

PONTÍFICA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
PUC - SP

**Alan Braga de Paula**

**ANOREXIA E O MAL-ESTAR NA  
CONTEMPORANEIDADE**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA SOCIAL**

**São Paulo**

**2010**

# **Livros Grátis**

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

PONTÍFICA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
PUC - SP

**Alan Braga de Paula**

**ANOREXIA E O MAL-ESTAR NA  
CONTEMPORANEIDADE**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA SOCIAL**

**São Paulo**

**2010**

PONTÍFICA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
PUC - SP

**Alan Braga de Paula**

**ANOREXIA E O MAL-ESTAR NA  
CONTEMPORANEIDADE**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA SOCIAL**

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de MESTRE em Psicologia Social, sob a orientação do Prof., Doutor Raul Albino Pacheco Filho.

**São Paulo**

**2010**

**Banca Examinadora**

-----  
-----  
-----

## AS CONTRADIÇÕES DO CORPO

Meu corpo não é meu corpo,  
é ilusão de outro ser.  
Sabe a arte de esconder-me  
e é de tal modo sagaz  
que a mim de mim ele oculta

Meu corpo, não meu agente,  
meu envelope selado,  
meu revólver de assustar,  
tornou-se meu carcereiro,  
me sabe mais que me sei.

Meu corpo apaga a lembrança  
que eu tinha de minha mente,  
Inocula-me seus patos,  
me ataca, fere e condena  
por crimes não cometidos.

O seu ardil mais diabólico  
está em fazer-se doente.  
Joga-me o peso dos males  
que ele tece a cada instante  
e me passa em revulsão.

Meu corpo inventou a dor  
a fim de torná-la interna,  
integrante do meu Id,  
ofuscadora da luz  
que aí tentava espalhar-se.

Outras vezes se diverte  
sem que eu saiba ou que deseje,  
e nesse prazer maligno,  
que suas células impregna,  
do meu mutismo escarnece.

Meu corpo ordena que eu saia  
em busca do que não quero,  
e me nega, ao se afirmar  
como senhor do meu Eu  
convertido em cão servil.

Meu prazer mais refinado  
não sou eu quem vai senti-lo.  
É ele, por mim, rapace,  
e dá mastigados restos

à minha fome absoluta.

Se tento dele afastar-me,  
por abstração ignorá-lo,  
volto a mim, com todo o peso  
de sua carne poluída,  
seu tédio, seu desconforto.

Quero romper com meu corpo,  
quero enfrentá-lo, acusá-lo,  
por abolir minha essência,  
mas ele sequer me escuta  
saio a bailar com meu corpo.

(Carlos Drummond de Andrade: do livro *Corpo*, Ed Record, 1984)

## DEDICATÓRIA

Sempre ao meu eterno avô Fulton de Paula. Exemplo de homem, profissional e homem público. Muitas foram às vezes em que pensei em desistir, mas, de alguma forma, você sempre esteve ali me apoiando. Todas as minhas conquistas serão para sempre partilhadas com você.

Ao meu pai Maurício de Paula. Meu exemplo de homem honesto, equilibrado, parceiro, sensível e determinado.

À minha amada mãe Regina, que sempre, sempre, apoiou-me sem medir esforços em tudo que decidi seguir. Hoje estou aqui por sua causa.

À minhas amadas irmãs Valéria e Alessandra, por quem aprendi a respeitar suas subjetividades e por quem tenho grande amor.

À minha amada sobrinha Gabriella, minha princesa que mesmo tendo apenas 12 anos já é um exemplo de dedicação, responsabilidade, liderança, espiritualidade e inteligência. Te amo!

E, finalmente, à minha amada noiva e futura esposa Manoela, minha razão de vida, minha companheira que vem partilhando há pouco mais de dois anos uma vida de muita luta, amor e aprendizado. Obrigado Meu Amor por você ser tão especial.



## AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Felipe e Mariana, um casal mais que especial por quem tenho grande admiração, respeito e carinho. Certamente sem vocês este trabalho não seria possível. Obrigado pela atenção, gentileza, dedicação, incentivo, apoio, pelos momentos divertidos e saborosos que temos tido desde que nos conhecemos no início deste meu processo de mestrado e, principalmente, por tornarem-me um Corinthiano apaixonado .

À Cintia Irokawa, pelo enorme apoio e incentivo durante os dois anos que estive trabalhando nesta dissertação em São Paulo. Muito obrigado.

Finalmente ao meu orientador Professor Doutor Raul Albino Pacheco Filho. Surpreendi-me positivamente com você desde o momento em que o conheci, e mais ainda no final deste processo. Sempre tive em você uma pessoa extremamente dedicada, inteligente, gentil, simples e muito humano, coisas raras para alguém de sua posição. Obrigado, do fundo do coração, pela paciência e pelo apoio. Com toda a certeza sem você este trabalho não estaria sendo entregue.

# SUMÁRIO

P.

RESUMO

ABSTRACT

1. INTRODUÇÃO.....	11
2. ANOREXIA: O SINTOMA.....	16
2.1. Primeiras Descrições.....	16
2.2. Características do Sintoma.....	17
3. ANOREXIA SOB A ÓTICA PSICANALÍTICA.....	22
4. DESEJO, CASTRAÇÃO E ÉDIPO NA ANOREXIA.....	28
5. NOÇÃO DE CORPO EM FREUD.....	34
6. O MAL-ESTAR NA CIVILIZAÇÃO.....	44
7. ANOREXIA: DIÁRIO DA MINHA OUTRA PERSONALIDADE.....	51
8. DISCUSSÃO.....	125
9. CONCLUSÃO.....	137
10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	146

## RESUMO

DE PAULA, A. B. **Anorexia e o mal-estar na contemporaneidade**. 2010. 151p. Dissertação de Mestrado – Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia Social, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC - SP), São Paulo.

Este trabalho busca discutir as seguintes questões: quais são os aspectos estruturais da anorexia? De que forma a anorexia se reveste da cultura na contemporaneidade? A anorexia denuncia um mal-estar da contemporaneidade? E caso denuncie, que mal-estar é este? Para desenvolver esta pesquisa faço uso principalmente da Teoria Psicanalítica, especialmente dos conceitos freudianos de *corpo*, *desejo*, *pulsão*, *anorexia e cultura*. Também faço aportes na História, principalmente nas contribuições de Denize Bernuzzi de Sant’ana sobre *contemporaneidade*, *corpo e magreza*. A metodologia utilizada para esta pesquisa será a psicanalítica, já que esta propõe a investigação da singularidade do sujeito, enquanto formada e inserida no campo da linguagem e observada na relação transferencial entre o analista e o analisando. Portanto, esta dissertação tem início com um capítulo sobre a Anorexia enquanto um sintoma. Em seguida, discuto a anorexia de forma mais aprofundada abordando a dinâmica psíquica responsável pela formação dos sintomas anoréxicos. Buscando me aprofundar um pouco mais, passo no capítulo seguinte a pensar o que é o *desejo* segundo a psicanálise e como este se apresenta na dinâmica psíquica das anoréxicas. Depois discuto sobre o conceito de *corpo* em psicanálise, por entender que este assume o papel principal na dinâmica anoréxica. Em seguida busco apresentar o conceito de *mal-estar* apresentado por Freud em seu célebre livro *O Mal- Estar na Civilização* (1930). Apresento, logo após, os relatos de uma jovem com sintomas de anorexia postados em seu blog na internet durante o período de setembro de 2006 a outubro de 2009. Em seguida, discuto estes relatos a partir de uma leitura psicanalítica acerca da subjetividade desta jovem, onde busco analisar o material inconsciente que estes relatos possam vir a esconder. Concluo com a discussão sobre o mal-estar relacionado à anorexia, onde tento articular a análise feita do texto da jovem Anna Paula com os conceitos psicanalíticos e históricos sobre a contemporaneidade.

Palavras-chave: Anorexia, mal-estar, psicanálise, contemporaneidade.

## ABSTRACT

DE PAULA, A. B. **Anorexia and malaise in contemporary times**. 2010. 151p. Master Dissertation - Program of Postgraduate Studies in Social Psychology, Pontífica Catholic University of São Paulo (PUC - SP), São Paulo.

This article discusses the following questions: what are the structural aspects of anorexia? How anorexia is of the culture in the contemporary? Anorexia exposes a malaise of contemporary society? And if withdraws, that malaise is this? To develop this research I make use mainly of Psychoanalytic Theory, especially the Freudian concepts of body, desire, drive, anorexia and culture. I also make contributions in history, especially the contributions of Denize Bernuzzi Sant'ana on the contemporary, body and magreza. A methodology used for this research is to psychotherapy, since it proposes to investigate the uniqueness of the subject, while trained and entered in the field language and observed in the transference relationship between analyst and analysand. Therefore, this thesis begins with a chapter on anorexia as a symptom. Then discuss anorexia in more detail by addressing the psychological dynamics responsible for the formation of anorexic symptoms. Seeking me go a little deeper, I think the next chapter in what is the desire according to psychoanalysis and how it presents itself in the psychic dynamics of anorexics. Then I discuss the concept of body in psychoanalysis, to understand that this assumes the lead role in the dynamics anorexic. Then I try to introduce the concept of malaise presented by Freud in his famous book *The malaise in Civilization* (1930). Present soon after, reports of a young woman with anorexic symptoms posted on his blog on the internet during the period September 2006 to October 2009. Then discuss these reports from a psychoanalytic reading about the subjectivity of this young, where I try to analyze the unconscious material that these reports are likely to hide. I conclude with a discussion on the malaise related to anorexia, which I try to articulate the analysis of the text of young Anna Paula with psychoanalytic concepts about the contemporary and historical.

Key-words: Anorexia, malaise, psychoanalysis, contemporary.

# 1. INTRODUÇÃO

Este trabalho discute o mal-estar na contemporaneidade revelado através da anorexia, assim como, o mal-estar trans-histórico e estrutural contido na anorexia. O interesse pelo tema surgiu durante o Curso de Especialização em Transtornos Alimentares realizado na Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo entre 2001 e 2002. Até então, meu único conhecimento dos transtornos alimentares era o trabalho que vinha há alguns anos desenvolvendo com pacientes obesos em um SPA de emagrecimento.

Logo nas primeiras aulas do curso, lembro-me da sensação de mal estar que me gerou ver as imagens das jovens anoréxicas.<sup>1</sup> A visão de seus corpos esqueléticos e a percepção de sua forte recusa em se alimentar provocava-me diversos questionamentos: será que desejam morrer? Mas se desejam, porque não se suicidam? Será que esta busca de magreza está relacionada apenas a imitação das modelos e atrizes magras para, assim, mostrarem-se atraentes? E se desejam ficar bonitas, por que adquirem este corpo tão feio e repulsivo? E várias outras questões que podem ser agrupadas em duas sensações: incômodo e curiosidade.

Talvez em função destas duas sensações e em busca de mais conhecimento, tenha procurado estágio em dois centros de estudos, pesquisas e atendimentos de transtornos alimentares. O primeiro como psicólogo estagiário do serviço de cirurgia bariátrica do Instituto Central do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Neste serviço, avaliava e atendia pacientes obesos mórbidos que estavam na fila de espera para a gastroplastia ou que já haviam sido operados. A busca pela magreza representava para muitos a última tentativa de emagrecerem e manterem-se vivos, já que sua obesidade já havia atingido níveis muito perigosos. Precisavam de um limite e um controle no corpo para algo que já estava fora de controle há muito tempo: o desejo pela comida. Buscavam exatamente aquilo que as anoréxicas melhor desempenham: o controle sobre o desejo, a ingestão alimentar e o corpo.

Despertou-me atenção nestes atendimentos o fato de que, após a cirurgia, algumas destas pessoas pudessem vir a desenvolver sintomas de anorexia. Muitas das pessoas que são bem sucedidas no tratamento, em termos de diminuição da ingestão alimentar e redução da compulsão pelo alimento, podem desenvolver um medo tão

---

<sup>1</sup> Faço opção pela palavra no feminino em função da grande maioria destas pacientes serem mulheres.

grande de voltarem a engordar, que passam a exercer um controle excessivo sobre o corpo e sobre a ingestão, e podem vir a desenvolver sintomas de anorexia.

A partir de então, comecei a perceber que o mecanismo de controle representa uma questão central na dinâmica dos transtornos alimentares e da obesidade. Enquanto na obesidade encontra-se, na maioria dos casos, uma ausência de controle sobre o desejo alimentar, na anorexia esse controle é excessivo e na bulimia alternam-se momentos de controle e falta de controle.

Buscando me aprofundar ainda mais na temática da anorexia, passei a exercer a função de pesquisador do PROTAD.<sup>2</sup> Tendo um contato mais próximo com estas pacientes e participando do grupo de discussão clínica, tive a oportunidade de me aprofundar no estudo da dinâmica psíquica destas jovens. Percebi que existem aspectos que são estruturais desta patologia, e aspectos que variam de acordo com a época cultural em que as anoréxicas se encontram.

De acordo com Associação Psiquiátrica Americana (1995) a anorexia se caracteriza pela manutenção de um índice de massa corpórea menor do que o mínimo aceitável para uma boa saúde, medo intenso e constante de ganhar peso, recusa em alimentar-se em função deste peso e distorção da imagem corporal, que se caracteriza pelo fato de que apesar de apresentar um corpo significativamente magro, a anoréxica o percebe como gordo.

Porém, algumas destas características não se apresentam na anoréxica de épocas passadas. Por exemplo, as *santas anoréxicas* da idade média, segundo Weinberg (2006), não pareciam apresentar medo de engordar. Mantinham-se magras em função de que a recusa alimentar lhes possibilitava evitar deveres sociais e amorosos indesejados. Já as anoréxicas *vitorianas*, pertencentes ao período entre o fim da Idade Média e o Século 19, não pareciam apresentar distorção da imagem corporal.

O que parece manter-se independentemente do momento histórico é a presença de um corpo morbidamente magro que se aproxima da morte, e que serve de depósito para a angústia de castração. As anoréxicas parecem recusar a castração direcionando a angústia para o corpo. Assim, retiram a libido das relações pessoais mantendo-a

---

<sup>2</sup> Programa de Atendimento, Ensino e Pesquisa em Transtornos Alimentares na Infância e na Adolescência pertencente ao Ambulatório de Bulimia e Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria do mesmo hospital.

investida no corpo, “evitam” o envelhecimento sustentando um corpo de aparência juvenil e “brincam” de *ford da* com a morte.

A partir desta percepção da anorexia enquanto um encaixe de mecanismos estruturais e culturais foi que este projeto começou a fazer sentido para mim. Meu primeiro desejo foi o de tentar compreender como estes mecanismos se encaixam. Ao começar a estudar e pesquisar sobre o assunto, observei que este encaixe gera atrito e nem de longe se faz de forma perfeita e sem incômodo. Os ideais culturais, em qualquer época, são parte da própria formação da anorexia, e talvez a anorexia seja exatamente uma forma de se responder aos ideais culturais, que como apontou Freud (1930) em *O Mal-Estar na Civilização*, geram mal-estar ao ser humano.

Portanto, este trabalho busca discutir as seguintes questões: quais são os aspectos estruturais da anorexia? De que forma a anorexia se reveste da cultura na contemporaneidade? A anorexia denuncia um mal-estar da contemporaneidade? E caso denuncie, que mal-estar é este?

Para desenvolver esta pesquisa faço uso principalmente da Teoria Psicanalítica, especialmente dos conceitos freudianos de *corpo, desejo, pulsão, anorexia e cultura*. Também faço aportes na História, principalmente nas contribuições de Denize Bernuzzi de Sant’ana sobre *contemporaneidade, corpo e magreza*.

A metodologia utilizada para esta pesquisa será a psicanalítica, já que esta propõe a investigação da singularidade do sujeito, enquanto formada e inserida no campo da linguagem e observada na relação transferencial entre o analista e o analisando. Neste sentido, de acordo com Farias (1996), o objeto de pesquisa passa a ser o ato analítico, buscado na escuta – na forma de atenção flutuante - do analista, acerca do que o analisando fala e livremente vai associando; e através da interpretação – por parte do analista - do material que surge desta livre associação. A partir tanto da escuta, quanto da intervenção no discurso através das interpretações, provoca-se tanto uma mudança na subjetividade do analisando, quanto uma implicação no próprio campo de investigação, ficando o próprio pesquisador sujeito a sofrer os efeitos das descobertas ocorridas.

Desta forma, a escolha do método psicanalítico para desenvolver esta pesquisa, justifica-se a partir do fato de que ela almeja, justamente, escutar o que há de mais arcaico e profundo no psiquismo. E neste ponto, Pacheco Filho (2000), ao analisar o método freudiano, ressalta que:

*“... (Freud) ao colocar-se na escuta exaustiva e aprofundada do que diziam os seus pacientes, buscando compreender-lhes, no decorrer de longos processos de atendimento, os significados ocultos por trás da fachada das motivações e intenções racionais conscientes, já estava percorrendo a rota do sucesso” (p. 254).*

Na verdade, além de ser de grande utilidade na investigação dos processos psíquicos mais profundos e ocultos, o método psicanalítico mostra ter um alcance mais amplo e diversificado, permitindo ao pesquisador também ter acesso àquilo que é do campo social. Sobre estas duas finalidades e possibilidades de alcance que a metodologia psicanalítica oferece a quem lhe busca uso, Souza (1991) denomina de psicanálise em intenção e psicanálise em extensão.

De acordo com o autor, enquanto que a primeira se dá no espaço clínico transferencial analista-analisando e visa o desnudamento dos processos intrapsíquicos do inconsciente, a segunda busca ampliar estes conhecimentos acerca do intrapsíquico para o campo do social, buscando também desnudar e compreender o que há de oculto e sintomático neste. Para justificar esta sua importante contribuição, o autor nos lembra que Lacan já considerava a psicanálise em extensão a ampliação de uma produção conceitual originada a partir da psicanálise em intenção, sendo a modificação da relação do sujeito com o seu ato o objetivo de ambas.

Desta forma, utilizo-me do método psicanalítico com vistas a escutar o que há de singular no discurso de pessoas com sintomas anoréxicos, e não o discurso anoréxico. Pois, parto da premissa de que não existe um único discurso anoréxico, mas sim, discursos singulares de sujeitos com sintomas anoréxicos. O que não me impede de, a partir destes discursos singulares, ensaiar e analisar possíveis conexões ou aproximações entre os mesmos.

Portanto, esta dissertação tem início com um capítulo sobre a Anorexia enquanto um sintoma. A intenção deste capítulo é definir o que estou chamando de anorexia, já que esta possui diversas formas de ser denominada, variando de acordo com o referencial de quem a aborda. Apesar de fazer a escolha de abordá-la enquanto um sintoma psíquico, causado pelo conflito entre o desejo inconsciente e a ação da censura, neste capítulo apresento seus aspectos mais visíveis como os comportamentos alimentares e sociais. Para tanto penso que a classificação desenvolvida pela Associação Psiquiátrica Americana (2002) é de grande valor.



Em seguida, discuto a anorexia de forma mais aprofundada abordando a dinâmica psíquica responsável pela formação dos sintomas anoréxicos. Faço um levantamento de como a anorexia vem sendo compreendida pelo campo psicanalítico. Meu intuito é poder discutir sobre alguns importantes aspectos da dinâmica psíquica da anorexia.

Buscando me aprofundar um pouco mais, passo no capítulo seguinte a pensar o que é o *desejo* segundo a psicanálise e como este se apresenta na dinâmica psíquica das anoréxicas. Meu objetivo é discutir que desejo é este que é contido quando direcionado para o alimento, e parece ausente das relações sociais e direcionado exclusivamente para a busca do corpo magro.

Passo a discutir no capítulo seguinte sobre o conceito de *corpo* em psicanálise, por entender que este assume o papel principal na dinâmica anoréxica. Ele parece se apresentar como destino de conflitos psíquicos, meio de comunicação e agente de identificação da doença.

Em seguida busco apresentar o conceito de *mal-estar* apresentado por Freud em seu célebre livro *O Mal-estar na Civilização* (1930). Tento neste capítulo apresentar as bases do que virei a discutir sobre o mal-estar relacionado à anorexia.

Apresento, logo após, os relatos de uma jovem com anorexia chamada Anna Paula, postados em seu blog na internet durante o período de setembro de 2006 a outubro de 2009. Opto por trabalhar com os relatos de apenas uma pessoa ao invés de vários pequenos relatos de pessoas diferentes na tentativa de direcionar um olhar mais profundo e particular sobre a subjetividade de uma pessoa com anorexia.

Passo, no capítulo seguinte, a discutir estes relatos a partir de uma leitura psicanalítica acerca da subjetividade desta jovem, onde busco analisar o material inconsciente que estes relatos possam vir a esconder.

Concluo com a discussão sobre o mal-estar relacionado à anorexia, onde tento articular a análise feita do texto da jovem Anna Paula com os conceitos psicanalíticos e históricos sobre a contemporaneidade.

## 2. ANOREXIA: O SINTOMA

### 2.1. Primeiras Descrições

No que se refere aos aspectos clínicos da anorexia, tanto a ocorrência, quanto a busca de sua descrição, entendimento e forma de intervenção são antigas. De acordo com Bidaud (1998), Pinel, a partir de um importante estudo sobre, entre outras coisas, a extravagância das pequenas ceias de Nero e sobre os jejuns religiosos e abstinências dos faquires, dos brâmanes e dos antigos anacoretas da Tebaida, mostra como os eventos de compulsão e recusa alimentar são encontrados na antiguidade. Nesse estudo, ele considera esses comportamentos alimentares como neuroses das funções nutritivas, que englobam a anorexia e a bulimia, e os situa numa dimensão social e cultural, onde as práticas alimentares participam de um conjunto de regras, de rituais e de interdições que convém serem re-situadas no contexto de cada época.

Da mesma forma, Bell, citado por Bidaud (1998) relata a presença de sinais de anorexia – como a recusa alimentar e a o emagrecimento acentuado - em mulheres que viveram no período de 1200 até os dias atuais na península italiana que, oficialmente, foram reconhecidas pela Igreja Católica Romana como santas, bem-aventuradas ou servas de Deus.

Enquanto descrições de sintomas patológicos ou patologias singulares, os relatos dos transtornos alimentares remontam, mais precisamente, ao século XVII. Segundo Bidaud (1998), o inglês Richard Morton, em 1689, no seu livro *Tisiologia sobre a doença da consunção* já relatava, ao descrever “a consunção ou atrofia nervosa”, sintomas que, nos dias de hoje, seriam identificados como os principais sinais de anorexia nervosa: perda do apetite, amenorréia e emagrecimento importante. Já o termo “anorexia histérica”, e em seguida “anorexia nervosa”, de acordo com Bidaud (1998), foi introduzido em 1868, por William Gull, que a define como uma privação do apetite, sendo este considerado a partir do grego *orexis* o desejo em geral.

Também é importante apresentar as contribuições do trabalho clínico de um contemporâneo de Gull, o francês Lasègue, a quem é creditado, segundo Bidaud (1998), ser o primeiro a situar a anorexia no campo da histeria. O caráter de pioneirismo e atualidade das contribuições clínicas de Lasègue à compreensão da anorexia é realmente um fato marcante. Entre estas contribuições, que datam inicialmente ao ano de 1873 e se mantêm presentes até os dias atuais, destacam-se a relação que ele estabelece entre a

anorexia e a melancolia, a influência do meio ambiente no desenvolvimento da anorexia e a advertência aos médicos do perigo e da ineficácia em se tratar os sintomas anoréxicos como caprichos passageiros ou sem importância; ou, ainda, destes fazerem uso obstinado e exclusivo de medicamentos, “conselhos amigáveis” e/ou intimidação.

É, ainda, creditado a Lasègue, o mérito de ter sido o primeiro a destacar a dimensão de prazer como fundamental na organização psíquica da anoréxica; descrição, esta, que ainda é validada por aqueles que tratam e estudam estas pacientes nos dias atuais. O prazer em questão é oriundo de experiências de controle: autocontrole, controle do terapeuta e de uma espécie de controle acerca da ingestão do alimento e da prorrogação da sensação de fome, gerando uma “forma de auto-erotismo”; sendo, portanto, a anoréxica toda poderosa em sua anorexia.

## 2.2. Características do Sintoma<sup>3</sup>

A Anorexia Nervosa tem como principais características a recusa em manter o peso corporal na faixa normal mínima e um temor em ganhar peso. A pessoa com sintomas de Anorexia Nervosa apresenta uma grave distorção na autopercepção da forma e/ou do tamanho de seu corpo, percebendo-o sempre gordo. Esta distorção da imagem corporal gera nestas pessoas um enorme incômodo, que as levam a práticas de recusa alimentar e/ou ações purgativas com intenção de emagrecimento.

Diferentemente do que se possa imaginar a partir de uma observação mais rápida, as pessoas com sintomas de anorexia não apresentam ausência de apetite. Elas controlam o apetite de forma rigorosa através da recusa ou baixa ingestão alimentar devido à obsessão pela magreza e ao medo doentio de ganhar peso.

De acordo com a *CID-10* (Classificação Internacional de Doenças) é considerada anoréxica a pessoa que de forma deliberada mantém seu peso abaixo de 85% do peso considerado normal para a idade e altura, ou seja, que apresente um *Índice de Massa Corporal* (IMC) igual ou inferior a 17, 5 kg/m<sup>2</sup>. Além do IMC, deve-se considerar ainda a constituição corporal e a história ponderal do paciente.

---

<sup>3</sup> Os dados apresentados aqui são baseados nos capítulos sobre anorexia do *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM- IV) e no Código Internacional de Doenças (CID-10).

A perda de peso é obtida através da redução na ingestão de todos os tipos de alimentos. Algumas pessoas começam reduzindo apenas os alimentos mais calóricos e gordurosos, até passarem à redução de outros alimentos. Além da restrição da ingestão, a perda de peso também é obtida através da prática de vômitos, uso de diuréticos e redutores de apetite e prática intensa de exercícios físicos.

Em função da perda de peso, algumas destas mulheres apresentam amenorréia – supressão da menstruação – apesar de que em alguns casos a amenorréia pode preceder a perda de peso. No caso das jovens pré-púberes, a menstruação pode ser retardada.

O medo em ganhar peso não costuma ser aliviado com a redução de peso, e geralmente quanto maior é a redução, maior é o medo. Isto ocorre em função da distorção da imagem corporal, que representa o fenômeno em que estas pessoas percebem sua imagem corporal distorcida. Vêem-se gordas e pesadas, apesar do que mostra a balança e o espelho. Algumas apesar de perceberem que estão magras, ainda sentem-se preocupadas em perder peso em função de acharem gorduras em determinadas partes do corpo como abdômen, coxas e nádegas.

A auto-estima destas pessoas está atrelada à forma e peso de seu corpo. Assim, a perda de peso é vivenciada como uma vitória pessoal, alegria e sinal de disciplina. Enquanto que o ganho de peso representa fracasso no seu autocontrole, fraqueza e culpa. Em função disto, gastam horas do dia tentando estimar seu peso e verificando constante e obsessivamente seu corpo. Para tanto, utilizam-se de espelhos para verificar partes do corpo consideradas “gordas”, pesam-se excessivamente e medem meticulosamente as diferentes partes do corpo.

Outra característica da anorexia é a falta de crítica sobre seu estado físico, sua saúde, o risco de morte e sua doença. Estas pessoas normalmente negam sua doença e, conseqüentemente, a necessidade de tratamento. Raramente procuram auxílio profissional, e quando chegam para tratamento geralmente são trazidas por familiares, que costumam demorar a perceberem o problema.

Esta demora na percepção do problema por parte dos familiares é causada tanto por um comportamento displicente ou desinteressado dos familiares para com as

anoréxicas, quanto pelo fato de que elas costumam disfarçar sua magreza com roupas largas e esconder alimentos para não perceberem que não estão se alimentando.

Curiosamente, porém, as anoréxicas costumam ter grande paixão pela comida. É comum serem boas cozinheiras, colecionarem receitas e terem prazer no preparo de pratos requintados para amigos e parentes. Algumas, inclusive, exercem profissionalmente o cargo de cozinheiras, ou mesmo, de garçonetes. O que se percebe é que quanto menor é o consumo de alimentos, maior é a preocupação e interesse por eles.

No entanto, esta paixão pelo alimento muitas vezes é transformada em ato, onde a anoréxica sucumbe a tentação e come compulsivamente, ou seja, come uma grande quantidade de comida em um curto período de tempo. Contudo, para não engordar e retomar o controle sobre seu corpo e apetite, ela rapidamente se utiliza de recursos purgativos como vômitos, laxantes e diuréticos, assim como, da prática excessiva de exercícios físicos.

Portanto, de acordo com a presença ou não de eventos de compulsão alimentar e técnicas purgativas durante o quadro de anorexia, esta é classificada em dois subtipos:

- *Anorexia Tipo Restritiva*. Caracteriza-se pela busca de perda de peso através de dietas, jejuns ou exercícios físicos, sem presença de episódios de compulsão e/ou purgação.

- *Anorexia Tipo Compulsão Periódico-Purgativa*. É o tipo de anorexia que envolve eventos regulares de compulsão alimentar seguidas de purgações. A maioria das pessoas com anorexia que come compulsivamente também apresenta purgações na forma de vômitos auto-induzidos e/ou uso indevido de laxantes, diuréticos e enemas. Porém, algumas pessoas deste subtipo não comem compulsivamente, mas fazem purgações após a ingestão de pequenas quantidades de comida. E a maior parte das pessoas deste subtipo apresenta estes comportamentos ao menos uma vez por semana.

De acordo com a Associação Psiquiátrica Americana (2002), em termos epidemiológicos, a taxa de prevalência da anorexia na população geral é em torno de 1%, sendo que destes, 90% acometem mulheres. Verifica-se, também, que acomete mais frequentemente pessoas de classe média e alta, e surge principalmente após dietas de emagrecimento e situações de competição. Percebe-se, ainda, que algumas profissões

ligadas à esbelteza, como bailarinas e modelos, apresentam alto índice de risco de desenvolver a doença.

Em relação ao seu início, verifica-se que a anorexia raramente se inicia antes da puberdade. Porém, quando isto ocorre os sintomas se apresentam geralmente de forma mais grave e estão associadas a um pior prognóstico do que quando se inicia na puberdade. De acordo com a Associação Psiquiátrica Americana (2002) a idade média para o início é de 17 anos, normalmente tendo seus picos aos 14 e 18 anos, e raramente ocorrendo em mulheres com mais de 40 anos. Quanto ao curso da anorexia, este é altamente variável. Algumas pessoas se recuperam completamente após um episódio isolado, outras apresentam um padrão flutuante de ganho de peso seguido de recaída e outras vivenciam um curso crônico e deteriorante ao longo de muitos anos.

Outro curso possível é a morte. De acordo com a Associação Psiquiátrica Americana (2002), dos pacientes que dão entrada em serviços de saúde, a mortalidade gira em torno de 10%, e ocorre em consequência de alterações orgânicas e metabólicas secundárias à desnutrição, desequilíbrio eletrolítico e por suicídio.

No que concerne ao tratamento, existe uma grande resistência por parte destas pessoas em função, principalmente, delas não se acharem doentes nem necessitadas de ajuda. Por isto, apresentam grande dificuldade em aderir ao tratamento. Estas pacientes costumam desconfiar dos médicos, encarados como inimigos e interessados apenas em alimentá-las e fazê-las perder a vontade de controlar seus pesos.

Nos casos onde existe uma necessidade vital em restaurar o peso e corrigir os desequilíbrios hidroeletrólíticos, a hospitalização se faz necessária. Neste momento, a prioridade é manter viva a pessoa. Em seguida, costuma-se trabalhar o insight destas pessoas sobre seus sintomas, assim como, a compreensão dos familiares sobre a doença e o tratamento. Normalmente estas pessoas são encaminhadas para a psicoterapia neste momento, pois, apresentam um estado de maior crítica sobre seus sintomas.

É importante ressaltar que mesmo após a melhora do quadro, as recaídas são freqüentes. De acordo com Associação Psiquiátrica Americana (2002), no caso da internação, a taxa de recidiva imediata é superior a 25%. Portanto o acompanhamento destas pacientes deve ser feito por anos.

Esta alta taxa de recaída é mais uma justificativa para o tratamento psicoterápico. O grande desafio do analista no atendimento à estas pessoas é lidar com a falta de crítica quanto ao seu estado e conseqüentemente a quase ausência de desejo em tratar-se. O tratamento analítico é favorecido significativamente, e em alguns casos só é possível, quando acompanhado de atendimento psiquiátrico e de outros especialistas do ramo da saúde, como clínico geral, nutricionista, professor de educação física, entre outros. Com este apoio, o analista tem mais facilidade em assegurar seu lugar de escuta da subjetividade da pessoa com anorexia, sem desviar sua atenção e ter que cuidar de outros aspectos de saúde desta paciente.

Portanto, o tratamento analítico costuma ter mais efeito quando efetuado após um período inicial de tratamento ambulatorial, onde se promove os cuidados gerais de saúde e o despertar da crítica sobre a necessidade de tratamento, garantia *sine qua non* para o tratamento analítico.

Além da presença de crítica sobre seu estado e sobre a necessidade de tratamento, outro desafio que enfrenta o analista nesse processo é o manejo da transferência com uma pessoa com anorexia. É muito comum que esta transferência se inicie, e de forma bastante forte, através da mãe da paciente. Em grande parte são elas que chegam trazendo as filhas ao consultório, mas sempre com uma demanda muito confusa para o analista e também com uma falta de crítica sobre o estado de sua filha. Cabe ao analista a habilidade de manusear este emaranhado transferencial e aos poucos encontrar um espaço de escuta da subjetividade da jovem paciente.

Mas como a psicanálise compreende a anorexia? Que aspectos podemos destacar acerca da dinâmica psíquica de pessoas com sintomas anoréxicos? Estas são algumas questões que passo a discutir agora a partir de um levantamento acerca de como a anorexia vem sendo compreendida pela psicanálise.

### 3. ANOREXIA SOB A ÓTICA PSICANALÍTICA

Desde os primórdios da Psicanálise, já nas *Publicações Pré-psicanalíticas* (1886-1889), Freud já direcionava sua atenção ao assunto, em função, como em grande parte de sua produção teórica, de questões surgidas a partir de suas observações clínicas. A partir destas, o que se verifica, percorrendo as citações encontradas em seus escritos, desde *Um Caso de Cura pelo Hipnotismo* (1892-3) até *História de uma Neurose Infantil* (1918), é que a análise de Freud acerca da anorexia, à semelhança de Lasègue, centra-se em três pontos: considera-a como uma forma de histeria<sup>4</sup>, relaciona-a com a depressão (que, em Freud, encontramos sob o nome de *melancolia*) e adverte-nos acerca das dificuldades quanto ao seu tratamento.

No que se refere ao primeiro ponto, encontramos esta relação que ele estabelece com a histeria já em *Um Caso de Cura pelo Hipnotismo* (1892-3). Nesse trabalho, Freud apresenta o caso de tratamento de uma jovem paciente histérica que começa a mostrar sintomas de anorexia, depressão e vômito, a partir do nascimento de seu primeiro filho, o que vem a gerar uma interrupção na produção do leite materno, e uma conseqüente impossibilidade em amamentar. Após duas sessões de hipnose, os sintomas desaparecem, voltando a se fazerem presentes quando dos nascimentos do segundo e do terceiro filhos, sendo novamente eliminados por sessões de hipnose a cada ressurgimento.

Neste caso, Freud refere-se a estes sintomas de anorexia como uma histeria ocasional e destaca a relação entre o surgimento destes sintomas de anorexia e a problemática de uma relação mãe-filho onde se capta a equação simbólica: comer = amamentar.

---

<sup>4</sup> Entendida por Freud, de acordo com Laplanche & Pontalis (1998), como uma “*classe de neuroses que apresentam quadros clínicos muito variados*” e se manifestam sob duas formas mais bem identificadas, que são a “*histeria de conversão, em que o conflito psíquico vem simbolizar-se nos sintomas corporais mais diversos, paraxísticos (exemplo: crise emocional com teatralidade) ou mais duradouros (exemplo: anestésias, paralisias históricas, sensação de bola faríngea, etc.), e a histeria de angústia, em que a angústia é fixada de modo mais ou menos estável neste ou naquele objeto exterior (...)*” (Laplanche, 1998, p. 211), como, por exemplo, as fobias. Nasio (1991) nos lembra que em Freud a histeria tem como causa principal a atividade inconsciente de uma representação superinvestida, causada ou por efeito de um evento traumático ou por uma fantasia angustiante com efeito equivalente a um evento traumático.



Encontram-se, ainda, menções de Freud acerca da anorexia como uma forma de histeria em: *Sobre o Mecanismo Psíquico dos Fenômenos Histéricos* (1893), no *Caso Emmy Von N.* (1895), na *Carta 105 a Fliess* (1899) e no *Fragmento da Análise de um Caso de Histeria* (1905). No caso de Emmy Von N., segundo Freud, a abulia <sup>5</sup> desta paciente em relação aos alimentos representava um sintoma de conversão histérica, onde a paciente evitava se alimentar em função de tal ato lhe remeter a “lembranças repugnantes” de sua infância, relacionadas a refeições frias que tinha que comer e ao “pavor” em ter que partilhar de refeições com seus irmãos doentes. Em *Fragmento da Análise de um Caso de Histeria*, a repulsa a alimentar-se de Dora, mesmo não sendo considerada por Freud como o sintoma principal, foi ligada a um recalque de uma fantasia de felação: ligada, portanto, à zona labial e vivenciada na fase oral do desenvolvimento psicosexual.

Esta concepção de Freud da anorexia enquanto um sintoma produzido por uma fixação da libido na fase oral também é encontrada no Caso do Homem dos Lobos, em *História de uma neurose infantil* (1918), onde o “distúrbio de apetite” deste paciente é relacionado a problemas no desenvolvimento psicosexual do mesmo.

Portanto, para Freud (1950) a comida não é apenas alimento, mas é um rico portador de significados. Desde a primeira mamada, o leite materno, ao acalentar a sensação de desprazer oriunda da fome, instaura a sensação de prazer oriunda da descarga de energia acumulada da fome. É o que Freud denomina de vivência de satisfação que será mais bem discutida no próximo capítulo.

Vale ressaltar que com a primeira mamada que instaura o registro do prazer no psiquismo, inicia-se o que Freud (1905) denominou de pulsão oral. Esta pulsão representa o registro psíquico de sensações corporais oriundas da boca e das regiões do corpo diretamente ligadas a esta como o esôfago e o estômago.

