

---

# “C OMBATAMOS A OBESIDADE!” – RELIGIÃO, CORPO E SAÚDE NA MÍDIA IMPRESSA ADVENTISTA

Karina Kosicki Bellotti  
Universidade Federal do Paraná  
Curitiba – PR – Brasil  
Orcid: 0000-0002-5353-8432

O tema deste artigo é a relação entre religião, saúde e mídia no que se refere à questão da obesidade abordada na revista *Vida e Saúde*,<sup>1</sup> da Casa Publicadora Brasileira (CPB), editora da Igreja Adventista do Sétimo Dia no Brasil (IASD). O periódico circula mensalmente desde 1939, dedicado a conselhos de saúde física, emocional e espiritual. Suas concepções de corpo, saúde e doença seguem a mensagem adventista de saúde da denominação desde o início da igreja nos Estados Unidos, em 1863. Analisamos as representações sobre a obesidade em diferentes momentos da revista, investigando de que forma o discurso adventista sobre corpo e obesidade relaciona-se com os discursos científicos sobre essa questão – existiria uma especificidade adventista para essa abordagem? E de que maneira essa preocupação com a obesidade ajuda

---

1 Os exemplares de *Vida e Saúde* dos anos 1930 a 1970 foram consultados no Centro de Memória Ellen G. White, na Universidade Adventista de São Paulo, campus Engenheiro Coelho-SP. Os exemplares recentes estão disponíveis em: <https://acervo.cpb.com.br/vs>. Acesso em 28 mai. 2020. As revistas adventistas norte-americanas citadas no artigo estão no *Office of Archives, Statistics and Research* da IASD, disponível em: <http://documents.adventistarchives.org/Periodicals/Forms/AllFolders.aspx>. Acesso em 28 mai. 2020. Desde os anos 2000, a revista *Vida e Saúde* possui 52 páginas coloridas, com 21 seções divididas em quatro áreas: *Descomplicue* (Dicas e Soluções, Emergência, Compare e Escolha e Receitas), *Corpo* (Clínica Geral, Corpo Humano, Odonto, Nutrição, Alimentos, Plantas, Beleza Saudável e Em forma), *Mente* (Psiquiatria, Autoestima, Teste, Sexualidade e Infográfico), e *Espírito* (Vida Plena). Além disso, ela publica de três a quatro reportagens por mês, de temas variados. Sua última tiragem publicada foi de 60 mil exemplares (dados de março de 2019).

a pensar como um grupo religioso lida com questões de saúde e de modelagem do corpo no período contemporâneo?

Nos estudos sobre história do corpo e da obesidade no Brasil, houve pouca menção a aspectos ou atores religiosos na construção de representações sobre o corpo magro e o gordo (Sant'anna 2016). Já pesquisas estadunidenses sobre religião, saúde e mídia (Griffith 2004; Badaracco 2007) identificam a influência de conceitos cristãos do século XIX na cultura da boa forma no século XX – a prática de jejuns, o emagrecimento e a busca pelo corpo perfeito (em especial pelas mulheres) como sinais de devoção e de bom caráter: o exterior corresponderia ao interior do indivíduo, indicando saúde e autocontrole.

Partimos da perspectiva de estudos da história do corpo (Vigarello 2012; Sant'anna 2016) e da sociologia do corpo (LeBreton 2012), que compreendem as construções sociais e culturais empreendidas para conferir significados, sujeitar, educar, e transformar o corpo dentro de contextos sociais e históricos específicos. Estudos recentes sobre obesidade (Poulain 2016; Jimenez-Jimenez 2020) têm observado a corrente estigmatização dos corpos gordos na sociedade ocidental – uma sociedade considerada lipofóbica, em que o pavor da engordar associa obesidade ao fracasso individual e à patologização do corpo gordo.

O corpo tem sido alvo de disciplinarização desde o final do século XVIII, pelo processo de medicalização da sociedade ocidental, com influência política sobre a organização social, modelando corpos sadios (física e mentalmente) para serem úteis à ordem econômica e social (Foucault 2014). Auxiliaram nessa tarefa as correntes médicas do higienismo e da eugenia no século XIX. O higienismo ocupou-se da prevenção de doenças por meio de higiene da população, saneamento básico e promoção de educação sanitária (no Brasil, essa agenda também foi encampada pelos médicos sanitaristas – Hochman 2001). A eugenia na Europa propôs políticas de controle racial e genético da população, pela inibição de reprodução de características hereditárias consideradas negativas (eugenia negativa) e pela promoção de características hereditárias consideradas positivas (eugenia positiva). Ambas as correntes fizeram parte de projetos de construção de nação brasileira para o progresso material e econômico na primeira metade do século XX (Diwan 2005). Foucault refletiu também sobre as tecnologias de gestão do corpo desenvolvidas com o neoliberalismo do século XX, em que o poder contemporâneo oferece a ilusão de controle sobre a saúde por meio de práticas de manutenção pessoal (McRobbie 2015:7).

