

*Fluvia Lacerda*

# Gorda não é palavrão

COMO SER FELIZ  
GOSTANDO DO SEU  
CORPO COMO ELE É

PA  
RA  
19  
19

Copyright © 2017 by Fluvia Lacerda

A Editora Paralela é uma divisão da Editora Schwarcz S.A.

*Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no Brasil em 2009.*

CAPA Alceu Chiesorin Nunes

FOTO DE CAPA Gustavo Arrais

PREPARAÇÃO Lígia Azevedo

REVISÃO Luciana Baraldi e Luciane Gomide

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

---

Lacerda, Fluvia

Gorda não é palavrão : como ser feliz gostando do seu corpo como ele é / Fluvia Lacerda. — 1ª ed. — São Paulo : Paralela, 2017.

ISBN 978-85-8439-096-0

1. Corpo – Imagem 2. Corpo – Mente 3. Experiências de vida 4. Mercado da moda 6. Moda – Pesquisa 7. Mulheres – Saúde I. Título.

17-08073

CDD-391.072

---

Índices para catálogo sistemático:

1. Corpo e moda : Pesquisa 391.0072

2. Moda e corpo : Pesquisa 391.0072

[2017]

Todos os direitos desta edição reservados à

EDITORA SCHWARCZ S.A.

Rua Bandeira Paulista, 702, cj. 32

04532-002 — São Paulo — SP

Telefone: (11) 3707-3500

[www.editoraparela.com.br](http://www.editoraparela.com.br)

[atendimentoaoleitor@editoraparela.com.br](mailto:atendimentoaoleitor@editoraparela.com.br)

[facebook.com/editoraparela](https://facebook.com/editoraparela)

[instagram.com/editoraparela](https://instagram.com/editoraparela)

[twitter.com/editoraparela](https://twitter.com/editoraparela)

# Sumário

Por que escrevi este livro . . . . .	7
1. De Roraima para o mundo . . . . .	17
2. O que você faria se não precisasse se preocupar com seu peso? . . . . .	31
3. Gorda não é palavrão . . . . .	49
4. O mito do corpo ideal . . . . .	57
5. Feliz no espelho, feliz no amor . . . . .	67
6. Tamanhos grandes, mercado pequeno . . . . .	75
7. O convencional não existe mais . . . . .	91
8. Agir para transformar . . . . .	97

## Por que escrevi este livro

SOU MODELO PLUS SIZE DESDE 2003, e pode ser que você já tenha me visto na televisão, em alguma campanha ou me conheça como “a Gisele Bündchen GG”, mas levei alguns anos para começar minha carreira no Brasil, e foi um longo caminho. Acredito que o que me despertou para a necessidade de trabalhar aqui foi uma viagem que fiz a Natal no fim de 2006.

Nessa época, eu estava cansada do ritmo insano em que trabalhava e decidi tirar um tempo para voltar ao Brasil e descansar. Mal sabia a importância que essa decisão teria — e o quanto eu aprenderia sobre a realidade da mulher brasileira.

Assim que desembarquei em Natal, descobri que minhas malas haviam sido extraviadas. Levou três dias até que a companhia aérea achasse e devolvesse tudo. Sem ter o que vestir nesse meio-tempo, saí para comprar roupas, e foi então que vivi na pele o drama da mulher gorda brasileira. Habituada com a variedade de modelos

plus size nos Estados Unidos, onde moro desde 1995, fiquei em choque com o vácuo que encontrei por aqui. Eu me lembro de ter perguntado à minha irmã: “Como as gordas fazem no Brasil? Andam peladas?”.

Não sei dizer por que nunca havia notado essa falta gritante: talvez porque quando eu era mais jovem e morava aqui eu não tinha dinheiro para roupas e, portanto, não me preocupava com isso... Morando fora, mesmo antes de ser modelo e ganhando pouco, me acostumei a comprar roupas e a ter opções para expressar meu estilo.

Em 2006 não existiam blogueiras para dar dicas. O mercado plus size era praticamente nulo. Vesti umas roupas de ginástica da minha irmã, que eram as únicas que cabiam em mim, e saí para uma busca mais intensa. Fui a tudo quanto era cantinho da cidade, entrando até em confecções caseiras. Todas tinham apenas os tamanhos convencionais: PP, P, M, G E GG. E GG aqui no Brasil é uma coisa ridícula. Minha mãe é uma pessoa pequena, de quadril fino, e usa GG. Desde então, passei a buscar peças plus size em toda cidade brasileira que visito.