A pulsão oral faz parte do que Freud (1905) denomina de pulsões sexuais, as quais surgem de diversas fontes orgânicas e atuam a princípio independentemente umas das outras, tendo como alvo o prazer do órgão. As pulsões sexuais, de início, apóiam-se nas pulsões de autoconservação (ou pulsões do eu) para encontrar um objeto, e, segundo afirma em 1915, uma parte destas pulsões sexuais permanecerá ligada às de autoconservação fornecendo-lhes componentes libidinais. Portanto, o ato de comer

---

<sup>5</sup> Doença que tem como característica a perda da vontade.

envolve a pulsão alimentar (de autoconservação), cujo alvo é a ingestão de alimento, e a pulsão oral (sexual), cujo alvo é o prazer da zona erógena oral.

A anorexia relacionada à melancolia é descrita por Freud em seu *Esboço G.* (1895), onde ele afirma que a anorexia é a neurose de nutrição paralela a melancolia. Em ambas as patologias ocorre inibição psíquica com empobrecimento das pulsões e sofrimento correspondente. A libido é retirada dos objetos e concentrada no eu, sendo que no caso da anorexia a libido parece está focada no corpo. Esta relação apresentada por Freud auxilia na compreensão da aparente falta de desejo tão perceptível para quem trabalha com pessoas com sintomas de anorexia.

Já nos escritos *O Método Psicanalítico* (1904) e *Sobre a Psicoterapia* (1905), ele discorre acerca das dificuldades em se tratar a anorexia através do método psicanalítico, sendo que neste texto de 1905, chega a advertir que este método não é indicado para o tratamento da anorexia em seu estado grave, pois, neste estado, a paciente necessita de intervenções clínicas que gerem resultados rápidos, o que não é o caso da psicanálise.

Ainda em relação à contribuição psicanalítica para a compreensão clínica da anorexia, é fundamental citar o aporte oferecido por Jaques Lacan. Sua distinção entre as noções de necessidade, demanda e desejo é de grande utilidade no entendimento desta patologia. Em *A Direção da Cura e os Princípios de seu Poder*, Lacan (1958) destaca:

*... a criança nem sempre adormece assim no seio do ser, sobretudo quando o Outro, que tem suas idéias sobre as necessidades dela, se intromete nisso e, no lugar daquilo que não tem, empaturra-a com a papinha sufocante daquilo que ele tem, ou seja, confunde seus cuidados com o dom do seu amor. É a criança alimentada com mais amor que recusa o alimento e usa sua recusa como um desejo (anorexia mental). Limites em que se apreende, como em nenhuma outro lugar, que o ódio retribui a moeda do amor, mas onde a ignorância não é perdoada. Afinal de contas, a criança, ao se recusar a satisfazer a demanda da mãe, não exige que a mãe tenha um desejo fora dela, porquanto é essa a via que lhe falta rumo ao desejo? (p. 634)*

Desta forma, com Lacan, percebe-se que a anorexia está relacionada a um excesso no suprimento da necessidade alimentar, por parte da mãe zelosa, porém, sob o preço de um déficit em satisfazer a demanda de amor. É justamente pelo fato de um excesso em suprir a necessidade, que não sobra espaço para a demanda advir, sendo os sintomas anoréxicos de recusa da comida uma busca para reiterar a demanda, já que é a

comida – que foi fornecida em excesso – a responsável pelo desconhecimento da demanda.

E este olhar de Lacan, assim como o de Freud, para a anorexia, passou a servir de ponto de referência para todos aqueles da psicanálise que optaram por direcionar seus esforços para a compreensão deste tipo de fenômeno.

De acordo com Bidaud (1998), destaca-se a atenção dada, especialmente, por E. Kestemberg et al. e Bruch à relação que as pessoas com sintomas anoréxicos apresentam com a repulsa alimentar. Segundo esses autores, esta relação, já descrita desde Lasègue, é de extrema ambigüidade, e serve como o principal sintoma que caracteriza um quadro de anorexia.

Quanto aos primeiros, seus trabalhos destacam principalmente o caráter de erotização da sensação de fome, considerando este “*um signo específico da anorexia mental da adolescência*” (p. 128). O aspecto erótico aí presente é justificado pelo fato de que a busca da fome, através da repulsa ao alimento, causa nas pessoas com sintomas anoréxicos sensações de intenso prazer, o que leva os autores a considerarem esta busca pela fome como uma busca por “um orgasmo”.

Já Bruch (1973), seguindo este caminho, atenta para o aspecto contraditório da repulsa alimentar: ao mesmo tempo em que as pessoas com sintomas anoréxicos apresentam este prazer oriundo da sensação de controle da fome, também apresentam um enorme desejo pela comida, o que as leva a vivenciarem de forma torturante este combate ambivalente. Contudo, apesar deste conflito, elas mantêm-se em seu propósito de negação da fome como forma de alcançar um estado de graça, plenitude e poder. E é justamente esta busca de poder, a partir da negação da fome, juntamente com a ausência de angústia frente a um emagrecimento significativo e perigoso e a recusa verdadeira de reconhecer-se doente, que para Bruch, caracteriza a anorexia.

Bruch (1973) acrescenta que os sintomas de controle excessivo sobre o corpo e sobre o apetite são sintomas tardios de uma luta contra o sentimento de ser escravizado e de não ser hábil para comandar sua própria vida. Talvez seja esta inabilidade em resolver os conflitos pessoais que as levam a direcioná-los para o corpo.

Porém, segundo Bruch (1982), algumas destas características do quadro anoréxico não são imutáveis, mas se modificam através do tempo, demonstrando certo mecanismo de acoplagem entre aspectos estruturais e histórico-culturais na formação desta patologia. Em mais de quatro décadas de atendimento a estas pacientes, ela foi percebendo que as anoréxicas da atualidade parecem ter adquirido a doença em função

da maior divulgação da mesma nos mais diversos meios de comunicação, enquanto que as anoréxicas de outrora pareciam ter “inventado” seus sintomas, já que não tinham conhecimento prévio da mesma. Carece às atuais a “paixão” de outrora pela anorexia, que fazia com que aquelas acreditassem que com sua doença estavam realizando algo de positivo, sendo especiais, tendo um valor único na sociedade.

Enquanto as anoréxicas passadas se mostravam muito determinadas no seu propósito de emagrecimento e com um comportamento bem reservado e isolado, as atuais manifestam desejo em se unirem umas as outras em grupos de apoio a anorexia, mas pouco convictas de seu propósito de emagrecimento. Pois, o fazem menos por convicção de que fazem algo de positivo, do que por imitação de modelos e outras jovens.

Esse tipo de comportamento imitativo, segundo Bruch (1982), é bastante comum nas anoréxicas e está vinculado a déficits básicos do sentido de si mesmo, da identidade e do funcionamento autônomo, ocasionados pela impossibilidade destas pessoas terem percebidos e atendidos, ao longo de suas infâncias, seus desejos e sentimentos por pais que só conseguiam dar conta das necessidades delas. Nesse aspecto Bruch se aproxima de Lacan, que, como dito acima, afirma que o que estas jovens demandam é o que lhe foi negado, o acesso ao desejo.

Em função desta falha no cuidado parental, segundo Bruch (1982), estas jovens apresentam uma perturbação na percepção das experiências corporais, o que as leva a não confiarem em suas próprias sensações e sentimentos. Possuem dificuldade em identificarem seu próprio corpo, percebendo-o como separado de si ou como pertencente aos seus pais.

Portanto, de acordo com Bruch (1978), a magreza destas jovens seria uma defesa contra o sentimento de não terem uma personalidade própria, de serem fracas e ineficazes. Segundo esta autora, a anoréxica representaria uma lousa em branco para ser inscrita com a personalidade de cada nova pessoa com quem se envolve e com os desejos das amigas. E seria este comportamento imitativo uma das causas do rápido aumento da incidência da Anorexia nos últimos anos.

Considerando, portanto, que a anorexia lida com os desejos de uma forma muito peculiar, passo agora a discutir o que é o *desejo* segundo a psicanálise e como este se apresenta na dinâmica psíquica das pessoas com sintomas anoréxicos. Meu intuito é buscar compreender que desejo é este que é contido quando direcionado para o

alimento, e parece ausente das relações sociais e direcionado exclusivamente para a busca do corpo magro.

#### 4. DESEJO, CASTRAÇÃO E ÉDIPO NA ANOREXIA

A partir de Freud (1940), sabemos que é o desejo que inaugura a formação de nosso aparelho psíquico, sendo que o desejo é instaurado a partir do que Freud (1950) chama de *vivência de satisfação*. A vivência de satisfação é um “*tipo de experiência (...) que consiste no apaziguamento, no lactante, e graças a uma intervenção exterior, de uma tensão interna criada pela necessidade.*” (Laplanche, 1998, p. 530).

Em outras palavras, o bebê, ao nascer, já desprovido da alimentação via cordão umbilical, vivencia rapidamente uma primeira sensação de incômodo<sup>6</sup> oriunda de fontes internas e provocadas pela ausência de alimento – é a fome. Ao receber o leite morno, este incômodo - esta sensação de desprazer provocada pela necessidade de alimento – é acalentada e desaparece, e o bebê experimenta pela primeira vez a sensação de prazer, que é provocada pela descarga de energia acumulada pela fome que estava lhe causando desprazer – esta é a vivência de satisfação. Até então, havia experimentado “apenas” o bem-estar sereno do estado intra-uterino e, ao nascer, o desprazer pelo acúmulo de energia oriunda tanto de fontes internas quanto externas (luminosidade, sons, ...etc.); mas não a vivência de satisfação/prazer.

Contudo, de alguma forma o bebê encarna seu total *estado de desamparo*, já que se encontra totalmente desprovido de recursos pessoais para livra-se da sensação de desprazer inicial provocada pela fome, necessitando de um outro para tanto. Assim, o bebê percebe que está totalmente à mercê deste outro para satisfazer suas necessidades. É a partir desta vivência de desamparo e para se livrar de futuras sensações de desprazer relacionadas à fome, similares a que já vivenciou, que passa a relacionar a satisfação/prazer à imagem do objeto que proporcionou satisfação e à imagem da ação reflexa que permitiu a descarga.

---

<sup>6</sup> Para não falar do incômodo provocado pelas diversas estimulações de luz, temperatura, sons, ...etc, bem diferentes da sensação de pleno bem estar intra-uterino.

Desta forma, quando reaparece a sensação desprazerosa de fome, o bebê reinveste a imagem do objeto de satisfação (o seio ou a mamadeira) e busca executar a ação reflexa com vista a descarregar a energia acumulada da fome. Isto é perceptível ao observarmos o bebê fazendo movimentos com os lábios como se estivesse mamando e chupando os dedos como se fosse o seio (ou a madeira) – ou seja, esta alucinando. Aqui, provavelmente, ele está lembrando-se da imagem do objeto de satisfação, e passa a ação reflexa executada anteriormente quando da experiência de satisfação, ao mexer os lábios e chupar os dedos, que o levará certamente a experiência de frustração, já que não alcançará a satisfação real por estas vias.

Portanto, o bebê não está ainda “à altura de se certificar de que o objeto não está realmente presente. Um investimento demasiado intenso da imagem produz o mesmo ‘indício de realidade’ que uma percepção” (Laplanche, 1998). Em outras palavras, ele não sabe ainda distinguir entre percepção e alucinação, ou, poderia dizer, entre o objeto de satisfação e a imagem construída deste objeto. Essa capacidade de distinção é dada justamente com a formação do Eu, que pela sua função de inibição, impede um reinvestimento muito intenso da imagem do objeto de satisfação.

Desta forma, a base do desejo, de acordo com Laplanche (1998), constitui-se a partir do conjunto desta experiência entre satisfação real e satisfação alucinatória, sendo que o desejo tem sua origem a partir da satisfação real, mas constitui-se segundo o modelo da alucinação primitiva. Em outras palavras, a partir da primeira vivência de desprazer acarretada pela necessidade de alimento, e a partir da satisfação desta necessidade com a apresentação do alimento e da vivência de prazer que esta satisfação acarreta (satisfação real), o bebê passará, quando houver uma nova experiência de fome, a desejar novamente a descarga da tensão, ou seja, a vivência de satisfação. Em verdade, segundo Freud (1925), estaremos sempre, mesmo adultos, orientando nossas ações com vistas a obter esta primeira experiência de satisfação, que nunca mais será vivenciada da mesma forma, demonstrando assim o caráter irreduzível da satisfação originária e sua função decisiva para a procura ulterior dos objetos.

Assim, no início da vida de cada um de nós se instaura a diferenciação entre necessidade e desejo. De acordo com Laplanche (1998), enquanto a necessidade se origina a partir de um estado de tensão interna, e encontra satisfação pela ação específica que fornece o objeto adequado, o desejo está indissolúvelmente ligado a

“traços mnésicos”, e encontra sua realização na reprodução alucinatória das percepções que se tornaram sinais dessa satisfação.

Por outro lado, após a vivência de satisfação, a procura pelo objeto no real passa a ser orientada justamente por estas percepções que se tornaram sinais da satisfação. É como se o bebê pensasse: desejo aquela sensação gostosa que vivenciei quando fui amamentado, e não somente mais o alimento em si.

É importante ressaltar também que, de acordo com Laplanche (1998), a concepção freudiana do desejo refere-se tanto a desejos inconscientes, quanto pré-conscientes e conscientes, porém, apresenta certamente uma ênfase muito maior nos inconscientes, que se encontram ligados a signos infantis indestrutíveis. No entanto, Freud (1900) chega inclusive a formular que o resultado do conflito psíquico e a conseqüente formação de sintomas neuróticos é um compromisso entre duas realizações de desejos opostas, cada uma das quais encontrando a sua fonte num sistema psíquico diferente.

Em relação ao desejo das anoréxicas, um primeiro ponto a ser destacado diz respeito ao próprio significado da palavra *anorexia*. De acordo com Fernandes (2006), é em torno de 1584 que a palavra *anorexia* surge na língua latina, derivado do vocábulo grego *anorektos* (na + *orektos*), que significa não apenas sem apetite, mas principalmente sem desejo.

De acordo com o Houaiss (2001), a palavra *apetite* significa “vontade de comer, apetência”, mas também: “disposição, ânimo para agir, forte desejo sexual, volúpia, predileção, deleite, ambição”. No âmbito da fisiologia significa: “sensação interna que torna necessário o exercício de certas funções”, e no âmbito da psicologia representa “desejo intenso que tem um objeto preciso e procede de necessidades biológicas (por exemplo, a fome) ou de representações guiadas por um interesse”. Portanto, ao considerarmos a diversas possibilidades de significação da palavra *apetite*, perceberemos que a anorexia coloca em jogo uma forma bem particular de desejo, onde a ausência de desejo, portanto, não se limita à alimentação, mas as coisas em geral.

De acordo com Assoun (1993):



*"a anoréxica apresenta um espetáculo que responde à perplexidade de Freud, já que, em sua pretensão fantasística, ela é aquela que, por excelência, sabe o que quer... Na verdade, o que ela não sabe é que esse querer férreo se apóia numa negação do desejo. Donde a forma peculiar de Verleugnung (renegação) que confere a essa estrutura neurótica sua coloração perversa. O querer garante a presunção do saber absoluto, mas esse corpo subjugado constitui uma barreira para algo que não quer se expressar, que é o desejo pelo outro." (p. 117)*

A anoréxica busca, portanto, um querer liberto do jugo do desejo. Frente à inevitável questão do tornar-se mulher, responde de forma imediatista, pagando com o próprio corpo a tentativa de deter a marcha do desejo em direção ao Outro e conter a demanda, bloqueá-la no próprio corpo. *"É isso que confere ao sofrimento anoréxico seu valor de verdade. Pois esse "nada" a que ela reduz seu desejo, ela o produz com a energia de um querer totalitário." (Assoun, p. 119)*

No seminário 11, Lacan (1964) aborda a questão do desejo na anorexia ao descrever a operação de separação, operação constitutiva do sujeito do inconsciente, em que o sujeito diante do Outro responde à falta com a falta. É o momento de fazer-se desaparecer frente ao enigma do desejo do Outro:

*"A fantasia de sua própria morte, de seu desaparecimento, é o primeiro objeto que o sujeito tem a pôr em jogo nessa dialética, e, com efeito o faz - sabemos disto por mil fatos, ainda que fosse pela anorexia mental." (Lacan, 1964: 203)*

Portanto, o sujeito é ser em nada (ser na morte) sob a forma do acting out ou da passagem ao ato, e o que irrompe após o ato é um encontro que falha essencialmente fora da cena. Responde tragicamente à ignorância do Outro acerca de seu ser.

Lacan (1958), em A Direção da Cura, ao relacionar a posição da anoréxica com o desejo, nos leva a deduzir que, ao recusar o alimento, ela sustenta uma verdade. A anorexia seria assim a expressão de um sintoma do desejo, de um desejo particular, um desejo de nada. *"A anorexia não é um não comer, mas um comer nada". (Lacan, 1958, p. 188)*

Este *desejo de nada* é principalmente observado na forma como as anoréxicas se relacionam com as pessoas próximas e com as coisas em geral. Elas apresentam um

desdém controlador e irritante para quem com elas convive. Recusam-se não apenas em comer, mas em atenderem ao desejo de seus pais, familiares, amigos e médico que clamam para que se alimentem. Nada importa para elas a não ser o desejo de não comer. Este desejo é tão forte que sombreia os demais desejos e provoca uma forte indiferença frente à sua caquexia, ao completo desconhecimento de seu aspecto físico e à proximidade da morte.

Em relação ao desejo pelo alimento, contrariamente ao que muitos pensam, as anoréxicas não tem desejo em não comer. Não é que não sintam fome e não desejem os alimentos. O que elas possuem é um desejo de controlar o desejo pela comida, de dar vazão ao seu apetite. O controle, portanto, é a figura principal de investimento libidinal na dinâmica psíquica das anoréxicas, conforme já salientado, acima, por Lasègue.

Além de desejarem controlar seus desejos, ou nas palavras de Lacan (1958), ao desejarem o nada, também desejam não serem desejadas. Com seus corpos magros e doentios, com aparência incômoda para quem os observa, tornam-se objetos de repulsa, e não de desejo. Paradoxalmente ao fato da magreza ter alcançado a moda e ter se tornado moda, a magreza anoréxica não atrai olhares de admiração, mas no mínimo curiosos e surpresos, até olhares de indignação. Seja que olhar atraia, o certo é que o corpo anoréxico não passa despercebido, ele atrai os olhares, e isto está em perfeita harmonia com um dos valores principais de nossa sociedade contemporânea: o desejo de ser visto. Esta idéia será mais bem trabalhada na discussão desta dissertação.

Uma última questão pertinente a este assunto refere-se à relação do desejo com a morte. Ao restringirem significativamente sua alimentação, as anoréxicas sabem que estão *flertando* com a morte. Portanto, podemos pensar que existe neste ato das anoréxicas um desejo de morte, aquilo que Lacan (1958) chama de *apetite de morte*. No entanto, apesar da proximidade da morte, elas não estão deliberadamente buscando morrerem, já que poderiam fazer isto de forma bem mais rápida através do suicídio. O que elas parecem estar constantemente fazendo é vivenciando a sensação de controle do limiar entre a vida e a morte.

Existe nas anoréxicas uma negação da morte, como se fossem indomáveis pelas leis da natureza e da cultura. Nas palavras de Fernandes (2006):

*“A ordem subversiva e indomável das anoréxicas parece evocar um mundo sem morte, isto é, sem corte, sem separação, sem conflito, sem injustiça, sem diferença. Um mundo onde ninguém se mata porque todos já são imortais e, como os deuses do Olimpo, não precisam de comida. Nessa perspectiva é a dimensão da morte que desaparece.”* (P. 200)

Porém, esta negação da morte pode ser pensada como uma busca de vida para além de um tipo de desejo materno mortífero e específico destinado a estas jovens. De acordo com Lacan (1958) a demanda da anoréxica foi esmagado pela ceva materna. As anoréxicas clamam pelo acesso a palavra abafada pelo empanturramento materno.

*Cumulada no plano da alimentação, a anoréxica também foi cumulada em muitos outros domínios. “Nada lhe faltou”. Claro, nada lhe faltou, mas então, de que ela sentia falta? Adiantamos: é a própria falta que lhe fez falta.(...) É nessa recusa de alimento, é nesse “nada que o anoréxico come” que aflora seu desejo. (...) A frustração do objeto real que é o alimento é portanto um tempo lógico necessário para que se desenhe uma demanda.”* (Ménard, 1989, p. 136))

Por outro lado, a negação da morte, do apetite e do estado deplorável em que se encontra seu corpo revela que o sintoma anoréxico se caracteriza por uma forma bastante peculiar do sujeito significar seu corpo. O corpo é imaginado de forma distorcida e repugnante e, ao mesmo tempo, é fonte e depósito de angústia. É um corpo que carrega um mal-estar.

Mas antes que se possa discutir o *corpo anoréxico* como fonte e depósito de um mal-estar, penso ser fundamental deixar claro que *corpo* é este ao qual me refiro. Certamente não é o corpo orgânico da biologia, mas aquele elaborado psiquicamente que serve como palco para o complexo jogo das relações entre o psíquico e o somático, ou seja, é o corpo entendido segundo a psicanálise, mais especificamente, segundo Freud e Lacan.

E é sobre este corpo que passo a discutir de forma mais detida no capítulo que segue. Porém, faz-se necessário a observação de que a seguinte exposição não pretende mapear de forma completa a noção de corpo nas obras dos autores citados. Objetiva-se, apenas, apresentar pontos norteadores sobre o conceito em questão.

## 5. NOÇÃO DE CORPO EM FREUD

Penso ser importante iniciar falando sobre como Freud utiliza a palavra *corpo* em sua obra, já que, diferentemente de como a encontramos nos seus textos em português – condensadas em torno desta única palavra *corpo* – ele faz uso de certa variedade de termos para se exprimir em relação ao assunto.

De acordo com um levantamento realizado por Assoun (1993) acerca de como Freud trabalha a noção de *corpo* em seus escritos, percebemos três utilizações distintas.

Primeiramente, *corpo* é discutido por Freud a partir da palavra *korper*. Sua utilização refere-se, aqui, ao corpo real, objeto concreto, visível e material que ocupa um espaço e pode ser percebido por certa coesão anatômica.

*Corpo* também é *leib*, entendido como tomado em sua própria substancia viva, o que remete a uma conotação metafísica: não é apenas um corpo, mas o Corpo, princípio de vida e de individuação.

E ainda, *corpo* pode ser também referido à *somatisches*, ou seja, ao registro do somático. O que nos permite, segundo o autor, descrever *processos* determinados, que se organizam de acordo com uma racionalidade, ela própria determinável.

Portanto, ao referir-me, neste trabalho, ao conceito de *corpo* como desenvolvido por Freud, estarei envolto no leque de registros com que o termo é utilizado originalmente pelo autor em seus escritos em Alemão.

Pois bem, este “rico” conceito de *corpo* encontra-se no centro da construção teórica freudiana. A conceituação própria que Freud realiza sobre *corpo* acompanha seu percurso teórico, que inicia a partir de seus estudos acerca da histeria e do sonho, segue através da teorização dos conceitos de pulsão e ego corporal, chegando à compreensão do corpo para além da lógica da representação. Percorreremos, a seguir, brevemente este percurso.

A questão do corpo está presente como um problema fundador da teoria psicanalítica. Esta surge apenas quando Freud (1886), a partir de seus estudos acerca da Histeria, particulariza sua abordagem do corpo, afastando-se da noção de corpo da Medicina e da Anatomopatologia.

Para tanto, logo em seus primeiros estudos sobre a histeria, Freud (1886) faz uso do conceito de *sintoma corporal* como parâmetro diferenciador entre a histeria e as

doenças somáticas propriamente ditas. Enquanto nas doenças somáticas os sintomas corporais são **verdadeiramente** somáticos, não enganam e são desprovidos de sentidos ocultos, na histeria eles o são **enganosamente** somáticos.

Nas históricas, os desmaios, as paralisias de membros, as tosses, as dores, a cegueira e todos os demais sintomas comumente apresentados não existem como manifestação de um corpo doente. E sim, como material de uma narração visual, onde a imagem é erigida como testemunha de um outro sofrimento, que não aquele do corpo biológico.

Na histeria, o que está em ação produzindo os sintomas não é alguma espécie de *somatização*, de alteração química ou trauma físico, mas sim um mecanismo ao qual Freud (1895) deu o nome de *conversão*. Este termo é introduzido pelo autor justamente para referir-se a transposição de um conflito psíquico inconsciente para um sintoma corporal, através de uma espécie de salto da representação recalcada para uma inervação somática.

É bem verdade que estes dois processos – *somatização* e *conversão* – podem agir de forma conjunta. Contudo, suas diferenças são bem definidas por Freud (1894):

*“Na histeria, é uma excitação psíquica que se serve de uma via inadequada que leva a reações somáticas. Na neurose de angústia, ao contrário, é uma tensão física que não consegue se descarregar psiquicamente e que permanece, por isso, no domínio físico. Os dois processos muitas vezes aparecem combinados.”* (p. 85).

Considerando, portanto, que estes sintomas corporais da Histeria se formam a partir da conversão de um conflito psíquico inconsciente submetido ao recalçamento, e que possuem uma significação inconsciente, a partir do momento em que o recalçamento for dissolvido e o sentido oculto destes sintomas for desvelado, é de se esperar que os mesmos desapareçam. É justamente esta a idéia de Freud acerca do tratamento, ao menos neste momento de sua teorização. Algo que o próprio Freud passa a repensar no decorrer de sua obra, chegando, em 1937, a escrever acerca das limitações de tal abordagem clínica, e a propor o conceito de *construção*, ao invés de simplesmente, *deciframento do oculto*, em seu texto *Construções em Análise*.

No entanto, independentemente da pertinência e eficácia do método clínico decorrente de tal concepção corporal, parece ser inquestionável que as noções de corpo e de doença são significativamente ampliadas por suas descobertas teóricas. O olhar

sobre o corpo e sobre a doença, a partir de Freud, passa também a focar a experiência subjetiva por detrás das perturbações orgânicas, e não somente o orgânico em si.

Esta ampliação a partir das descobertas freudianas parece oferecer três possibilidades de se olhar o corpo: o olhar para um conflito psíquico inconsciente que promove e sustenta pseudo-sintomas corporais (sintomas histéricos); o olhar para um conflito de mesma ordem, que promova sintomas realmente corporais (como a corrente psicossomática postula); e olhar para os impactos psíquicos que venham a surgir a partir de uma ação traumática real sobre o corpo (por exemplo, amputações de membros, lesões e doenças somáticas diversas).

No entanto, as descobertas de Freud sobre o corpo não ficaram limitadas às observações acerca da dinâmica psíquica das histéricas. Muito pelo contrário. Novas descobertas surgem, por exemplo, a partir de seus estudos sobre o funcionamento dos sonhos, assunto que vem a ocupar lugar de extrema importância em sua obra. É a partir das suas observações acerca do *funcionamento dos sonhos*, assim como dos sintomas das histéricas, que Freud, por exemplo, pode conceber o Inconsciente como pertencente a um aparelho psíquico, com uma linguagem particular.

Em 1900, em sua célebre obra *A interpretação dos sonhos*, Freud deixa bem claro esta proximidade entre *sintoma* e *sonho*. De acordo com ele, tanto os sonhos quanto os sintomas trabalham a partir do mesmo par de mecanismos: o *deslocamento* e a *condensação*.

Pois bem, sendo o sonho também uma formação do Inconsciente e funcionando através de deslocamentos e condensações, assim como o sintoma, é de se esperar que ele também tenha uma íntima relação o corpo.

Esta relação é apontada por Freud (1900), ao discorrer acerca da função do sonho. Segundo ele, o sonho possui uma dupla função: guardar o sono e velar um desejo inconsciente. Para executar ambas as funções, o sonho trabalha, através dos mecanismos de deslocamento e condensação, dando uma unidade, transformando e dissimulando o material que o constitui - as sensações somáticas, as excitações psíquicas e os restos diurnos - garantindo, assim, a manutenção do estado de sono e a realização parcial e disfarçada de desejos inconscientes.

Outro ponto importante em relação ao sonho refere-se ao que Freud (1917) denomina de *capacidade diagnóstica dos sonhos*. A partir de suas observações, ele vai notando que nos sonhos, a doença física ainda incipiente é detectada mais cedo e mais claramente do que no estado de vigília. E isto se dá, segundo ele, em função de que

durante o estado de sono, quase todo o investimento libidinal é retirado do mundo externo e direcionado para o eu. É esta concentração libidinal no eu que promove um significativo aumento de sensibilidade em relação aos estímulos corporais, facilitando o “diagnóstico”. Sendo o sonho o instrumento que comunica disfarçadamente (pela condensação e pelo deslocamento) estes estímulos corporais.

Portanto, através desta lógica de funcionamento do sonho, Freud demonstra uma outra possibilidade de relação entre o *inconsciente* e o *corpo*. Enquanto que na histeria o corpo narra um conflito, no sonho o corpo ou é utilizado como material para o trabalho do sonho, ou é “narrado” para aquele que sonha. Ou seja, os estímulos orgânicos servem ou como fonte para o trabalho do sonho, ou são eles mesmos transformados em imagens através deste trabalho.

Porém, tanto o sintoma psíquico quanto o sonho transitam entre o psíquico e o somático, sendo que em ambos o corpo assume o papel de lugar de manifestação de conflitos psíquicos.

Seguindo a conceituação freudiana acerca do corpo, onde este é concebido enquanto transitando entre o campo do somático e do psíquico, o conceito de *pulsão* traz novos ingredientes para a discussão.

De acordo com Freud (1915a) a pulsão é entendida como um conceito-limite entre o psíquico e o somático, originando-se do interior do organismo e exercendo uma pressão constante que não pode ser evitada. Tem como finalidade a supressão do estado de tensão, e possui um objeto, que possibilita a ela atingir sua meta, e uma fonte.

Quanto a esta última, Freud (1915a), entende como um:

*“processo somático em um órgão ou parte do corpo, cujo estímulo na vida anímica se encontra representado pela pulsão. Ignoramos se esse processo é regularmente de natureza química ou se pode também corresponder ao desencadeamento de outras forças, por exemplo, mecânicas. O estudo das fontes pulsionais não pertence mais à psicologia. Mesmo que o fato de ter sua origem em uma fonte somática seja simplesmente decisivo para a pulsão, esta não é conhecida por nós se não por suas finalidades. O conhecimento mais exato das fontes pulsionais não é rigorosamente necessário para os fins da pesquisa psicanalítica”* (p.168).

Desta forma, não são as fontes pulsionais que interessam à psicanálise, já que sua natureza é somática, ficando seu estudo, portanto, a cargo da biologia. O que

interessa ao estudo psicanalítico são justamente os destinos que o aparelho psíquico vai dar a tudo que se origina deste somático, a tudo que toca o corpo. Portanto, Freud (1915a) direciona sua atenção para os destinos das pulsões em relação a seus efeitos sobre o psíquico, que podem ser: a transposição em seu contrário, o retorno sobre a própria pessoa, o recalçamento e a sublimação.

Esta passagem do somático para o psíquico realizado pela pulsão não é, de forma alguma, realizado através de um processo perceptivo, como se o órgão emitisse um estímulo que é registrado. Esta passagem, segundo Freud (1915c), é da ordem da representação, ou melhor, de um sistema de representações. Sendo que apenas a representação e o afeto podem nos dar acesso à pulsão.

Em “O Inconsciente”, Freud (1915b) observa que:

*“Uma pulsão não pode nunca tornar-se objeto da consciência; isso pode apenas ocorrer com sua representação. Mas, mesmo no inconsciente, ela não pode ser representada por nada mais além de sua representação. Se a pulsão não se ligasse a uma representação ou não viesse a aparecer sob a forma de um estado de afeto, nós não poderíamos saber nada sobre ela”* (p.216).

Deste modo, para Freud (1915a), a pulsão seria o representante psíquico das excitações oriundas do interior do corpo, e que atingem o psíquico a partir da exigência de trabalho que é imposta ao psíquico em consequência de sua ligação com o corporal.

No entanto, com a proposição de um novo dualismo pulsional, onde entra em cena o conceito de pulsão de morte Freud avança na conceituação no sentido de uma função metapsicológica do corpo, para além da lógica da representação.

Este conceito de corpo enquanto representação também passa a sofrer modificações a partir do texto *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade, de 1905*. Neste texto, Freud ressalta que as zonas erógenas poderiam substituir os órgãos genitais e se comportarem de forma análoga a eles. Mais tarde será ao corpo inteiro que será atribuído esta erogeneidade em *“Sobre o narcisismo: uma introdução”* (1914). O corpo, então, torna-se erógeno, e é investido libidinalmente como objeto de amor pelo próprio sujeito.

Neste momento, em *O ego e o id* (1923), texto em que é introduzido o conceito de *id*, e suas relações com o *ego*, Freud apresenta um de seus mais importantes



enunciados acerca da função do corpo: “*O ego é antes de tudo um ego corporal*”. (p.270).

A primeira vista, pareceria mais lógico relacionar o corpo ao id, já que este é considerado o pólo pulsional do aparelho psíquico. No entanto, é ao pólo do aparelho psíquico voltado para a realidade e para a percepção que o corpo será relacionado.

É bem verdade que Freud identificará o ego ao sistema percepção-consciência já desenvolvido no capítulo VII de *A interpretação dos sonhos*. Neste trabalho, ele descreve a organização do aparelho psíquico colocando a consciência em sua superfície, como a função mais próxima do mundo exterior, e permitindo assim a percepção e a adaptação à realidade.

Neste sentido, o próprio corpo (sobretudo sua superfície), de acordo com Freud (1923), é um lugar de onde podem partir ao mesmo tempo percepções internas e externas. Assim, se a percepção só tem de início para o ego um papel similar ao que no id cabe à pulsão, parece aceitável pensar que, em seguida, será o próprio corpo que se tornará a fonte das percepções internas e externas. Portanto, o próprio corpo, constituindo-se entre o interior e o exterior, favorece uma distinção entre um e outro, entre dentro e fora.

Desta forma, o corpo passa a ser visto como um outro objeto, que quando tocado produz sensações, sendo que uma destas pode equivaler a uma percepção interna. Nesse sentido, talvez possamos pensar que, a partir do corpo, a segunda tópica freudiana traz uma resposta à questão da cinestesia.

Freud (1923) nos fala sobre esta possibilidade sinestésica, ao referir-se à dor, que parece “*ter um papel, e a maneira como adquirimos um novo conhecimento de nossos órgãos, por ocasião de doenças dolorosas, talvez seja um protótipo da maneira como, de forma geral, chegamos à representação de nosso próprio corpo.*” (p. 270).

Essa idéia é retomada em “Inibição, sintoma e angústia”, onde Freud (1926) descreve a dor como uma condição de representação do próprio corpo, tendo sua percepção atrelada à dinâmica do investimento libidinal.

*“Sabemos que, com relação às dores nos órgãos internos, recebemos representações espaciais e também outras representações de tais partes do corpo que, habitualmente, não são representadas de forma alguma na atividade de representação consciente. O fato notável de que, no caso de um desvio psíquico por causa de um interesse de uma outra espécie, as dores corporais mais intensas não se produzam,*

*encontra também sua explicação na concentração do investimento na representação psíquica do local do corpo dolorido. Ora, é nesse ponto que parece residir a analogia que permitiu a transferência da sensação de dor para o domínio anímico”* (p. 285-286).

Ainda sobre a questão da dor, Freud (1924) nos alerta para o fato de que a dor e o sofrimento servem para o sujeito como reguladores de sua economia psíquica. Segundo ele, o sujeito contrai uma doença orgânica não por masoquismo, mas, tendo esta se manifestado, o sujeito se utiliza dela para regular sua economia psíquica. Isto nos ajuda a entender o fato de que, para algumas pessoas, a doença somática representar a principal forma de restabelecimento de suas economias psíquicas, como se a dor representasse a confirmação da existência de um corpo vivo.

O que nos remete a pensar qual o papel da psicanálise neste processo. De acordo com Fernandes (2003)

*“...é importante ressaltar que a psicanálise não pode ser nem uma teoria psicológica do somático, nem uma interpretação simbólica direta das doenças do corpo, o que significa dizer que o psíquico não pode ser definido como o mestre absoluto que reina sobre os destinos do corpo biológico e, conseqüentemente, que o somático não pode ser definido meramente como substrato causal. Disto isto, é prudente não esquecer que a etiologia das doenças orgânicas permanece, em princípio, como competência das disciplinas médicas, cabendo a abordagem psicanalítica do corpo tudo aquilo que o toca na palavra, todas as formas de viver o corpo e de colocá-lo em palavras, mesmo que essa palavra não seja pronunciada com facilidade, mesmo que ela seja mais ‘atuada’ que ‘falada’, mesmo que seja mudada, ainda assim se faz presente.”* (p. 102-103).

Retornando a *Inibição, sintoma e angústia*, Freud (1926) acrescenta que a ausência do outro materno está na origem da abordagem psicanalítica da dor, sendo esta ausência considerada da ordem do trauma. Segundo ele, o bebê no início da vida ainda não consegue diferenciar uma ausência momentânea da mãe de uma perda duradoura. E como esta ausência representa para o bebê não a ausência do objeto, já que ainda não é um objeto para ele, nem a ausência de amor, já que ainda não existe o amor por parte do bebê, o que existe apenas é a necessidade. Logo, a ausência materna coloca o bebê em uma situação de perigo, levando o bebê a experimentar dor, e não angústia.

Sobre isto, Freud (1926) nos diz:

*“O investimento intenso de desejo do objeto (perdido), do qual se experimenta a ausência, investimento que cresce incessantemente devido ao seu caráter insaciável, cria as mesmas condições econômicas que o investimento da dor em um local do corpo que tenha sido ferido, e torna possível fazermos uma abstração do condicionamento periférico do corpo! A passagem da dor do corpo a dor da alma corresponde à mudança do investimento narcísico para o investimento de objeto. A representação de objeto altamente investida pela necessidade faz o papel do local do corpo investido pelo aumento de estímulo” (p.286).*

Esta concepção da ausência do outro materno relacionado à dor é ampliada por Freud no mesmo texto, onde o autor passa a inscrever o outro em toda a dor, seja ela somática ou psíquica. Essa inscrição representa uma contribuição psicanalítica fundamental à abordagem, não somente do corpo, mas especificamente da dor. Assim, quase como uma fórmula, compreende-se que, afetado pela ausência, o corpo dói.

Ampliando esta discussão da ausência do outro maternal, é importante ressaltar que o bebê desde que nasce encontra-se, diferentemente de outros seres vivos, em total dependência deste outro maternal. E neste estado de dependência, a importância deste outro reside não apenas em promover a satisfação das necessidades básicas do bebê. Mas também, ao satisfazer estas necessidades, possibilitar a este recém-nascido apaziguar suas tensões internas, oferecendo ao bebê formas de leitura do mundo que lhe chegam por meio de imagens, sons, cheiros, gostos e toques.

