



Ela cita o caso de um cliente que passou por cirurgia bariátrica e perdeu cerca de 40 quilos. Antes, vestia tamanho 54/56. Depois, chegou ao 46. Mesmo assim, continuava comprando roupas maiores. “Quando fui ao armário, ela já tinha se desfeito das roupas grandes, e feito novas compras: de roupas ainda grandes no corpo dela! Sim, ela continuava comprando tamanho 50, porque, aos olhos dela, era o tamanho do próprio corpo”, conta.

Para Lilian, o episódio mostrou como a percepção corporal pode demorar a acompanhar a transformação física. “Isso me mostrou o quanto existe uma visão distorcida delas mesmas. Talvez por medo, ou por crenças, ou até por realmente acreditar que ainda precisa perder peso.”

A consultora também chama atenção para outra mudança no mercado. Segundo ela, marcas plus size vêm reduzindo numerações ou encerrando operações. “A quantidade de marcas plus size diminuindo

suas numerações ou até fechando as portas está alarmante. Isso demonstra uma movimentação do comércio voltada totalmente para o corpo magro”, salienta.

Para Lilian, a discussão não deveria partir da ideia de que corpos maiores deixaram de existir por causa da popularização dos medicamentos. “A mulher plus size não sumiu, ela continua precisando de comunicação visual, então, para isso, ela tem que emagrecer? E é onde fica a questão: como tem representatividade e viabilidade das marcas?”, questiona.

A consultora observa ainda que a compra de roupas depois de um emagrecimento pode carregar expectativas que vão além da necessidade prática de renovar o armário. “Esse emagrecimento vem carregado de um monte de sentimentos (bons e ruins): desejos, sonhos, pertencimento, inclusão, aceitação pessoal, orgulho próprio, aprovação social... uma infinidade de motivos que só aquela mulher vai entender.”

O risco, segundo Lilian, está em transformar o emagrecimento em uma corrida permanente por números menores. Por isso, ela recomenda que a compra de roupas acompanhe o processo de transformação. “Para começar, ter noção do quanto vai emagrecer em cada intervalo de tempo, para não comprar muito o que não vai servir lá na frente”, enfatiza.

Comer também muda

A relação com a comida é outro ponto em que as mudanças aparecem. Fernanda conta que era uma pessoa que “beliscava o tempo inteiro” e percebeu redução desse comportamento durante o tratamento. “Passei a ter mais controle e a identificar melhor quando realmente estava com fome ou quando estava comendo por ansiedade”, observa.

Pedro também percebeu mudanças. “Um dos meus maiores problemas era a velocidade ao comer. Com o remédio, além de controlar a quantidade e a impulsividade, aprendi a controlar a velocidade em que como.” Ana Daniela continua frequentando restaurantes, festas e encontros. A diferença está na quantidade consumida. “Hoje, consigo comer uma quantidade menor”, relata.

Para a psicóloga Camilla Leitão, essa mudança precisa ser acompanhada de cuidado para que a comida não seja transformada em inimiga. “A alimentação está relacionada ao prazer, e não somente à saciedade”, resume. Segundo ela, a perda de peso deve ser acompanhada de reeducação alimentar, com variedade e espaço para alimentos que proporcionem prazer, além do acompanhamento de nutricionista e endocrinologista.

A preocupação é evitar que o controle da alimentação se transforme em uma nova fonte de restrição. O objetivo, segundo Camilla, deve ser construir uma relação mais equilibrada com a comida, inclusive em situações sociais.

A alteração no corpo também pode modificar a maneira como a pessoa se apresenta para o mundo. “O corpo faz parte de nossa identidade e integra a

Arquivo pessoal



O alfaiate Valdir Camargo percebeu aumento na procura de ajuste nas peças de roupa

forma como cada um se relaciona com o outro e também com o meio que habitamos.” Ela explica que uma mudança corporal pode produzir uma sensação de liberdade quando permite que a pessoa retome atividades ou situações que antes eram difíceis. “A partir do momento que esse corpo está saudável, traz uma sensação de liberdade que se associa com o prazer de acessar locais ou fazer coisas que antes podiam ser inviáveis, como praticar esportes, fazer trilhas ou até subir e descer escadas”, enfatiza.

Para Fernanda, uma das situações mais marcantes foi voltar a usar biquíni. “Nunca fui uma pessoa que amasse o meu corpo. Desde que me entendo por gente faço dieta, inclusive, já fiz cirurgia plástica. A ansiedade e o fato de comer compulsivamente faziam com que eu acabasse vivendo o efeito sanfona, passei a evitar ainda mais esse tipo de roupa”, conta.

Pedro, por outro lado, relata que a mudança na percepção de si apareceu nas fotografias. “Não me achar bonito em nenhuma foto e apenas aceitar que estou feio era o que mais me marcava e me incentivou a iniciar o processo.”

A autoestima, entretanto, também pode se tornar um território delicado. Camilla alerta para o risco de associar excessivamente o valor pessoal ao corpo. “O mundo em que vivemos, por vezes, apresenta corpos impossíveis e vidas extremamente bem-sucedidas. As redes sociais, movidas por influenciadores, criam tendências inatingíveis”, alerta.