Anos depois do episódio em Natal, fui com minha tia, que precisava comprar um presente para uma amiga, a um shopping em São Paulo. Enquanto estava ao celular, fui mexendo nas peças dispostas na arara de uma loja. Assim que desliguei, me dirigi a uma das vendedoras: “Oi! Você tem outras estampas deste modelo aqui?”. Ela nem se deu ao trabalho de me cumprimentar e disse: “Não temos seu manequim nesta loja”. Nessas horas, a Fluvia desbocada aparece. Respondi na lata: “Acho que você não me ouviu bem. O que perguntei foi se tem outras estam-

Como as gordas  
fazem no Brasil?  
Andam peladas?

pas dessa aqui, não se tem meu tamanho”. Na hora, ela já se deu conta da besteira, mas não perdi a oportunidade e acrescentei: “Você foi muito mal treinada”. A gerente estava por ali, então aproveitei para mostrar a ela o quanto aquele comportamento era incorreto. “Eu tenho dinheiro para gastar nesta loja. E não é pouco. Mas vocês perderam a oportunidade de vender porque são preconceituosas”, eu disse.

## UM NOVO DESAFIO

Esses episódios me marcaram muito. Eu sabia que precisava fazer algo para mudar o cenário brasileiro. Queria questionar e quebrar essa cultura que deixava tantas mulheres à margem, apesar de serem maioria.

Então, no início de 2007, decidi que tinha de trabalhar para aumentar o mercado plus size brasileiro, o que não seria fácil. O primeiro empecilho foi justamente encontrar alguém que me assessorasse. “Modelo gorda no Brasil? Não vai funcionar! Isso não existe, não vai dar certo, não existe moda plus size no país” era o que eu mais ouvia. Nem dá para mensurar quantos “nãos” ouvi. Marcava reuniões com agências de comunicação para me apresentar, contava sobre meu trabalho e dizia que gostaria de divulgá-lo no Brasil porque acreditava que era necessário abrir o mercado por aqui. Sabia que havia uma demanda reprimida. Tinha sentido na pele, tinha pesquisado sozinha. Mas as pessoas achavam que eu estava louca. Eu tinha dinheiro para fechar o contrato, estava a fim de trabalhar, sabia que havia gente

querendo comprar, ler, entender melhor o assunto, mas os assessores não queriam trabalhar para mim.

Senti de forma reavivada a importância de me comunicar com as mulheres brasileiras. Se eu ouvia aquele tipo de resposta e estava apenas em uma busca profissional, conseguia imaginar como era para quem se tratava de uma questão de autoestima, de poder se vestir para sair de casa com confiança. Parecia algo impossível.

## UM LIVRO

Essa semente foi crescendo dentro de mim e levou a este livro. Em 2015, quando fui sondada para escrevê-lo, estava passando por um período muito difícil. Meu companheiro havia morrido, e eu tinha um filho de um ano. Não tinha tempo para organizar meus pensamentos, muito menos escrever um livro inteiro.

Fora que eu questionava se um livro era necessário, a ideia me parecia até pretensiosa. O que eu, essa pessoa desbocada, festeira e sincera demais para o próprio bem teria para ensinar às pessoas? Sempre fui diferente, sempre questionei preconceitos, sempre me senti um peixe fora d'água. Isso não me incomodava, mas também não me ajudava a compreender as preocupações que abalavam tanta gente. Nunca tive problemas em lidar com meu corpo e, como minha forma de ver, analisar e interagir com o mundo não eram as mesmas que as da grande maioria das pessoas, não entendia quem sofria tanto com peso, por exemplo.



Por gerações,  
aprendemos a seguir  
condicionamentos  
machistas sobre como  
viver e que  
aparência ter.

Hoje, mais do que nunca, percebo que a maneira como encaro essa situação veio impressa no meu DNA de alguma forma. Não aprendi com ninguém, é algo que tenho. E quero dividir isso com as mulheres, pois vejo que a mentalidade que me protegeu e ajudou a chegar aonde estou pode salvar muitas vidas que sofrem com os padrões opressivos.