Sobre este aspecto, Freud (1926) nos diz que:

*“O fator biológico é o estado de vulnerabilidade e de dependência prolongado por um longo tempo, no caso da criança humana. A existência intra-uterina do homem aparece, diante da maioria dos animais, relativamente abreviada; a criança humana é trazida ao mundo mais inacabada que a maioria dos outros animais. A influência do mundo exterior real é reforçada, a diferenciação entre o ego e o id é precocemente favorecida, os perigos do mundo exterior são realçados em sua significatividade, e o valor do objeto, o único capaz de proteger contra os perigos e substituir a vida intra-uterina perdida, aumenta enormemente. Esse fator biológico instaura as primeiras situações de perigo e cria a necessidade de ser amado, que não mais abandonará o ser humano” (p. 269).*

Considerando, portanto, que a presença da mãe, entre outras coisas, possibilita esse apaziguamento das tensões internas, podemos pensar nela como portadora de uma função de pára-excitação. Pois, é por ela que estas excitações, internas e externas, devem passar para serem traduzidas para o bebê, para que este possa exercer algum controle sobre as mesmas.

Neste sentido, nos diz Birman (1998):

*“Considerando agora esse princípio de alteridade de base e a presença originária do Outro, podemos afirmar também que o conceito de um ego corporal enquanto projeção de uma superfície nos remete, portanto, à experiência da transformação das forças pulsionais a partir do Outro. Com efeito, o Outro é o local originário por onde as forças pulsionais fazem uma passagem obrigatória, um desvio indispensável antes que possam retornar ao organismo da criança (...) É nesse sentido, nos parece, que Freud falava de um ego corporal antes de tudo, afirmando, além disto, que era a projeção de uma superfície. Essa projeção nos remete a maneira como Outro administra as excitações pulsionais”* (p. 18).

É importante ressaltar que para poder decifrar as queixas e apaziguar as tensões internas do bebê, esta mãe deve ser capaz de investir libidinalmente este corpo que não é mais seu. Em outras palavras, é importante que ela consiga sentir prazer no contato com o corpo dele, para poder nomear para o mesmo estas sensações assustadoras e incômodas, transformando este corpo de sensações em um corpo falado.

Neste sentido, talvez possamos entender que o *ego seja antes de tudo corporal* em função de que o bebê reconhece sua existência própria, somente ao reconhecer que possui um corpo próprio, dado pelo investimento libidinal materno. O outro materno, portanto, se apresenta como aquele que vai transformar o corpo biológico em corpo erógeno, permitindo-o acesso á simbolização. Assim, é o sexual que aponta ao corpo sua qualidade de corpo próprio.

Podemos pensar, portanto, que Freud inventa uma nova forma de se pensar o corpo. Observando e tratando suas pacientes, ele vai observando que a fala afeta o corpo, e que por detrás de seus sintomas corporais, perpassa um intenso conflito inconsciente que remete a um desejo de ordem sexual. Assim, podemos pensar que a

conversão histórica, como descrita por Freud, inaugura a distinção entre o corpo biológico e o psicanalítico, atravessado pela linguagem.

Sobre isto, nos diz Fernandes (2003),

*“Se com a histeria Freud faz do corpo o lugar de uma simbolização, problematizando a relação entre as psiconeuroses e as neuroses atuais, abre com isso o caminho para pensarmos um corpo do transbordamento. Admitindo a possibilidade de que nem sempre o corpo biológico está vinculado a um sistema significante, abre-se igualmente a possibilidade de pensarmos o sintoma corporal como uma descarga, como um excesso, que, atravessando o aparelho psíquico, não se organiza necessariamente a partir da lógica da representação. Explorar as relações entre o corpo e o inconsciente implica não restringir as reflexões ao registro da representação, ampliando nossas possibilidades de reflexão para além da lógica do recalçamento.”* (Fernandes, p. 111).

Considerando, então, que o corpo biológico é desde muito cedo atravessado pela linguagem, que ele é afetado pela fala, podemos analisar de que forma essa afetação se dá na anorexia. Ou seja, a partir destas riquíssimas contribuições fornecidas pela psicanálise acerca da compreensão do corpo, podemos partir para uma análise de como este corpo pode ser fonte e alvo de um mal-estar. Mas antes penso ser importante discutir sobre o que estou chamando de *mal-estar*.

## 6. MAL-ESTAR NA CIVILIZAÇÃO

“Hoje escrevi a última frase que encerra o trabalho na medida em que é possível aqui – sem biblioteca. Ele trata da cultura, do sentimento de culpa, da felicidade e outras coisas enaltecidas.” (Gay, 1989). Freud acabara de finalizar *O Mal-Estar Na Civilização*.

As idéias principais presentes em *O Mal-Estar Na Civilização* (1930) não eram verdadeiramente novas na obra de Freud, visto que ele já as apresentara desde 1890 nas *Cartas a Fliess*, pronunciara-as rapidamente na década seguinte no artigo *Moral Sexual Civilizada e Doença Nervosa Moderna* (1908) e mais recentemente repetira-as em *O Futuro de uma Ilusão* (1927). Porém, na presente obra, Freud parece deter-se de forma mais contundente e específica na análise da relação entre o desejo e a civilização. Originalmente pensara em dar outro nome à obra. “*Meu trabalho talvez pudesse se chamar,*” escreveu à Eitingon em julho de 1929, “*se realmente precisa de um título: A infelicidade na Cultura*”. (Gay, 1989)

É importante ressaltar que esse manuscrito é escrito em um dos momentos mais nebulosos da História mundial, caracterizado pelo período situado entre as Duas Grandes Guerras Mundiais, e caracterizado pela ascensão do Nazismo e pelo surgimento da Grande Depressão, que teve início na “Terça-Feira Negra” com a queda da Bolsa de Valores de Nova York e espalhou-se rapidamente por todo o mundo.

Além de estar envolto neste clima social nefasto, Freud ainda se via tendo que enfrentar uma batalha pessoal contra o câncer que estava deixando sua saúde debilitada. Portanto, *O Mal-Estar na Civilização* representa além de uma análise do ser humano e de suas relações com a cultura, uma busca de compreensão do sofrimento por que passava o mundo e de seu próprio sofrimento causado pela perda da saúde e a proximidade da morte.

*O Mal-Estar na Civilização* começa com uma reflexão sobre a questão da crença. Em resposta ao romancista francês Romain Rolland, ganhador do Prêmio Nobel de Literatura, pacifista militante e com quem Freud trocava cordiais correspondências de mútua admiração desde 1923, Freud analisou o que Romain denominava como sentimento oceânico. Romain, que havia recebido de Freud um exemplar de *O Futuro de uma Ilusão*, havia escrito à Freud manifestando sua concordância com as idéias e

análises sobre a religião contidas na obra. Porém, Romain indaga se Freud havia compreendido realmente a verdadeira fonte do sentimento religioso, considerado pelo romancista como um sentimento particular, difuso e persistente, e que parecia ser partilhado por milhões de pessoas. Era um sentimento de eternidade, de ausência de limite, como se fosse oceânico. Da ordem do subjetivo e não relativo à imortalidade, o sentimento oceânico deveria ser a fonte de energia canalizada pelas religiões.

Freud, que não partilhava de tais sentimentos religiosos, analisou este sentimento oceânico como tendo sido gerado em uma parte muito remota do ego na época em que o bebê ainda não se dá conta da sua separação da mãe e inclui originalmente tudo. Assim, nossa atual sensação de ego é apenas um pequeno resíduo de uma sensação bem mais ampla e envolvente que correspondia a uma ligação mais íntima entre o ego e o mundo que o cerca. Portanto, embora estejamos dispostos a aceitar a existência da sensação oceânica em muitas pessoas, ela não pode ser considerada a origem da atitude religiosa, cuja fonte deve ser buscada na sensação de desamparo infantil.

Ainda analisando a religião, Freud discorre sobre o sentimento religioso e a infelicidade. Segundo ele, os homens buscam a felicidade de duas maneiras: evitando a dor e o desprazer ou experimentando fortes sensações de prazer. Porém, somos natural e inevitavelmente infelizes, pois, nossos corpos envelhecem e adoecem, a natureza externa nos ameaça com a destruição e nossos relacionamentos com os demais são fontes de infelicidade. Para nos livrarmos da infelicidade inerente à nossa existência fazemos desesperados esforços. E sob a influência do princípio do prazer procuramos diversões poderosas que reduzam nosso estado de miséria, gratificações substitutivas que a minimizem, substâncias tóxicas que nos façam insensíveis a ela e a fuga da realidade externa através da criação de ilusões. E a religião representa nada mais do que uma destas formas paliativas de lidar com a infelicidade, e sob muitos aspectos uma forma bem menos eficiente que as demais, pois, restringe o campo de escolha e adaptação, já que impõe igualmente a todos o seu caminho para obtenção da felicidade e proteção contra o sofrimento. Para Freud, a religião é uma ilusão.

Dentre os recursos humanos existentes para lidar com a infelicidade, Freud elege o trabalho, especialmente a atividade profissional livremente escolhida, como o mais eficiente. O grande mérito do trabalho reside, segundo Freud, em amarrar da forma mais sólida o homem a realidade da comunidade humana. Porém, ressalva que os seres

humanos geralmente só trabalham sob coerção, e não vêem nesta atividade um caminho para a felicidade.

E o fracasso constante desta busca pela felicidade provoca no ser humano um sentimento de ódio à civilização. Esse ódio é fruto de uma longa e duradoura insatisfação com a civilização então existente, que gerou uma condenação da mesma provocada por determinados acontecimentos históricos. Freud destaca dentre estes acontecimentos: a vitória do cristianismo sobre as religiões pagãs, uma visão errônea dos descobridores acerca dos hábitos e da vida dos povos primitivos, o descobrimento das neuroses como conseqüências de frustrações provocadas pelas exigências sociais e a incapacidade dos avanços tecnológicos e científicos em gerarem um estado pleno de felicidade. Em relação ao cristianismo, um dos fatores que favoreceram sua vitória sobre as doutrina pagãs provavelmente foi a sensação de hostilidade à civilização, já que a doutrina cristã prega desprendimento e pouco apreço à vida terrena.

Quanto ao contato dos descobridores com povos primitivos, Freud analisa que em função de uma percepção e observação equivocadas por parte dos descobridores, estes concluíram que os povos primitivos eram pessoas mais felizes em função de terem menos necessidades e desejos supérfluos em função de viverem em civilizações menos evoluídas. Logo, a conclusão errônea instaurada pelos descobridores é que “muita civilização” faz mal. Freud ressalta que o que provoca a felicidade nestes povos mais primitivos não é ausência de exigências culturais complexas, mas a generosidade da natureza e a facilidade com que realizam suas necessidades mais básicas.

No caso da neurose, o ódio da civilização é ocasionado a partir da descoberta de que os mecanismos neuróticos ameaçam destruir a pequena parcela de felicidade desfrutada pelos humanos. Pois, os homens se tornam neuróticos porque não conseguem suportar as frustrações que as exigências dos ideais culturais presentes na civilização impõem a eles. Portanto, o aumento ou obtenção da felicidade estaria inversamente proporcional a redução dessas exigências culturais.

Em relação à evolução das ciências naturais, Freud compreende que a humanidade obteve extraordinários progressos quanto às aplicações técnicas destinadas ao controle da natureza, e que os homens muito se orgulham de tal progresso. Porém, percebem que tal subjugação da natureza, algo sonhado desde os primórdios da humanidade, não promoveu maiores níveis de satisfação e nem os tornou mais felizes.

A conclusão a ser tirada desta afirmação, segundo Freud, não é que não houver ganhos em termos de satisfação a partir das descobertas científicas que ajudam no



controle da natureza, mas que não são as únicas precondições da felicidade humana e nem o único objetivo do esforço cultural.

Porém, os ganhos obtidos são apenas prazeres baratos, como

*“o prazer obtido ao se colocar a perna nua para fora das roupas de cama numa fria noite de inverno e recolhê-la novamente.” Se não houvesse ferrovias para abolir as distâncias, meu filho jamais teria deixado sua cidade natal e eu não precisaria de telefone para ouvir sua voz; se as viagens marítimas transoceânicas não tivessem sido introduzidas, meu amigo não teria partido em sua viagem por mar e eu não precisaria de um telegrama para aliviar minha ansiedade a seu respeito. Em que consiste a vantagem de reduzir a mortalidade infantil, se é precisamente essa redução que nos impõe a maior coerção na geração de filhos, de tal maneira que, considerando tudo, não criamos mais crianças do que nos dias anteriores ao reino da higiene, ao passo que, ao mesmo tempo, criamos condições difíceis para nossa vida sexual no casamento e provavelmente trabalhamos contra os efeitos benéficos da seleção natural? Enfim, de que nos vale uma vida longa se ela se revela difícil e estéril em alegrias, e tão cheia de desgraças que só a morte é por nós recebida como uma libertação?”*(Freud, 1930, 107-8)

Portanto, para Freud, durante toda a história, a civilização tem representado um imenso esforço para subjugar as forças da natureza. Mas não somente as da natureza externa, mas também as forças presentes na relação com seus semelhantes, ou seja, a civilização também representa o esforço de domar a própria natureza pessoal de agressividade para se poder viver em comunidade. Para Freud, o passo fundamental para a cultura foi dado quando se renunciou a fazer justiça com as próprias mãos, quando ao invés de arremessar a lança contra o inimigo, lançou-se um insulto. Porém, ao fazer isto, o homem instaurou além da civilização o mal-estar, fruto da supressão de suas mais profundas necessidades instintivas, que se manterão vivas no inconsciente em busca de uma vazão.

A idéia do surgimento da civilização a partir do controle da natureza humana, que já sido trabalhada por Freud em *Totem e Tabu* (1912) e em *O Futuro de uma Ilusão* (1927), toma ainda mais força em *O Mal-Estar na Civilização*, é a analisada como fruto de um conflito entre instâncias psíquicas.

*“Reconheci com clareza cada vez maior que os acontecimentos da história humana, as interações entre natureza humana, desenvolvimento cultural e as cristalizações de experiências primevas (tal como são apresentadas pela sua religião correspondente) são apenas o reflexo dos conflitos dinâmicos entre o ego, o id e o superego, que a psicanálise estuda no indivíduo – os mesmos acontecimentos reproduzidos numa escala maior.”* (Freud citado por Gay, 1989, p.496.)

*O Mal-Estar na Civilização* define o homem freudiano na cultura. É um homem pressionado por pulsões, amores e ódios primitivos, ambivalente e mal contido pela coerção externa e sentimentos de culpa. Por outro lado, as instituições sociais são, entre outras coisas, barreiras contra o estupro, o assassinato e o incesto. Porém, ao mesmo tempo em que servem para proteger a vida em sociedade, são responsáveis pela supressão das necessidades primitivas, logo, pela promoção do mal-estar. Portanto, a vida em sociedade é um compromisso imposto e insuperável que carrega em si um inevitável estado de infelicidade.

É importante ressaltar que Freud define civilização como uma somatória das realizações e das normas que distinguem nossas vidas das de nossos ancestrais animais e que atendem a dois objetivos: proteger os homens contra a natureza e reger suas relações mútuas. E considera como culturais todas as atividades e recursos que são úteis para possibilitar o aproveitamento da terra e a proteção do homem contra a violência das forças da natureza.

Como critérios de bom nível de civilização, Freud destaca a capacidade de bom aproveitamento da terra pelo homem e dos instrumentos culturais para protegê-lo contra as forças da natureza, e a presença de determinadas qualidades, como: beleza, limpeza e ordem. Porém, nenhum aspecto parece caracterizar melhor a civilização do que o gosto e estímulo às mais elevadas atividades mentais do homem, às suas realizações intelectuais, científicas e artísticas, assim como, a importância que a civilização atribui às idéias na vida humana. Dentre essas idéias, primeiramente encontramos os sistemas religiosos, seguidos das especulações da filosofia, e finalmente os ideais do homem – suas idéias a respeito de uma possível perfeição dos seres humanos, dos povos ou de toda a humanidade, e as exigências que o homem estabelece com base em tais idéias.

Ainda sobre a origem da civilização, Freud vai afirmar que *Anaké* (a necessidade) não é a única genitora da civilização, pois, *Eros* (o amor) também o é. A civilização não surge apenas da necessidade de união para se enfrentar as forças da natureza. Mas, também, desta força erótica instintiva denominada amor, que nos impele a buscarmos objetos sexuais fora de nós mesmos, e que nos auxilia a fundarmos grupos de autoridade e afeição.

Porém, ao mesmo tempo em que faz germinar a civilização, *Eros* também representa seu maior inimigo. A relação do amor com a civilização aos poucos perde sua falta de ambigüidade, e o amor passa a se colocar em oposição aos interesses da civilização, e esta passa a ameaçar o amor com restrições substanciais. Um exemplo deste conflito é a relação da família com os outros círculos sociais maiores em que o homem está inserido. Quanto mais estreito for o vínculo familiar entre seus membros, mais distante estes membros se acham dos demais grupos sociais, e mais difíceis serão suas entradas em tais grupos. Este conflito é tão marcante, que a cultura criou formas de auxiliar os homens nesta transição do grupo familiar para os demais grupos sociais, representados pelos ritos de puberdade e iniciação.

Um das tentativas de escapar ao conflito entre amor e cultura é representado pelo ditame cristão *ame ao próximo com a si mesmo*. Este apelo cristão a um amor universal é, aos olhos de Freud, irreal, pois, quem ama a todos não ama muito a ninguém. E a insistência e abrangência deste apelo cristão são justificados pela necessidade da civilização em se defender contra a agressividade e a crueldade humanas, já que o homem não é uma criatura meiga e amorosa, mas, possui uma grande parcela de tendências agressivas.

Para Freud a agressividade é uma fonte de prazer, e, como todos os prazeres, é difícil de ser abandonada. Os homens sentem-se confortáveis com ela. Também representa um complemento ao amor. Um exemplo disso é que o amor que une as pessoas em grupos sociais é fortalecido se este grupo tiver uma pessoa de fora a quem odiar. A agressividade, portanto, juntamente com o amor, é um forte agente de união entre as pessoas e encontra-se na base formadora da civilização. É o que Freud chama de *narcisismo das pequenas diferenças*, onde a coesão grupal é facilitada pela inclinação para a agressão.

Portanto, as fontes de origem da civilização são as mesmas fontes de origem do psiquismo – as inclinações inerentes ao amor e à agressividade. E assim como acontece com o aparelho psíquico, que só se forma a partir do recalque destes impulsos, a civilização só surge quando amor e ódio são, de alguma forma, contidos. Porém, em ambos os casos paga-se um preço alto pela ação inibidora: o sintoma, em relação ao psiquismo, e o mal-estar e a infelicidade, no caso da civilização.

Freud despende especial atenção para a ação inibidora da civilização sobre a agressividade, a qual relaciona com a pulsão de morte. Uma das formas mais bem sucedidas de inibição da agressividade é a internalização, a qual força os impulsos agressivos de volta para a mente, e que representa a base do *superego cultural*. A criança, inicialmente, evita atos agressivos e desaprovados por medo da autoridade paterna e da punição de tais atos. Com o amadurecimento, a criança não mais precisará das ameaças reais comunicadas, pois já introduziu os critérios adultos de comportamento, e será controlada pela ação do superego.

Portanto, a comunidade dá origem à um superego sob cuja influência se processa o desenvolvimento cultural que seus ideais e suas exigências. O problema crucial para a humanidade parece ser até que ponto seu desenvolvimento cultural conseguirá sobrepujar a perturbação da vida comunitária causada pela pulsão humana de agressão e de autodestruição. *“E agora se pode esperar que o outro dos dois ‘poderes celestiais’, o eterno Eros, faça um esforço para prevalecer no combate com seu adversário igualmente imortal”*. (Freud citado por Gay, 1989, p.501.)

Vejamos, agora, como o mal-estar se apresenta na anorexia. Passo, portanto, a apresentar o relato da jovem Anna Paulla para, em seguida, tecer alguns comentários e concluir com a discussão sobre as possíveis vinculações entre mal-estar e anorexia.

## **7. ANOREXIA: DIÁRIO DA MINHA OUTRA PERSONALIDADE**

*Veneno é comida que faz adoecer.* (Sigmund Freud, 1933)

Apresento, agora, os relatos de uma jovem com anorexia chamada Anna Paula, postados em seu blog na internet durante o período de setembro de 2006 a outubro de 2009. Com o objetivo de me aprofundar no olhar sobre o sujeito com anorexia optei por trabalhar com os relatos de apenas esta pessoa ao invés de vários pequenos relatos de pessoas diferentes. Não apresento dados pessoais sobre ela, pois, eles não estão disponíveis nem no seu blog nem na sua página do Orkut. Os relatos são apresentados na seqüência cronológica em que foram publicados no blog, iniciando com os mais antigos e seguindo até mais recentes. Eles foram retirados na íntegra, sem edição alguma do conteúdo dos mesmos.

### **QUEM SOU EU??**

Eu fiz esse blog como uma espécie de terapia. Aqui é só para detalhar as minhas deprês, portanto quando eu estiver legal, não vai ser aqui que vou escrever...

Tenho anorexia há quase 20 anos e só tô conseguindo ver os motivos disso agora. Resolvi escrevê-los pra não esquecer e colocá-los em ordem.

Não sou a favor dessa doença - não mesmo, mas ao mesmo tempo não quero me livrar dela porque sei que a minha vida se complicaria ainda mais...

Na boa, se alguém entrar aqui e ler essas coisas em busca de dicas pra ser ana ou pra emagrecer, ou ainda tentando levantar o astral... pode ir embora.

### **SER ESPECIAL**

Eu sempre fico pensando que eu não faria falta se eu morresse. Tenho algumas razões pra achar isso e, apesar de ser difícil escrevê-las, porque dói muito, vou judiar de mim de novo...

1- ninguém nunca fez uma festa surpresa pra mim; na verdade, nunca fizeram uma festa pra mim;

2- ninguém lutaria pra defender uma causa em meu nome - supondo que eu morresse por causa da anorexia, ninguém faria uma campanha por isso, como o sr. Peixoto fez pra filha dele;

3- sou facilmente esquecida. Depois que voltei pro Orkut, ninguém me mandou um depoimento. Os que tinham antes geralmente eram mais me criticando em tom de brincadeira do que me elogiando. Ninguém me manda scrap a não ser que eu esteja online;

4- não sou legal, apesar de me esforçar pra ser...

5- ninguém nunca se apaixonou por mim de verdade (tá, o meu gato me ama, mas acho que ele só sentiria a minha falta por um mês, depois já era...)

6- nunca tive amigos de verdade, daqueles que realmente se importam. E olha que eu dei chance e fiz muita coisa por muitos "amigos"...

7- na festa que eu dei de aniversário, não foi ninguém, literalmente. Nossa, odeio lembrar disso...

8- nem a minha mãe me acha bonita; na verdade, ela me acha uma chata e nunca me escuta

Já pensou o povo todo incomodado porque tem que "dar uma passadinha" no meu velório? Putz, ir em velório é meio obrigatório, então só vou continuar incomodando todo mundo. Se eu me mato, então... Aí sim que vai ser só crítica em cima de crítica. Nem dá pra me defender, já que não tenho porque ser assim triste, deprê... tenho tudo certinho na vida, mas não tenho conseguido sair disso e só tô indo cada vez mais pro fundo do poço... e sou a única culpada por isso.

Tô tão cansada de não demonstrar essa tristeza que tem dentro de mim, mas imagina que saco conviver com uma pessoa tão idiota que, apesar de ter tudo pra ser feliz, não é... Então pra não parecer uma mal agradecida, eu finjo que tá tudo bem... Tenho me flagrado constantemente com essa idéia de morte. Todo dia ela dá uma

passadinha pela minha cabeça... Mas não posso colocar a minha família nessa situação horrível. Meus pais vão se culpar, o meu gato e a minha irmã tb...

Eu já desisti de mim e tô me matando aos pouquinhos e me deixando morrer todo dia. Não quero que a minha família passe mais vergonha por minha causa, mas eu me enveneno por dentro e por fora. Seja física ou mentalmente, eu me maltrato o quanto for possível... Me saboto, me judio e não me deixo ser feliz. Eu não quero porque não mereço. Eu mereço sofrer mesmo. Só faço idiotices...

Fico torcendo pras coisas ruins acontecerem logo pra eu ter motivos pra acabar com tudo. Já cheguei a torcer pro meu marido me chifrar pra eu poder ter um motivo decente pra acabar com a minha vida.

Eu acho muito triste passar por este planeta e não deixar nenhuma marca e é isso mesmo que eu tô fazendo comigo.

Eu me decepçiono e por isso me castigo e aí me decepçiono mais ainda e me castigo de novo e isso nunca acaba...

Antes quando eu pensava nisso, até chorava. Hoje já nem choro mais... já me acostumei com a idéia... já me acostumei com a idéia de ter um câncer ou alguma doença grave. Só preciso me acostumar com a idéia de que quando eu chegar do outro lado, a coisa vai ficar pior...

Nesses dias que fiquei com meus pais eu chorei pra caramba... percebi que a minha mãe não me escuta. Ela fez muita coisa por mim e não quero que ela se sinta mal, culpada... mas ao mesmo tempo ela judia de mim tb. Ela me menospreza, me substima e até hj me trata como se eu fosse criança. Eu queria que ela me criticasse menos e me elogiasse mais - coisa que ela só faz quando eu tô extremamente mal.

Eu queria tanto que alguém lesse os meus pensamentos e soubesse que eu quero morrer. Queria ser salva, mimada e queria ter certeza de que sou importante pra alguém no mundo. Queria saber que tem alguém que morreria por mim por amor. Eu morreria por mim, mas por ódio.

Por que eu sou esse zero à esquerda? Por que eu nunca pude fazer nada legal?

## BULLYING<sup>7</sup> E MAIS...

Eu tava no Orkut agora e acabei caindo numa comunidade sobre bullying e comecei a me lembrar da minha fase de escola... nossa, fui zoada até o cursinho... naquela época, isso não tinha nome e era a coisa mais normal do mundo. Eu me lembro de que me chamarem de quatro olhos, nariguda, bruxa, CDF e, principalmente, baleia Orca, Gorda, etc...

Na primeira série, eu tinha uma professora que era uma louca, eu a odiava. Uma vez teve uma festinha de aniversário e essa idiota me obrigou, literalmente, a comer 2 brigadeiros (que eu não gostava). Depois de protestar e ter que engolir os docinhos, não agüentei e vomitei no meio da sala porque não deu nem tempo de sair ou ir ao banheiro. Bom, além de ter passado mal e da vergonha, ainda levei uma bronca da dita cuja, é mole? Só sei que passado uns tempos, resolvi inventar pra minha mãe que essa professora faltaria 3 dias por vários motivos... mas mentira de criança sempre é meia boca e minha mãe acabou descobrindo e não consegui me livrar das aulas. O engraçado é que sempre amei estudar e sempre fui CDF mesmo, mas na primeira série eu odiava ir a escola e falava pra minha mãe que era maltratada por essa professora. Só que apesar das reclamações, ela nunca foi verificar o porquê disso. Nossa, lembro que me sentia super desprotegida. Mas acabei me acostumando a ir pra escola só pra estudar mesmo. Só fiz amizade na escola quando estava na sétima série. Uma amizade tão boa que dura até hoje. Eu e essa amiga éramos tão parecidas que hj eu sou anoréxica e ela é bulímica, apesar de termos ficado muitos anos sem nos falar.

Continuando sobre Bullying... Estudei em várias escolas pois sempre nos mudávamos devido aos empregos do meu pai. E era sempre a mesma coisa... Gorda, quatro olhos, etc, etc, etc... Lembro o nome de cada um desses idiotas. Acho que a coisa não ficou mais séria por eu ser mulher e os meninos não terem coragem de me bater. Algumas vezes eu até me defendia, mas mesmo assim isso doía muito mesmo... Eu era feia e desajeitada, usava óculos fundo de garrafa e sempre um corte de cabelo meio

---

<sup>7</sup> *“Bullying é um termo inglês utilizado para descrever atos de violência física ou psicológica, intencionais e repetidos, praticados por um indivíduo (bully ou “valentão”) ou grupo de indivíduos com o objetivo de intimidar ou agredir outro indivíduo (ou grupo de indivíduos) incapaz(es) de se defender. Também existem as vítimas/agressoras, ou autores/alvos, que em determinados momentos cometem agressões, porém também são vítimas de bullying pela turma.”* (Ver Bullying. In: WIKIPÉDIA)



esquisito. Mas, sinceramente, eu não era tão feia... Acho que o maior problema era por eu ser inteligente e ter consciência disso. Não admitia tirar nota abaixo de dez de jeito nenhum. E não tirava mesmo.

Mas eu devia isso a mim mesma, né? Era zoadada na escola por causa da minha aparência, era chamada de Gorda em casa (apelido que é usado até hj pelos meus pais). Pô, eu tinha que fazer algo pra me sobressair e a única coisa era ser estudiosa. Geralmente, eu era a preferida das professoras. E a mais odiada dos meninos e da turma do fundão. Tinha um, que nunca mais vou me esquecer que até me ameaçou fisicamente num dia que nos encontramos no shopping. O nome dele era Sandy. Só não rolou uma briga mesmo porque eu andava com uns meninos que aparentavam ser mal encarados, drogados, barra pesada, sei lá... porque eram cabeludos e curtiam metal (isso lá pelos anos 80 quando não era comum, principalmente no interior). Acho que o babaca ficou com medinho deles e, apesar da maior confusão, bate boca e correria, não acabou em porradaria. Mas fiz questão de falar sobre o babaca do Sandy porque uns 5 anos depois, quando eu já tinha vindo pra São Paulo e não tinha nunca mais tínhamos nos encontrado, voltei à cidade e estava indo pro shopping quando me deparei com ele e um outro carinha desses que zoavam comigo também. Fingi que nem os conhecia, mas o Sandy veio puxar papo comigo perguntando se eu era da cidade e tal, porque ele se lembraria se já tivesse me visto, blá, blá, blá - pra me paquerar mesmo- e ficou de queixo caído quando eu o chamei pelo nome e perguntei se ele não lembrava de mim. Ele disse que não, aí eu falei que era a gorda, quatro olhos que ele zoava na escola. Acabou o papo aí. 🤪

No começo da adolescência eu ia em bailinhos. Nem sei pra quê eu me dava ao trabalho... Nunca me tiravam pra dançar. Às vezes um vinha dançar comigo por pura dó ou pra que eu desse conselhos de como fazer pra conquistar uma das meninas que estavam comigo. Nossa, como isso me doía... Caramba, será que não tinha nenhum carinha feioso que sobrasse também?

E eu tava sempre apaixonada por alguém que gostava da minha irmã. Nossa, tinha um deles, o Fábio, que é um puta amigo meu até hoje, mas pra ele, que era um cara honesto, humano e fofo mesmo, eu cheguei a me declarar, mesmo sabendo que ele era a fim da minha irmã. Ele foi super legal, não me deixou mal, mas o resto dos caras... e a minha irmã só pisava neles. Bem feito! Se ferraram. Eu adoro muito a minha

maninha. Tivemos muitos problemas de relacionamento na infância e adolescência, mas se não fosse por ela agora... ela é a minha melhor amiga.

Bom, mas essas histórias com os meninos foi até eu conhecer o meu amado. Eu o conheci aos meus 13 anos e no momento que eu o vi, me apaixonei e na hora pensei assim: "é com esse cara que eu vou casar". Lógico que não foi assim fácil, já que nós só fomos namorar 8 anos depois, mas não dá pra contar isso agora. É uma longa história... Mas ele também me colocou um apelido que odeio: Miss Pig. Putz, uma porca, gorda, chata e fresca... fala sério, né? Segundo ele, não era nada disso a intenção. Era só porque eu era loira e nervosinha... Mas na cabeça de uma total complexada, foi isso que rolou... Acabou se transformando em Muppets... que bosta se achar ridícula.

No ano que nos conhecemos eu fiquei anoréxica. O ano seguinte foi o pior da minha vida. Eu tava com 14 pra 15 anos. Fiquei 1 anos inteiro de cama com deprê. Só levantava pra ir à escola. Estudava à noite. E, numa certa época, pra ir à academia. Mas chega por hoje, porque acaba aqui o que eu queria falar...

SÓ UM RECADADO: GATO, TE AMO MUITO, TÁ? NÃO FICA CHATEADO SE VC LER ESSAS COISAS, PLEASE... 🍕

## CASSANDRA

*"Cassandra tornou-se uma devota servidora de Apolo. Foi de tal maneira dedicada que o próprio Deus se apaixonou por ela e ensinou-lhe os segredos da profecia. Cassandra tornou-se uma profetiza, mas quando se negou a dormir com Apolo, ele, por vingança, lançou-lhe a maldição de que ninguém jamais viesse a acreditar nas suas profecias ou previsões. Cassandra passou então a ser frequentemente considerada como louca ao tentar comunicar à população troiana as suas inúmeras previsões de catástrofe e desgraça." (retirado da Wikipédia)*

Imagina, ninguém acreditar nunca em você, nas coisas que você diz. Bom, isso é mais ou menos como eu me sinto... Sempre faço tanto esforço para que os outros acreditem em mim que chego a sentir cansaço físico muitas vezes. Talvez por isso tenho a mania de ser mega detalhista quando conto as coisas... Acho que a insegurança em

relação a mim mesma faz com o que falo pareça menos verdade ainda... Quando eu era pequena, uns 7 ou 8 anos, eu acho, trinquiei o braço numa brincadeira. Putz, como doeu... Nossa, eu chorei legal... Bom, minha mãe disse que não era nada, pois não estava inchado. Mas doía e muito. Pô, chorei, falei e ela não acreditava que a dor era tão grande. Aí tive que começar a exagerar na demonstração nos dias seguintes. Afff.... Dava um show. A coisa era teatral. O meu raciocínio foi mais ou menos assim: se ela não acredita que tá doendo como tá mesmo, então vou ter que demonstrar "com mais afinco".

Não sei dizer se essa foi a primeira vez que fiz algo assim, mas é a primeira lembrança que tenho. Sabe quando você tá gripado e não quer ir trabalhar e vai no Pronto Socorro pedir um atestado, mas que tem que fazer drama pra te atenderem? Pois é...

Sei que só 3 dias depois que fui ao médico e engessei o braço. E tomei analgésico. Ai que delícia ficar sem dor...

Não levem a minha mãe a mal. Ela é uma pessoa maravilhosa. Como eu disse, isso aqui é só um lugar pra eu jogar as más lembranças fora. Aqui é o cesto de lixo da minha vida.

Bom, tem mais: acho que na terceira série a professora pediu para fazer uma redação pro dia das mães. Eu fiz um poeminha, todo rimadinho. Tava muito legal! Eu fiquei super orgulhosa de mim mesma. Quando entreguei o trabalho, a professora perguntou se eu realmente tinha feito aquilo sozinha e eu confirmei. Adivinha? Ela não acreditou. Me disse: "você não acha feio entregar isso pra sua mãe se não foi você que fez?" Cara, me fala como eu ia provar pra professora que tinha sido eu mesma? Ok, eu recebi ajuda da minha prima, mas foi uma única PALAVRA, que me lembro até hoje: pérola. O resto eu não lembro mais, já que fui eu que fiz. A professora me deu um "regular" porque não era pra fazer poesia e sim, redação. Olha o que isso ocasionou pra mim: não acredito nas minhas idéias, tolheu a minha criatividade, não acredito em mim mesma. Eu teria me dado um "excelente". Sério mesmo. Por que uma professora de segunda série não podia incentivar a criatividade de uma criança? Nossa, esse foi um fato que doeu demais em mim. Além disso, ela demonstrou que não acreditava que eu

teria capacidade de fazer aquilo sozinha. Baseada em quê? Que eu era muito inteligente pra idade? E eu era mesmo.

Nesses dias que passei na casa dos meus pais, até estávamos lembrando de uma conversa que tive com meu pai quando eu tinha uns 5 anos, em ele queria me explicar sobre robôs e chegou a pegar a Barsa e ler tudo que estava escrito sobre cibernética. Isso lá pra 1980/81 - computador era do tamanho de um dinossauro (hahaha!!). Imagina só? Putz, ele botava uma fé em mim mesmo, né? Cibernética com 5 anos? Foi nesse dia que aprendi o que era célula e átomo. Na escola, só fui ver essas matérias no colegial, uns 10 anos depois.

Teve um outro trabalho também, isso já na quinta ou sexta série. Era de educação artística. Como nunca tive gosto e jeito pra trabalhos manuais, sempre fiz uns trabalhos meia-boca mesmo. Ué, não sou obrigada a saber desenhar, né? Mas em um dos trabalhos, me inspirei e me dediquei. Ficou muito bom, mas o que valeu mesmo foi o meu esforço, a minha concentração e cuidado. Resultado: outra professora que duvidou da minha capacidade. Tá, ela me deu 10 no trabalho, mas me disse assim "vou confiar que foi você mesma que fez, hein". Na sala de aula eu tinha 30min pra fazer algo, mas num trabalho de casa, tinha 1 semana. Lógico que podia-se esperar um resultado melhor, né? Mas ainda assim, ficou aquela dúvida no ar. Nossa, foi humilhante. Como ela ousou duvidar da melhor aluna da sala? Eu era a predileta das professoras. Eu, meu óculos FDG (fundo de garrafa) e meu tampão (afff...). Eu sei do meu potencial, mas tenho a impressão de que poucos acreditam nele. Claro, ele tá dentro de mim, não dá pra ver. Isso me leva a pensar no porquê eu me achar na "obrigação" de ser bela e, por consequência, magra. Porque é uma coisa que você vê, é palpável. O que tem dentro, não. Por isso que as pessoas dizem que as loiras são burras. Loira = Bela. É tão nítido que não precisa provar. Já a inteligência necessita de provas, testes de Q.I., sei lá mais o quê... Belos não precisam provar nada pra ninguém. Imagina a diferença numa situação em que uma feia e uma bonita disputam pra conquistar o mesmo cara. É sempre assim. Filmes adolescentes dos anos 80 são todos assim: a feia querendo conquistar o cara popular que namora com a cheerleader linda e metida. A feiosa tem que passar o filme mostrando que é bela por dentro... dá um trabalho... Na mesma situação estão as gordas, gordinhas, fofinhas e cheinhas...

Aí eu chego à conclusão: Cassandra se dedicou tanto e ninguém acreditava nela. Ela fez, fez, fez e ainda assim, depois tudo ninguém acreditava. Acho até que ela deve ter tido esse cansaço físico que eu disse. Ela se dedicou tanto ao deus, com tanto afinho e esforço e o que recebeu? a maldição de não ser acreditada e ainda ser considerada louca - só posso rir de mim mesma.

## MEUS MOTIVOS

Cheguei a uma conclusão durante este fim de semana que eu considerei surpreendente, porque ela estava na minha cara, era óbvia e eu não tinha percebido ainda... É aquela coisa - quando vc está muito envolvido em algum problema, vc se enrola tanto nele que não consegue ver a solução simples...