Ao questionarem a existência de um único ideal de corpo normal, saudável e bonito (magro, branco, alto), as pesquisas sobre obesidade denunciam interesses da biomedicina em taxar a obesidade como doença a ser curada a qualquer custo, com cirurgias, cosméticos e dietas, a despeito do estado geral de saúde das/os obesos. Mostram também a visão gendrificada que estabelece padrões corporais e disposições de cuidados de si diferenciados para homens e mulheres, estabelecendo um ideal de perfeição para os corpos femininos, o que gera uma série de problemas psicológicos e so-

ciais entre as mulheres que não se encaixam nesse ideal. Segundo Angela McRobbie (2015:6-7), a ideia de “perfeito” marca uma “forma de autorregulação baseada na aspiração a um ideal de ‘bem viver’” (tradução nossa, McRobbie 2015:10), e procura restaurar uma feminilidade tradicional, em que a mulher seria capaz de atingir a excelência em todos os campos de vida social e privada, competindo com outras mulheres e consigo mesma, na exigência de um padrão elevado de autorrealização. Ao contrário das mulheres que se mantêm magras, as que engordam estariam “se descuidando”, sendo desaprovadas socialmente.

Podemos relacionar essa “ideia do perfeito” com os estudos sobre religião evangélica e corpo feminino de Jacqueline Moraes Teixeira (2018) e Nina Rosas (2015). Elas indicam a tendência recente de aconselhamento feito por igrejas evangélicas sobre o cuidado com o corpo e com a estética femininos para manter a “boa forma” do “templo do Espírito Santo”, reforçando uma feminilidade cristã definida pelo temperamento manso e pela aparência bela e modesta. Em comum com essas iniciativas, a revista *Vida e Saúde* oferece uma “pedagogia do corpo” (Rosas 2015), de como viver bem pelo cultivo do estilo de vida saudável, pelo controle dos apetites e da autoindulgência, por vezes com valores diferentes para homens e mulheres. Ultimamente, o periódico reforça como parte do seu marketing o pioneirismo dessa mensagem.

Empregamos a metodologia de análise de periódicos de Tania de Luca (2011:111-154) para estudar os seus aspectos de produção, circulação e composição da revista *Vida e Saúde*. Partimos de amostragem significativa num recorte de tempo (80 anos), observando seus elementos constitutivos – texto e imagens – na produção de significados. A revista *Vida e Saúde* é editada pelos adventistas desde janeiro de 1939 e tem como público-alvo pessoas não pertencentes à IASD. Trata-se de uma publicação com conselhos para saúde, que visa despertar o interesse dos/as leitores/as para outras publicações da CPB, e para a religião adventista. A distribuição é por colportagem, venda de porta em porta feita por membros da igreja, valorizada pela IASD no Brasil até hoje por garantir a continuidade da evangelização e por promover uma renda a seus membros, que não raro custeiam seus estudos em instituições adventistas de ensino. Contudo, a revista não tem uma identificação adventista explícita nem faz proselitismo. Por isso, não aparecem relatos de conversão apontando para as diferenças entre o novo e velho “eu”, comum em publicações de evangelização protestante. A comunicação de princípios religiosos, morais e de saúde calcados na tradição adventista é feita de maneira indireta, guiada pela mensagem de saúde da igreja, responsável pela escolha de temáticas e pela defesa de certos hábitos, como o vegetarianismo, a prática de exercícios físicos, e o autodomínio.

Esse artigo se divide em três partes: a primeira analisa a mensagem adventista de saúde e a importância da mídia impressa para a IASD; a segunda aborda as representações sobre a obesidade na revista *Vida e Saúde* entre as décadas de 1930 e 1970, fase em que os editores da revista adotaram discurso higienista e eugenista para abordar a saúde, e que antecedeu a popularização do Índice de Massa Corporal

(IMC) para definir os tipos de obesidade. Por fim, investigamos como a revista recentemente tem retratado o assunto, entre 2018 e 2019, em contexto de popularização do IMC e de descobertas científicas sobre o funcionamento fisiológico da obesidade. Observamos permanências no discurso adventista sobre obesidade, tais como sua correlação com doenças preveníveis, e a caracterização pejorativa dos corpos gordos, a serem modelados por força de vontade individual e por meios naturais de controle alimentar e gasto calórico.