Graças às redes sociais, consegui ir falando com cada vez mais brasileiras. E fui aprendendo a ter empatia por um problema que traz tanto sofrimento às pessoas. Foi um processo muito rico de troca, no qual percebi a real carga que elas suportam diariamente. E, ao longo de outras dificuldades pessoais que enfrentei, entendi que posso servir de embaixadora para a causa.

Um caso em especial me marcou: uma seguidora de dezesseis anos que me escreveu sobre sua tentativa de suicídio, causada pela pressão da família para emagrecer. Só então compreendi como aquilo que somos parece depender de nossa aparência física.

Se tudo o que eu já tinha vivido não tinha conseguido me “quebrar” por dentro, isso quebrou. Ali estava eu, uma mulher gorda que nunca se deixara atingir pelas críticas, simplesmente chocada com a gordofobia. Foi o ponto de partida para enfim escrever um livro com o intuito de expor a necessidade de libertação desse sistema escravizante.

Nesse sentido, devo muito aos meus seguidores nas redes sociais. Eles me ensinaram que o simples fato de não ter vergonha de ser como eu sou e de dizer o que penso já é uma grande bandeira, pela qual preciso lutar.

Espero que este livro a ajude a questionar a mentalidade tão enraizada que não permite que você veja o milagre

e a maravilha que é o seu corpo. Espero também que a luta por mais representatividade nos veículos de comunicação ganhe ainda mais força. E que cada vez mais mulheres tenham opções para se vestir e possam se amar.

Sua vida não  
se resume  
à aparência.

# 1. De Roraima para o mundo

SER GORDA NUNCA FOI UM PROBLEMA NA MINHA VIDA. POSSO dizer que nasci para fazer o que faço, e isso se deve ao meu corpo. E não estou falando apenas de saber posar para uma foto. A moda é só o abre-alas de uma história muito longa e importante para mim. Meu trabalho vai muito além de mostrar um rosto bonito e usar o corpo para exibir roupas. Mais do que modelo, eu me vejo como alguém que fincou uma bandeira em um território inabitado.

No início dos anos 2000, quando comecei a trabalhar com moda plus size, ninguém questionava os padrões de beleza impostos. Mas essa ideia já estava em mim. Sempre fui a menina para quem diziam: “Nossa, você é tão bonita! Se emagrecer vai ficar perfeita!”. Só que, ao contrário do que acontece com a maioria das mulheres que ouve isso, eu não ficava triste ou encabulada. Não corria para chorar escondida ou malhar em uma academia qualquer. Para desespero da minha mãe, que sempre quis que fôssemos muito educados, eu respondia na lata: “Quem pediu sua opinião?”.

Quando diziam:

“Nossa, você é  
tão bonita!

Se emagrecer vai  
ficar perfeita!”,

eu respondia  
na lata: “Quem pediu  
sua opinião?”.

Talvez pela criação que recebi ou porque as dificuldades da minha família fossem outras, nunca achei que os dígitos da balança determinassem o valor de alguém. Para mim, o que conta é uma junção de características. E, graças a isso, quando me tornei modelo plus size, naturalmente comecei a divulgar a ideia de que existe muita beleza ao nosso redor. Sempre que me perguntam quem é meu ideal de beleza, respondo: minhas amigas, as mulheres que estão próximas a mim, com quem convivo diariamente, troco experiências de vida, compartilho a beleza e a dureza do que é ser mulher. É óbvio que essa clareza de ideias só veio com o tempo e com a experiência de vida. Uma vida, aliás, cheia de percalços.

#### VINTE E QUATRO HORAS DE VIAGEM

Se você me perguntar de onde venho, direi que sou da Amazônia, uma das regiões mais remotas do país, onde as poucas correspondências que não se perdem no caminho demoram uma eternidade para chegar. Sou de Boa Vista, uma cidade com menos de 350 mil habitantes, capital do estado de Roraima, a poucos quilômetros da Venezuela. Foi lá que cresci, é lá que estão minhas raízes, minha família e meus amigos de infância.

Mas não foi lá que nasci, e sim no Rio de Janeiro. Cheguei a Boa Vista com pouco mais de dois anos, levada por um avião da Força Aérea Brasileira (FAB), na companhia da minha irmã mais velha, Marcela, e da minha mãe, Matilde, que tinha acabado de se separar do meu pai.