Eu percebi que não me odeio, mas odeio o que eu me tornei... Me tornei uma pessoa cordata, que não discute mais, que não argumenta mais quando tem um ponto de vista diferente da maioria, que não briga mais pelo que quer, só abaixa a cabeça e cumpre ordens. Eu odeio gente assim, gente que é gado, sabe? Gente da modinha, gente que quer ser popular, que quer se encaixar... wanna bes... Que louco... no meu profile do Orkut tá escrito que eu odeio wanna bes, sendo que eu me tornei uma (pelo menos não fui contraditória, né? rs...). Eu sempre raciocinei diferente desse tipo de pensamento de massa. Eu não era como todo mundo e por isso que antes eu gostava de mim. Eu era original, autêntica, exatamente por isso que eu tinha amigos que vinham me procurar. Eles queriam saber o que a doida pensava!!! Eu importava pra eles justamente por ser diferente. E eu brigava e botava a boca no trombone quando eu não gostava de algo ou alguém. Não tava nem aí.

Não sei direito como eu cheguei a esse extremo contrário. Talvez tenha sido por tantas pessoas terem me criticado. Mas não sei porque eu dei ouvidos a elas. Antes eu não ligava. Como eu gostava de mim, não importava o que os outros achavam. Eu me bastava. Isso me leva ao motivo da anedonia (falta de prazer em fazer as coisas) pesada e da auto depreciação que sinto... Se eu não tenho o que "inventar" - já que os outros vão pensar antes por mim e eu só vou seguir - não dá graça de fazer nada mesmo e por isso não tenho valor. Eu era "nervosinha", bravinha, não sabia ficar quieta, sabe? Isso

deve ter me prejudicado em algum ponto e resolvi mudar. Putz, foi a pior coisa que fiz... Achei que resolver as coisas de uma maneira mais "normal" seria mais fácil, que depois de um tempo eu me acostumaria e isso seria o normal pra mim. Pois é, calei a mim mesma. Por dentro, ainda fico com raiva de muitas coisas, mas mando essa parte de mim calar a boca e isso só vai acumulando e eu fui virando uma panela de pressão. Algumas vezes essa panela explodiu, literalmente, e isso me levou a atitudes que me desagradam de maneira vergonhosa. Coisas que eu poderia ter resolvido diferente e bem melhor.

Acho que essa pessoa idiota (que sou eu por enquanto) engoliu tanto sapo que simplesmente não aceitou engolir mais nada, nem comida... por isso só fui me afundando mais e mais, caindo numa depressão horrível, acabando comigo mesma... Querendo acabar com essa coisa suja que eu virei, fui tomando laxante, purgante, etc., etc., etc. pra me livrar de tudo isso... Fiquei tão feia por dentro que resolvi olhar só pros defeitos externos e consertá-los, pra esconder a podridão interna. Seria mais fácil.

Eu aceitei e guardei por dentro a mágoa de pessoas que pisaram em mim de uma maneira humilhante, mas eu já estava tão acostumada a essa porcaria que me transformei que não pude nem me defender. Fui acusada de ter feito coisas seríssimas e simplesmente não consegui responder. Nessas três vezes que fui injustiçada por pessoas sem o menor escrúpulo e que quase destruíram a minha vida profissional, simplesmente fiquei sem ação. Meu Deus, ninguém se calaria diante desses absurdos, mas eu fiquei paralisada, acuada. Como criticar pessoas podres e odiosas se eu mesma virei uma desse tipo?

Eu queria ter me transformado numa pessoa que não fosse taxada de radical, extremista. Queria ser doce, tranqüila. Queria ser apaziguadora. Mas essa não é a minha essência. Não está dentro do meu eu verdadeiro. Virei um rato de laboratório dos outros, uma cobaia, só que eu mesma me impus isso... Qualquer um poderia fazer qualquer coisa comigo que eu não acharia que a pessoa estava errada. A culpa era minha. Sempre era minha. Só que muitas vezes eu nem sabia porquê.

Eu fui usar uma máscara pra poder conviver na sociedade, só que a máscara resolveu tomar o meu lugar. Eu virei a máscara e esqueci quem eu era. Não sei se vai

adiantar muito cavar até encontrar o começo disso pra eu poder fazer o caminho reverso, mas tenho agora que pensar no método pra eu voltar a ser eu mesma.

## **BELEZA PÕE A MESA, SIM (mas cuidado pra não ficar gorda...)**

Em 1876, o psiquiatra Cesare Lombroso lançou um livro chamado “O Homem Delinqüente”, onde preconizava que se poderia prever os futuros criminosos através de algumas características físicas, como: mandíbulas grandes, ossos da face salientes, pele escura, orelhas chapadas, braços compridos, rugas precoces, testa pequena e estreita. Inaugurava-se a “Teoria de Lombroso”. Ela foi desacreditada na criminologia, mas ficou popular e é usada até hoje para definir o caráter das pessoas por sinais físicos. Quer um exemplo? Loira = Burra; Gorda = Preguiçosa ou Desleixada; Japonês = Inteligente; etc.

Aí fui dar uma olhada na Internet e encontrei uma pesquisa muito interessante, feita por um sociólogo francês, que depois de 30 anos de estudos, comprovou que beleza é muito importante, sim. Olha só o resultado:

- Filhos mais bonitos recebem mais atenção e carinho dos pais;
- Na escola, os alunos bonitos recebem notas privilegiadas dos professores;
- Uma aparência imponente é crucial no momento de se conseguir um emprego, bem como para uma boa integração ao corpo da empresa;
- 50% dos empregadores julgam que um físico sedutor constitui um critério importante de recrutamento;
- Os mais belos ganham um pouco mais do que a média nacional, já os mais feios têm salários entre 10 e 15% mais baixos.

Ok, beleza é um termo subjetivo, cada um tem a sua opinião quanto a isso, mas ele apresenta quais são os critérios para se julgar uma pessoa que NÃO é bonita. Vou listar abaixo em ordem:

- 1º. Lugar: PESO EXCESSIVO, OBESIDADE (dava até pra adivinhar, né?)
- 2º. Lugar: POUCA ALTURA
- 3º. Lugar: NARIZ MUITO GRANDE
- 4º. Lugar: ROSTO SEM GRAÇA
- 5º. Lugar: MÃOS CURTAS (???)

Os mais bonitos são julgados mais inteligentes, mais charmosos, mais ambiciosos, mais calorosos, mais equilibrados, mais sociáveis e menos agressivos. Isso tudo vem de uma crença da Grécia antiga que diz que “o que é belo é bom” e essa ditadura já entrou, pelo menos na minha opinião, no inconsciente coletivo das pessoas. Quem é gordo, baixinho, tem o corpo malfeito ou o nariz grande demais enfrenta dificuldades muito maiores para se afirmar na sociedade.

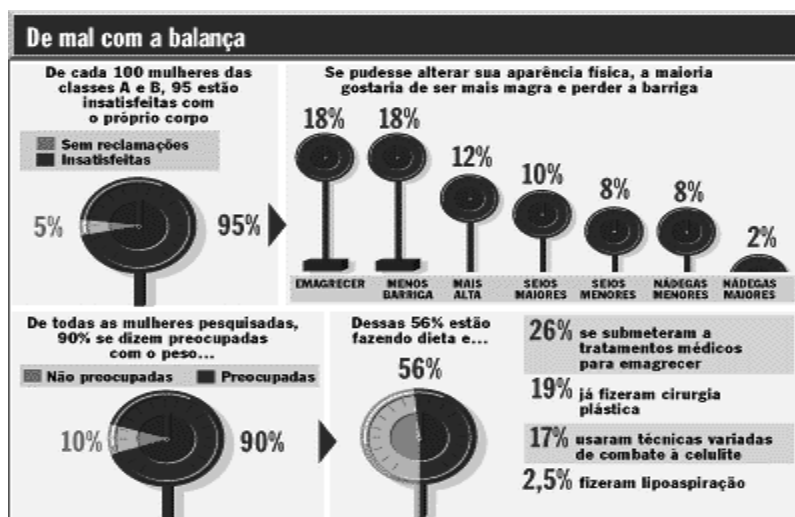
Agora, pergunte a si mesma qual é o padrão de beleza atual? Bom, eu vou dar um exemplo: Gisele Bündchen. Tá, você vai dizer que ela é Top Model e tal... Então eu te digo pra você me falar de, por exemplo, uma empresária, ricaça, sei lá... lembrar de alguma mulher que não seja do meio artístico, mas que seja bem sucedida... Pensou? Então, me responda: ela é gorda? Feia? Duvido que se lembre de alguém popular que seja obesa ou feiona...

Lembram da Lucília Diniz do Pão de Açúcar? Ela só ficou famosa e começou a se dar bem na carreira depois de emagrecer muitos, muitos quilos... Bom, ela diz que pra emagrecer não é necessário fazer nada radical e nem sacrifícios... Duvido que seja verdade... E você?

Depois eu vou falar um pouco a respeito dos sacrifícios...

Meninas, valeu pela força que vocês estão dando pro Blog, viu? Isso é super importante pra mim!!

Bjks!





## TUDO EM NOME DA BELEZA

O cenário: Pré-história. Os primeiros homens, assim como a grande maioria dos outros animais, sai em busca de alimento. Um bem-sucedido homem das cavernas volta com um enorme, digamos, búfalo. Come-o e vai descansar. Come-o mais um pouco e volta a descansar, e assim sucessivamente até que toda a carne possível de ser comida se acaba. Aí ele sai à caça novamente... A natureza humana é assim. Temos que aceitar. O único exercício físico dos homens das cavernas era caçar ou fugir de inimigos naturais. O alimento deveria, preferencialmente, conter muita gordura para que ele pudesse estocá-la em seu organismo para o gasto calórico normal e queimá-la quando tivesse que sair para caçar novamente. A ordem era economia de calorias. O homem sempre buscou alimentos super calóricos, ricos em nutrientes para suprir suas necessidades e sobrar um pouco para qualquer eventualidade. Mas de uns tempos para cá a coisa mudou... A abundância e a grande facilidade de encontrar alimentos, sem precisar para isso despender um grande esforço, fez com que a economia calórica se tornasse desnecessária. Porém ainda somos portadores da memória genética de nossos ancestrais das cavernas, ou seja, ainda somos programados para comer e dormir. O cotidiano normal de ir trabalhar e voltar pra casa diariamente substitui a caça de antigamente. É anti-natural. É só uma exigência da modernidade. É só uma exigência da vaidade. É só porque fumamos, comemos coisas inadequadas para o local que habitamos, nos descontrolamos frente aos petiscos por causa do stress, etc... Eu odeio ginástica. Pra mim é um sacrifício, é dolorido, é perda de tempo se não fossem pelas deliciosas calorias que gasto. E você, o que acha de verdade?

Após o ano 618, na China, foi instaurada uma nova dinastia e com ela, uma nova “onda” – pés pequenos. Homens não se casavam com mulheres que tivessem pés de tamanhos normais. As mulheres chinesas usavam nas pernas e pés tiras de pano (as meias ainda não eram conhecidas por eles). Tornando-se moda os pés pequenos, as tiras foram sendo apertadas cada vez mais até chegarem a dobrar os dedos dos pés para baixo, que eram metidos em sapatos curtos e estreitos. Era uma tortura para as jovens chinesas terem os pés pequenos. Mas para os chineses era um sinônimo de beleza, pois se uma mulher não os tivesse, seria considerada feia e nunca se casaria.

Imagine seu pé aqui dentro:



Você arrisca?

Durante o Renascimento Italiano, o ideal de beleza feminino era Vênus, deusa do amor. Os lábios, bochechas e unhas, vermelhas e a pele, absolutamente branca. Para se alcançar esse padrão de brancura numa época em que OMO nem sonhava em existir ainda, as mulheres se utilizavam de uma técnica nada saudável: passavam uma mistura de chumbo e mercúrio no rosto. Essa mistura corroía a pele, mas elas alcançavam o resultado desejado, mas imagina as dores...

Por volta do século XVI, as mulheres da burguesia e da nobreza utilizavam cremes feitos à base de cinzas de ouriços, sangue de morcego, arsênico, cal e lagartixas verdes cozidas em óleo de nozes... Eca! Acho que também não era uma mistura muito saudável... além do que, se isso fosse uma fórmula secreta, levaria qualquer mulher à fogueira da inquisição, né?

Já neste século, encontramos aquelas lindas mulheres com cinturas de pilão. Cinturas construídas a base de espartilhos extremamente apertados. Posso sentir a dor e a falta de ar...

Mas a questão é: será mesmo que podemos criticar essas mulheres que tanto faziam em nome da beleza? Em épocas passadas, quando a mulher ainda não era dona do seu próprio nariz, ela queria um casamento bom, já que essa era a única maneira de ascender socialmente, mas...

Atualmente fazemos cada vez mais: peeling (aaaaaiiiii), depilação com cera quente (ai, ai), plásticas, silicone (ui...), esfoliação (vixi), drenagem linfática (aff), chapinha (já queimei a minha testa com este aparato maravilhoso da modernidade), sem contar as benditas aulas na academia, salto alto, anti-rugas, regimes, regimes, regimes.

Dietas, dietas, dietas. Remédios, remédios, remédios... Concluindo, cada vez mais sacrifícios, dores, dedicação, tempo, etc. Mas por que tudo isso? Para nos sentirmos bem conosco mesmas? Para sermos amadas? Para nos encaixarmos, nos tornarmos populares? Para agradar os outros? Pra que você faz isso?

## **POR QUE AS ANORÉXICAS SÃO PRO-ANA??**

O que leva meninas e mulheres a gostarem de estar doentes?

Essa é a pergunta que mais passa pela cabeça de pais, professores, especialistas e quem quer que se interesse pelo assunto. Como moças bonitas e de famílias boas insistem em emagrecer até os ossos?

Venho refletindo sobre esse assunto há anos, já que sou anoréxica desde 1989, e cheguei ao ponto de desmaiar de fome mais de uma vez.

Então, se você não é pró nada disso, se for “só” um pai ou mãe preocupado com o que sua filha anda vendo na Internet, por exemplo, e quiser entender um pouco do que acontece com essas pessoas, te aconselho a ficar aqui e ler até o fim.

Pra chegar ao objetivo a que me propus, tenho que explicar algumas coisas do “antes” da anorexia chegar e, com certeza, não estarei falando só de mim, mas de todas as anoréxicas que chegaram a pontos extremos em sua doença. As meninas têm traços de personalidade comuns que listo abaixo:

- Perfeccionistas,
- Inteligentes,
- Críticas e com elevada auto-crítica e sensíveis a críticas exteriores,
- Excelentes alunas,
- Preocupadas com a família,
- Extremamente responsáveis e confiáveis,

- Não dão preocupações aos pais,
- Autênticas e criativas (não são “maria vai com as outras”).

Acho que a maioria de suas “qualidades” está aí, mas em que ponto uma qualidade se transforma em um incômodo? Você deve estar se perguntando “Como assim?” Bom, ser excelente aluna, inteligente e perfeccionista são características que andam de mãos dadas. Sempre exigi de mim mesma ser a melhor aluna da sala e, de preferência, da escola. Chegava a ficar com dores fortíssimas pelo corpo todo antes da época de provas. Apesar de meus pais nunca terem me cobrado diretamente um futuro brilhante, sentia que eles investiam muito na minha educação, me incentivavam e tinham essa expectativa. Por isso mesmo, sempre me dediquei muito aos estudos e até “somatizei” essa pressão sobre mim, estudando até doer e me punia de alguma forma se não chegasse à perfeição.

Quando cheguei à adolescência, naquela época em que os pais já não são mais o centro do universo, percebi que era rejeitada pelos meninos, obviamente porque era gorducha. Nessa época, resolvi fazer um regiminho, mas assim como exigia de mim ser a melhor em tudo, eu também tinha que ser a mais magra, a mais bonita. Exigia a perfeição. Nada era suficiente a não ser que fosse perfeito. No começo, esse regime não deu muito resultado, mas resolvi que me dedicaria ainda mais e não importaria limites pra conseguir o que queria. Da mesma forma que tirar uma nota 9 numa prova não era satisfatório porque não era um 10, sabia que era só me dedicar e atingiria meu objetivo. E assim foi. Emagreci. Emagreci muito mesmo, mas nesse processo, não sei dizer por que, não percebia que já tinha emagrecido tanto e nunca estava magra o suficiente. Além disso, o resultado que eu esperava era que chovesse homem na minha horta, mas isso não aconteceu. Isso foi me fazendo ficar cada vez mais depressiva e eu tinha vergonha até de sair na rua porque eu estava fracassando. Era muita pressão na minha cabeça de 14 / 15 anos. Perfeição na escola, perfeição como filha, perfeição como amiga, perfeição na aparência, queria ser uma diva e despedaçar muitos corações. Tudo exigia muita dedicação: estudar muito, ser muito atenciosa com os pais e amigos, ter um futuro brilhante, me arrumar muito, e sentir muita fome... Só que a fome tirava a minha atenção de todas as outras coisas. A depressão, assim como o meu fracasso como “diva” foi me afastando da convivência com meus amigos. Porém, me livrou de uma das minhas preocupações: ser uma grande amiga. Afinal eu tinha tanto problema, mas tinha

que ficar me dedicando às dificuldades alheias e eles nem comentavam a respeito do meu novo look... Conforme fui me afundando, percebi que ser a filha perfeita já não dava mais, porque minha mãe estava muito preocupada, já que eu passava o dia chorando. Como eu não saía mais, já não sabia se eu estava de arrasar e não recebia críticas ou elogios. Assim me liberei de mais uma preocupação.

Nossa, isso tava ficando cada vez pior e melhor ao mesmo tempo. Afinal, não ter mais amigos fazia com que eu ficasse mais depressiva, contudo era o que me auxiliava a emagrecer mais. Quem já teve depressão sabe que você quer se afundar cada vez mais. É um círculo vicioso. Mas as pressões que eu exercia sobre mim mesma estavam cedendo. A única delas que ficou foi emagrecer. Quase todos os meus problemas estavam resolvidos. Não precisava fazer nada além de ficar sem comer, sentir fome e emagrecer. Claro que na época eu não enxergava isso. Simplesmente foi acontecendo. As pressões foram cedendo e eu não queria pensar em outra coisa. Não queria mais saber de nada, nem de ninguém.

Cheguei a uma conclusão há pouco tempo atrás. Sabe aquilo que dizem que quando você está com dor de cabeça, é só você apertar o dedão que a dor de cabeça passa? Por quê? Porque você substitui uma dor pela outra. As dores internas que sempre senti (não me liberei delas ainda) e essa pressão pra ser perfeita doem tanto que prefiro sentir fome. Essa dor me distrai das outras, chega a ser um prazer.

Lembro que naquela época não se falava em anorexia, nem em pró-ana, nem nada disso. Tive o diagnóstico porque desmaiei na academia, fui pro hospital e lá a médica, após saber que eu não comia absolutamente nada há 8 dias e minha última refeição tinha sido uma maçã, diagnosticou o distúrbio, mas pra eu saber o que era isso exatamente, tive que ir à biblioteca pesquisar (não tinha Internet ainda). Era pra eu continuar um tratamento com psiquiatra, mas além de ter escondido o desmaio e a ida ao hospital dos meus pais, também não aceitei que isso era uma doença porque isso era exatamente o que estava me salvando de mim mesma e me protegendo dos problemas reais ao meu redor. A dor da fome tinha um limite que eu conhecia e a dor de não chegar à perfeição era infinita perto dessa minha amiga: a fome. Eu era uma pró-ana e isso ainda nem existia.

Acho que esses sites e matérias acusando as pró-anas são muito limitados e alarmistas. Acho mesmo. Será que ninguém que já esteja curado ou, pelo menos, entrado em um estágio de controle da doença consegue chegar a essa conclusão?

Pense sobre isso tudo que escrevi e se quiser, deixe sua opinião nos comentários, que será muito bem vinda!!

## **NEVER, NEVER ENOUGH...**

Pelos comentários do pessoal, parece que esse assunto incomoda bastante gente, né? Bom, vou falar um pouco sobre as minhas percepções em relação a esse assunto. Não sei se é assim com todo mundo, mas eu tenho um tribunal interno e a sentença é sempre “culpada”... Eu sempre poderia ter feito melhor... É o que sempre digo: o meu pior carrasco e inimigo sou eu mesma.

Sempre fui criticada pela minha mãe por nunca terminar o que eu começava e apesar de ter achado injusto esse julgamento, depois consegui entender o motivo... Eu chegava num ponto em que achava que não poderia ir além porque eu não era a melhor naquilo. Mas por que eu tinha que ser a melhor e não poderia simplesmente fazer ou aprender normalmente como qualquer um? Cheguei a achar que era por orgulho ou mania de grandeza, que talvez me achasse melhor e superior em relação aos outros. Mas isso não era verdade. Era o contrário disso. Eu precisava de elogio, sabe? Eu precisava chamar a atenção do professor ou do chefe, me destacar, porque eu mesma sempre me desvalorizei em relação à tudo.

Lá pelos meus 15 anos fui fazer aula de canto. Não queria cantar simplesmente. Eu queria ser a melhor cantora do mundo. Eu queria ser tão boa que o meu próprio tribunal iria me absolver (sonho impossível, né?). Depois de um tempinho, formei uma banda. Eu era a única mulher, então todas as vezes que os meninos me elogiavam, falavam que eu tinha progredido muito, etc, eu sempre achava que eles só falavam porque tinham segundas intenções, mas acho que não era... Digo isso porque somos amigos até hoje e um desses caras que tocavam comigo comentou com um amigo em comum que eu cantava bem pra caramba e esse nosso amigo veio me falar que nem

sabia que eu cantava. Claro, nem poderia saber mesmo... Passamos meses ensaiando porque eu não tocava em público se não estivesse perfeito... Quando percebi que não chegaria lá, comecei a arrumar desculpas pra desistir da banda. Nunca mais cantei nada. Tô contando isso porque era a coisa que eu mais queria na adolescência. Essa experiência marcou.

Foi só um exemplo. Teria mais 20, principalmente profissionais, pra colocar aqui, mas não dá...

Uma vez minha irmã falou que achava a minha mãe muito exigente conosco. Engraçado ela ter comentado aquilo porque minha mãe sempre falou que eu deveria levar a vida menos a sério, que eu era muito rigorosa comigo mesma. Isso dá pra ter uma noção do meu grau de exigência.

Encontrei em um texto as características de um perfeccionista:

- Medo de errar (na minha opinião, é PAVOR mesmo)
- Comparar freqüentemente erros com falhas.
- Medo da desaprovação e da crítica negativa
- Pensamento definitivo. Olha só: Os perfeccionistas acreditam freqüentemente que são “sem valor” se suas realizações não forem perfeitas e têm dificuldade de enxergar as situações em perspectiva. Por exemplo: um estudante que receba uma nota “B” ao invés de uma nota “A”, pode acreditar: “Eu falhei” (o que se reflete em : “eu sou uma falha total”)
- Super ênfase no “deveria”
- Acreditar que outro é facilmente bem sucedido.

Acho que resumidamente é isso, mas agora vem uma SURPRESINHA!!!!!!!!!!!!!!

Não sei mais quem escreveu, nem de que site tirei, mas olha como o perfeccionismo tem a ver com os TAs:

“A maior parte das pessoas que sofrem de anorexia ou bulimia, estão submetidas a distorções mentais, falsas crenças auto-impostas, modelos postulados e regras de vida. É como se tivessem estabelecido um contrato consigo mesmo em um certo momento de sua vida, e queiram mantê-lo sempre, e a qualquer preço. Não é possível questionar nem adaptar nenhuma destas "cláusulas contratuais" em função de sua própria evolução. Este contrato ajuda a manter a doença.

Alguns exemplos de crenças que deveriam ser revistas:

Minha valorização como pessoa depende do meu peso.

Sou incapaz de suportar os comentários negativos sobre minha aparência.

Tenho que estar magro(a) porque é minha garantia de sucesso e felicidade.

As roupas têm que cair perfeitamente, senão todos perceberão.

A meu ver, não estar magro(a)=estar gordo(a).

Ser complacente comigo mesmo é sempre um sinal de debilidade e fraqueza.

O controle de si mesmo é sempre um sinal de disciplina e força.

O sucesso não pode ser mais que total, e o fracasso sempre é completo.

Os "outros" podem fazer 3 refeições por dia, mas eu não preciso de tanto.

Os doces, pães e massas são sempre alimentos "maus", porque se transformam em gordura.

Eu devo, a qualquer preço, evitar engordar. Estar gordo(a) é um sintoma de fraqueza, que impede a admiração das pessoas, e sem eles me sentirei abandonado e desvalorizado.

Se alguém não elogia a minha aparência, é porque não gosta dela.

Pelo contrário, se me elogiam, isto ocorre unicamente para me deixarem



feliz, porque na realidade eles não pensam assim.

Se eu engordar 500g, vou acabar engordando 50kg”.

Obs.: Eu tive que consertar erros de gramática deste texto. Parece que escreveram errado de propósito, né?

## **FARRA DO BOI**

Pra mim, a raiva sempre foi um sentimento primordial. Aliás, só estou conseguindo escrever sobre ela, porque a estou sentindo agora. Muita raiva mesmo. Eu digo até que foi o primeiro sentimento forte que tive na vida. É lógico que a ira não é uma coisa boa de se sentir. Ela incomoda muito. É uma coisa que eu tenho que pôr pra fora. Gritar, espernear, chutar parede, xingar muito pra ela ir embora, aí me sinto limpa. Talvez porque sinto que fui honesta comigo mesmo, não me escondi atrás de uma máscara, por exemplo. Sabe com o que eu comparo isso? A raiva é a sensação de dor de barriga que dá antes de ir ao banheiro e pôr pra fora é como ir ao banheiro.

Literalmente me limpar por dentro. É mais ou menos assim: a raiva é uma sensação ruim, mas sei que a sensação que vem após é muito boa, é uma libertação, é um prazer. Por isso não posso dizer que não gostava de senti-la.

Na infância, eu era muito briguenta. Arrumava confusão com todo mundo. Minha irmã, um ano mais nova, sempre apanhava de mim. Porém, não sei dizer com que idade, comecei a me colocar no lugar dela. Não me ensinaram, aprendi sozinha isso que chamo de empatia. Então, todas as vezes que não conseguia controlar a minha mão e minha irmã levava mais um tapa, em seguida já me arrependia tanto que chorava mais que ela. Quando minha mãe vinha me repreender, eu já estava banhada em lágrimas... Além disso, vi que pôr a raiva pra fora, em muitas situações poderia prejudicar demais a minha vida “social” ou profissional. Isso me levou a refrear esses impulsos, já que o arrependimento posterior doía muito mais que a própria raiva ou teria conseqüências desagradáveis como um baita fora, a perda de uma amizade ou de um emprego. E assim comecei a esconder o que sentia de verdade cada vez mais. Só que minha personalidade não é de “levar desaforo pra casa” e cada vez que tinha que impor limites às minhas

reações e não podia expressá-las, ficava com raiva de mim mesma. Só que eu podia descontar a raiva que sentia de mim mesma em mim mesma... Parece um pouco irracional isso (claro, afinal falamos de sentimentos, não é?), mas me agredir transformou-se num prazer. Vou tentar explicar um pouco melhor: por exemplo, se levasse uma bronca injusta de alguém, ficasse com raiva e não pudesse dar a resposta à “altura”, ficava com raiva de mim mesma por não poder colocar pra fora o que sentia e a reação à raiva era em cima de mim. Aí, ficava com mais raiva de mim por ter me maltratado de alguma maneira e a “auto-raiva” só aumentava. O grau de agressão só ia aumentando e na proporção inversa, a auto-estima só ia diminuindo. O que contribuiu muito a me afundar na depressão.

Disse uma vez que parei de engolir comida porque já tinha engolido tanto sapo, que comida não caberia. Além disso, acho que levar o corpo ao limite, já que além de evitar comer, evito dormir e purgo muito também, esses são alguns “castigos” pela raiva de mim mesma. Ganhei um livro chamado “Você pode curar sua vida”, da Louise L. Hay e nele diz que anorexia é a reação somática que o corpo tem em pessoas que “negam-se a vida. Sentem medo, auto-rejeição e ódio de si mesmos extremos” e acho que é isso mesmo. Sempre disse que a vingança perfeita seria fazer “a farra do boi” com alguém. Acho isso uma coisa tão desumana, que machuca tanto que adoraria fazer isso com os meus “inimigos”. Parte dessa violência é amarrar o boi e colocar a comida perto dele pra que ela sinta o cheiro, mas longe o suficiente pra ele não alcançar e não poder comê-la. É isso que estou fazendo comigo mesma. Estou me vingando de mim mesma.

Na verdade, há pouquíssimo tempo atrás, resolvi, então, não mais barrar esses sentimentos e extravasá-los, independentemente de suas conseqüências, mas foi aí que percebi o grau de condicionamento que me impus, pois esse caminho inverso está sendo muito mais difícil do que jamais imaginei. Eu percebi o quanto minto pra mim mesma a respeito dos sentimentos e só depois vejo o que realmente estava sentindo. Essa é uma barreira que lentamente vou ter que superar pra poder me recuperar e voltar a ser eu mesma e não aquilo que os outros vêem ou esperam de mim.

## O DEVER DE SER INFELIZ

Há tempos eu não chorava por estar gorda. Mas hoje eu chorei. Chorei, não. Estou chorando. E dói muito, muito, muito. Que ódio! Fiquei um bom tempo pesando 49Kg e agora estou com vergonhosos e humilhantes 53.6Kg. Acabei de me pesar. Nossa, meu mundo caiu.

Quando comecei a escrever este blog, fui buscar respostas para meus sentimentos, entendê-los e tentar consertar isso por dentro. Mas reparei em algumas coisas: Primeiro – entender algo é racional. Não dá pra racionalizar sentimentos. Segundo – acabei descuidando do peso por ter me empolgado em escrever, pesquisar, ler, etc...

No fim de semana passado, teve um evento aqui em Sampa e durante a semana passada fiquei muito, muito ansiosa pra que o sábado chegasse logo. E descuidei do peso. Domingo foi um dos melhores dias da minha vida! Putz, foi tãããã legal!! Conheci uma pessoa que queria muito, tirei fotos, conversei, etc... Curti mesmooooo! E descuidei do peso.

Não, eu não me matei de comer, não. Continuei no LF<sup>8</sup>, mas comi bolacha de chocolate e tomei coca-cola pra caramba.

Minha menstruação tá atrasada uns 15 dias mais ou menos. Achei que fosse pela ansiedade e que segunda ou terça já teria menstruado. Bom, hoje é quarta e nada. Tô inchada e barriguda. Além disso, minha boca encheu de herpes e eu tô me sentindo horrível.

Todas as vezes que me acontece algo legal, eu me distraio do peso e engordo. Agora tenho que pagar o preço pela felicidade. Agora tenho que ser infeliz e me focar na balança até emagrecer tudo de novo.

Todas as vezes que me dou o direito de ser feliz, tenho que me punir por isso depois. Tô com ódio de mim de novo. Muito ódio. Cada vez que olho as fotos que tirei no domingo quero me chicotear, fazer a “farrá do boi” comigo. Com prazer agora vou me maltratar muito, muito mesmo.

Se alguém deixar algum comentário aqui, por favor, escreva que sou uma burra, uma fraca, uma incompetente. É só isso que quero escutar agora.

---

<sup>8</sup> LF é a sigla da palavra inglesa *Low Food*, que em português pode ser traduzido por pouca comida ou comida em pequena quantidade. As pessoas com anorexia e bulimia costumam utilizar o termo LF quando desejam se referir a ingerir pouca comida. Assim como a sigla ND representa *No Food* ou sem comida, e refere-se a ficar sem ingerir comida. (traduções livres feitas pelo autor)

## ASCETISMO X ANOREXIA

*“O ascetismo é uma prática religiosa que consiste na renúncia do prazer ou mesmo a não satisfação de algumas necessidades primárias, com o propósito de atingir determinados fins espirituais. O conceito abrange, por isso, um grande espectro de práticas, em culturas e etnias muito diferentes, que vão dos ritos iniciáticos (maus tratos, incisões e escoriações no corpo, repreensões de extrema severidade, a mutilação genital ou a participação em provas que exigem atos excessivos de coragem) aos hábitos monásticos de diversas religiões, incluindo o celibato, o jejum e a mortificação do corpo por diversos meios.”* (retirado da Wikipédia). O ascetismo serve, segundo Platão, para separar a materialidade e impureza do corpo físico da pureza e do ideal do espírito.

Dentro dessas práticas, a que mais vemos é o jejum religioso.

O aspecto que me chama muito a atenção sobre o ascetismo é que ele é ligado ao sacrifício, à devoção. A palavra sacrifício é a junção de “*sacro*” e “*ofício*”, ou seja, fazer um trabalho sagrado. Sagrado, no dicionário é sinônimo de “*divino*”, “*que inspira ou deve inspirar respeito religioso ou profunda veneração*”; “*oferta de vítimas ou de donativos à divindade, revestida de certo ritual, para expiação da culpa ou para implorar auxílio; imolação; sofrimento*”

Sacrifício é fazer um trabalho sem erro, com um grau tão alto de perfeição que chega a ser divino. Acho que tem tudo a ver com a mania de perfeccionismo que tenho (e sei que muitas anas que vão ler também têm). Então, jejuar é se sacrificar para chegar próximo à divindade e a perfeição...

Além disso, eu li num site por aí que o jejum é para a purificação do corpo, da mente e do espírito. Acho que a anorexia tem tudo a ver com isso. Eu mesma já disse que a considero como o pagamento pelos meus erros, ou como diz aí em cima, é uma “*oferta para expiação da culpa*”.

Eu tenho um livro sensacional chamado “*A experiência anoréxica*” que diz: “*As anoréxicas acham que maltratando o físico estão fazendo bem a si mesmas. Essas agressões não podem lhe fazer mal. Pelo contrário, só as tornarão melhores.*” Acho que por isso nós todas tentamos chegar ao extremo do físico - não só com os nossos NF e LF, mas sei de meninas que se cortam, outras (como eu) que não dormem, outras que se socam, que passam frio, etc. Isso é um teste para provar a si mesma que tem auto-controle, e ao mesmo tempo, uma busca pela limpeza interior e pelo auto-respeito. Além

disso, apesar de não o fazermos em nome de religião, estamos colocando o nosso lado espiritual à prova, vendo se realmente temos uma natureza divina. Vendo se somos merecedoras, assim como os religiosos tentam provar a Deus.

CONTINUO A FALAR MAIS SOBRE ISSO NO PRÓXIMO POST, OK?!

## **ENTRE A CRUZ E A CALDEIRINHA (anorexia X ascetismo parte 2)**

Ok, já quero avisar que este post pode ser a maior viagem na maionese (light, claro!!! rs...). Pra mim, faz muito sentido e vou tentar me fazer entender, mas talvez me complique um pouco...

Bom, não sei porque, quando eu era pequena, falava que ia ser freira enclausurada e faria voto de silêncio (na boa, eu tinha uns 5 anos quando comecei com essa história). Nunca estudei em colégio de freiras e nem ia às missas, mas amava as freirinhas e ainda fico toda boba quando vejo alguma por aí. Sabe, eu não sou católica, mas sempre idealizei a imagem que as freiras passam. Dentro da minha visão ideal, elas são pessoas que abriram mão de uma vida “normal”, onde casariam, trabalhariam, teriam filhos, etc, para se dedicar a Deus e tentar se chegar à perfeição (Jesus não disse “Vós sois Deuses”?). Elas se abnegaram em nome de um bem maior, em nome de um ideal. Eu sempre quis ser assim também. Pesquisando, encontrei uma mulher que não foi freira, mas foi beatificada: Alexandrina Maria da Costa. Vou resumir bem a biografia dela, mas dá pra ler tudo na Wikipédia, se vocês quiserem mais detalhes: De família religiosa (católica, claro), aos 14 anos ela pulou de uma janela para fugir de uns homens “mal intencionados” e, assim, proteger sua virgindade. Porém, teve os movimentos das pernas prejudicado. Aos 21 anos, ficou totalmente parálitica, não podendo realizar seu sonho de ser missionária. Aos 38 anos, ela parou de se alimentar, entrou em jejum total e vivia somente da comunhão diária (hóstia). Por essa razão, levou muita gente em peregrinação ao seu leito em busca de aconselhamento espiritual. Ela morreu 13 anos depois. Além dela, temos as irmãs Maria de Castro e Beatriz da Costa, que viveram em clausura perpétua dentro de casa, buscando a perfeição divina através dos mais variados martírios e penitências. Debilitavam o corpo com os rigores de um perpétuo jejum, banhando-o com rigorosos açoites, usando penetrantes espinhos em lugar de cilícios, passando dias e noites em contínuas orações.

Bom, acho que idealizo tudo e todos. Acredito nas pessoas, não acho que elas sejam más, desonestas, mentirosas. Vejo-as sinceras, cumpridoras de suas palavras, etc e minha experiência no mundo real foi contrária a isso. Sempre me decepção muito. Isso foi me afastando de tudo, me enclausurando em casa e me fazendo desconfiar de todos. Quando inevitavelmente tenho que sair e me relacionar com os outros, visto a minha máscara (que é o meu cilício doloroso) para poder me relacionar. Mas essa máscara me iguala a tudo que eu acho errado, desonesto... Isso me causa uma culpa grande. E vira uma bola de neve perpétua de culpa e castigo. Eu não sou a culpada. Mas também não sou santa. Quero ser, mas como tenho que ser desonesta pra sair no mundo, nunca vou atingir a perfeição.

Vou tentar fazer uma comparação aqui em relação a essa preocupação com o corpo: a primeira impressão que temos de uma pessoa é em relação ao seu corpo. Vamos ser sinceros – nós que somos anoréxicas, quando vemos uma mulher mais cheinha, com curvas, ela remete o nosso pensamento a sexualidade, ao mundo. Ou seja, a não resistir às tentações desse mundo material. Ela é profana, imperfeita e impura. A busca da perfeição não combina com a sexualidade, com a satisfação carnal, então, numa outra fase da anorexia, atrair olhares masculinos está muito longe do objetivo da busca do sagrado, do divino e da pureza interior. Acho que isso é que faz com que queiramos emagrecer mais ainda e ficarmos com formas retas, infantis mesmo. Essa imagem corporal é a que melhor representa essa pureza, essa inocência e esse ideal elevado.

Então, se formos fazer um paralelo da anorexia com um retiro espiritual, vamos achar as seguintes semelhanças: clausura (ou afastamento) - jejum - resolução de conflitos internos - busca da perfeição e do sagrado - superação do mundo material.

Bom, é isso que eu penso. Não sei se ficou claro...