### “A Ciência do Bom Viver” – a mensagem adventista de saúde

A Igreja Adventista do Sétimo Dia surgiu nos Estados Unidos em 1863, caracterizada pela crença no retorno iminente de Cristo e pela observância de práticas diferentes de outras igrejas cristãs, como a guarda do sábado (sabatismo), considerado o sétimo dia de descanso de Deus após a criação.<sup>2</sup> Outra característica marcante do adventismo é o cultivo de um estilo de vida saudável, com base na mensagem de saúde divulgada por Ellen Gould White (1827-1915), uma das principais lideranças da igreja, a quem os adventistas atribuem o poder de ter transmitido mensagens proféticas.

Em 1864, Ellen G. White alegou ter recebido mensagem profética sobre os cuidados com a saúde, recomendando um modo de vida frugal, higiênico, próximo da natureza, com alimentação vegetariana, sendo difundida pela sua mídia impressa. Em 1866, os adventistas abriram um centro de saúde, The Western Health Institute, originando outros centros pelos Estados Unidos e por outros países como a Dinamarca, África do Sul e Índia, que, por sua vez, geraram o sistema de hospitais e clínicas adventistas no século XX (Land 2005: 126-131).

A mensagem de saúde adventista segue os princípios de vida saudável defendidos pelo movimento da Reforma da Saúde nos Estados Unidos em vigência desde os anos 1830, que defendia a abstinência de tabaco e álcool, a prática de atividade física, o uso terapêutico da água, além do consumo de alimentos integrais, naturais e vegetarianos, visando à purificação moral e corporal de toda a nação (Griffith 2004; Whorton 2002). Os adventistas incorporam esses princípios ao seu *ethos*, sustentando um aparato de publicações, serviços de saúde, empresas alimentícias voltados para os públicos adventistas e não adventistas.

Os escritos de Ellen G. White foram reunidos em obras como *A Ciência do Bom Viver* (2013, original de 1905), *Conselhos sobre Saúde* (2007b, original de 1923) e *Conselhos para o Regime Alimentar* (2007a, original de 1926), que sistematizam os conceitos de saúde, doença, corpo, mente e espírito que já circulavam nas revistas de saúde da igreja desde 1866. Em resumo, o ser humano é uma criação divina perfeita que decaiu pelos seus pecados. Mesmo assim, o corpo humano é uma máquina perfeita cujo funcionamento harmonioso significa sua boa saúde. A doença é causada

2 A Igreja Adventista do Sétimo Dia elencou suas 28 crenças, disponíveis em: <https://www.adventistas.org/pt/institucional/crencas/>. Acesso em: 21 mai. 2020.

pela transgressão das leis da natureza, que foram instituídas por Deus na criação do universo e do ser humano. Assim, a intemperança e a vida moderna levariam ao decaimento moral e físico, e para restaurar a saúde seria necessário usar os “remédios naturais” (White 2013), isto é, oito elementos conferidos por Deus aos homens para se curar ou prevenir doenças: a água em abundância, para consumo, higiene e terapia; a luz solar; o ar puro; a alimentação equilibrada com todos os nutrientes necessários, e de preferência vegetarianos; a atividade física cotidiana; o repouso periódico; a temperança ou autodomínio (abster-se de substâncias nocivas, como álcool, tabaco, drogas, e bebidas estimulantes com cafeína); e a confiança em Deus.

Tal concepção de saúde e de doença conforma-se com o contexto higienista da época, permeando os escritos de saúde de Ellen G. White e servindo de base para a atuação da igreja nessa área. A mensagem de saúde adventista aliaria a fé cristã no “Médico dos Médicos”, Jesus Cristo, ao conhecimento científico da criação divina. O corpo adquire uma centralidade no adventismo, que prevê a sujeição de seus impulsos para se moldar o caráter cristão:

O corpo é o único agente pelo qual a mente e a alma se desenvolvem para a edificação do caráter. Daí o adversário das almas dirigir suas tentações para o enfraquecimento e degradação das faculdades físicas. Seu êxito neste ponto importa na entrega de todo o corpo ao mal. As tendências de nossa natureza física, a menos que estejam sob o domínio de um poder mais alto, hão de operar por certo ruína e morte. (White 2007a:69)

O tema da obesidade não foi abordado em *A Ciência do Bom Viver*, em *Conselhos sobre Saúde* e *Conselhos sobre Regime Alimentar*. O problema da intemperança não é a possível consequência da engorda, mas o enfraquecimento que a má alimentação e os maus hábitos de vida (fumo, consumo de chá, café, falta de exercícios e de higiene) causam no organismo, impedindo que o ser humano se relacionasse com Deus. A gluttonia, por sua vez, foi condenada nos escritos de Ellen G. White e nas revistas adventistas de saúde no século XIX, que relacionavam intemperança no comer, sedentarismo e engorda.

