terapêutico em narrativas testemunhais de celebridades sobre o câncer. **Ciberlegenda** (UFF. Online), v. 32, p. 109-122, 2015.

SACRAMENTO, Igor. A biografia do ponto de vista comunicacional. **Matrizes**, São Paulo, v. 8, n. 2. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/matrizes/article/view/90452>>. Acesso em: 11 jan. 2020. jul.-dez. 2014.

SACRAMENTO, Igor; BORGES, Wilson. **Representações midiáticas da saúde**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz. 2020.

SACRAMENTO, Igor; SANCHES, Julio Cesar. O estudo da produção de subjetividade e a pesquisa em comunicação e saúde. In: SACRAMENTO, Igor; SANCHES, Julio Cesar (Orgs.). **Dispositivos de subjetivação**: saúde, cultura e mídia. Rio de Janeiro: Multifoco. 2019.

SANTARELLI, Christiane Paula Godinho. Juventude, envelhecimento, (im)perfeição e consumo. In: Congresso Internacional Comunicação e Consumo (Comunicon), São Paulo, 2016. **Anais...**, São Paulo. Disponível em: <https://www.academia.edu/29349711/Juventude_envelhecimento_im_perfei%C3%A7%C3%A3o_e_consumo>. Acesso em: 25 fev. 2020. 2016.

SANTOS, Daniel Kerry dos; LAGO, Mara Coelho de Souza. O dispositivo da idade, a produção da velhice e regimes de subjetivação: rastreamentos genealógicos. **Psicologia USP**, v. 27, n.1. 2016.

SBD – Sociedade Brasileira de Dermatologia. Segurança do paciente: médicos alertam população para riscos em procedimentos estéticos feitos com profissionais não habilitados. Disponível em: <<https://www.sbd.org.br/noticias/seguranca-do-paciente-medicos-alertam-populacao-para-riscos-em-procedimentos-esteticos-feitos-com-profissionais-nao-habilitados>>. Acesso em: 2 nov. 2019.

SIBILIA, Paula. **O show do eu**. Rio de Janeiro: Contraponto. 2016.

SIBILIA, Paula. O corpo velho como uma imagem com falhas: a moral da pele lisa e a censura midiática da velhice. **Comunicação, Mídia e Consumo**, São Paulo, v. 9, n. 26. Disponível em: <<http://revistacmc.espm.br/index.php/revistacmc/article/view/345>>. Acesso em: 9 set. 2018. nov. 2012.

SIBILIA, Paula. Em busca da felicidade lipoaspirada: agruras da imperfeição carnal sob a moral da boa forma. In: FREIRE FILHO, João (Org.). **Ser feliz hoje**: reflexões sobre o imperativo da felicidade. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas. 2010.

SILVA, Luna Rodrigues Freitas. Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1. jan.-mar. 2008.

SIMÕES, Paula Guimarães. O poder de afetação das celebridades. In: FRANÇA, Vera et al. (Orgs.). **Celebridades no século XXI**: transformações no estatuto da fama. Porto Alegre: Sulina. 2014.

SONTAG, Susan. The double standard of ageing. **The Saturday Review**, New York, p.29-38. 23 set. 1972.

TAVARES, Denise; PINTO, Raphael. Justin Bieber, do doc ao Instagram: a estetização da vida. **Geminis**, São Carlos, v. 1, n. 2, p. 134-151. Disponível em: <<http://www.revistageminis.ufscar.br/index.php/geminis/article/view/150>>. Acesso em: 25 fev. 2020. dez. 2013.

TAYLOR, Charles. **A ética da autenticidade**. São Paulo: É Realizações. 2011.

TURNER, Graeme. **Understanding celebrity**. London: Sage Publications. 2014.

TWIGG, Julia. The body, gender and age: feminist insights in social gerontology. **Journal of Aging Studies**, v. 18, n. 1, p. 59-73. Disponível em: <<http://www.yorku.ca/mandell/courses/4680/pdf/Twigg%202004%20PDF%20file.pdf>>. Acesso em: 23 jul. 2020. 2004.

VAZ, Paulo. Consumo e risco: mídia e experiência do corpo na atualidade. **Comunicação, Mídia e Consumo**, São Paulo, v. 3, n. 6. Disponível em: <<http://revistacmc.espm.br/index.php/revistacmc/article/view/58>>. Acesso em: 27 out. 2019. mar. 2006.

VIGARELLO, Georges. **O sentimento de si**: história da percepção do corpo. Petrópolis: Vozes. 2014.

WOODWARD, Kathleen. Performing age, performing gender. **NWSA Journal**, v. 18, n. 1, p. 162-189. Disponível em: <<http://www.jstor.org/stable/4317191>>. Acesso em: 29 jul. 2020. 2006.

WOODWARD, Kathleen. **Aging and its discontents**: Freud and other fictions. Bloomington: Indiana University Press. 1991.