

## A importância do pertencimento

A influenciadora digital Isis Tainah Callado, 30 anos, é outro exemplo de mulher gorda, linda e feliz. Sendo uma advogada de corpos livres nas redes sociais, ela chegou a questionar se teria um público interessado em seu conteúdo e hoje enxerga a importância desse tipo de diálogo.

“Não me sentia pertencente e sei que muitas outras mulheres também não. Comecei a mostrar a importância de estarmos bem, mesmo fora desses padrões inventados, e vejo que conquistamos muito espaço com corpos, cabelos e peles diversas, mas vivemos numa luta constante contra o retrocesso”, diz Isis.

Entre algumas das “armadilhas” atuais, a influenciadora resalta o uso de filtros, truques e poses, que podem deixar uma pessoa totalmente diferente em uma foto ou um vídeo, causando a comparação entre os usuários, que também querem se encaixar nesse formato, na realidade, não existente.

Em um processo de constante desconstrução, Isis acredita que a maioria das pessoas tenta lutar contra o que enxerga na televisão, nas mídias e na moda, mas que não é fácil não se enxergar ou se identificar.

Depois de perder 20 quilos, a influenciadora viu a diferença nas oportunidades de trabalho e na visibilidade, e lamenta que seja mais ouvida agora, só porque emagreceu. “Eu sempre tive coisas a dizer, independentemente do peso. Eu não sou um corpo que me limita”, afirma.

### Mas e a saúde?

Ao ver um corpo gordo, é muito comum que algumas pessoas tentem mascarar o preconceito questionando a saúde daquela pessoa. E, como mostraram Isis e Tereza, a saúde vai muito bem, obrigada.

Desde que façam atividades físicas regularmente e cuidem da saúde como qualquer pessoa, as mulheres e os homens acima do peso podem e são saudáveis. O que não é nem um pouco recomendado é o emagrecimento rápido e com o uso de medicamentos sem orientação médica.

**A influenciadora Isis Tainah alerta para as armadilhas que muitas mulheres caem**