Complemento do post anterior

ANTES DE LER ESTE POST, LEIA O DE BAIXO<sup>9</sup> (ENTRE A CRUZ E A CALDEIRINHA)

Quando escrevi este texto, até achei uma viagem, mas olha só o que encontrei no site psiqweb:

"Segundo Cordas (2004), Habermas (1986) descreveu um caso pioneiro altamente sugestivo de anorexia nervosa em uma serva que viveu no ano de 895. A jovem Friderada, após apresentar um apetite voraz e descontrolado, para tentar diminuí-lo, buscou refúgio em um convento e nele, com o tempo, foi restringindo sua dieta ate passar a efetuar longos jejuns. Embora inicialmente ainda conseguisse manter suas obrigações conventuais, rapidamente seu quadro foi se deteriorando até a sua morte, por desnutrição."

Só pra confirmar a minha teoria!!!

## SERÁ QUE ELA É?

No meu perfil do Orkut e até aqui no Blog mesmo sempre aparece alguém pra perguntar coisas do tipo “como eu faço pra *pegar* anorexia?”, “me ensina a ter anorexia”, “eu preciso tanto emagrecer, como você faz?”. Ok, você quer dicas? Vamos lá. É fácil, não tem segredo.

Bom, gente, vamos deixar algumas coisas claras, então...

A anorexia é uma doença mental. Os principais sintomas dela são:

1- o pavor de engordar, de ser gorda. Tá, até aí qualquer um pode ter esse medo. Ah, mas eu não falei que a pessoa tem medo – eu disse PAVOR. Não é uma coisa controlável ou aceitável. É horrível sentir isso. Dói mais do que a fome. Juro.

2- a comida vira uma obsessão na vida de quem tem esse transtorno. Obsessão mesmo. É impossível pensar em outra coisa, falar sobre outro assunto, se interessar por qualquer

---

<sup>9</sup> O texto em questão encontra-se acima e não abaixo. Isto ocorre devido o autor desta dissertação ter optado por apresentar os relatos do blog em ordem cronológica, tendo sido necessário, para tanto, inverter a ordem de apresentação em relação ao blog.

outra coisa. Nisso, vou incluir algumas coisas meio “bizarras” que fazemos, por exemplo: você tem vergonha, mal estar, não sei direito o nome que posso dar pra isso, mas não dá pra comer nada na frente de ninguém. Eu me sinto humilhada quando tenho que comer na frente de outras pessoas. Se eu como alguma coisa, eu como escondida e se me perguntarem, eu minto a respeito. Tenho medo que as pessoas me vejam comendo.

3- Um dos piores sintomas também é que quem tem anorexia pode estar um esqueleto, mas quando se olha no espelho ou quando olha pro próprio corpo, sempre vai se ver gorda. A anoréxica jamais acha que está magra porque, de verdade, fisicamente falando, ela não se vê magra. Há um tempo atrás eu pesava 46kg, mas juro que nunca vi a diferença entre eu estar com 46kg ou com 65kg. Não dá pra explicar isso... É horrível ver os ponteiros da balança diminuindo e não conseguir perceber a diferença no corpo. Isso tem um nome: “distúrbio dismórfico corporal”. Aí vai a explicação médica: *“As pessoas com DDC têm uma visão distorcida e exagerada de sua aparência e são obcecados com as características físicas reais ou marcas perceptíveis. Em geral, eles se acham feios ou desfigurados. As pessoas com o distúrbio têm problemas em controlar os pensamentos negativos sobre sua aparência, mesmo quando outras pessoas afirmam que elas estão bem e que essas falhas nem aparecem.”* Não é falsa modéstia, como muita gente pensa. Não se está buscando elogios. É verdade mesmo. Tem gente que só tem o DDC, mas ele é um sintoma característico de quem tem anorexia também.

4- Aí tem a restrição da alimentação: no começo, a pessoa começa a tirar alguns alimentos da dieta normal dela, tipo chocolate, depois não come mais pão também e assim vai. Comigo foi assim mesmo. Até o momento que não sobrou nada. Parei de comer.

5- Como me via sempre gordalhona, mesmo não estando, eu tinha vergonha de sair na rua, de ir ver meus amigos, por causa do meu corpo. Teoricamente, eu deveria estar magérrima, mas nunca me vi assim. Nessa história toda de ficar sem comer e ter vergonha de sair de falar com os outros, fui ficando cada vez mais deprimida. Me afastei de todos e perdi muitos amigos. Tá, eu admito que nessa época, principalmente, eu tava completamente pirada. Lógico que diversas vezes a minha família percebia que eu não comia nada e a minha mãe ficava no pé, mas vou ser bem sincera agora porque



eu acho que é necessário falar isso pra quem quer “pegar” anorexia: eu preferia morrer, literalmente, a colocar comida na boca. Na boa, várias vezes saí aos gritos com a minha mãe. Me recusava mesmo a comer. Não é frescura, não é vaidade. É DOENÇA MENTAL. Aí que dá pra ver a diferença de quem tem anorexia e quem não tem. Se você tem mesmo, você vai preferir morrer a cair em qualquer tentação comestível. A anoréxica prefere apanhar da mãe, ser expulsa de casa, sei lá eu... a comer. A sensação de comer é tão ruim pra quem tem anorexia quanto a sensação da fome pra quem não tem o distúrbio. Na verdade, acho que é até pior. Eu já chorei dias seguidos por ter comido um pedaço de pão.

Portanto, é fácil ter anorexia. Não tem dicas. É só parar de comer e não ligar pra fome. A fome vai ser um prazer perto do que se passa quando se come. É assim que você se sente? Quantos dias você agüenta ficar só com água? Quantos dias até você não resistir mais?

Anoréxica não faz regime, dieta, etc. Anoréxica não come.

Vai agora uma explicação do porque que as anoréxicas se juntam no orkut: vou partir do princípio que você que tá lendo não tem esses sintomas que eu falei. Fala a verdade – você entendeu como é? Você compreende essa dor, esse sofrimento todo? Não, né? Pois é, quem não tem anorexia, nunca vai saber o que é isso. Não dá. Você perde tudo se não comer e se comer, você vai querer morrer.

Eu não quis ser grossa com ninguém, mesmo porque eu acho certo cuidar do corpo. Mas por favor, não peçam dicas pra ser anoréxica. Se vocês soubessem como isso é sofrido...

Eu sei que virou uma coisa glamourosa por causa da TV, da novela, sei lá, mas não é na realidade. Tá tudo errado. Infelizmente. Eu não sou glamourosa e não quero ter um corpo perfeito, lindo e esbelto. Eu quero emagrecer. Cada vez mais. Só isso. Não dá pra explicar porque.

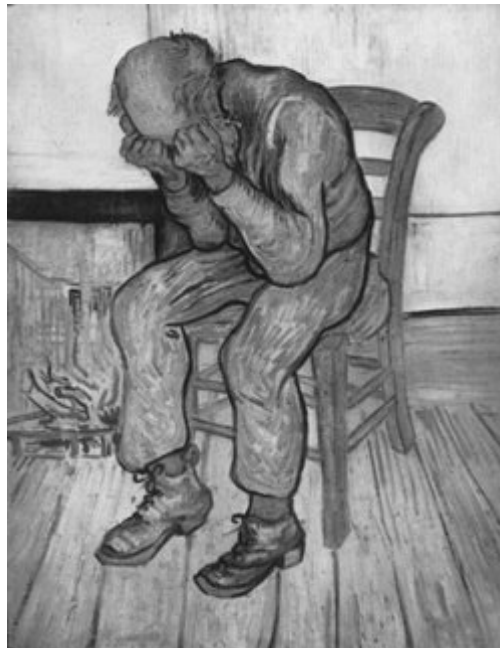
## FEBRE

Lembra aquela vez que você estava com a maior gripe, febre e tal? Lembra da manhã seguinte que você acordou, descansada e nem lembrava que você estava passando mal? Aí quando você começa a ter consciência do seu corpo, percebe que ele está todo dolorido, moído e que você ainda tá com febre, seus olhos ardem e aquele bom humor matinal delicioso simplesmente desaparece? Aconteceu comigo hoje. Acordei e lembrei o lixo que eu sou... e já comecei a preparar planos pra me maltratar com requintes de crueldade... acordei de um sonho e caí no pesadelo.

Tô com depressão de novo. Um lixo. Um pedaço de papel amassado encostada em uma casca de banana estragada. Não falo isso pra ninguém ficar com dó de mim - por 2 motivos:

1- eu sei que isso é a depressão;

2- quando eu tô com depressão, eu eu me odeio muito e espero que todos me odeiem também.



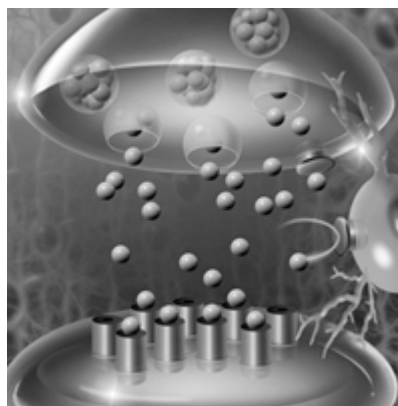
Ok, então eu vou aproveitar esse péssimo momento pra falar dessa doença nojenta e tão comum pra quem “carrega” o fardo de um transtorno alimentar.

Antes de mais nada, acho que o mais importante é dizer pras pessoas que convivem com alguém que sofre de depressão que não adianta falar “levanta a cabeça e bola pra frente.” Sinceramente, isso só piora o estado dela. Na opinião de uma experiente deprimida, no caso eu mesma, não há nada a fazer, a não ser dizer pro doente que você está do lado dele e que pode contar com você quando precisar. Levá-lo ao

médico o mais rápido possível também é bom. Só sei de uma coisa que tira a pessoa da depressão: anti-depressivo. Tenho depressão desde criança e só agora sei disso porque passei uma infância que poderia ter sido boa, mas não foi... Perdi uma boa parte da minha vida derramando lágrimas e muitas das vezes sem nem mesmo saber bem por quê. A última vez que fui ao meu psiquiatra, ele me disse que como eu já tive muitas crises depressivas, eu precisaria tomar anti-depressivos por 5 anos seguidos. Sabe por quê? Vou explicar: (obs. não foi o médico que me disse o que escrevo abaixo. Isso foi através de pesquisa minha, tá? Não me responsabilizo se estiver escrevendo bobagens...)

Há uma parte do cérebro (hipotálamo) responsável pela fabricação de substâncias químicas (peptídeos) que determinam as emoções que experimentamos. Sendo assim, há químicos para raiva, outros para tristeza, para desejo, para o amor, para a felicidade, ou seja, para todos os estados emocionais que experimentarmos todos os dias. Quando elaboramos uma emoção qualquer, o hipotálamo automaticamente fabrica aquela substância química e a libera na corrente sanguínea. No momento que entra na corrente sanguínea, ela acha seu caminho para diferentes partes do corpo.

A partir disso, podemos afirmar que todos nós somos viciados nas substâncias químicas produzidas pelo hipotálamo. Não conseguimos equilibrar o nosso estado emocional pelo simples fato de estarmos “viciados” nele, na substância química que é produzida pelo cérebro relacionada à emoção que repetidamente criamos em decorrência de uma situação. O fato de estarmos viciados em emoções é algo bioquímico, não psicológico. Para se ter uma idéia, os mesmos receptores celulares utilizados para as emoções, são utilizados para a heroína. Podemos nos viciar em qualquer emoção.



Imagine que uma célula esteja sendo bombardeada constantemente por um tipo de substância relacionada a um tipo de comportamento emocional. Bom, quando essa célula resolver se dividir, a célula resultante da divisão terá mais receptores para o comportamento emocional específico, aquele em que você está viciado. Portanto, há cada vez mais possibilidades de você sentir aquela emoção. Seu próprio corpo “facilita”, te dá as condições para tal.

Se você olhar qualquer site falando de depressão, você vai ver que a cada crise depressiva que a pessoa tem, maior é a probabilidade de ela voltar a ter o mesmo problema. Olha só:

Quem teve depressão 1 vez e tratou, a probabilidade de ter um segundo episódio é de 50 a 60%

Quem já teve 2 vezes, a probabilidade de ter um terceiro episódio é de 70 a 80%

Quem já teve 3 episódios, a probabilidade de ter novamente é de 90%.

Eu já tive 6 vezes e só comecei a me tratar. Pra existir a possibilidade de não ter mais, eu preciso tomar anti deprê por 5 anos seguidos. Parei de tomar há umas 2 ou 3 semanas + ou – e já to assim de novo.

## **OCULISTA OU PSQUIATRA??**

Outro dia, um rapaz entrou no blog e deixou este comentário pra mim: “veja essa foto... agora tenta me explicar como alguém se sente bem dessa forma?” Ele se referia à foto abaixo:



Bom, eu respondi para o e-mail que ele deixou, mas era falso. Claro que isso foi uma crítica e o raparigo “bateu e correu” numa atitude covarde, a meu ver. Porém, não acho que críticas como essa sejam ruins. Então, na minha fracassada tentativa de responder, eu disse o seguinte:

“Eu fui olhar a foto que você sugeriu - e é uma foto bastante divulgada quando se trata do assunto ‘transtornos alimentares’. Eu gostei da sua atitude de ter postado, pois me dá a chance de tentar explicar um pouco mais sobre esse distúrbio que pessoas “normais” não conseguem compreender. Não estou tentando defender essa doença miserável, não. Quero me livrar dela, na verdade. Bom, entre os sintomas dessa doença, vem "de brinde" um chamado "Distúrbio dismórfico corporal", ou simplesmente DDC. Sucintamente é isso: *“As pessoas com DDC têm uma visão distorcida e exagerada de sua aparência e são obcecadas com as características físicas reais ou marcas perceptíveis. Em geral, eles se acham feios ou desfigurados. As pessoas com o distúrbio têm problemas em controlar os pensamentos negativos sobre sua aparência, mesmo quando outras pessoas afirmam que elas estão bem e que essas falhas nem aparecem.”*

Na anorexia, isso é estritamente relacionado ao peso. Posso afirmar pra você que, se essa moça da foto sofre de anorexia típica, ela vai se enxergar gorda. Não é uma coisa fácil de se explicar, mas é isso mesmo. Pra mim, parece que ela está olhando pras costas dela procurando a gordura - que ela vai achar, sim, apesar de parecer absurdo. Infelizmente, você falar para uma anoréxica que ela está terrivelmente e absurdamente

magra, só parece que você está fazendo um complô contra ela. Racionalmente, a anoréxica entende que está magra, mas emocionalmente, ela não compreende e *não vê* isso. Posso te dar um exemplo diferente: é a mesma coisa que você falar para um esquizofrênico que as vozes que ele escuta não são reais, mas ele, ainda assim, vai escutá-las e nada do que falarem pra ele, vai convencê-lo de que ele não as escuta, porque ele as ouve realmente, independentemente do que qualquer pessoa falar.”E outra coisa: quem tem esse distúrbio não sabe que tem, não tem consciência e não consegue evitar. Eu já chorei várias vezes porque via na balança que tinha emagrecido uns 10kg, mas simplesmente não entendia o motivo de não ver diferença nenhuma no corpo. Até sim que eu me sentia pior, porque começava a achar que eu tava tão gorda, tão gorda que 10kg não faziam diferença nenhuma. Sabe aquela pessoa que pesa 120kg e emagrece 10kg e quase nem dá pra perceber? Tipo assimLi num site que quando se mostra um desenho de uma figura geométrica pra quem tem DDC e depois pede pra esse paciente desenhar a mesma figura de memória, ele não consegue, ou se conseguir, é com dificuldade. O psiquiatra Thilo Deckersbach, de Harvard, diz que "É possível que isto dependa da excessiva atenção dada aos detalhes pelos dismorfofóbicos (quem tem DDC), em detrimento da impressão do conjunto". É desta forma que ele enxerga seu corpo também, por isso que o defeito toma proporções irreais. (Eu não sei como é isso... porque, apesar de entender o que se diz aqui, ainda assim, me vejo barriguda, quadrilzuda e coxuda...)

O HC de São Paulo entrevistou 346 adultos considerados “normais” para saber o alcance do DDC e saber como ele pode prejudicar as relações afetivas e pessoais na vida delas. O resultado foi:

- 17% dos entrevistados tinham prejuízos sociais e pessoais decorrentes da preocupação com a aparência,  
como problemas na escola, no trabalho e nos relacionamentos.
- 67% das mulheres se "imaginam cortando porções de seu corpo em cirurgias plásticas”
- 5,6%, entre homens e mulheres, já fizeram uma plástica e continuavam esperando por outra.
- 36% das mulheres disseram não gostar de uma parte do corpo
- 18% não gostam de duas
- 4% não gostam de nenhuma parte.

A barriga é a parte que menos gostam:

- 33% das mulheres e
- 22% dos homens afirmaram não gostar dela.

## **CULPA NA CONSCIÊNCIA...**

Será que as pessoas leigas em TAs acreditam que quem tem anorexia não sente fome? Tô falando isso porque fui fazer uma pesquisa no google usando as seguintes palavras: “sentimento de culpa” e “anorexia” e tudo que apareceu falando de sentimento de culpa era relacionado à bulimia. Fiquei passada. Dá a impressão de que anoréxica nunca come - eu disse nunca - e também não sente fome. Fiquei decepcionada porque até em site de universidades, de psicólogos e especialistas o bendito “sentimento de culpa” só aparecia quando se referia a bulimia.

Poxa, acho que nós que somos anoréxicas passamos uma imagem sensacional. Por isso que tem tanta menina querendo “pegar” (risos) anorexia. Anorexia = não sentir fome e não precisar comer. Sensacional! Eu também quero pegar isso!! Hahaha!!!

Eu não sei quanto a vocês, mas eu como às vezes. Odeio admitir, com certeza! Mas eu não faço “farra alimentar”. Deus me livre! Muito pelo contrário. Muitas vezes passo o dia todo pensando se vou comer, o que vou comer, enfim, decidindo, planejando e já sentindo a dor da culpa... experimentando a culpa pra saber como vai ser. Aí, lá pelo meio da madrugada, em que não consegui dormir, com o estômago fazendo o maior escândalo (e eu tentando disfarçar) e depois de ter feito bicicleta e abdominal pra prevenir, caso eu não agüentasse e tivesse que comer pra não desmaiar ou passar mal (pra não dar motivo pra pegarem no meu pé, né?), vou até a cozinha e como, vamos supor, um pão francês que tem umas 180 calorias (já inflacionando, pra eu ficar na vantagem quando for queimar as calorias dele). Nossa, assim que o vejo acabando, que quase terminei de comer aquelas nojentas 180 calorias, já estou pensando como vou fazer pra me livrar daquilo... Laxantes. É isso aí! Não vou colocar o quanto eu uso porque não quero ser responsável pelas maluquices alheias, só pelas minhas mesmo. Mas aviso que quem come 1 pão por dia (com muita vergonha e culpa), tem que usar uma quantidade, digamos, “razoavelmente” maior do que a indicada na bula, porque não funciona pra tão pouca comida (que pra mim é muita). Mas pra resumir, o

“laxante amigo” serve mais pra me livrar da culpa do que da comida (!!). Nossa, chega a doer fisicamente o arrependimento que dá quando eu não agüento e como.



Fazia um tempo até que eu não pensava mais profundamente sobre isso, porque essa dor na consciência já virou algo meio normal pra mim... e também já estou habituada a me livrar dessa dor de um jeito ou de outro. Só de pensar na comida, já dói... De verdade, eu já chorei muito por causa de um pão ou de um copo de coca-cola...

Até vou falar um pouco sobre o “desenvolvimento” do meu caso de anorexia. No começo, eu tinha anorexia restritiva, ou seja, eu restringia a alimentação (na verdade, não comia mesmo - cheguei a fazer um jejum de 9 dias, comi uma maçã no outro dia e depois fiquei mais 8 dias de jejum e desmaiei, lógico!). Mas depois de mais velha e tendo que trabalhar o dia todo na correria - o que aumentava a minha fome - tinha que dar um jeito de disfarçar o meu estômago barulhento e muitas vezes tive que comer algo porque estava acompanhada e não queria dar na cara (imagina seu chefe ouvindo seu estômago roncar alto, estar na lanchonete com você e, ainda assim, você se recusar a comer... complicado, né?). Bom, nessa história toda, além de me sentir mal por ter que comer na frente de alguém, ainda ficava pior por causa da culpa... Ah, não deu outra... laxante... Não provoço vômito nem morta porque tenho muito nojo... prefiro parecer louca, ter diarréia, sei lá o quê... Bom, mas isso fez com que eu ficasse com anorexia purgativa - o que não significa que eu tenha compulsões ou faça farras alimentares. Não mesmo.

É por esse motivo que estranhei o fato de não encontrar nada falando sobre a culpa que as anoréxicas sentem ao comer. Poxa, se eu fizer uma dessas farras, acho que me enterro viva. Todo mundo que come demais numa festa, por exemplo, se sente culpado. Até quem não liga pro peso. Pergunta pra um “normal” qualquer se depois da festa de natal, em que ele ingeriu mais do que o usual, ele não se sentiu culpado e foi fazer exercício pra dar uma compensada? Claro que depois de uma farra de 3000 calorias a pessoa vai se sentir culpada. Mas o que dizer de alguém que ingere 200 ou 300 calorias e quer morrer por isso?

Não escrevi isso pra fazer isso virar uma guerra anas x mias, não...



Eu só acho perdi alguma parte, mas não sei o que exatamente. BULÍMICAS, HELP!!  
Preciso de uma explicação melhor!

## O MUNDO É UM BAILE À FANTASIA

Ontem eu tive que sair de casa para ir ao médico e por dias fiquei martelando como faria isso, como seria encarar pessoas na rua? Na verdade, isso tem acontecido com frequência quase diária. Há muito tempo não saio de casa. Fico aqui trancada no meu mundinho. Esse aqui é o meu mundo. Eu sempre fui uma pessoa agitada, gostei de sair e até era bem extrovertida, mas faz mais ou menos 6 meses que não consigo ter contato com o exterior a não ser pelo computador. Odeio sair. Não é medo, não. É vergonha! Pra mim é uma tortura pôr os pés fora daqui. Aqui estou segura. Aqui ninguém me critica.

Outro dia li a seguinte história: “uma criancinha estava visitando seus avós. De noite, quando a avó estava fazendo dormir, ela de repente começou a chorar e a gritar: 'Eu quero ir pra casa. Estou com medo do escuro.' Mas a avó disse: 'Eu sei muito bem que em sua casa você também dorme no escuro; eu nunca via a luz acesa. Então por que você está com medo aqui?' O menino disse: 'Sim, é verdade - mas aquela é a minha escuridão. Esta escuridão é completamente desconhecida.' Pra mim é a mesma coisa. Eu não sei se sou complexada demais ou estou com mania de perseguição. Cada vez que saio na rua acho que todos estão olhando pra mim de maneira estranha. Claro que tento disfarçar mas a minha máscara não funciona mais. Aliás, era aí que eu queria chegar - na máscara. Muitas pessoas já comentaram comigo sobre isso. Sobre essa máscara que temos que usar pra viver e pra poder lidar com os outros.



As pessoas esperam um comportamento nosso conforme o local e a situação em que nos encontramos. Por alguma razão, há muito tempo que não gosto mais da minha máscara. Em algum momento da minha vida, a máscara começou a não me servir mais. Ela foi se densificando e começou a ficar pesada demais pra carregar. De repente, ela virou exatamente o contrário do que eu sou de verdade. Lembro do filme “O que as

mulheres querem” com o Mel Gibson, que no final ele fica com a personagem da Helen Hunt porque ela era ela mesma, falava o que pensava, não fazia o papel de nada. Ela não usava nenhuma máscara. Eu cheguei à conclusão que a minha máscara não cola mais. Chegou uma hora que ninguém mais acreditava em mim, ou melhor, na minha máscara. Mas eu só precisava dela porque eu tinha que ser a pessoa que eu queria que eu fosse. Mas é difícil. Principalmente porque eu não gosto de ser “falseta” assim. Mas sou gata escaldada. Já me machuquei muito acreditando que a máscara que algumas pessoas usavam eram as verdadeiras pessoas, sabe? Acreditei que algumas pessoas se interessavam por mim de verdade, e me mostrei sem máscara pra elas. Mas elas estavam mascaradas. E me sentia uma idiota ao perceber que elas não eram nada daquilo. Mas eu tinha mostrado meu coração, meu rosto limpo pra elas... E elas pisaram. Claro que eu tinha expectativas, então é claro que a culpa é minha. Fui ingênuo. E o pior, achando que não era. Agora, porém, ninguém mais me conhece. Agora ou a pessoa sabe da minha vida ou conhece o meu rosto. Os dois ao mesmo tempo, não. Mas acho isso um absurdo.

A minha máscara? Vou ter que moldar tudo de novo. Aquela estragou. E sem ela, não saio na rua. Estragou e colou no meu rosto. Agora me perdi em mim mesma... Não sei mais quem eu sou... Tô tentando separar o joio do trigo. E também tenho que escolher quem eu quero ser de agora em diante. Não quero que a máscara velha e estragada domine, mas preciso de uma parte dela pra me proteger das mágoas.

O grande filósofo Nietzsche escreveu assim: “a loucura não passa de uma máscara que esconde alguma coisa”. Aí é que tá... A minha loucura é a máscara que esconde a máscara que não quero usar... Por isso que eu tô aqui isolada. Não é porque sou feia por baixo dela, mas sim porque não quero arranhar mais meu “rosto”. Por que eu dei essa volta toda? Porque é um absurdo eu ficar tentando me reinventar pra acreditarem que sou quem eu não sou. E pior ainda, tô nessa porque não sei mais quem sou. Tenho medo de me mostrar de verdade e me machucar, mas não quero ser quem eu era, ou quem eu inventei ser... e detestei...

## FELICIDADE ANORÉXICA!!

Eu tava pensando sobre as várias formas de as pessoas se livrarem de suas culpas. Vou partir do princípio que todo mundo no mundo se sente culpado por alguma coisa. Um amigo me disse que acha que a culpa é universal. Eu concordo. Mas no meu caso, a forma de me livrar desse peso pesado é meio estranha...

Neste exato momento que estou escrevendo isto, estou ouvindo meu estômago roncar freneticamente. Tô morrendo de fome. Mas a sensação é tão boa... Não consigo ainda entender como uma sensação física desse tipo, que a maioria considera quase insuportável, pode me trazer uma sensação tão libertadora...



Lembra da Fome do desenho Pica Pau??!!

Eu conheço a minha fome tão bem... Ela tem estágios: o primeiro é aquele em que tenho uma vontade homérica de comer doces - bolacha recheada de chocolate, bolo, mousse de limão, beijinho, brigadeiro, pudim de leite, etc, etc, etc... e essa é a pior parte. Ultrapassá-la é vencer a batalha! Depois, vem a fome que considero “verdadeira”, aquela em que dá vontade de comer arroz e feijão ou pão ou salada de tomate ou ovo mexido - pratos servidos em restaurantes por quilo, sabe? Não é só aquela fome causada pela ansiedade. É a fome física mesmo. Mas ela é chatinha. Então é bem mais fácil de resistir... Não gosto dessas comidas mesmo... Neste momento estou passando por essa fase. Tá fácil, fácil... Mamão com açúcar (hahaha!!!)

Aí, vêm a fase das sobremesas... Que é a última da minha fome. Aquela que dá vontade comer laranja, bananada, salada de fruta, um único bombom alpino, uma trufa ou um sorvetinho. E depois o chiclete, a bala ou um drops qualquer. Vixi, essa então, nem conto, ela é a mais fácil de passar. Aí a fome vai embora e só deixa a companhia da dor de cabeça ou um mal estar físico qualquer. Vão se os anéis, ficam-se os dedos (que não uso para vomitar!! Rs...). Vai-se a fome, fica a dor de cabeça...

Mas o, digamos, exótico dessa situação é que me faz sentir tãããooooo bem! Sempre que como qualquer coisa, nem que seja meia maçã, o mundo começa a pesar nos meus ombros. Começo a me perguntar por que não sou capaz de mudar o mundo,

por que não fui capaz de salvar os moradores de rua e colocá-los num abrigo, por que não salvei todos os bichinhos maltratados do mundo (o que , aliás, é a minha prioridade), por que não pedi desculpas à mulher que estava passando e pisei, sem querer, em seu pé? - mesmo que não tenha dado tempo de fazê-lo... E outros pensamentos do tipo “não deveria ter feito isso” ou “não deveria ter feito aquilo”, “não deveria ter me calado”, “não devia ter falado”, etc, etc, etc... Não sinto culpa por coisas pequenas ou coisas que realmente foram causadas por minha culpa somente. Penso em coisas grandes, em “salvar o mundo” mesmo.

Mas quando meu estômago tá roncando, tudo isso vai embora. Sinto-me realmente feliz, canto - e até chego a achar que canto bem! - dou risada das piadas, tenho criatividade pra fazer um texto com humor!! Não pensem que estou escrevendo isso tudo com alguma ponta de tristeza, não! Tô com fome = tô feliz, no nirvana mesmo!!

Como estou nesse bom humor todo, até me dei ao direito de não subir na balança. Eu sei que se subir nela, vou estragar toda a minha felicidade, independente do peso perdido. Nunca vai ser suficiente mesmo... Então hoje não vou me pesar... dane-se! Vou curtir a minha fome!!

Quando eu estiver bem triste, aí vou usar o meu tempo pra pensar na “dinâmica fome = felicidade” Hoje, não!!

## **AUTO DESTRUIÇÃO**

Não posso deixar de dizer, agora que o assunto ANOREXIA está em voga, que ela é uma doença de AUTO-DESTRUIÇÃO e não doença de vaidade.

Você nunca consegue chegar onde quer... e quando chega perto, nada do que você estava prevendo, esperando, dá certo... e o que você quer é só MORRER DE FOME, JUDIAR DE SI MESMO.

Eu não quero mais ser magra e ter o corpo perfeito... um dia explico isso direito e com detalhes, mas o que eu quero é morrer de forma cruel. Que o caso da Carolina Reston não engane ninguém... Claro que fiquei triste por ela morrer, mas ela não morreu por querer ser magra pra desfilas. Com certeza ela morreu por acreditar que não era boa o suficiente... Ela, com certeza, de alguma forma, se odiava... Isso é ANOREXIA.

## **PROTESTO PARA A IMPRENSA**

Complicada essa história da Carolina Reston, né? Principalmente por sabermos, nós que passamos por isso, que modelos são a minoria entre as pacientes anoréxicas... A imprensa divulga, lógico, os casos que dão maior repercussão e esses, com certeza, serão os de famosas...Enquanto isso, morrem muitas e muitas pessoas vítimas desse TA e ninguém dá bola...

## **AUTO DESTRUÇÃO**

Não posso deixar de dizer, agora que o assunto ANOREXIA está em voga, que ela é uma doença de AUTO-DESTRUÇÃO e não doença de vaidade.

Você nunca consegue chegar onde quer... e quando chega perto, nada do que você estava prevendo, esperando, dá certo... e o que você quer é só MORRER DE FOME, JUDIAR DE SI MESMO.

Eu não quero mais ser magra e ter o corpo perfeito... um dia explico isso direito e com detalhes, mas o que eu quero é morrer de forma cruel. Que o caso da Carolina Reston não engane ninguém... Claro que fiquei triste por ela morrer, mas ela não morreu por querer ser magra pra desfilas. Com certeza ela morreu por acreditar que não era boa o suficiente... Ela, com certeza, de alguma forma, se odiava... Isso é ANOREXIA.

## **MAIS CAROLINA RESTON**

Nesta madrugada estava assistindo TV e me deparei com uma entrevista ao vivo da mãe da Carolina Reston no programa “Fala que eu te escuto” da TV Record. Algumas declarações dela me intrigaram, ou melhor, me deixaram pensando o quanto as pessoas enganam a si próprias ou não acreditam no que está na frente delas...

Ela disse que a Carolina não queria ficar no sítio em Jundiaí onde eles estavam morando porque lá teve um assalto e a filha tinha medo, então ficava um pouco na casa da tia, depois ficava um pouco na casa de outra pessoa, e assim ia... Desculpa,

mas na minha opinião, ela estava fugindo da vigilância da mãe. Ela não queria ficar em casa porque não queria que a mãe controlasse o que ela estava comendo... Lógico que assim era muito fácil, afinal ninguém teria a liberdade que a mãe tinha com ela e não ficaria insistindo para que ela comesse. Na boa, eu acho que não teve nada a ver com o assalto. Ela só isso como desculpa.

Outra coisa muito pior e que eu acho que vai ser um saco ter que ficar explicando pra quem não entende de TAs é que a D. Mirian disse a anorexia é uma doença que tira a fome das pessoas. Pelamordedeus... santa ignorância!! Ela disse que a filha não tinha mais fome. Poxa, por que ela não pesquisa sobre a doença? A filha dela foi vítima fatal da anorexia e ela viaja na maionese e fala bobagem pro Brasil inteiro ouvir. Agora, todo mundo realmente vai querer “pegar” anorexia. Assim é fácil fazer regime!!

Além disso, a prima dela falou assim: “meninas, procurem ajuda e contem pra alguém porque é muito triste perder uma pessoa querida, dói muito.” Claro que sabemos que isso não é legal pra nossa família, mas pergunto: até que ponto a própria família “incentivou” esse TA? Gente, 1,74 e 40Kg já era pra mãe ter levado essa menina no médico há séculos, né? Mesmo que fosse arrastada. Poxa, e ela ainda falava pra mãe que tinha pneu, que tava gorda... Dureza, né? Vai deixando pra lá, vai deixando pra outro dia e dá nisso. Na boa, não consigo entender como a pessoa vê a filha tão magra, falando que tá gorda e não faz nada. Acrescento ainda que a agência fez a menina voltar pro Brasil porque ela estava muito magra...

Aí, vendo as matérias na TV, percebi que existem alguns mitos a respeito da doença, como dizer que a doente apresenta perda de peso rápida e acentuada. Gente, na boa, vai... Perde peso rápido até onde dá, depois o próprio corpo barra isso. Tem um limite mínimo e depois disso não emagrece mais ou só se emagrece com muita dificuldade e bem lentamente. Vai ser difícil colocarmos ordem nesse coreto, né?

## **VOCÊ SABE O QUE É?**

Você tem uma idéia do que é conviver dia e noite, durante anos, com alguém que você odeia? Alguém que fica dizendo que você não serve pra nada, não presta e ainda por cima é uma gorda, ridícula e desajeitada? Alguém que gosta de te ver sofrer e faz tudo pra que você sofra? Alguém que sente prazer em te agredir verbal e

fisicamente? Te odeia tanto que é capaz de te matar. Pois é, quem tem um transtorno alimentar convive com uma pessoa que a odeia muito: ela mesma. Eu já disse isso aqui antes e volto a dizer: eu não quero corpo bonito. Eu quero me matar, judiar de mim, tirar tudo que tenho de bom e confortável e prazeroso.

Imagine que você tem um carrasco atrás de você dia e noite, só te humilhando. Pois é, é isso que é um Transtorno Alimentar.

Jejum, dieta, obsessão com o peso são somente sintomas de uma coisa muito maior, de uma auto-rejeição dolorida, de um ódio de si mesmo tão grande que não mede esforços pra te destruir...

De onde isso vem, como começou, porque, essas perguntas são difíceis de responder. Ainda estou na parte superficial de descoberta disso em mim, mas já dói saber algumas coisas a meu respeito...

Na verdade, transtorno alimentar é uma “fuga” e uma inabilidade em lidar com sentimentos e emoções. Depressão faz parte da anorexia nervosa. Baixa auto-estima é outra característica. Porém cada caso é um caso, então aqui eu só poderia contar mais coisas sobre mim, mas em geral tudo começa no relacionamento da anoréxica com seus pais, com seus colegas e amigos e no seu ambiente em geral.

Normalmente, as pessoas que sofrem com a anorexia têm a auto-imagem destorcida - elas não se enxergam como realmente são, ou como os outros a vêem. Além disso, são pessoas com personalidade perfeccionista e têm o pensamento extremista - é 8 ou 80. Exigem muito de si mesmas e quando comentem alguma falha, a casa cai. Elas se sentem mal porque uma falha é, na cabeça delas, um grande erro imperdoável, o que causa uma culpa e uma punição. E quando se saem bem em algo, sempre acham que poderiam ter feito melhor - isso por causa do perfeccionismo.

Elas sentem-se inferiorizadas e sempre procuram a aprovação e aceitação dos outros.

Escrevo tudo isto porque é o que passo diariamente. Embora esteja em tratamento, reconheço que a doença é, muitas vezes, mais forte que o meu lado saudável. Tenho uma mania de me auto-punir e me sinto culpada por muitas coisas que nada tem a ver comigo...

Então, por favor, não me venham com comentários do tipo “suas loucas, retardadas, etc, etc...” Você não me conhece, não sabe nada da minha vida. Não me julgue, porque isso me dá o direito de te julgar também... e pode ter certeza que se você acha que pode, só vai me dar a certeza que eu também posso e vou fazer...

## **MÃES EM POLVOROSA!! BULÍMICA DA NOVELA ENTRARÁ EM COMA!!**

Pronto! E lá vamos nós para mais um escândalo no “meio” Transtornos Alimentares... Saiu na Folha Online que a personagem bulímica da novela vai entrar em coma. A repercussão que isso vai ter junto ao povo brasileiro será mais um caso "Carolina Reston"... Os brasileiros acham que novela é vida real... Chega a ser patética a reação do público aos acontecimentos das novelas!!

Concordo que ter um personagem sofrendo de Transtorno Alimentar numa novela com tanta audiência, é algo bom, sim. Digo isso pois meu Transtorno Alimentar sempre foi tratado como frescura por minha família, então acredito que se houvesse um personagem assim durante a minha adolescência, meus pais teriam tido mais cuidados em relação ao meu problema.

Porém, aproveitar a repercussão de um caso real para “incrementar” a audiência da novela, além de ser oportunismo barato, é “alarmismo” sem necessidade. As mães ‘médias’ deste país já sabem que anorexia e bulimia podem matar e, por isso mesmo, estão cuidando melhor de suas filhas... Acredito que não será nada além da divulgação de uma exceção como se fosse regra. Estatísticas mostram que a mortalidade causada pela bulimia é de no máximo 10% dos casos que são registrados pelos hospitais, daqueles que chegaram a ser casos de internação.

O problema é que além de não acrescentar nenhum dado relevante para que as pessoas saibam lidar melhor com portadores de bulimia, causará um verdadeiro furor em pais e infernizará a vida de muitas adolescentes que sequer sofrem com o transtorno. Criticar é fácil... Porém, sugiro que se o autor Manoel Carlos não possa deixar de lado esse drama todo, então que, pelo menos, inclua uma cena com um médico psiquiatra que explique um pouco mais sobre a doença e não faça com que pais e mães impressionáveis lotem os hospitais porque a filha vomitou por uma intoxicação alimentar, por exemplo... Ou porque está grávida... (garanto que esta será uma notícia bem vinda caso a bulimia não passe de uma mera suspeita!).



