

A luta pela autoestima

A consultora de imagem e modelo plus size Lilian Lemos Machado, 45 anos, também se posiciona e acredita que a volta de uma ditadura da magreza é um enorme retrocesso. Ela passou grande parte da juventude lutando contra o próprio corpo e tentando se encaixar em um suposto padrão do qual menos de 10% da população faz parte.

“Eu vivia em constante frustração por não ter o corpo de uma modelo dos anos 1990. Isso afetou todas as áreas da minha vida, passei 10 anos da minha existência sentindo que eu estava errada, tomando remédios para emagrecer, isso tudo com 59kg.”

Com 30kg a mais e trabalhando diretamente com mulheres de todos os tamanhos, Lilian percebe como as mulheres dessas gerações cresceram inseguras e sem enxergar a própria beleza e teme que as mais jovens acabem passando pelo mesmo processo se a magreza voltar a ser vista como item de luxo.

Lilian explica que uma das formas de aumentar a autoestima e mostrar para uma mulher como ela está bonita é usar referências de pessoas que ela admira. Mas como fazer isso se os corpos gordos voltarem a ser escondidos?

Nas décadas de 1990 e 2000, as mulheres fora do padrão não podiam usufruir da moda. Lilian comenta que era um mundo inalcançável para a grande maioria das pessoas, que sofriam cada vez mais sem conseguir entrar naquele modelo, mesmo desenvolvendo transtornos alimentares.

“Pesando 59kg, eu via defeito em todas as partes do meu corpo e tomava todo tipo de remédio que aparecesse para emagrecer. Eu não tinha saúde nenhuma e vivia em função de dietas malucas. Não quero isso para a minha filha e para nenhuma outra jovem”, diz.

Por volta de 2012, Lilian comenta a alegria de ver marcas brasileiras investindo no mercado plus size e na importância da inclusão no mundo da moda, e espera que, apesar do que foi visto nas passarelas, o movimento no



Por muitos anos, Lilian Lemos não aceitava o próprio corpo: “eu me sentia errada”

Fotos: Arquivo pessoal

mercado continue atendendo ao público, que busca por essa diversidade.

A consultora defende um esforço grande por parte da própria sociedade para proteger as adolescentes e jovens desses ideais irreais. “Elas não podem entrar nesse universo de achar que precisam se modificar para serem lindas”, completa.

Com a filha de 10 anos, o diálogo é constante. Lilian incentiva a criança a se sentir incluída, a celebrar a personalidade e a não se prender a padrões físicos ou estéticos. “Quero que ela cresça uma mulher segura e entenda que o corpo dela não é uma limitação, não importa o tamanho que ele tenha.”