## UMA NOVA ANNA PAULLA - AGORA 2.0

I'm as fake as a wedding cake

And I'm vague and I know that I'm

Homopolitan

Pitifully predictable

Correctly political

I'm the new, I'm the new, new model

I've got nothing inside

Better in the head and in bed

At the Office

I can suck it and smile

New

New

New model

I can choke and diet on coke

I'm spun and I know

That I'm stoned and Rolling

Lifelike and poseable

Hopeless and disposable

I'm the new, I'm the new, new model

I've got nothing inside

Better in the head and in bed

At the Office

I can suck it and smile

New

New

New model

Pitifully predictable

Correctly political

Don't let them know how far you GO

Or that you use your lovers

Oh look, you're like a VCR

Stick something in to know

Just who you are

I'm the new, I'm the new, new model

I've got nothing inside

Better in the head and in bed

At the Office

I can suck it and smile

New

New

New model

## DOENÇA LUCRATIVA

O que eu vou falar hoje pode, à princípio, não fazer sentido pra quem estiver lendo e até mesmo pra mim... Tudo porque ainda não estou completamente certa do tamanho de tudo isso.

A anorexia, acima de todos os outros transtornos alimentares, devido a seus efeitos físicos: a magreza que choca as pessoas, aquele controle sobre a comida, as olheiras, aquela força de vontade absurda, é uma doença muito lucrativa, sim. Descobri isso. Apesar de estar morta de vergonha por tornar isso público, agora tenho uma noção maior (ainda não completa) do quanto as pessoas (inclusive eu mesma) se apegam a ela. Os médicos chamam esses lucros de “ganho secundário”, mas eu percebi que não é secundário, não... É uma maneira de ficar “rico” da noite pro dia... “Rico” de maneira figurativa, né? Uma música do Marilyn Manson diz o seguinte: “Te amam quando você é a manchete/ Quando você não é, então eles amam outro”.

Visto que a necessidade de atenção, aceitação e a carência que temos (perceba que eu não estou falando em primeira pessoa do singular, porque não me sinto à vontade em expor que isso acontece comigo, né?) é uma coisa absurda de grande e muitas vezes, sequer temos consciência disso, muitas pessoas - eu inclusive - nos escondemos atrás de máscaras para podermos lidar com essas necessidades... Uma delas é a Anorexia - que nesse caso, quero dizer a máscara de anorexia - isso, de maneira alguma, quer dizer que não tenhamos todos os sintomas dela. Ela, sim, atrás de uma necessidade de emagrecer, controlar calorias, não comer em público e tudo mais, é uma clara maneira de lidar com sentimentos que queremos esconder de nós mesmos e que não conseguimos admitir ou mesmo aceitar e que acaba se tornando uma adoção inconsciente de uma outra personalidade que soma todas estas características que contei - ou seja - se transformar na doença... ser a doença em pessoa... Eu acabei fazendo isso também... me afastei das pessoas “reais” por medo de não me aceitarem, ou ainda, de não me amarem. Em contrapartida, arrumei novos amigos “virtuais” - está entre aspas porque tornaram-se amigos mesmo. Eles compartilham dos mesmos dramas que eu. Porque por trás de todo o controle sobre a alimentação e hábitos alimentares estranhos, está somente se escondendo o medo de lidar com a rejeição e a auto-rejeição.

Depois do “nascimento” da Anna Paulla Fathin, me senti aconchegada, merecedora de amor por ser alguma coisa, por fazer alguma coisa. Mas após uma sessão de análise, quando fui “acordada” do sonho que a Anna Paulla é pra mim, tomei um

choque de realidade pois havia esquecido quem eu era... ou procurado me evitar mesmo... não sei ainda... mas ao lembrar que eu sou a XXX, quis mesmo morrer e foi a vez que mais cheguei perto do suicídio real, de querer acabar com a vida. Passei 24 hs seguidas chorando, num sofrimento dobrado - por lembrar que não sou a Anna Paulla (aquele ser sábio, sensato, filantropo e maravilhoso) e lembrar do lixo absurdo que sou, do quanto me odeio (agora em dobro por não ser a Anna Paulla) e de como me vejo... eu pensava assim: mereço morrer parecendo a Ângela RoRo (o que pode parecer engraçado, mas que ainda dói no meu coração). Se você quer saber a diferença entre quem eu sou e quem é a Anna Paulla é só ver o meu primeiro texto (autoria da XXX) do blog e o os últimos (autoria da Anna Paulla - aquela que sabe responder, se defender e falar coisas maduras e interessantes, mas que só escreve o que a XXX fala pra ela)... Como é ruim ser eu mesma... como é péssimo lembrar como me odeio na prática. Eu estava olhando pelos olhos da Anna Paulla o que a XXX (Sra. Nada e Estragada) era. Era só uma sombra do que eu passo de verdade e que me esqueci após ser lembrada, procurada e amada por amigos da Anna Paulla, que me fazia sentir segura e forte... Nossa, foi um choque e uma dor tão grande que é impossível descrever... Não sei como não me matei... Ainda sinto tudo que escrevi no primeiro texto e que estava esquecido sob as asas da gloriosa Anna Paulla Fathin - a mulher perfeita que eu queria ser. Acordei do sonho e caí no pesadelo... Mas ainda não vai ser dessa vez que vou-me embora!

Porém, antes de parecer que eu estou contra o tratamento, preciso esclarecer que estava numa situação absolutamente ridícula que poderia descrever como sendo assim: Imagina que eu estava em um baile à fantasia vestida de Mulher Maravilha e as pessoas começaram a dizer "Puxa, como essa fantasia caiu bem em você" e isso fica tão comum, que resolvo não tirá-la mais e realmente começo a acreditar que eu era a Mulher Maravilha e saio até na rua vestida assim e acreditando ser a heroína. Imagina que todos começam a rir e dizer "essa aí realmente pirou - ela acha que é a Mulher Maravilha mesmo!!! hahaha!!!" - Pois é... ainda bem que recobrei a consciência, pois só assim poderei trabalhar meus problemas verdadeiros, antes de achar que posso voar, caio do abismo e estatelo no chão, né?

## O JACKPOT DE FREUD E UMA FÁBULA

Jackpot é o prêmio daquela slot machine de cassinos... Coloquei esse título porque fui à terapia e a cada palavra da minha analista, caíam mil fichas ... foi engraçado, mas como eu sou uma pessoa visual, foi isso que eu imaginei!!

Fui a outra cidade pra fazer a terapia e achei ótimo ter um longo tempo até chegar em casa e recolher as fichas que caíram aos montes hoje!! No caminho de volta, fiquei pensando como a vida é irônica... a minha vida virou uma fábula!! Uma fábula que merece ser contada aqui... acho que esta é a única forma de alguém que não sou eu mesma entender! Então lá vai:

### *“A FÁBULA DE COMO ELAS VIRARAM UMA FÁBULA”*

Era uma vez um lugar chamado “As Terras de Weird”. Era aos pés do Monte Hollyweird, terra dos deuses. Hollyweird era governada por “Zeud” (Não é Zeus, pois não estamos falando do Olimpo e sim, de Hollyweird), o Deus das Mentes (sãs e insanas também). Outro deus de lá, era o Marilyn Manson (!!), o Senhor da música e da ironia... Bom, nas terras de Weird, existiam duas pobres irmãs camponesas: Uma era a ΑηηΛ - que era bonita. E a outra era a Ραυλλα, que era muito inteligente. As duas eram muito devotas de todos os deuses de Hollyweird...

Enfim, a Ραυλλα, apesar de ser inteligente, era uma criança feia, mas feia mesmo e que nunca cresceria. Ela tinha muito potencial, mas era triste porque nunca poderia usar seu potencial completamente devido à sua aparência. Então, apesar de já ser meio velha na idade e até mesmo na personalidade, a aparência atrapalhava muito e ela nunca era reconhecida por nada que inventava e fazia por ser “apenas uma criança feia”. Ela queria que as pessoas acreditassem nela, apesar de seus defeitos físicos, digamos assim. Ela queria ser valorizada, mas antes mesmo de expor suas idéias, já riam dela, por ser gorda, por usar óculos fundo de garrafa, pelas roupas que lhe caíam mal, pelo seu jeito de andar desengonçado, enfim, ela estava mais pra motivo de piada do que pra uma pessoa aceitável socialmente, digamos assim... E os adultos não queriam sua opinião por ela ser uma criança apenas...

A ΑηηΛ era uma jovem linda! Mas era vazia e toda a sua vida era dedicada à aparência e espelhos; dietas e regimes. Ela não gostava disso, já que não tinha potencial pra nada, no fim das contas... Ela era meio boba e meio maldozinha, sabe? Cruel como uma criança...

Uma olhava para a outra e pensava “ai, queria tanto ser como ela... ela, sim, é perfeita...”

Uma invejava a outra demais e brigavam demais - o tempo todo, pra ser mais exata... E as duas irmãs eram apaixonadas pelo Príncipe Encantado das “Terras de Weird” - esse, sim, era Encantado: era lindo e inteligente, era 2 em 1... elas disputavam a tapa por um convite pro baile de escolha de sua noiva. Mas ele não ia querer nenhuma das duas, pois ele queria uma mulher linda e inteligente e por “Ironia” do destino, cada uma tinha um só dos atributos que o Príncipe Encantado demandava. E só tinha restado um convite pro baile...

Daí, a Paulla teve uma idéia brilhante: e se ela e a irmã virassem uma única pessoa? Seria perfeito!! Elas resolveram entrar na Capela Weird e suplicar aos deuses que o pedido delas fosse atendido!

O Grande Deus Zeud, então, resolveu se reunir com seu conselheiro divino Marilyn Manson de Hollyweird pra, juntos, resolverem esse caso... Elas suplicaram tanto, rogaram tanto, que os dois deuses acabaram topando, mas teria uma condição.

As duas irmãs queriam tanto, tanto, tanto a fusão, que nem quiseram saber qual era a condição, só disseram: “Ó Grande Zeud, pagaremos o preço que for, isso não nos importa. Faremos qualquer coisa que pedir, apenas realize nosso desejo, pois se nos transformar em uma pessoa só, seremos uma única mulher que é bonita e inteligente ao mesmo tempo, e assim poderemos, juntas, superar qualquer obstáculo!”

Zeud ainda insistiu que era melhor que elas soubessem qual era a condição, mas elas só falaram “Vai logo com isso, caramba!!”

Zeud disse: “Juntai as duas tresloucadas!!” E num sopro ouviu-se, sussurrada, a voz de “gralha” de seu conselheiro Marilyn Manson: “e que isso lhes sirva de lição, tresloucadas manas! Hahaha!!!!”

Então Zeud Fez. E elas viraram uma só! E adotaram um novo nome: ΛηηΛ Paulla Weird (em homenagem ao Zeud de Hollyweird).

Ó que felicidade!!! A aparência era da ΛηηΛ e a inteligência era da Paulla.

Então, as duas estavam loucas pra colocar seus potenciais pra funcionar de verdade, pela primeira vez!! No começo, elas foram gentis uma com a outra e trabalharam muito bem juntas, tanto que acabaram por conquistar o Príncipe Encantado por quem as duas eram apaixonadas! Foi a glória!!!

Mas conforme o tempo foi passando, quando uma queria dominar uma situação, a outra começava a sabotar, já que as duas ainda tinham inveja uma da outra e ao

mesmo tempo achavam que a sua própria qualidade era a mais importante. Sim, porque uma tinha consciência da existência da outra. E junto com grandes potenciais, elas tinham grandes defeitos também... E quanto mais o tempo passava, mais uma ficava com raiva e inveja da outra... Claro que isso ia acabar em caca... hahaha!!!

Aqui paro para contar a condição de Zeud que as duas irmãs nem quiseram ouvir devido à sua arrogância ou burrice (ou as duas coisas): Zeud tinha boa intenção por trás disso - e que não era intenção burra e nem arrogante - era fazer com que as duas parassem de brigar. Então a condição era: se elas continuassem brigando, a cada briga, elas veriam cada vez mais seus defeitos refletidos no espelho, ao invés de seus potenciais... e que só poderiam “reaver” suas qualidades quando acertassem seus ponteiros, entrassem num acordo mútuo e uma ajudasse a outra a superar suas dificuldades.

Bom, mas elas nem quiseram saber o que era...e quanto mais brigavam, mais a coisa ia ficando, digamos, “estranha”... pois cada vez que a nossa famigerada Ἀνηῶ Παυλλὰ se olhava no espelho após uma dessas brigas “internas”, mais via a feiúra de uma e o jeitinho burrinho da outra... Imagina, ao invés de se transformar em uma mulher bonita e inteligente, acabou se vendo e agindo como uma mulher gorda, feia, burra e com jeito infantilizado...

E aos poucos as coisas voltaram a ser como era antes da fusão: elas deixaram de sair de casa, pois viraram uma “coisa” só que, devido às suas brigas, deixaram as qualidades escaparem e os defeitos se sobresaírem...

As pessoas não notavam, mas uma ou outra sempre dava uma “escorregada” e mostrava um lado errado na hora errada... as pessoas começaram a achar a Ἀνηῶ Παυλλὰ meio estranha mesmo... e ela já nem aparecia mais mesmo... andava meio sumidinha...

Zeud sabe o que faz sempre, pois é onipotente, onisciente e onipresente... então, ele pediu pra uma de suas sacerdotisas mais devotas - que aqui chamaremos de Frida (mas ela sabe quem ela é!!) que aparecesse na vida da tresloucada (ou “duolocada”, já que são 2 e não três, sei lá...) e aos poucos fosse explicando pra ela(s) o que estava rolando sem que nenhuma das duas doidas se machucasse...

Por enquanto a fábula fica aqui... por enquanto...

## ÜBER, OVER, DEMAIS

Não sei porque eu tenho uma necessidade desesperada de provar pras pessoas que sou alguém. Me machuca pensar que os outros nem pensam sobre mim. Que simplesmente me desprezam. Estive no meu orkut oficial hoje após muito tempo... E fiquei irritada com a quantidade de pessoas que tenho como “amigos” lá e que não dão a mínima pra mim. Nem sequer respondem meus scraps. Eu sei que é infantil... Mas me machuca mesmo. O que fazer? Eu queria ter coragem de mandar todos pro inferno!!! Odeio um por um desses míseros seres que sequer fazem parte da minha vida e mesmo assim me vejo nessa obrigação dolorosa de provar algo pra eles, de fazê-los sentir algo a meu respeito. Por quê? Porque eu mesma me sinto um nada, um ser que existe na Terra e não significa nada, só isso. Nunca fiz nada. Nunca fui nada. Nunca existi. Que ódio! Queria mostrar que sou alguma coisa. Mas não sou... Cada dia mais, sou mais velha, mais ridícula e infantil. Só isso. E ninguém sequer se lembra da minha mísera existência, mas eu lembro deles - aqueles que um dia se disseram meus amigos, mas me esqueceram. Eu não esqueci. Nunca vou esquecer. Por isso preciso e quero tanto ser lembrada...

Além das pessoas que nem estão mais no meu orkut... Alguns que imaginei que um dia, juntos, riríamos das bobagens e aventuras que fizemos em nossa juventude, quando estivéssemos velhos. Pessoas que me desprezam mais do que as que me desprezam. Que ódio! Por que não posso simplesmente esquecê-las assim como fizeram comigo? Quero desprezar, e não entristecer. Quero que elas se sintam como eu me sinto em relação a elas. Quero que elas adoçam e apodreçam. Morram secas e sem ajuda. Mas que antes eu passe e veja a miséria delas e talvez elas se lembrem de mim... Ou mesmo, não...

As pessoas pesam em mim. Todas que passaram pela minha vida... Lembro de uma por uma e lembro de cada momento que passamos juntas, cada segundo e mesmo assim, não tive o menor valor pra nenhuma... Lembro da minha amiguinha do prezinho. Lembro dela, lembro do nome e do sobrenome; lembro do nome da mãe dela. Será que ela lembra de mim? Será que os meninos que fiquei lembro de mim? Será que alguém pensa em mim? Por que se lembraria? O que eu fiz de bom pra alguém? O que eu fiz nessa minha vida? Será que sou tão desprezível? Será que alguém vai lembrar de mim daqui a 10 anos? Todas perderam a oportunidade de ter uma amiga que jamais esqueceria delas... Mas de que adianta, se mesmo que não lembrem de mim, eu ainda



lembro delas? Pra que, não é? Quanto tempo será que doeria em alguém se eu morresse agora? Será que doeria em alguém? Será que alguém pensaria: era uma pessoa tão legal, ou era uma pessoa tão doida? Será que eu valho alguma coisa? Quanto? Pra quem?

Eu nunca senti um “vazio”, como muitas pessoas dizem que sentem... Muito pelo contrário... Sempre acho que a intensidade do que sinto é über, sabe? Sentir “nada” seria uma boa pedida pra mim... Anestesiá-lo tudo. Por isso que quero o controle de mim mesma. Dizem que a anorexia está relacionada ao autocontrole. Acho que é verdade. Não consigo expressar o que sinto sem fazer um escândalo teatral dramático. É uma música explosiva no último volume... Perda total do controle... Qualquer sentimento explode em mim. Será que existe isso? Será que as pessoas sentem em diferentes intensidades? É por isso que nunca consigo me defender ou me expressar - tenho medo de explodir... Você já viu aquelas adolescentes que vão a shows e ficam chorando, desmaiam, gritam, esperneiam e que o povo acha ridículo? Pois é assim que me sinto em relação a tudo e todos o tempo todo. É cansativo. É over. É demais. É explosivo. Queria que alguém se sentisse assim a meu respeito, mesmo que eu não faça shows, não seja uma rock star, como queria quando era adolescente... Eu já fiz escândalo em show!!! Hahaha!!! É verdade!!! E foi tão bom!!! Foi um alívio!! Lá eu pude explodir!!! Mas minha mãe falou que isso era só uma fase e que quando eu ficasse mais velha, quando eu fosse uma mulher adulta, isso tudo passaria. Mas não passou... Sou uma adolescente ainda? E agora, manhê??

## **THE BITTER PILL**

Hoje eu dei um passo pra mover com a minha vida... não posso e não quero falar o que foi, mas percebi uma coisa - como não sei expressar direito o que sinto, sempre encontro uma música que carrega todo o significado e fala por mim. Dessa vez, foi uma música de uma banda chamada *Warrant* que adoraria compartilhar com vocês!!

Se quiserem ouvir, é só clicar neste link (garanto que vão gostar - é uma balada linda!!!)

<http://www.warrantweb.net/waxfiles/listen.asp?song=thebitterpill>

Mas vou colocar a letra pra vocês!!

*Às vezes me sinto perdida - e depois me encontro  
Às vezes me parece que está tudo de cabeça pra baixo  
Sempre fico em silêncio quando estou gritando por dentro  
Ao invés de amar - temos a tendência a odiar  
Nunca damos o verdadeiro valor  
Sobre o quanto as outras pessoas se importam ou se esforçam por nós*

*Me abraça apertado  
E não me deixa ir embora  
Porque estou confusa  
Mas talvez um dia desses eu saberei porque...  
Às vezes sou perfeita  
E outras só faço besteiras  
Você é como um mistério  
Por que não posso destrancar a porta?  
Nem tudo que reluz é ouro  
Muito é demais  
O amor pode ser lindo  
Ou um remédio amargo*

*E quando estou certa - também estou errada  
A gente dá e a gente tira pra poder continuar vivendo  
Isso acontece muito mais do que jamais sonhei  
E quando você sorri - eu tenho que dar risada  
E quando você chora - eu me divido em duas  
Tão calma e, ao mesmo tempo, tão insegura*

*Me abraça apertado  
E não me deixa ir embora  
Porque estou confusa  
Mas talvez um dia desses eu saberei porque...  
Às vezes sou perfeita*

*E outras só faço besteiras  
Você é como um mistério  
Por que não posso destrancar a porta?  
Nem tudo que reluz é ouro  
Muito é demais  
O amor pode ser lindo  
Ou um remédio amargo*

## **CURAR FRATURA EXPOSTA COM BAND AID NÃO DÁ**

Preciso contar pra vocês o que tem acontecido comigo nesta semana... Sei que muitas de vocês que vêm ler o Blog são especiais e que são pessoas muito queridas minhas, então quero contar!!

Vou tentar explicar da maneira que eu vi, tá?

Dentro da minha cabeça existe um armário cheio de caixas: uma para amor, outra para raiva, outra para ódio, outra pra paixão, outra pra amizade, etc, etc, etc... e dentro de cada caixa está escrito a definição do sentimento e o antídoto pra ele, caso eu não fosse correspondida - e também colocava as pessoas ou situações que causaram esses sentimentos aqui dentro.

Sabe quando dizem que “as coisas do coração, a razão não explica” (é algo assim...)?

Pois é, entendi o que essa frase significa, apesar de nunca ter me dado conta de que não a tinha entendido antes...

Há muitos anos atrás, na minha adolescência - época sensacional na minha vida, aliás -, tinha uma pessoa muito especial que era meu amigo (ou achei que era...) e nós íamos num barzinho muito legal e fazíamos assim: escolhíamos com quem queríamos ficar naquela noite. Caso ele não conseguisse ficar com a garota e nem eu com o cara, nós ficávamos juntos. Nossa, eu esperava ansiosamente a semana inteira pro sábado chegar logo pra encontrar com ele e “aprontarmos” juntos. E aprontávamos mesmo!! Era muito legal!! Aí, um dia o barzinho fechou e em seguida, ele foi morar fora do país, mas ainda assim, ele me escrevia com frequência e eu compus uma música pra ele e ele escreveu uma pra mim também. Durante todo esse tempo, eu era apaixonada por um

cara maravilhoso, mas com quem eu nem tinha mais contato. Bom, nesses tempos em que o meu amigo estava fora, eu retomei o contato com a minha paixão e nós casamos!! - é o meu marido até hoje e espero que assim continue!!

Quando o meu amigo voltou, ele parou de falar comigo e isso me magoou de uma forma tão profunda que nunca mais superei. O post que escrevi sobre amizades era, na verdade, sobre ele... E o antídoto que tinha na minha caixinha nunca funcionou...

Na segunda-feira fui à análise e contei pra “Frida” esse meu “trauma”. Perguntei pra ela assim: “você acha que tem gente que sente as coisas com mais intensidade que outras?”, mas ela não respondeu a minha pergunta, só me mostrou as coisas sob um novo ângulo... não lembro como foi a ordem desse nosso papo, mas ela questionou se eu não estava confundindo “amizade” com “paixão”... A minha primeira reação foi não aceitar isso, pois implicaria na aceitação de que eu era apaixonada por um cara e por mais 58.000 também ao mesmo tempo, porque eu sentia a mesma coisa por outras pessoas também e além disso, não explicaria o fato de eu ser apaixonada pelo meu marido de uma forma muito mais intensa do que por esses outros meninos todos. Além disso, eu teria que aceitar que meu coração se partiu tantas vezes, que eu era a maior perdedora de todos os tempos. Como eu sobreviveria tendo o coração partido tantas vezes assim?

Fiquei pensando e chorando e pensando e fazendo um dilúvio de tantas lágrimas que estava derramando por causa de um cara por quem, teoricamente, deveria sentir um total desprezo... Ele e outros caras por quem eu sentia a mesma coisa estavam na minha caixinha de amizades. Aí, fiquei pensando...E resolvi escrever um e-mail pro cara pra explicar que estava cheia de olhar pro meu passado que foi tão legal e só chorar, porque ele estava em todas as cenas, mas não era mais meu amigo e que eu não sabia onde eu tinha errado. Queria por um ponto final nisso tudo. Queria resolver o meu problema, pra poder olhar pra trás sem chorar mais. Mande o e-mail num impulso com medo da resposta ou da falta dela, mas depois fiquei pensando... poxa, se era amizade, ele deveria saber de tudo que rolava na minha vida e não ser só um parceiro de beijocas no fim de semana... além disso, eu não tinha tesão por ele, nem nada mais físico, por isso achei que era amizade - dentro da minha caixa escrito “paixão”, a definição era: “pessoa por quem eu sentia o coração disparar, me dá tesão, tenho ciúmes e blá, blá, blá...” e em algum ponto entendi que paixão era isso tudo. Só que a minha ficha começou a cair quando percebi que tesão é uma coisa, ciúme é outra, amizade é outra e paixão é outra coisa diferente... E com um detalhe adicional:na minha caixa amizade só tinha homem!!

Todas as “amigas” que não corresponderam à minha amizade, eu simplesmente dei o antídoto e funcionou. Por que com ele, não? Por que com os meus “amigos” meninos o antídoto não funcionava e com as meninas, sim?

Nossa, quando eu percebi isso tudo, que foi um “sofrimento delicioso”, e tirei o raparigo da minha caixa de amizades e coloquei na caixa de paixões e dei o antídoto certo, consegui me curar sem cicatriz!!!!!! Parece que eu tava tratando uma fratura exposta com um simples band-aid... nunca ia curar mesmo.

Seguindo a linha de raciocínio que senti que estava certa, consegui encaixar as lembranças certas nas caixas certas para, assim, resolver muitas coisas que faziam com que eu me punisse muito, me castigasse muito acreditando que a culpa era minha... e não era!

Além disso, pude sentir que o alicerce do meu amor (e não só paixão) pelo meu marido é muito mais forte e profundo do que jamais pude sonhar... Não era paixão só. É amor, tesão, amizade profunda, confiança, carinho e todos os sentimentos bons que existem dentro de mim e no nível mais forte!! E ao contar pra ele toda essa volta que dei pra ter certeza de que o amo mais que amei qualquer pessoa que passou pela minha vida e que sei que sou correspondida na mesma intensidade por ele, consegui, pela primeira vez, chorar de alegria na frente dele. Foi demais!!

Nessa mesma linha de raciocínio, consegui entender o motivo de não ter conseguido me defender quando fui acusada de uma coisa muito grave no meu último emprego, mesmo sabendo que era a maior mentira do planeta. E vendo isso, consegui ver que, apesar de que naquele momento não ter feito nada, foi melhor assim, mas que a partir de agora, vou conseguir fazer o necessário pra me defender e pra me impor.

Outra coisa boa foi que, assim que tudo isso ficou claro pra mim, fui rever uns amigos de verdade, mas que no passado foram paixões, e tive coragem de falar pra eles isso tudo e rir disso junto com eles - e melhor ainda - saber que hoje são meus amigos de verdade, pois sabem da minha vida e sei que posso confiar neles e que na época eles também eram apaixonados por mim, mas como eu agia como amiga, não dei abertura pra que eles demonstrassem o que sentiam - conclusão: não tenho o coração tão partido quanto achei que tivesse. E fiquei feliz e calma. E apesar de ter tido um grande medo de a sanidade ser só uma coisa vazia, agora pude reorganizar isso também e ter o objetivo de ter a minha sanidade e ainda assim ser uma pessoa completa!!!

Espero que vocês tenham conseguido entender!!!! E agora posso ajudar as pessoas pelo simples fato de ajudar pois quero que se sintam tão bem quanto eu, sem esperar retorno!!! Ufa!!

FELIZ NATAL E FELIZ 2007!!!!!! AMO VOCÊS E AGORA SEI QUE ISSO É VERDADE!!!

### **BALDE DE ÁGUA...**

Bom, lá vamos nós de novo... A anorexia fez outra vítima neste natal - uma professora de 23 anos que morava no interior de São Paulo - Beatriz Cristina Ferraz Lopes Bastos. Linda ela... Putz, e isso só me fez pensar mais e mais... De novo... Na verdade, continuei formulando o que já estava na minha cabeça e que sei que vou me arrepender de escrever aqui, assim como me arrependi de contar que estava bem. Sabe por quê? Porque continuo super na boa, mas já comecei a procurar sarna pra me coçar e sei que é assim que recomeça. Acabei de descer da balança. Hoje já me pesei 4 vezes. Na semana passada, quando escrevi o último post sobre os meus progressos emocionais, eu estava me sentindo calma e feliz. Recebi uma resposta daquele amigo pra quem mandei o e-mail - uma resposta deliciosa, eu diria! Fiquei super feliz e retomamos a amizade - claro que não contei pra ele sobre paixão ou coisas do gênero, mas foi bom porque não quero que ele pense que tenho alguma outra intenção mesmo. Mas fiquei super feliz mesmo!

Bom, mas fui passar o natal na casa da minha sogra e comi - sem exageros - uma comida saudável, saladinha light - fiquei até orgulhosa de mim por um lado, mas... Eu não tô fazendo dieta - eu tenho um problema mental mesmo, viu? Só sei que quando estava voltando pra casa, pensei assim: 'nossa, se eu estiver pesando \*\*Kg, vou me dar um tiro na cabeça' - claro que no sentido figurado... No dia, nem subi na balança, já que não me pesava há uma semana inteirinha e até tava evitando ficar muito tempo na frente do espelho pra eu poder saborear (olha que adjetivo que fui usar, hein?) o meu equilíbrio e a minha sanidade recém nascidos. Bom, no dia seguinte a coisa já começou a mudar...Pensei 'se vou à ceia na casa da minha mãe, não posso exagerar *de novo*'(só se fosse no pensamento, né?). Enfim, comi um pouquinho pra ninguém ter motivo pra se preocupar comigo (ou pra eu fazer de conta que não tava mais nem aí pro meu peso... ou pra não decepcionar meus pais... ou pra ninguém encher meu saco...ou pra fingir ser

perfeita... sei lá...), mas ainda assim fiquei meio preocupada (não infeliz, hein...). Só sei que de lá pra cá, felizmente, eu até emagreci uns gramas. Mas aí a coisa já tinha ferrado, né? Já tava pensando em emagrecimento de novo. Que saco!

O pior foi começar aquela sensação de “ser erradinha” que me dá quando sei que estou entrando na neura de novo... É uma sensação estranha: uma mistura de “auto-sadismo” e “auto-masoquismo” - é uma briga interna que não pára nunca. Eu adoro e odeio ao mesmo tempo... É a sensação de estar voltando pra casa, mas odiar o lugar que moro; é um tipo de comodismo agitado... Talvez seja só a sensação que me é tão comum voltando - aquilo que eu chamo de anorexia nervosa. É ser feliz sendo infeliz... Não sei explicar... Mas é quando eu paro de comer pra parar de pensar em comer. É uma tranquilidade também, mas não é gostosa. É incômoda. Mas também é o momento em que eu consigo parar de ter pensamentos incessantes em comida. Ser feliz da maneira “normal e equilibrada” não é muito confortável pra mim... Sei lá... Dá culpa na consciência...

E depois comecei a entrar numa neura assim: se eu não escrever no blog isso que está acontecendo comigo, vou me sentir desonesta porque vai parecer que estou enganando as pessoas que perdem seu tempo lendo o que escrevo. Mas ao mesmo tempo, se eu escrever as minhas neuras, pode desestimulá-las a procurar tratamento, caso tenham essa idéia...

Putz, demorei pra resolver o que faria, mas decidi escrever porque sempre vou me arrepender mesmo... Escrevendo ou não, a sensação será a mesma, mas ainda dá tempo de dizer que eu não vou desistir do meu tratamento, não. Eu não sou perfeita e também não quero ser hipócrita. Tenho medo de influenciar as pessoas de maneira errada e também tenho medo de não influenciar ou até enganá-las querendo mostrar que o tratamento é fácil e rapidinho... E também tenho medo de ser pretensiosa achando que influencio alguém. Sei lá... Desculpem todos, mas precisava escrever aqui, senão eu teria que inventar um terceiro nick pra fazer outro blog e errar tudo de novo tentando mostrar aqui um lado politicamente correto que às vezes existe em mim e às vezes, nem acredito que fui capaz de ser tão correta assim.

Mas eu não quero mais morrer, não estou deprimida e estou feliz, desequilibradamente feliz e felizmente desequilibrada! E ainda assim, continuo sendo eu: arrependida sem ser desonesta ou sei lá... Tipo um Patropi (nossa, desenterrei -rs...) - sei lá, entende?

## LIVE TO WIN

Ouvi uma música do Paul Stanley (sabe aquele que usa uma estrelinha no KISS?) e vou colocar a letra dela aqui pra vocês porque achei demais de maravilhosa!!!  
Então fica uma mensagem mais otimista pro ano novo, né?

### Viva para Vencer

Frustrado, indignado, derrotado antes de chegar ao fim  
Rejeição, depressão, não conseguiu o que você queria,  
Você me pergunta como faço  
Você me pergunta sobre todos os lugares e porquês  
E anseia por cada palavra que vou dizer  
Mas a verdade soa como uma mentira

Viva para vencer, até morrer, até que a luz apague em seus olhos  
Viva para vencer, ganhe tudo, apenas continue lutando até você cair

Obsessivo, compulsivo, sua mente sufoca  
Confusão, desilusão vão matando seus sonhos aos poucos  
Você me pergunta como suportei a dor  
E rastejei até sair do fundo do poço  
Passo a passo e dia a dia  
Até o meu último suspiro pra poder continuar

Viva para vencer, até morrer, até que a luz apague em seus olhos  
Viva para vencer, ganhe tudo, apenas continue lutando até você cair

Dia a dia, lutando o caminho todo, sem desmoronar  
Que o próximo round comece, viva para vencer!!





FELIZ 2007!!!

## NÃO ENTENDO MAIS NADA

Durante muitos anos da minha vida, pra falar a verdade, fiquei me perguntando se eu tinha mesmo anorexia. Estranho dizer isso aqui, né? Mas me perguntei isso até há bem pouco tempo atrás. Eu diria até, há dias atrás... Será que eu era mesmo uma anoréxica? Eu nunca achei que tivesse controle suficiente pra ter esse mal tão bom... Eu não sabia se *merecia* ser anoréxica, porque sempre me achei muito “nada” pra ser alguma coisa...

Claro, já tive o diagnóstico de anorexia bem mais de uma vez... mas sempre me questionei se nem me defendi dos diagnósticos dos médicos porque *sendo anoréxica*, eu *seria*, pelo menos, *alguma coisa*... Mas sabe que eu cheguei à conclusão que sou, sim. Sabe como? Bom, vou contar...

Eu me trato, como vocês bem sabem, tomo antidepressivo, faço terapia e vou a consultas como meu psiquiatra. Eu tinha muita depressão, mas o remédio fez com que a depressão me abandonasse. Ultimamente, tenho me sentido bem, dou risada de tudo e à toa, estou com pensamentos otimistas e projetos, mas há alguns dias me peguei pensando mais ou menos assim: “Putz, se eu engordar mais 100g, acho que vou dar mesmo um fim à minha vida”. Isso, de certa forma, me assustou, porque, teoricamente,

quem não tem depressão, não pensa em suicídio, mas eu estava pensando, sim. Que coisa maluca! Aí comecei a analisar a situação toda e não - eu não tenho mais motivos pra querer morrer. Mas mesmo assim, eu preferia *morrer a viver gorda* (ainda não aprendi que “engordar” não significa “ser gorda, baleia assassina” e não sei se algum dia vou saber a diferença).

O maior problema disso tudo é que quando não se está com depressão, a sua mente pensa com clareza. A sua mente volta a tomar decisões firmes. É disso que eu tenho medo, porque enquanto eu estava deprê, achava que era só tomar o remédio e a vontade de morrer passaria. Quando eu pensei agora: “é melhor morrer magra que viver gorda”, foi como se eu estivesse num escritório de contabilidade e tivesse que tomar uma decisão sobre qual seria a melhor empresa pra fornecer o produto que eu precisava. Isso foi mais profundo e mais sério do que quando eu estava, digamos, ‘incapacitada’, por causa da deprê.

Outra coisa que tem me deixado meio preocupada é que consegui confirmar algumas coisas que eu já sabia: que eu nunca tive problemas tão sérios assim a ponto de me fazer virar uma anoréxica. Sei de muitas pessoas que sofreram violências psicológicas e físicas e que essa é a causa de seus males, mas eu, não. Os meus problemas emocionais são complicados pra mim - e só pra mim. E que tenho conseguido resolvê-los até com certa facilidade. O que deveria ser uma vitória, uma conquista muito boa na minha vida, acabou virando um “nó” assim: ah, se eu posso resolver com certa facilidade, por que me preocupar com isso agora? São problemas fáceis de resolver - eu é que sou meio nazistinha e gosto de me levar as coisas a sério demais . Se eu me livrar de todos os problemas agora, qual será o meu motivo pra viver? Isso é muito chocante de saber, até mesmo pra mim - eu, que sou a dona desses pensamentos.

Aí, lembrei de um estudo feito por uma psicóloga (acho) que li um outro dia e que reproduzia o que uma garota que tava se tratando disse pra ela. Era mais ou menos isso: “Eu fico procurando a Ana dentro de mim”. Isso me remeteu aos primórdios do meu regime (ou transtorno alimentar, sei lá...) em que eu ficava procurando a depressão ou qualquer coisa que fosse pra eu ter motivo pra voltar a emagrecer. Eu não queria engordar. Eu sabia se fosse uma gorducha feliz, eu seria sempre uma infeliz... não sei explicar isso direito. Assim como não sei explicar isso que está acontecendo comigo agora. Por tanto tempo eu acreditei que eu tinha um TA porque eu tinha depressão e

agora tô sentindo na pele o que é só ter um TA mesmo, um TA em sua versão mais pura. Por que será que isso acontece?

Não consigo entender nada...

## DESEJAR E PRECISAR

Pergunte pra qualquer pessoa neste planeta quais são as 3 principais necessidades dela pra sobreviver e você terá como resposta o *ar* para respirarmos, a *água* e o *alimento*. A respiração é uma função biológica que não podemos controlar - a pessoa não consegue prender a respiração tempo suficiente pra se matar. Beber água é essencial também. Não sobreviveríamos sem ingestão de líquidos por mais de 7 dias. Mas o alimento...

Imagina o poder que uma pessoa teria se ela não precisasse comer nunca! Ela poderia ser considerada uma santa milagrosa - aliás, muitas foram!

Sabe, eu estive pensando sobre o porque das meninas anoréxicas se sentirem tão poderosas quando conseguem ficar sem comer... quanto mais tempo sem comer, maior é a sensação de poder, maior é o contentamento!

Eu acho que a anorexia é uma coisa muito interessante... anorexia vem do grego: “an”, que é não e de orex, que é “apetite”, mas também “desejo”, então vai além do não comer: se transforma numa luta entre o “desejar” e o “precisar”. Quando eu exijo de mim passar o dia sem comer nada, com o estômago roncando, na verdade, é o seguinte: eu “preciso” mas “não desejo” esse “precisar”. Quando a cabeça está focada, obcecada e entretida o dia todo no paradoxo do comer / não comer, na verdade, ainda precisamos das coisas (qualquer coisa, não importa o que - pode ser comida, amor, um namorado, um corpo bonito, etc...), mas não admitimos - por isso que a anorexia tem esse poder todo, porque muda o foco do pensamento e te protege: ao invés de chorar porque ninguém nos ama, porque não temos namorado, porque não fomos bem na prova, choramos porque não pudemos “controlar” e tivemos que (precisamos) comer. Mas quando estamos naquelas crises bravas, a gente se sente poderosa: porque controlando muito e ficando sem comer (comer é necessário para viver), temos a sensação de que se não precisamos nem comer, não precisamos de nada - de nada mesmo. Por isso que acreditamos que seremos felizes quando estivermos magras o

suficiente mas nunca estaremos “magras o suficiente”, porque precisamos de sempre nos afastar dos outros desejos, das outras necessidades.

Não desejar é poderoso! Já pensou nisso? Por isso que muitas recusam o tratamento, porque, mesmo que inconscientemente, precisam de alguma coisa, mas negam a si mesmas o essencial pra viver - o princípio, o necessário - o resto é supérfluo - e ter esse controle é uma coisa satisfatória demais! Porém quando você se “atreve” a se tratar, você sabe que uma hora qualquer terá que reconhecer que a comida é uma necessidade física primária e de fácil acesso, mas você tem outras necessidades - e abrir mão desse poder e admitir que além de precisar comer, você precisa de mais um monte de coisas e acostumar-se a “precisar”, é complicado - é admitir que você realmente perdeu a batalha. Se só estamos entretidas na nossa luta contra a comida - aquela comida que está lá disponível, mas que simplesmente não pegamos porque queremos chegar num estágio em que não precisamos e nem queremos, imagina a dificuldade ao admitir e perceber que temos outras necessidades e que satisfazê-las é mais complicado que comer, pois nada estará lá tão disponível, tão fácil...

É dolorido demais perceber suas necessidades além do ar e da água. Mas se você consegue coibir sua “necessidade” e seu “desejo” de comer, você poderá ainda mais facilmente controlar quaisquer outras necessidades e desejos.

## **DEBUTANTE**

*Olá a todos!!!*

*Bom, antes de passar ao texto, quero agradecer à vocês pela paciência, por esperarem... estou bem! Mas nesse período de sumiço, mudei de cidade e muitas coisas mudaram na minha vida também, mas vou explicando aos poucos, ok?? Espero que vocês curtam este meu retorno!!!*

Dizem que as anoréxicas querem emagrecer porque acham que assim que estiverem magras o suficiente, serão felizes. Eu penso assim também. Sempre achei que podia emagrecer mais um pouquinho, porque eu só sou infeliz porque sou gorda... assim que eu estiver magrinha, as coisas boas acontecerão, os meus sonhos se realizarão, alcançarei meus objetivos. Tenho em mente que o dinheiro não traz felicidade, mas a

magreza, sim... e dinheiro, e amigos, e reconhecimento, e elogios e segurança, etc, etc, etc...

Outro dia, na terapia, eu falei que como o meu regime nunca acaba, a impressão que tenho é que estou me preparando pra ir à minha festa de debutante, só que ela já deveria ter acontecido há 17 anos atrás. Engraçado isso, já que a festa de debutantes, em termos tradicionais, acontece quando a menina é apresentada à sociedade, ou seja, quando ela está pronta pro convívio social, pra ser aceita como uma pessoa independente, sendo, então, a transição de criança que depende dos pais para uma pessoa que já pode a ter suas próprias idéias e gostos e escolher a vida que quer levar. O nascimento também é mais ou menos isso – acontece quando você está pronta, com o corpo em condições de funcionar independente da mãe.

Pra mim, sempre parece que experimento o vestido da festa e ele tá muito justo. Enquanto a costureira arruma, eu percebo que o cílio postiço caiu e eu tenho que colocar de volta, mas então meu cabelo começa a despencar e eu volto pro cabeleireiro e conserto. Quando volto a experimentar o vestido, ficou largo demais, e assim vai... faz 17 anos que a maquiagem sai, o cabelo despenca, o vestido nunca serve e depois a cor não fica boa...

E depois de toda essa preparação, será que a festa vai ser boa?? O pior problema é que isso vai depender de outras coisas e pessoas: dos convidados, dos garçons, dos caras que fazem a decoração do salão, etc, etc, etc... pensando bem, a festa só seria perfeita como na minha imaginação se eu pudesse controlar cada passo de todos... isso não dá pra fazer... então, ficar me arrumando eternamente pra festa garante que a festa nunca aconteça – tenho total consciência disso, mas a minha mãe sempre falava uma frase que encaixa aqui perfeitamente: “o melhor da festa é esperar por ela”. Claro!!! A festa nunca será tão perfeita quanto na nossa imaginação. As pessoas não dirão o que você imaginou, pode estar chovendo no dia, o gosto dos salgadinhos não será tão bom quanto o que você experimentou quando foi escolher o buffet, os vestidos que os outros usarão não serão aqueles que você fantasiou - e se na minha festa de debutantes, em que eu deveria ser o centro das atenções, aparecer alguém que esteja mais bonita e diminuir o meu brilho? Conheço tantas meninas mais lindas, mais magras, com mais dinheiro pra comprar roupas...

Sabe, acho ficar fazendo regime eternamente esperando ser magérrima, lindérrima, perfeita é a maneira mais segura de me garantir um futuro, uma esperança, de poder acreditar que ainda vou conseguir ser alguma coisa, de que serei independente

e aceita pela sociedade como uma adulta capaz de fazer escolhas próprias com segurança e sem depender de ninguém pra isso...

## **EMAGRECER É PRECISO, VIVER NÃO É PRECISO**

Nunca vou me esquecer de uma aula que tive, ainda no primeiro grau, cujo título da matéria sobre a navegação portuguesa era “navegar é preciso, viver não é preciso”. Esta frase, usada pelo romano Pompeu pra animar seus marinheiros e, posteriormente, por Fernando Pessoa em um de seus poemas, à primeira vista me chocou. Claro que na noite anterior à aula eu, como perfeccionista e morta de medo de errar ou de fazer qualquer pergunta boba, li o capítulo do livro e pensei “Caramba, esses caras eram doidos mesmo!! Como assim? Precisam navegar, mas viver, não??” Isso ficou na minha cabeça até quando a professora explicou que esta frase tinha duplo sentido, mas queria dizer que navegar é uma ciência exata e racional, mas viver, não. Adoro essa frase!! O escritor Rubem Alves colocou bem dizendo o seguinte: *“Navegação é ciência, conhecimento rigoroso. Para navegar, barcos são necessários. Barcos se fazem com ciência, física, números, técnica. A navegação, ela mesma, faz-se com ciência: mapas, bússolas, coordenadas, meteorologia. Para a ciência da navegação é necessária a inteligência instrumental, que decifra o segredo dos meios. Barcos, remos, velas e bússolas são meios. Já o viver não é coisa precisa. Nunca se sabe ao certo. A vida não se faz com ciência. Faz-se com sapiência. É possível ter a ciência da construção de barcos e, ao mesmo tempo, o terror de navegar. A ciência da navegação não nos dá o fascínio dos mares e os sonhos de portos onde chegar.”*

Acho que isso tem tanto a ver com a anorexia... Se você quer emagrecer, você precisa de uma tabela de calorias e precisa calcular quanto vai gastar de energia e quanto vai consumir; quanto de calorias perderá se fizer determinado exercício e quanto precisará queimar pra emagrecer a quantidade que “zera” a diferença. É matemático, é preciso, é racional. Mas e viver? Viver, não... Da mesma forma que a navegação é só um processo, porque a meta é chegar, atracar e fazer o que tem pra fazer; emagrecer também é um processo e na anorexia acho que a meta nunca é alcançada “meio que” propositalmente. Porque assim como a precisão da navegação não é a mesma que a do encontro e da negociação com as pessoas – aquele jogo de “pechincha” – correndo o

risco de não ter tanto lucro, ser magra não significa ser feliz, não significa se dar bem com as pessoas...

Então, a questão não é exatamente “viver” em si, mas lidar com as pessoas. Eu nunca consigo saber a reação que os outros terão em relação a mim e ao que faço. Muitas vezes esperei reações boas em determinada situação, e acabei sendo muito criticada. Nos momentos em que estou empolgada e termino criticada, fico tão mal, me sinto tão devastada, que num certo ponto decidi que era mais simples sempre esperar uma reação negativa das pessoas, pois o elogio seria um “lucro”, digamos assim. “Não se pode agradar a Gregos e Troianos”. Então sei que o que faço nunca estará perfeito pra todo mundo. Pois é!! Emagrecer é mais preciso do que viver e talvez mais necessário também...

## **AJUDANDO DA FORMA CERTA!**

Nesta semana recebi um comentário no Blog de uma moça muito simpática querendo ajudar, dizendo que nós deveríamos ser pessoas contentes e que deveríamos viver pra nós mesmas, etc... Bem intencionada ela estava, com certeza, mas eu reprovei o comentário, não por maldade minha, mas porque quero explicar algumas coisas, principalmente pra quem não tem um transtorno alimentar. Segundo meu maravilhoso marido, “boa intenção é o começo, mas não basta”. Então, a seguir vão algumas dicas para aqueles que querem ajudar amigos e familiares, mas de uma maneira efetiva!

A primeira coisa é que quem não tem um TA precisa entender que a cabeça de quem tem é diferente. Se você quer se aproximar de uma anoréxica pra ajudá-la, não adianta forçá-la a comer, nem evitar que uma bulímica induza o vômito ou impedir que um Comedor Compulsivo pare de comer demais. Não foque imediatamente na comida ou nos hábitos alimentares dessa pessoa. Os Transtornos Alimentares estão diretamente relacionados a problemas emocionais que a própria pessoa não consegue ou não pode resolver. Além disso, saiba que são pessoas com graves distúrbios na imagem corporal – realmente se enxergam gordas, mesmo estando magérrimas – e também de auto-estima – são pessoas que não gostam de si mesmas. Isso pode ter acontecido por inúmeras razões e só um profissional de saúde poderá realmente curá-las.

Quem tem um Transtorno Alimentar está doente – não foi uma escolha consciente. Não a critique dizendo que ela quer chamar a atenção ou que está com

“frescurite”. Isso não é verdade e só a fará se sentir pior do que já está. Muitas vezes, a pessoa sente medo ou vergonha de pedir ajuda. Geralmente, acredita que não é merecedora de tratamento e ajuda. Então se você está realmente disposto a ajudar, a primeira coisa a fazer é ser carinhoso e se oferecer para ouvir, porém sem ficar oferecendo conselhos e dizendo “ah, já me senti assim uma vez quando...”. Ouça. E se ela te pedir um conselho, seja honesto, mas gentil. Não esqueça que ela não está assim porque quer. Não ameace. Se a pessoa confiar em você e decidir que está pronta para conversar, deixe que ela fale, dê valor à confiança que ela depositou em você e não a traia, afinal você se ofereceu pra ajudar.

Incentive-a a procurar ajuda profissional. Somente especialistas podem curar – ela não se curará sozinha. Procure se informar sobre o Transtorno em questão. Leia e saiba mais sobre o problema, sintomas e possíveis tratamentos. Quando você voltar a conversar com a pessoa, ela se sentirá mais segura e saberá que pode confiar em você, que você está interessado no que ela tem a dizer e disposto realmente a ajudar.

Nunca, nunca mesmo, diga algo como “Por que você está fazendo isso comigo/ com sua família/ com você mesmo?”. Quem tem um Transtorno Alimentar não está fazendo isso com você, nem com ninguém, e sim lutando muito consigo mesmo, em seu interior. É bom ter isso em mente quando quiser fazer perguntas que são egoísta ou que magoam (mesmo que sem intenção). Além disso, esse tipo de atitude só vai perpetuar o sentimento de culpa que quem sofre com TA já tem.

“Você tem uma vida tão boa. Qual é o seu problema, hein?” – Não é uma opção consciente (na maioria dos casos) a pessoa escolher isso como estilo de vida ao contrário de ser uma pessoa feliz e com auto-estima saudável e equilibrada. O Transtorno Alimentar é o mecanismo que ela usa para conseguir lidar com a depressão ou a auto-rejeição que aumenta dentro dela há muito tempo. É um reflexo externo do que a pessoa sente em seu interior. Maridos maravilhosos, filhos perfeitos, amigos que sempre estiveram presentes, na verdade têm pouca ou mesmo nenhuma influência na criação de uma auto-estima saudável para que a pessoa consiga se curar, lidar bem com os problemas que a vida lhe apresenta e aprender a acreditar que merecem desfrutar das coisas boas que a vida oferece e da felicidade. Estes Transtornos têm a ver com o sofrimento interior da própria pessoa e de como ela se sente em relação a si mesma. (Fonte: Textos de divulgação da ASTRAL – BR Associação Brasileira de Transtorno Alimentar)



## MEDO

Eu tô com medo...

Acho que a Ana vai voltar...

E eu preciso tanto Dela neste momento...

Estou em tratamento há tempos. Eu realmente A estava superando, porque na maior parte do tempo consigo saber os porquês das situações e também da maioria das emoções e sensações... Mas eu ainda não me permito falhar, errar, sei lá... mesmo não tendo certeza se eu realmente cometi a tal falha... E eu tô com medo... talvez Dela, da Ana; talvez da falta Dela, que neste momento, conscientemente sei que só Ela está do meu lado... Ela é o ódio de mim mesma e, principalmente, o castigo que eu mereço... Ela dói, mas eu quero... pode ser que seja só hoje... Pode ser que não...

Não sei se A quero de volta... Talvez se Ela voltar, Ela seja ainda mais rigorosa e exigente comigo... Talvez Ela me pergunte porque A deixei de lado... Por que não acreditei que só Ela é minha amiga verdadeira... Que se eu A tivesse escutado, não A tivesse ignorado e desprezado, eu não estaria em tanta enrascada...

MEDO...

## AFRAID

É, pois é, voltei aqui de novo porque me identifiquei tanto com uma música que vale a pena compartilhar...

É uma música do Motley Crue chamada "Afraid".

Aí vai a letra:

*do you, do you wanna bleed? (você quer, você quer sofrer?)*

*do you, do you wanna live in vain? (você quer, você quer viver em vão?)*

*it's only life (é só a vida)*

*she's so afraid to kiss (ela tem tanto medo de beijar)*  
*and so afraid to laugh (e tanto medo de rir)*  
*is she runnin' from her past? (será que está fugindo de seu passado?)*  
*it's only life (é só a vida)*  
*she's so afraid of love (ela tem tanto medo do amor)*  
*is so afraid of hate (e tanto medo do ódio)*  
*what's she runnin' from now?? (do que ela está fugindo agora?)*

*do you, do you wanna scream? (você quer, você quer gritar?)*  
*do you, do you wanna face the strange? (vc quer, vc quer encarar o estranho?)*  
*do you, do you believe? (você, você acredita?)*  
*are you, are you afraid of change? (você tem, você tem medo de mudanças?)*

*it's only life (é só a vida)*  
*she's so afraid of this (ela tem tanto medo disso)*  
*and so afraid to ask (e tanto medo de pedir)*  
*she hides behind her mask (ela se esconde atrás de sua máscara)*  
*nothing's ever right (nunca nada está certo)*  
*she's so afraid of pain (ela tem tanto medo da dor)*  
*so afraid of blame (e tanto medo da culpa)*  
*it's driving her insane (isso está deixando-a louca)*  
*so insecure (tão insegura)*  
*there is no cure (não tem cura)*

*well she's so afraid (bem, ela tem tanto medo)*

*she's so afraid of death (ela tem tanto medo da morte)*  
*she's so afraid, afraid of life (ela tem tanto medo, ela tem tanto medo da vida)*  
*the drama in her head (o drama em sua cabeça)*  
*getting louder all the time (só aumenta o tempo todo)*  
*getting louder all the time (aumenta o tempo todo)*  
*she's so afraid, afraid to lose (ela tem tanto medo, tanto medo de perder)*  
*been so afraid of fame (tem tanto medo da fama)*

*everyday she feels the same (todo dia ela sente a mesma coisa)*

*it's driven her insane... (isso a está deixando louca)*

## **NÃO SEI COMO, MAS TENHO PISTAS...**

A-HA!!! VOLTEI!!!

Pessoal, fiquei mais de um ano sem "abrir a boca" aqui, mas tenho novidades!!  
Muitas novidades!!

Antes de mais nada, quero dividir com vocês que realmente estou no caminho da recuperação. Independente de eu querer ou não, não consigo mais voltar como era antes. A minha cabeça mudou e também não estou mais com depressão. Bom, né?

De qualquer forma, ainda não "sou" uma pessoa completamente normal (embora pareça uma! 🤪). Provavelmente nunca serei, mas pelo menos agora sinto que vale a pena viver - uma coisa que não sentia antes. Agora tenho um trabalho legal, com pessoas legais e consigo me relacionar com as pessoas: conversar, rir, me comunicar no geral... Dentre as coisas boas que descobri, duas delas são: 1- que quando estou chateada, posso falar para a pessoa e; 2- não preciso me sentir culpada pelos problemas dos outros. Não sei explicar como foi todo esse processo de mudança e cura, mas aconteceu por causa da psicanálise.

Agora me dou o direito de ser eu mesma, sem ficar me escondendo pra fingir que sou normal (é, eu fiz isso a vida toda). Quem quiser que aceite. E agora que estou escrevendo isso, pode parecer que isso foi simples e fácil, mas não foi, não. Eu só sei que sofri bastante no começo porque tive que enfrentar tudo que não queria e que a anorexia me protegia. Tive que enfrentar pensamentos que me faziam sofrer para depois descobrir que eles eram delírios, e muito mais coisas, mas eu sabia que era só um sofrimento passageiro, que não ia durar pra sempre.

Mas como diz o título, tenho algumas pistas e quero compartilhá-las, se vocês quiserem... aí é só continuar a ler!

Apesar de tudo, talvez a obsessão seja um traço da minha personalidade, então estou sempre lendo sobre o assunto e nisso, encontrei algumas coisitas interessantes, como por exemplo:

*"As crianças iniciam suas vidas como antropólogos que não falam. Estudam o mundo adulto e reagem a ele como se só isso fosse real. Não ousam desacreditar de seus cuidadores. Estes responsáveis pelas crianças podem ou não olhar em seus olhos; podem ou não ficar felizes em ver a criança; tocam-na de maneira suave ou agressiva; falam doce, ou rudemente ou ainda, raramente falam com ela. E as crianças acreditam que aqueles adultos têm o comando. E acreditam que são as únicas responsáveis pelas reações emocionais e pelo humor dos adultos em volta delas, portanto sentem que se se comportam bem, serão amadas; caso contrário, não. A criança sabe quem é pela maneira como os adultos reagem a ela. Às vezes, os adultos a amam simplesmente por ser quem é; às vezes, a amam pelo que fazem pelos adultos.*

*Em termos concretos, os pais precisam ensinar aos filhos como experienciar a vida e essa orientação se inicia quando os adultos focam na criança. Olhares amorosos freqüentes dos pais faz a criança desenvolver uma auto-estima e se sentirem mais seguros e protegidos, por exemplo. Conforme a criança cresce, interpretará as palavras que acompanharão os olhares e o tom de voz usados pelo adulto. Crianças gostam (e precisam) ouvir que são bonitas, inteligentes, espertas, especiais, etc. Elas demonstram o que sentem: beijam e abraçam seus pais, diz a eles que os ama. Se a criança ouvir coisas boas a seu respeito, sentir-se-á bem com ela mesma. Se ouvir coisas ruins, sentir-se-á mal. Se, entretanto, ouvir coisas boas, mas não conseguir acreditar, isso não a fará se sentir melhor e, pior ainda, se não ouvirem nada a seu respeito, ou sentir que os adultos cuidam dela só por obrigação, se sentirá invisível. Invisível porque faltará um auto-identidade, digamos assim, para formar uma coisa crucial - sua própria personalidade - ela não saberá quem é. A criança que não tem este tipo de apoio, sentirá que é "indescritível" (no mau sentido mesmo), que não é nada, então ela inventará um personagem para agradar os outros..."*

Isso continua...

## **COMO TER ANOREXIA? COMO NÃO SENTIR FOME?**

Tem muita gente que vem até este blog em busca de algumas informações e curiosidades, então quero aproveitar para contar como eu vejo esses assuntos:

### **COMO FAÇO PARA PEGAR ANOREXIA?**

Bom, anorexia não é uma doença contagiosa, então não tem como "pegar". Seria uma sorte se fosse contagiosa, né? 🤪 Brincadeira... Na verdade, a anorexia é a doença que tem a maior taxa de morte entre todos os transtornos psiquiátricos: 20% das pessoas que a desenvolvem, morrem; seja por consequência da debilidade física ou ainda, suicídio. Quem desenvolve esse transtorno alimentar é a pessoa que já tem uma predisposição genética, além de estar em um ambiente familiar e social que incentive. Sem detalhar muito, eu quero dizer que a pessoa tem que ter uma família muito exigente e que também não tenha o costume de demonstrar amor, como abraçar, beijar, ficar falando "amo você" e coisas do gênero. O que acontece é que a criança acha que para ser amada tem que fazer, tem que merecer, tem que ser perfeita. A predisposição genética não precisa, necessariamente, ter um pai ou mãe que teve algum TA. Pode ser depressão, bipolaridade, distímia, alexitimia ou algo do gênero. O convívio social também tem que ser exigente e crítico - exemplo disso é que crianças que sofreram bullying na escola tem mais chance de desenvolver um TA - eu era a Gordia, Baleia, Nariguda e Quatro Olhos - bom começo, né?

### **COMO FAÇO PARA NÃO SENTIR FOME?**

Uhhmm... isso eu não sei... Essa história de não sentir fome não tem nada a ver com anorexia. O grande barato da anorexia é sentir fome e ver o quanto você resiste sem comer. Nem moderador de apetite serve para isso porque ele diminui o apetite e não a fome. Aí você me pergunta: não é a mesma coisa? Não!!! Fome é aquela dor no estômago, aquela sensação de fraqueza e mau humor. Já o apetite é aquela sensação que te dá quando vê aquele maravilhoso bolo de chocolate. Você sabe diferenciar a fome e o

apetite? Bom, explico: com fome, você até quiabo queimado com recheio de carne de rã (exótico esse prato, né?!). O apetite só aparece quando tem guloseimas, pizzas, McDonald's, aquela pipoca que te dá vontade de comer por causa do cheirinho...

Por hoje é isso aí!!

Se você, amado leitor, tiver mais dúvidas, não se avexe e deixe um comentário com a questão,ok?

## 8. DISCUSÃO

Passo, agora, a analisar e discutir o material apresentado por Anna Paulla em seu blog, para em seguida, na conclusão, tentar ampliar a análise deste caso para uma discussão mais ampla da anorexia e do mal-estar. Esta discussão parte de um olhar psicanalítico do autor sobre o que foi escrito, logo, é desprovido da possibilidade de intervenção do mesmo sobre o discurso de Anna Paulla.

Uma primeira coisa que logo me chama a atenção no material divulgado pela jovem é que ela, para esconder seu verdadeiro nome, escolhe como codinome: **Anna Paulla**. *Anna* representa o nome escolhido pelas anoréxicas para nomear a anorexia. Se observarmos bem é a junção das duas primeiras letras com a última letra na palavra *anorexia*, e que no caso de Anna Paulla é escrita com duas letras “n”s. Ao nomear a anorexia pelo nome próprio de *Anna*, Anna Paulla dá vida à sua doença, torna-a uma “pessoa” e cria uma intimidade com a mesma.

Este é um primeiro ponto que gostaria de ressaltar: que Anna Paulla tem uma relação de apego com a anorexia. Chama-a intimamente pelo seu “nome próprio” e até opta por nomear-se pelo nome próprio da anorexia: *Anna*. Anna Paulla, ao menos em parte, tem prazer em nomear-se anoréxica. Não me recordo de observar esta relação de apego das pessoas com os sintomas de sua doença, muito menos de alguém nomear desta forma alguma doença ou sintoma físico ou psíquico.

Por outro lado, Anna também significa<sup>10</sup> “cheia de graça”. Logo, temos dois possíveis significados para o nome *Anna*: anoréxica e cheia de graça. Analisando estas duas palavras a partir do relato de vida de Anna Paulla pode-se pensar numa relação bastante estreita entre elas. Durante sua infância a pessoa que está por detrás desse codinome teve uma infância bastante penosa em função de ser uma menina “sem graça”. Era gordinha, usava óculos “fundo de garrafa” e não parecia ter muitos atributos estéticos que chamassem à atenção dos demais. Muito pelo contrário, ser “sem graça” fazia com que fosse xingada, desprezada, discriminada e quase espancada. Até em sua própria casa sempre foi chamada de “gorda”.

Isto não quer dizer que Anna Paulla tenha desenvolvido anorexia como uma resposta ou revanche, através de um corpo magro e valorizado, para o trauma que foi ter um corpo gordo e desvalorizado (o que é bastante comum de se escutar quando se

---

<sup>10</sup> De acordo com o site <http://www.significado.origem.nom.br>.

trabalha com jovens anoréxicas, como venho trabalhando). Afinal, ela poderia ter-se mantido gorda até a idade adulta como muitos adultos gordos que também já foram alvo de zombarias. Ou seja, ser uma criança gorda e ser zombada por ser gorda não representa a causa da anorexia.

Porém, parece bastante razoável pensar que ter vivenciado esta experiência na infância seja um possível fator predisponente. Pois, não seria demais considerar que para Anna Paulla a busca de um corpo magro represente a possibilidade de nunca mais ter que sofrer com o desprezo por ser gorda. Ainda mais se considerarmos que o corpo magro é fortemente valorizado pela mídia e pela moda nos tempos atuais, o que faz com que ser magra = ser “cheia de graça”. Portanto, pode-se pensar que Anna seja àquela que busca ser cheia de graça através da anorexia.

Vale notar, também, a opção feita pela jovem de escrever seu codinome Anna Paulla com duas letras “n”s e duas “l”s. Não saberia dizer o porquê desta sua escolha, até porque esta jovem não esteve em análise comigo, nunca falei diretamente com ela e a própria não fala nada a este respeito. De qualquer forma, não pude deixar de notar que ao reforçar estas duas letras a jovem transforma duas palavras ímpares em pares. E também ao escrever o nome *Anna* com dois “N”s torna a palavra particularmente uniforme, pois mantém duas letras “a”s nas extremidades e duas letras “n”s no meio. Seria isto uma forma de expressar no próprio nome desejos de segurança, controle e organização?

Faço esta pergunta acima por lembrar-me, contratransferencialmente, de um sintoma pessoal que tinha quando criança. Sempre que ficava ansioso, especialmente em torneios esportivos como em jogos de tênis, se tocava em uma parte do meu corpo tinha que tocar na outra também. Ou seja, se tocava no braço esquerdo enquanto esperava o saque do adversário, tinha que tocar no braço direito, pois achava que se não fizesse isso eu iria errar a devolução. E isto era estendido para diversas outras situações onde enquanto não atingisse um número par não ficava sossegado. Frente a esta sensação contratransferencial, pergunto-me se ao escolher por esta disposição das letras ela não está já expressando seu desejo de controle e segurança.

Por outro lado, o nome *Paulla* significa no.... aquela que é delicada e pequenina. A jovem relata que escolheu este nome para designar seu lado inteligente e estudioso. Segundo ela, sempre foi uma criança estudiosa e inteligente, porém, muito exigente quanto às notas escolares, pois estudava para ser valorizada.



Portanto, ela associa ser inteligente com ser delicada e pequenina, que é como se sentia quando era uma criança “apenas” inteligente e não “cheia de graça”, o que a tornaria bem mais popular e amada por todos. Ser apenas inteligente era sinal de fraqueza e fragilidade.

Fazendo a escolha por juntar *Anna* com *Paulla*, ela opta por se autodenominar a inteligente, pequenina e delicada anoréxica cheia de graça. Busca, assim, uma convivência entre a inteligência que sempre teve (era aluna exemplar), mas que a deixava frágil frente aos colegas, com a busca de uma beleza que sofria por não ter e que representava uma *fortaleza* e um poder sobre os demais. Enquanto se autodenomina Anna Paulla, o codinome escolhido para criar e escrever no blog, ela busca ser tudo, e adotar uma personagem inteligente que analisa esta busca de beleza de outra personagem que sempre critica tudo e que busca a perfeição.

Isto é particularmente percebido ao escrever sobre a relação entre Cassandra e Apolo. Assim como Cassandra, Anna Paulla briga com o deus da beleza e da perfeição e iniciador dos jovens no mundo dos adultos, por este tê-la feita gorda e feia, e decide virar magra e bonita. Para enfrentá-lo, recusa-se a tornar-se adulta e mantém-se firme nesse mundo adolescentes envolta em questões adolescentes e com corpo de menina e não de mulher. Ela decide se fazer bonita sem ele e, ainda, criar um blog para, assim como Cassandra, profetizar sobre a vida, as desgraças e mazelas, mesmo sendo considerada louca por todos aqueles que a mandam emagrecer.

Porém, esta junção de nomes e personagens não dá certo, e ambas se mostram incapazes de coexistirem. Quando fala sobre a Diana por detrás da Mulher Maravilha, ela expressa precisamente esta incapacidade ao perceber que o personagem que criou sob este nome Anna Paulla lhe serve como fortaleza para não ter que lidar com o que não quer ver. O sujeito por detrás deste personagem é da ordem do estragado e do nada, é recoberto por uma personagem forte, inteligente, bem articulada.

No seu *O Jackpot de Freud e uma Fábula*, a jovem nos diz que a busca de união entre a Anna e a Paulla se deu em função de um desejo de perfeição e de conquista do príncipe encantado que é 2 em 1, ou seja, bonito e inteligente, tudo que Anna Paulla quer ser. Elas “perceberam” que se fossem também 2 em 1, bonita e inteligente em uma só pessoa, conquistariam o amor do príncipe. Assim, o que “elas” desejam é tornarem-se um ser total e perfeito para obterem o amor do outro ser total. Em outras palavras, o

que se vê é uma demanda de amor a partir de uma relação dual, muito parecida com a que observamos nas relações precoces entre mãe e filha, onde ainda não aconteceu a entrada do terceiro que pode ser compreendido como a castração.

A castração na fábula é vivenciada a partir do momento que “percebem” que não conseguem enquanto duas serem uma só. Que esta relação simbiótica gera desprazer e se mostra impossível. Logo, também o amor total e incondicional do príncipe que deseja um ser total também não virá, pois “elas” são falhas.

É interessante que a castração é vista a partir do espelho. Quanto mais brigam mais vêm seus defeitos refletidos no espelho. E quanto mais vêm a castração refletida no espelho, mais desviam seu olhar do espelho. Esta é uma metáfora interessante para se pensar a anorexia desta jovem de codinome Anna Paula. Talvez possamos pensar, a partir de seus relatos, que o espelho que lhe causa desagrado é o espelho que mostra uma menina dividida entre a beleza e a inteligência, entre o desejo e a censura, entre a castração e a totalidade. O espelho que incomoda, portanto, não é o que mostra o corpo gordo. Na verdade o que o espelho reflete é a castração, a impossibilidade da Anna Paulla ser completa e perfeita e de ser amada incondicionalmente.

E o que se observa a partir disto é que na impossibilidade de se aceitar enquanto faltosa, ou seja, enquanto aquela que possui defeitos e falhas e que não vai ter garantias de amor incondicional, ela passa a se ver como aquela que não tem nada a ser amada. É o que a jovem chama de ser 8 ou 80, de passar do oitenta para o 8 em um só pulo. Aqui talvez esteja a origem de seu estado melancólico, onde se deprecia com tanto rigor. É interessante notar que é justamente quando sente desejo por comer e, mais ainda, quando cede a este desejo que mais se deprecia. Ou seja, é justamente porque o desejo surge trazendo consigo o risco de não ser correspondido que faz com que prefira não correr este risco, controlar este desejo e negá-lo, mantendo-se como aquela que não deseja. Assim, na impossibilidade de desejar, anula-se como ser de valor. Ao não poder investir libido no objeto desejado, retira-a para si em um estado melancólico de desvalia. Portanto, Anna Paulla prefere fugir da sua imagem no espelho, por este representar o olhar que é capaz de carregar uma rejeição. Com isto se isola e busca abrigo entre aquelas que também se sentem rejeitadas e não irão lhe criticar, e foge do contato com todos os demais.

Ela diz que as pessoas pesam nela. Esta sua afirmação talvez possibilite entender o significado e a importância da tão almejada magreza. Talvez possamos pensar que a leveza que deseja obter não é a do alívio de um peso corporal, mas a leveza emocional de não precisar do outro, não precisar da sua aprovação e do seu amor. Porém, não consegue se livrar do desejo de ser amada, por maior que seja o risco deste desejo. Assim, gostaria de manter-se leve em um estado emocional de se bastar, mas sabe que isto é impossível. Deseja não sentir nada, deseja não desejar, pois, desejar representa depender da aprovação das outras pessoas. Talvez por isto que busque tanto o exercício do controle sobre o desejo, pois, percebe como vital a necessidade de controlar o mecanismo de dependência do desejo do outro.

E nesta dinâmica amorosa com as pessoas posiciona-se sempre como vítima e o patinho feio injustiçado. Percebe-se que no início de seus relatos, quando os sintomas da anorexia e principalmente a dinâmica psíquica por detrás destes sintomas estão muito presentes, Anna Paulla sempre se apresenta como aquela que sofreu muito na infância por ter sido gorda e que tudo que lhe acomete de infortúnios na atualidade é fruto destas injustiças das quais sofreu e da falta de amor foi vítima. Até este seu momento do texto e da vida ela não consegue questionar-se sobre sua responsabilidade pela presença destes sintomas na atualidade. É como se até então ela não tivesse nenhuma contribuição para o que está vivenciando. É um movimento muito comum em pacientes que iniciam um processo analítico, como Anna Paulla estava vivenciando. É verdade que aos poucos ela começa a questionar-se, em um primeiro momento, sobre a serventia de seus sintomas na sua vida, e depois sobre o desejo que existe por detrás desses sintomas. A partir de seus relatos é possível perceber esse avanço em seu processo analítico.

Contudo, no período inicial de seu processo descrito nos primeiros relatos do blog, parece considerar que tudo que acontece com ela hoje está relacionado com o que os outros fizeram com ela na infância. E a magreza se apresenta como uma sedutora possibilidade de ser bonita e com isso amada por todos. Porém, se seus sintomas fossem apenas alimentados por este desejo de emagrecer para ser bonita e amada, era de se esperar que buscasse emagrecer até um patamar valorizado pelo senso comum e mantivesse-se sem muito incômodo deste patamar de peso. Mas não é o que acontecesse com Anna Paulla. Mesmo magra a angústia frente ao seu peso e ao seu corpo mantém-

se, assim como a busca pela magreza, o controle sobre a ingestão alimentar e a culpa pela transgressão deste controle.

Surge outra questão: seria este ideal de corpo magro o corpo que atrai olhares de desejo e valorização? Afinal, parece óbvio que um corpo anoréxico ao invés de atrair olhares de desejo, atrai repulsa. O corpo desejado, ao menos pela maioria dos homens parece ser o corpo atlético, sem gorduras, mas com curvas, seios grandes, quadril largo e glúteo avantajado. Ao menos é o que se observa na mídia e nos relatos do senso comum sobre o corpo feminino que atrai os olhares masculinos. É só observarmos as mulheres que se apresentam dançando nos programas de auditório, como as diversas *mulheres-frutas* que surgiram recentemente. É verdade que existem desejos masculinos por todas as formas de corpos, mas ao menos parece haver uma predominância em nossa sociedade da valorização por este tipo de corpo.

Pois bem, então como podem almejar um corpo que não é o corpo mais desejado e valorizado pela maioria dos homens e vendido pela mídia? Já que desejam serem terem um corpo magro para serem amadas, não deveriam manterem-se numa faixa mediana de peso? Não, se pensarmos que elas seguem outro ideal de corpo valorizado pela mídia: o corpo muito magro das modelos. Este é o ideal feminino mais valorizado de corpo na atualidade. Enquanto o corpo das *mulheres-frutas* representa o ideal masculino, o corpo escasso, digamos assim, representa o ideal feminino. Talvez por isso vejamos a grande quantidade de fotos de modelos esqueléticas nos sites de pró-anas. São sempre mulheres muito bonitas e muito magras, com ares poderosos e de *glamour*. Portanto, penso sim que exista, por parte de Anna Paulla e de jovens como ela, um investimento libidinal sobre esse ideal de magreza em busca de também serem valorizadas e amadas, de tornarem-se também fatais e poderosas como suas modelos.

Contudo, a busca por um corpo magro não me parece apenas isto. Observo que existe uma utilização deste corpo como porta-voz de um mal-estar, como um comunicador de sofrimento. Para Anna Paulla, ter um corpo magro que incomoda parece ser a forma que encontrou de mostrar sua dor e seus conflitos psíquicos. Ela se queixa que sua mãe nunca prestou muita atenção em si, e para que ela direcione-se um olhar de preocupação e cuidado sobre a filha era necessário que esta apresentasse algo de muito grave. Anna Paulla também demonstra muito incômodo com o “susto” que as mães de meninas com anorexia tem ao perceberem os sintomas que há muito já eram óbvios. Assim como, com a busca por explicações bastante simplistas para entender o que acontece com sua filha, como por exemplo achar que a filha não tem fome.

Este incômodo de Anna Paulla com este olhar errante das mães sobre suas filhas, especialmente o da sua mãe sobre si, parece estar relacionado ao uso do corpo por Anna Paulla como uma forma de comunicar um sofrimento que não encontra escuta por outro meio. O sofrimento expresso no corpo é mais difícil de passar despercebido, nem que primeiramente tenha que ser percebido por amigos e profissionais de saúde para só depois a mãe ser obrigada a ver.

E Anna Paulla parece perceber esta importância do corpo como comunicador de sofrimento, afinal, foi seu corpo gordo infantil que comunicava inadequação entre os colegas e que originou tanto sofrimento durante aquela fase de sua vida. Parece razoável pensar que este mesmo corpo pode ser pensado e escolhido como a via para se tentar, mesmo que pela via do sintoma, eliminar o sofrimento. É como se fosse uma resposta pelo corpo para o sofrimento que se originou a partir dele.

Seguindo este raciocínio, talvez se possa entender o caráter excessivo da magreza, ou seja, entender porque não para de emagrecer em um patamar razoável e saudável. Ela talvez busque emagrecer doentamente porque existe a necessidade de ultrapassar o limite de normalidade em termos de uma imagem corporal, até chegar em um corpo que ao destoar, incomode, provoque e por isso atraia o olhar de interrogação.

Assim, talvez o que ela busque com a magreza seja justamente atrair um olhar sobre ela, olhar este que faça o observador preocupar-se com ela e se questionar sobre seu mundo interno. Em outras palavras, é uma demanda de amor que está em questão, demanda esta direcionada à mãe.

E talvez seja por isso que Anna Paulla busca tanto ser perfeita em tudo. Não porque seus pais lhe demandam isso, pois, ela mesmo relata que seus pais não lhe cobravam que fosse a melhor da escola, nem brigavam se tirasse notas não tão altas. Ela buscava ser perfeita por motivação própria. Esta busca ferrenha por atingir um ideal de eu tão inatingível denuncia a existência de um supereu extremamente rigoroso e punitivo, sempre vigiando e punindo.

E esta vigilância e cobrança se mostra tão forte na dinâmica psíquica de Anna Paulla que ela chega a considerar que prefere a dor da fome do que a dor emocional das cobranças que tem sobre si. A dor da fome é mais concreta e passível de controle por ser externa ao eu. Já a dor interna é muito mais difícil de controle e de defesa, pois, sua fontes remontam à conflitos psíquicos de difícil acesso ao consciente. Por isto a escolha pela dor física da fome, escolha esta que a nós, que não temos estes sintomas, nos parecem tão absurdas.

Paralelamente, sua busca pelo controle da fome, assim como, a purgação e o pouco tempo disponibilizado para dormir representam formas de auto-punição por sentir raiva de si. Mas de onde vem esta raiva? Uma possível fonte seja o contato com a castração por não conseguir ser o falo que orienta o desejo alheio. Anna Paulla busca ser o falo que capta o olhar de todos, ser perfeita, aquela que não é faltosa. Porém, por invariavelmente ter que ser haver com a impossibilidade de tamanhos desejos, ou seja, com a castração, parece desenvolver uma raiva muito grande desta sua limitação. Raiva esta que parece ser transformada em auto-agressão através dos atos de abstinência, pouco descanso e purgações.

Esta raiva também parece encontrar destino através da auto-anulação e desvalorização que infringe a si própria. Anna Paulla está constantemente se denegrindo e reforçando seus defeitos e incapacidades. E esta auto-reprovação parece ter início muito cedo em sua vida, pois, ainda muito criança já sentia-se culpada por bater demais em sua irmã e chorava. Não precisava nem que a mãe viesse lhe repreender, pois, ela própria já o fazia.

Este mecanismo de auto-agressão funciona para Anna Paulla como na citada Farra do Boi. Observa-se que esta festa representa não somente deixar o boi passando fome, mas torturá-lo expondo a comida para ele e impedindo-o que a coma. Representa, portanto, um ritual de tortura posta em prática através do uso do alimento para causar a dor da fome. É uma forma de sadismo, já que envolve a busca de prazer através da agressão ao objeto, que merece ser maltratado e punido por representar o pecado divino, o Judas que traiu ou o satanás que é o avesso do bem.

Anna Paulla, assim como o boi da farra, sente que merece ser constantemente punida por ceder ao desejo pecaminoso de comer. E como punição usa o mesmo recurso utilizado na Farra do Boi: mantém a comida próxima do olhos para desejá-la, porém, também mantém-se “amarrada” em seu desejo para não comer, e com isto perpetua um estado de auto-agressão, pois não se permite sentir prazer sem sentir dor com ele. Como ela mesma relata, *toda vez que me dou o direito de ser feliz eu tenho que me punir depois.*

Por outro lado, para Anna Paulla jejuar significa se sacrificar para chegar perto da perfeição, da divindade e de ser o falo. Jejuar é a oferta que se faz para expiar a culpa, pagar por seus erros e por ser pecadora. Logo, talvez possamos pensar que para Anna Paulla anorexia seja igual a expiação.

Talvez por isto ela busque investigar o que ocorre no jejum das santas e freiras citadas no blog. Ela tenta fazer um paralelo entre a anorexia e o retiro espiritual, dizendo que em ambas podemos encontrar: clausura (ou afastamento), jejum, resolução de conflitos internos, busca da perfeição e do sagrado e superação do mundo material. No que se refere à clausura, ao jejum e à busca da perfeição e do sagrado (este podendo ser visto como objeto de veneração) parece não haver dúvidas sobre a similaridade entre o retiro espiritual e a anorexia.

Porém, em relação à superação do mundo material parece haver uma diferença. No caso do retiro espiritual esta superação parece estar ligada a uma aproximação de Deus, ou seja, em função da fé e do amor a Deus, elas vivem focadas quase totalmente no mundo espiritual das rezas e adorações, deixando o mundo material quase totalmente sem investimento. Na anorexia, ela parece se aproximar de um suicídio velado, pois, a superação do mundo material, no caso o alimento, representa um desligamento libidinal que visa o apaziguamento das tensões psíquicas, que se levadas ao extremo acarretarão na morte.

Outra diferença diz respeito à solução de conflitos internos. Como poderia se pensar na anorexia como uma via para facilitar esta solução? No caso da religião podemos considerar que esta seja um recurso que é utilizado na tentativa de encontrar apaziguamento do sofrimento oriundo da castração através da promessa de felicidade em uma vida futura, ou seja, o paraíso. No caso da anorexia, esta solução de conflito parece se dar através do mecanismo de formação de compromisso através do deslocamento da libido para um ideal de magreza e de controle sobre seus desejos que é constantemente buscado.

Fazendo um paralelo entre o mecanismo das freiras e o de Anna PAulla, podemos considerar que as freiras jejuavam por penitência. Idealizavam Deus, enclausuram-se para se aproximarem de Deus evitando o contato com as pessoas, culpavam-se quando se afastavam de Deus e castigavam-se através do jejum como forma de aproximar de Deus.

E Anna Paulla? Porque jejua? Uma possível resposta esteja contida na sua fala de que *gostaria de ser santa*. Mas não parece que tenha qualquer motivação religiosa de devoção a Deus contida neste desejo. Ser santa talvez represente o controle sobre-humano sob seu corpo e seus desejos. Uma vitória certa sobre o conflito psíquico entre desejo e culpa.

No caso de Anna Paulla, que não consegue ser santa, a dinâmica parece ser a seguinte: ela idealiza as relações amorosas e as pessoas, decepção-se com elas, enclausura para não ter que ficar se relacionando, sente falta de se relacionar, decide mascarar-se para conseguir se relacionar, se culpa por se mascarar e castiga-se por sentir-se culpada.

Portanto, esta busca de AnnaPaulla pelo sagrado não está relacionado à uma busca por Deus, mas sim, por aquilo que deve ser culto de veneração e que ocupa um lugar privilegiado, que é uma outra forma de entendermos o sagrado. É isto que Anna Paulla parece buscar constantemente: um lugar de destaque onde possa ser venerada. Neste ponto, é impossível não fazer um paralelo com o mundo *fashion* das modelos. O que são as modelos magras se não objetos de veneração? Elas estão no centro das notícias e da comunicação: jornais, revistas, televisão, cinema...etc. São veneradas e algumas, inclusive, são alçadas ao patamar de deusas na terra, como as divas gregas. Enquanto no passado as mulheres que eram alvo de veneração eram as santas, hoje são as modelos. Porém, ambas são sagradas no sentido de serem objetos de veneração.

Talvez por isto seu blog assim como de outras meninas que se consideram anoréxicas estão entulhados de fotos de *top models* famosas. São suas deusas e suas imagens santas expostas em sua igreja midiática (sites), onde podem pregar seu evangelho sobre como vencer os desejos carnis. Se a religião prega seu evangelho de como vencer os desejos carnis relacionados ao sexo, morte, raiva, etc., o evangelho anoréxico prega a superação pelo jejum do desejo carnal do apetite. Afinal, se observarmos a relação de desejo-culpa na atualidade, perceberemos que esta está muito mais relacionada à comida do que ao sexo.

Neste sentido, é interessante observar como a comida gera angústia, medo e culpa em Anna Paulla. Em certa parte de seu texto ela faz um ato falho ao escrever juntando duas palavras que está *commedo do escuro*. **Commedo** é bem próximo de **commendo** ou **comendo**, logo, ela está *comendo do escuro*. Parece que esse ato falho não é por acaso. Comer significa para ela algo que representa riscos e causa medo. Pois, comer representa descer a um desejo e assumir todos os riscos que tal desejo carregue. Portanto, comer é temer algo que não se pode ver. É ter medo da vida por esta ser incerta, imprevisível e insegura. É ter medo de tornar-se adulta e correr riscos por conta própria.

No entanto, Anna Paulla começa a questionar-se sobre a viabilidade de exercer este controle constante sobre seu desejo, pois passa a perceber que nunca alcançará os



ideais a que se propõe, que nunca dará conta de ser perfeita ou, como diz, que nunca, nunca será bastante. Percebe que nunca conseguirá ser o falo que orienta o desejo de todos e ser suficiente para agradar e receber amor incondicional de todos. Passa a se questionar porque tinha que ser a melhor em tudo, e não apenas mais uma, ou simplesmente boa em algo sem ter que ser a melhor. Com isto começa a entrar em contato com o desejo de ser única e destacada, que a afasta do contato com os demais pelo caráter persecutório que tal posição suscita. Passa aceitar a possibilidade de ser uma pessoa com seu valor particular incutida entre diversas outras pessoas com seus valores pessoais, e assim se permite entrar no jogo das relações amorosas sem tanta angústia.

Aos poucos Anna Paulla parece que vai conseguindo rever e repensar sua forma de se relacionar com as pessoas. Isso fica bem expresso na análise que faz das caixas de paixão e amizade. Este foi um marco para ela, pois, a partir daí conseguiu se aproximar das pessoas sem se ater tanto ao risco que isso poderia representar em termos de aceitação ou rejeição. A possível contradição que ela enxergava entre amizade e paixão representa as formas que ela tinha de se relacionar com as pessoas, ou seja, ela se relacionava sempre de forma extremada: ou amava ou odiava.

Ela começa a perceber que ela se relacionava com muita mais intensidade do que deveria com as pessoas, e considerava as relações de amizade que deveriam ser leves e singelas como paixões intensas. Aos poucos pode vivenciar uma nova forma de se relacionar, mais singela, sem tanta paixão e intensidade. Sem tanta essa ansiedade e urgência em ser aceito ou não.

No final de seus relatos, podemos perceber que mesmo quando falha em seus propósitos e volta a ter pensamentos de emagrecer e preocupação com o peso de seu corpo, esta falha já não lhe causa infelicidade como antes, mas apenas preocupação. Isso é sinal de que existe um meio termo, algo da ordem do simbólico que freia sua pulsão para o ato. Passou a se questionar cada vez mais sobre seu sintoma e sobre o que há por trás dele.

Ao final, se põe a disposição dos leitores para tirar dúvidas. Parece que finalmente a Paulla passa a ter mais controle sobre a Anna, e assim como ocorre na

situação analítica lacaniana, ela está se aproximando do que podemos chamar da passagem da posição de analisanda para analista.

## 9. CONCLUSÃO

O corpo anoréxico assume uma posição de destaque no cenário social. Ele representa ao mesmo tempo um meio de comunicação assustador, um enigma e um incômodo. Enquanto meio de comunicação é este corpo magro excessiva, preocupante e assustadoramente quem comunica e denuncia a presença da doença. Enquanto as bulímicas passam totalmente despercebidas sob o olhar alheio em função de apresentarem peso normal ou sobrepeso, é impossível o corpo anoréxico passar despercebido ao olhar dos outros.

Portanto, de início, o corpo é quem define os parâmetros diagnósticos do transtorno, e é quem comunica que esta pessoa é anoréxica. Ele comunica uma diferença significativa em relação aos demais, diferença esta que deve ser vista e tratada se deseja que a anoréxica mantenha-se viva. Pois, este corpo está “namorando” com a morte através do seu constante definhamento. É a magreza doentia deste corpo e a proximidade de morte do mesmo quem definem a doença e a necessidade de tratamento.

Em função da enorme diferença na forma e peso destes corpos em relação aos ditos da “maioria”, eles comunicam algo da ordem do assustador, do medonho e do bizarro. A mensagem que recebem de volta dos observadores são olhares de perplexidade, incompreensão, pena e até nojo de seus corpos.

O corpo anoréxico comunica enigmas aos observadores. A magreza cadavérica e quase mortífera faz questões: “porque será que esta pessoa não come?”, “como pode ficar tão magra a ponto de estar quase morta?”, “será que não vê que está muito magra?”, “como pode não desejar comer?”, “será que não vê que está doente?”, entre outras.

Na verdade, estas questões parecem sintetizar-se em uma questão em particular: “Como podem não desejar (comer, ser atraentes, ter saúde, viver, etc.)?”. Para aqueles que não são anoréxicos, para quem o desejo costuma ser bem caro, é difícil compreender e aceitar uma quase ausência de desejo. E digo “quase ausência de desejo” porque, como trabalhado mais detidamente no capítulo sobre *desejo*, a aparente ausência de desejo, na verdade, parece abafar, entre outras coisas, um desejo específico de controle sobre si e sobre os outros.

E esta forma particular de desejo, expressa através do corpo, revela a angústia que o olhar alheio lhe causa em função de sua necessidade de aprovação e amor.

Quando olhar lhe comunica que está muito magra, ela rejeita veementemente tal juízo, considerando-o absurdo. Em contrapartida, a possibilidade de ficar gorda para o olhar do outro é simplesmente repugnante. Assim, o olhar alheio é sempre incômodo, persecutório e distorcido.

Na verdade, esta incongruência e incômodo em relação ao olhar do outro sobre seu corpo se faz presente principalmente no próprio olhar sobre seu corpo. O corpo doentiamente magro é visto distorcidamente gordo no espelho, e esta imagem é fonte de enorme angústia. Portanto, tanto o olhar do outro quanto o seu sobre seu corpo são considerados por elas como um reforço para sua busca constante e angustiante por um corpo magro e contido. O corpo, então, é fonte constante de incomodo e desejo de controle.

No entanto, é importante ressaltar que este desejo de controle do corpo parece abafar, na verdade, um desejo de controle mais amplo: o desejo de controle sobre a angústia de castração. Em outras palavras, o corpo parece, à primeira vista, ser a questão central na anorexia. Mas esta questão talvez seja o desejo de controle da angústia de castração, sendo o corpo o agente utilizado para que se tente o controle.

A anorexia, portanto, parece representar uma forma particular e problemática de controle da angústia de castração através da busca de controle sobre o corpo. Digo problemática porque falha, já que o conflito é desviado da fonte original para o corpo. Esse desvio se dá em função de que é mais fácil exercer o controle sobre o peso corporal, o apetite e a ingestão de alimentos do que sobre a angústia presente nas relações com as pessoas, na morte e no envelhecimento.

Em *O Mal-Estar na Civilização*, Freud discorre sobre três tipos de angústias que inevitavelmente nos causam mal estar, e que vivenciamos nas relações com as outras pessoas, frente ao envelhecimento e no contato com a morte. No caso das anoréxicas, o que se evidencia é que a angústia frente ao contato com as outras pessoas é desviada para o corpo sob a forma de um conflito em relação a este. O conflito com as pessoas é transformado em conflito com o corpo.

Em relação à morte, a pessoa com sintomas anoréxicos parece “namorar” com ela, ora se aproximando, ora se afastando. Parece existir um prazer e uma fantasia de controle da morte. Como consegue controlar uma das mais vitais necessidades humanas - a fome - ela sente que pode controlar tudo, inclusive a morte. Ou pelo menos, consegue “brincar” com sua presença. Esta parece ser uma forma muito peculiar de lidarem com a angústia frente à morte. A pessoa com anorexia parece negar a existência

da morte apesar de seu emagrecimento perigoso. É como se pudesse emagrecer eternamente e mesmo assim manter-se viva.

Esse mecanismo de limitar a morte parece representar uma tendência bastante ampla da contemporaneidade. A tentativa de limitar a morte traz consigo um desejo de manter a vida ilimitada. E este desejo pode ser percebido tanto através das buscas da medicina, da criogenia – que busca manter um corpo funcionando após sua morte – dos avanços estéticos e de toda uma cultura da prática de atividades físicas e dietas alimentares saudáveis. O corpo que era considerado a morada da alma, passou a se equivaler em termos de importância a esta, pois, almeja-se que seja imortal. A imortalidade desejada parece ser cada vez menos a do Reino dos Céus, e mais a do corpo.

O mecanismo de negação também parece estar presente na vivência das anoréxicas sobre os processos de maturação e envelhecimento corporal. Com seus corpos magros e praticamente sem seios proeminentes - o que lhes dá uma aparência de crianças - e a ausência de menstruação, estas jovens parecem cultivar no corpo uma eterna sobrevivência de um mundo infantil ausente de conflitos, responsabilidades e sofrimentos. Afinal, envelhecer, perder a aparência fresca da infância e a agilidade dos movimentos de outrora, representam para os humanos um sinal certo de angústia e sofrimento.

Aliado a isto, tornar-se mulher representa, entre outras coisas, estar aberta à possibilidade de engravidar e amamentar, e de ter sua imagem corporal identificada à de um corpo materno. Além da mudança corporal – especialmente o ganho de peso e de uma circunferência corporal maior, que por si só já são fontes de angústia para estas jovens – a possibilidade de engravidar representa ter um corpo como fonte de alimento para outra pessoa. A questão de sobreviver ou não com a quantidade de alimentos ingeridos teria que ficar em segundo plano, pois, é a sobrevivência de outra pessoa que está em jogo agora, e esta depende do alimento que é fornecido pelo seu próprio corpo. Com a gestação, a jovem teria que exercer uma função que lhe é muito cara – alimentar – função esta exclusiva do corpo feminino. Portanto, o corpo anoréxico é o espaço de inscrição e denúncia de um mal-estar relacionado ao feminino e à sexualidade.

Este corpo também incomoda e gera mal-estar ao se apresentar enquanto recusa de um discurso capitalista de completude e abundância. Os meios de comunicação e as agências de propaganda não se cansam de divulgar objetos que prometem a felicidade e o bem estar. Vendem, ainda, a idéia de que a felicidade contida neste objeto é acessível

a todos, e que quanto mais tivermos esse objeto, maior será nossa felicidade. O consumo abundante é estimulado como garantia de felicidade. Frente a este discurso de completude, a anorexia apresenta um corpo que aparenta não desejar, que recusa, é faltoso e escasso. Por tanto, o corpo anoréxico denuncia que este discurso também é falho e limitado.

Por outro lado, o corpo magro anoréxico está em perfeita sintonia com outro discurso bastante valorizado na contemporaneidade: o fascínio de nossa sociedade pela leveza, velocidade e transparência.

Sant'ana (2001) fez uma valiosa analogia entre o surgimento dos automóveis, o desenvolvimento do aerodinamismo e o surgimento de uma cultura que valoriza a leveza e a velocidade. De acordo com ela, o automóvel representa o antigo e sempre presente desejo humano de dominar o movimento, que no caso representava acelerá-lo e generalizá-lo, tornando-o livre da tração animal e dos trilhos.

*“Com efeito, os primeiros automóveis que surgiram foram fruto de sucessivas aproximações e adaptações tecnológicas que, gradualmente, se foram desenvolvendo em torno de um objetivo comum: viajar rápido, com comodidade e, sobretudo, com um mínimo de esforço para os ocupantes e um máximo de segurança.”* (Ver História do automóvel. In: WIKIPÉDIA)

E logo depois de seu surgimento, no final do século 19, as empresas automobilísticas já focavam seus esforços na busca de modelos cada vez mais rápidos, leves e práticos. Com isto, ganha importância o estudo e investimento na área de *designer* e do aerodinamismo das formas. De acordo com Sant'ana (2001) já em 1904, na Alemanha, as locomotivas já haviam ganho um modelo circular, e em 1907, no circuito inglês de *Brooklands*, os automóveis já eram vistos com um novo formato mais alongado. Ganhava-se, assim, velocidade através da economia das formas e do peso.

Esta paixão pela velocidade buscada na economia das formas e na leveza dos objetos foi ampliada para outros eletrodomésticos, móveis, prédios e todos os objetos em geral, chegando ao corpo.

O corpo magro e longilíneo passou a ser referência para todos aqueles que desejassem ser valorizados e estar de acordo com os bons padrões da época. Segundo Sant'ana (2001), corpos magros e longilíneos, por serem mais ágeis e flexíveis eram considerados mais produtivos, e ganhavam o “selo” de elegância e decência. Médicos e assessores de imprensa, movidos pelos ideais de promoção de saúde e aumento de produtividade, buscaram facilitar e estimular os valores em questão, e decretaram a

extinção de espartilhos, chapéus, penteados complicados e roupas pesadas. O foco era estimular a agilidade do corpo e sua velocidade de locomoção.

Portanto, os corpos magros se tornaram a referência da moda, da etiqueta e da decência na sociedade do início do século 20, o que levou a criação de toda uma estrutura para garantir a promoção desta magreza.

*“Solidário ao corpo esguio e jovem, o mundanismo das grandes cidades foi coagido a ganhar em leveza: tornou-se adepto dos novos regimes e estâncias minerais, dos xaropes destinados a descongestionar e acelerar as funções orgânicas, das roupas retas e dos vestidos decotados. O organismo humano devia trabalhar cada vez mais rápido, queimar com facilidade os alimentos e transformá-los em energia produtiva. Qualquer semelhança com o motor de combustão não é mera coincidência. As máquinas e os corpos dessa época expressavam a ambição de acelerar suas funções, tornando o imaginário mecanicista excessivamente monótono, repetitivo, pouco criativo. Filhas da termodinâmica, estas máquinas vão além da repetição dos movimentos: elas transformam a natureza das matérias-primas, assim como os corpos transformam os alimentos em energia produtiva. Paralelamente, e não por acaso, a moda passou a ser menos uma sucessão de volumes e muito mais um jogo de linhas sobre um espaço plano. E, para segui-la, a estética do aerodinamismo forneceu um cardápio desafiador dos valores morais e então: depilação de pernas e axilas, somada à voga da navalha Gillette e dos cremes anti-rugas; modismos que acentuam a aversão aos relevos epidérmicos e a toda superfície que não seja um convite ao toque efêmero e ao passeio rápido do olhar.”* (Sant’ana, 2001, p. 44)

Até então, a magreza era vista com desconfiança, pois lembrava doença e falta de posses para se obter alimentos. Contrariamente, ser gordo era sinal de saúde e sucesso pessoal, pois, era necessário ter dinheiro para poder comprar a quantidade de comida necessária para engordar. De acordo com Béraud (1987) durante o reinado de Luis XIV a palavra *esbelto* nem existia, enquanto que a palavra *gordura* era sinônimo de formosura, nunca de doença.

No entanto, na mesma proporção e época em que a magreza começou a ser valorizada, a gordura passou a ser rejeitada. Os gordos passaram a ter que despender grandes esforços para emagrecer, ou tiveram que dotar sua gordura de alguma utilidade pública, como capacidade para o trabalho duro, ou em travesseiro macio para deitar a cabeça e acolher as lágrimas dos outros. Béraud (1987) relata que foi a partir deste momento que surgiu a imagem dos “bons gordos”, expressa na imagem de pessoas

acolhedoras, simpáticas ou que nos fazem rir na pele de humoristas. Como se fossem pessoas que devessem compensar através do consolo e do riso seu “apetite doentio”.

Portanto, pode-se falar que a aversão à gordura e ao peso presentes enquanto sintomas de anorexia se assemelham ao discurso social em voga. Os sintomas de anorexia se encaixam com bastante precisão no discurso da moda. Não somente da moda dos costureiros que buscam modelos cada vez mais magras por acreditarem que suas roupas “caem” (caem, pois não parecem vestir, mas quase caírem) melhor em seus corpos, o que estimula toda uma corrida desesperada das jovens modelos em busca de recursos drásticos para emagrecerem e obterem sucesso profissional; mas também pelo fato de que estes comportamentos presentes na anorexia expressarem valores sociais muito valorizados na contemporaneidade. O corpo anoréxico, com sua magreza cadavérica, expressa de forma radical o mal-estar desta sociedade frente à gordura, o pesado e a lentidão.

Contudo, é importante ressaltar que a magreza não é significada apenas positivamente no cenário cultural atual. As antigas sensações de indignação e desconfiança da magreza parecem conviver singelamente com a aversão à gordura. A magreza também incomoda a quem olha, ainda mais se este olhar for de uma pessoa que luta contra o excesso de peso. Os magros continuam sendo significados como pessoas que geram raiva, inveja e desconfiança por comerem e não engordarem, como se fossem “sacos sem fundo”. Eles também contrariam o gosto pela partilha democrática do alimento, o que gera as associações entre magreza e avareza, magreza e maldade.

No caso das anoréxicas, a magreza - por ser excessiva, feia e doentia - não seduz olhares de desejo e admiração, mas sim de repulsa, incômodo, perplexidade e pena. A magreza anoréxica é negativamente significada, ao menos para todos que não são anoréxicos. Ela se assemelha àquilo que mais lhe gera repulsa: a obesidade. Ambas são, doenças a serem tratadas e comportamentos excessivos. E é, contraditoriamente, esse grau de excesso que a torna um transtorno. É o excesso da recusa e da falta que a caracteriza enquanto doença.

Outra característica da dinâmica anoréxica que parece representar uma particularidade da contemporaneidade é a negatividade da dor física. De acordo com Sant’ana (2001), até a descoberta da anestesia no meio do século 19, a dor física possuía o status de simbolizar os limites do corpo. Era considerada pedagógica por ensinar valores como coragem e persistência no seu enfrentamento. Resistir à extração de um



dente, por exemplo, enobrecia o caráter humano. Apesar do incômodo, existia um caráter de naturalidade e necessidade da sua presença.

Com o avanço dos anestésicos, técnicas cirúrgicas e instrumentos que fornecem ao homem mais conforto e bem-estar nos mais diversos ambientes de sua vida, houve uma redução no contato humano com a dor física. O ser humano passou a ter uma maior sensação de controle sobre ela, o que gerou um menor contato com a mesma. Ele se desacostumou com sua presença, e esta passou a perder cada vez mais sua naturalidade. A dor passou, cada vez mais, a ser negada.

No caso das anoréxicas, a paixão pelo controle corporal, aliada à rejeição a obesidade e à distorção da imagem corporal levam estas jovens a negarem a dor da fome. Existe uma luta constante de controle e negação desta dor, e seus corpos passam a ter valor apenas enquanto negativos dos estímulos dolorosos.

E quanto maior é a negação, menor é a possibilidade de elaboração daquilo que a dor comunica: o conflito psíquico. Para evitar o sofrimento ocasionado pelo conflito psíquico, a anoréxica desvia-o para o corpo negando suas funções vitais. Para ela, é “melhor” viver com a dor física da fome do que a psíquica.

Porém, apesar de negada, a dor é desejada, pois sua presença atesta que o controle está sendo exercido. E se é desejada, é porque existe prazer com a sua presença. O prazer, neste caso, é obtido através da descarga do excesso de desprazer gerado pela dor.

Por outro lado, a anorexia apresenta um corpo em negatividade com um ideal corpóreo da contemporaneidade: o corpo magro, mas saudável e forte. Com as crescentes técnicas de intervenção sobre o corpo - cirúrgicas, estéticas e físicas – o corpo passou a ser investido de ideais de completude e perfeição. Gerou-se uma crescente sensação de ilimitado controle sobre o corpo, onde se pode manuseá-lo e transformá-lo no que desejar. Nem que para isto seja necessário implantar próteses de silicone aumentar os seios, mude-se totalmente o rosto para ficar igual à atriz famosa ou à boneca Barbie ou mesmo mude-se de sexo. Pensa-se que o corpo é fonte ilimitada de alterações e possibilidades. Ele passou a ser fonte de evitação da castração. Nele posso tudo!

Essa fantasia de controle sobre o corpo, como já dito anteriormente, é a marca principal das anoréxicas. Logo, podemos pensar a anorexia como uma representação fiel de uma sociedade que narcisicamente acredita poder evitar a o sofrimento frente à morte, ao envelhecimento e à dor através do controle e investimento libidinal no corpo.

Só que no caso das anoréxicas parece existir um investimento libidinal excessivo nesse corpo, o que acaba por torná-lo mais magro do que deveria, mais magro do que o necessário para representar o ideal contemporâneo de saúde e força.

No entanto, faz-se necessário ressaltar que apesar da anorexia denunciar determinados mal-estares contemporâneos, ela não é um evento exclusivo da contemporaneidade, mas, como já tratado anteriormente, está presente no mínimo desde a Antiguidade. O que nos leva a constatar que a anorexia possui um caráter estrutural e trans-histórico, por um lado, e outro histórico que se utiliza das ferramentas culturais de cada época para revestir as características estruturais com uma roupagem peculiar.

Segundo Weinberg (2006), as santas anoréxicas da idade média, por exemplo, utilizavam-se da recusa alimentar por diversos motivos, como para: negligenciar seus deveres sociais e familiares de mulher, recusar ter relações sexuais com seus maridos, rejeitar casamentos indesejados ou mesmo conseguir favores e gentilezas para membros das famílias. O controle rigoroso e extremo da ingestão alimentar - algo tão essencial a sobrevivência – em favor do sagrado era considerado pela igreja e pela população em geral como algo da ordem do sobre-humano, logo, da ordem da santidade. Assim, estes atos lhe garantiam um poder impensável para as “simples” mulheres da época, como: sobrepor-se a autoridade religiosa masculina, criticar as poderosas autoridades religiosas, assumir o ensino e o aconselhamento religioso e até reformar em proveito próprio regras religiosas.

Mesmo as jovens que viveram no período posterior – entre o final da idade média até o século dezanove – e que não eram consideradas santas recebiam atenção especial dos padres e moradores comuns quando afirmavam que não precisavam comer em função da santa providência.

Na atualidade, as anoréxicas já não são consideradas santas porque conseguem exercer um imenso esforço de controlar a dor da fome. Em função das conquistas sexuais, pessoais e profissionais advindos a partir dos movimentos feministas, podem escolher livremente seus parceiros e quando desejam ou não terem relações sexuais. As pressões culturais que servem de pano de fundo para sua anorexia são outras. Entre elas destaca-se: o valor assumido pela magreza no cenário das relações pessoais e expresso nos mais diversos meios de comunicação de massa, o surgimento da indústria da beleza e da magreza, a associação entre auto-estima e magreza, o crescimento do culto ao corpo, a nova forma de se relacionar com a dor, com a morte e com os relacionamentos amorosos, entre outras.

Porém, a anorexia apresenta características que independem à época, são trans-históricas e estruturais, como: recusa alimentar, emaciação patológica, amenorréia, perseguição obsessiva de um ideal e controles do corpo e das pessoas de seu convívio. Elas também apresentam independentemente da época comportamentos de imitação. Weiberg (2006) relata que segundo as bibliografias das santas e beatas medievais, Santa Catarina de Sena havia sido a principal inspiradora para o início de seus comportamentos ascéticos. Já as anoréxicas vitorianas foram fortemente influenciadas pelo romantismo, especialmente pelas obras de Lord Byron, e passaram a restringir sua alimentação e ingerir vinagre para adquirir uma aparência etérea. Na atualidade, a fonte principal de imitação, sem dúvida, são as modelos e atrizes magras e famosas.

Uma última, porém importante, característica da anorexia que está presente independentemente da época diz respeito à feminilidade. A anorexia indubitavelmente representa uma questão feminina ou para a feminilidade. É sempre algo do feminino que aparece negado ou absolutamente presentificado através de um corpo magro sob efeito de constante controle.

## 10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIAÇÃO PSIQUIÁTRICA AMERICANA. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**. 4. ed. Washington (DC): American Psychiatric Association, 2002.

ASSOUN,P.L. **Freud e a mulher**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993.

BÉRAUD, H. **O martírio do obeso**. Rio de Janeiro: Globo, 1987.

BIDAUD, E. **Anorexial mental, ascese , mística**: uma abordagem psicanalítica. Rio de Janeiro: Companhia de Freud, 1998.

BIRMAN. J. A epopéia do corpo. In BASTOS, L.A.M. **Eu-corporando; o ego e o corpo em Freud**. São Paulo: Escuta, 1998.

BRUCH, H. **Eating disorders: obesity, anorexia nervosa, and the person within**. New York: Basic Books, 1973.

\_\_\_\_\_. **The golden cage: the enigma of anorexia nervosa**. Cambridge: Harvard University Press 1978.

\_\_\_\_\_. **Anorexia nervosa: therapy and theory**. *Am J Psychiatry*. 1982; 139 (12) 1531 – 1538.

BULLYING. In: WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre. Flórida: Wikimedia Foundation, 2010. Disponível em: < <http://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Bullying&oldid=19240882>>. Acesso em: 9 dez. 2009.

DEBORD, G. **A sociedade do espetáculo**. Rio de Janeiro: Contraponto, 1997.

FARIAS, F. R. A pesquisa em psicanálise: o cogito cartesiano e o inconsciente freudiano. In: Farias, F. R. et al (orgs.). **Freud: o interesse científico de uma filosofia inquieta**. Rio de Janeiro: Revinter, 1996.

FERNANDES, M. H. **Corpo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

\_\_\_\_\_. **Transtornos alimentares: anorexia e bulimia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

FISCHLER, C. Obeso benigno, obeso maligno. In: Sant'Anna, D. B. de (org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

FREUD, S. Publicações pré-psicanalíticas (1886-1899). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 1.

\_\_\_\_\_. Um caso de cura pelo hipnotismo (1892-3). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 1.

\_\_\_\_\_. Sobre o mecanismo psíquico dos fenômenos histéricos: uma conferência (1893). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 3.

\_\_\_\_\_. As psiconeuroses de defesa (1894). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 3.

\_\_\_\_\_. S. Estudos sobre a histeria (1895). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 2.

\_\_\_\_\_. Esboço G. (1895). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 1.

\_\_\_\_\_. Caso Emmy Von N. (1895). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 2.

\_\_\_\_\_. Carta 105 a Fliess (1899). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 1.

\_\_\_\_\_. A interpretação dos sonhos (1900). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 4 e 5.

\_\_\_\_\_. O método psicanalítico (1904). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 7.

\_\_\_\_\_. Três ensaios sobre a teoria da sexualidade (1905). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 7.

\_\_\_\_\_. Sobre a psicoterapia (1905). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 7.

\_\_\_\_\_. Fragmento da análise de um caso de histeria (1905). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 7.

\_\_\_\_\_. Moral sexual civilizada (1908). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 9.

\_\_\_\_\_. Análise de uma Fobia de um Menino de Cinco Anos (1909). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 10.

\_\_\_\_\_. Cinco Lições em Psicanálise (1910). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 11.

\_\_\_\_\_. Totem e Tabu (1912). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 13.

\_\_\_\_\_. Sobre o narcisismo: uma introdução (1914). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 14.

\_\_\_\_\_. As pulsões e suas vicissitudes (1915a). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 14.

\_\_\_\_\_. O inconsciente (1915b). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 14.

\_\_\_\_\_. Conferências Introdutórias (1916-7). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 16.

\_\_\_\_\_. Uma dificuldade no caminho da psicanálise (1917). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 17.

\_\_\_\_\_. História de uma neurose infantil (1918). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 17.

\_\_\_\_\_. Além do princípio do prazer (1920). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 18.

\_\_\_\_\_. O ego e o id. (1923). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 19.

\_\_\_\_\_. O problema econômico do masoquismo (1924). In:\_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira.** Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 19.

\_\_\_\_\_. A negação (1925). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 19.

\_\_\_\_\_. Inibição, sintoma e angústia (1926). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 20.

\_\_\_\_\_. O Futuro de uma Ilusão (1927). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 21.

\_\_\_\_\_. O Mal-Estar na civilização (1930). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 21.

\_\_\_\_\_. Construções em análise (1937). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 23.

\_\_\_\_\_. Esboço de Psicanálise (1940). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 23.

\_\_\_\_\_. Projeto para uma Psicologia Científica (1950). In: \_\_\_\_\_. **Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud: edição *standard* brasileira**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. vol. 1.

GAY, P. **Freud: uma vida para nosso tempo**. São Paulo: Companhia das Letras, 1989.

HISTÓRIA DO AUTOMÓVEL. In: WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre. Flórida: Wikimedia Foundation, 2010. Disponível em: < [http://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Hist%C3%B3ria\\_do\\_autom%C3%B3vel&oldid=19434937](http://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Hist%C3%B3ria_do_autom%C3%B3vel&oldid=19434937)>. Acesso em: 9 dez.. 2009.

HOUAISS, A. **Dicionário eletrônico Houaiss da Língua Portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.



JEAMMET, P. As condutas bulímicas como modalidade de acomodação das desregulações narcisistas e objetais. In: URRIBARRI, R. (Org.) **Anorexia e Bulimia**. São Paulo: Escuta, 1999. p. 113-136.

KAPLAN, H. et al. **Compêndio de Psiquiatria: ciências do comportamento e psiquiatria clínica**. 7. ed. Porto Alegre: Ed. Artes Médicas Sul, 1997.

LACAN, J. **A Direção da Cura e os Princípios de seu Poder** (1958). Em: *Escritos*. Rio de Janeiro: JZE, 1998.

LACAN, J. **Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise** (1964). Em: *O Seminário: Livro 11*: Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1988.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. **Vocabulário da psicanálise**. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

MÉNARD, A. A anoréxica entre o desejo e o gozo. In: MOTA, M. (Org.) **Clínica lacaniana – casos clínicos do campo freudiano**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1989. p. 135-141.

NASIO, J. D. **A histeria: teoria e clínica psicanalítica**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1991.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação de Transtornos mentais e de comportamento da CID-10: referência rápida**. Porto Alegre: Artes Médicas; 1997.

PACHECO FILHO, R.A. O método de Freud para produzir conhecimento: revolução na investigação dos fenômenos psíquicos? In: Pacheco Filho, R. A., Coelho Junior, N. e Rosa, M. D. (orgs.). **Ciência, Pesquisa, Representação e Realidade em Psicanálise**. São Paulo: EDUC, 2000.

SANT'ANNA, D. B. de (Org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

\_\_\_\_\_. **Corpos de passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea.** São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SOUZA, O. Reflexão sobre a extensão dos conceitos e da prática psicanalítica. In: Aragão, L. T. (org.). **Clínica do Social.** São Paulo: Escuta, 1991.

WEINBERG, C. & Cordás, T. A. **Do altar as passarelas:** da anorexia santa à anorexia nervosa. São Paulo: Annablume, 2006.

# Livros Grátis

( <http://www.livrosgratis.com.br> )

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)  
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)  
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)  
[Baixar livros de Matemática](#)  
[Baixar livros de Medicina](#)  
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)  
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)  
[Baixar livros de Meteorologia](#)  
[Baixar Monografias e TCC](#)  
[Baixar livros Multidisciplinar](#)  
[Baixar livros de Música](#)  
[Baixar livros de Psicologia](#)  
[Baixar livros de Química](#)  
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)  
[Baixar livros de Serviço Social](#)  
[Baixar livros de Sociologia](#)  
[Baixar livros de Teologia](#)  
[Baixar livros de Trabalho](#)  
[Baixar livros de Turismo](#)