As referências à obesidade foram pontuais nas revistas adventistas do século XIX, por não ser considerada um problema corrente. Por exemplo, na seção de perguntas do periódico adventista *Good Health*, vemos a resposta à pergunta de leitor sobre como sua esposa gorda poderia emagrecer: “A corpulência não é uma queixa muito comum neste país [Estados Unidos], sendo mais frequentemente encontrada a condição oposta”<sup>3</sup> (tradução nossa, Questions, 1880:122). Ainda assim, as revistas adventistas reproduziam materiais de outros periódicos, alinhando seu discurso com a ciência da época. Em 1871, a revista *The Health Reformer* publicou que os grandes

3 “Corpulency is not a very common complaint in this country, the opposite condition being most frequently met with.”

comilões nunca vivem muito, pois sofrem de dispepsia e podem engordar, aumentando seu risco de morte (Hall's Journal 1871:177).

No entanto, no século XX, há crescente preocupação nos periódicos adventistas americanos e brasileiros em relacionar a obesidade com doenças fatais ou debilitantes, incorporando o discurso médico que associou a obesidade a uma série de doenças coronarianas e metabólicas (Vigarello 2015).

### **“Faça regime, e seja feliz!” – a obesidade na revista *Vida e Saúde* entre os anos 1930 e 1970**

No Brasil, a IASD chegou no final do século XIX, por meio da literatura sabbatista e de missionários adventistas, e em 1900 foi fundada a Casa Publicadora Brasileira, editora adventista existente até os dias atuais, que publica materiais para adventistas e não adventistas. Em 1939, após 30 anos de publicação de impressos com a mensagem adventista de saúde, a editora lançou a revista *Vida e Saúde* – homônimo da congênera adventista norte-americana *Life and Health*.

Ao ser publicada durante o Estado Novo (1937-1945), a revista *Vida e Saúde* conformou suas raízes higienistas com o projeto eugenista do governo de Getúlio Vargas. O Ministério da Educação e Saúde Pública implementou desde 1934 políticas higienistas (ou sanitaristas) de combate a endemias e prevenção de doenças, enquanto a eugenia era instrumento de construção de uma nação branca, física e moralmente forte desde a infância, apta para o trabalho (Hochman 2001; Souza 2012; Gonçalves 2011). No periódico *Vida e Saúde*, o endosso às políticas eugenistas e higienistas dava-se pela reprodução de textos das cartilhas do Serviço Nacional de Educação Sanitária (Snes), além de notas elogiosas às políticas materno-infantis, de educação alimentar e de exames pré-nupciais. Após 1945, a revista prosseguiu com a linha higienista até os anos 1970.

Por sua vez, a mensagem adventista de saúde mencionou frequentemente boa parte dos remédios naturais, com exceção do remédio da confiança em Deus, pois *Vida e Saúde* apresentava-se como uma revista de divulgação científica, com referências cristãs pontuais, para não ferir a religiosidade de possíveis leitores católicos. Somente a partir dos anos 1970 a espiritualidade cristã tornou-se constante na revista. Desde o início da publicação, predominam as matérias sobre saúde física, com enfoque na prevenção de doenças por meio de um estilo de vida saudável.

A obesidade era um alvo da medicina desde o início do século XX, e sua abordagem frequente pela revista *Vida e Saúde* pode ser atribuída ao alinhamento dos adventistas com o discurso médico, que lhe conferiria legitimidade, permitindo sua circulação na sociedade. Podemos também pensar que o fato de a obesidade ser um assunto de interesse amplo poderia potencializar a distribuição da revista..

Na revista, entre os anos 1930 e 1970, o corpo gordo foi sempre exposto em situações de desconforto, infelicidade e indolência, ilustrado por fotos ou desenhos

de gordos e gordas em cima de balanças, envoltos em fitas métricas, suados, inchados. Os autores das matérias focavam-se em explicar as causas da obesidade e suas consequências deletérias para o organismo. A revista *Vida e Saúde* reproduziu muitos artigos de médicos adventistas brasileiros e estrangeiros, além de matérias de médicos brasileiros e estrangeiros sem uma filiação religiosa conhecida. Contando com um expediente reduzido durante suas primeiras décadas, a revista reproduziu artigos de outras fontes, adventistas e seculares, endossando noções higienistas e eugenistas de saúde, doença e cuidados com o corpo, aliando-as aos “remédios naturais”.

Somente a partir dos anos 1980 há mais reportagens escritas por jornalistas e médicos brasileiros, de origem adventista, diminuindo o cunho higienista e eugenista dos primeiros anos. As matérias sobre obesidade passam a mostrar os efeitos da aplicação dos oito remédios, em fotos “antes/depois”, na conquista do corpo magro, saudável e ágil.

Em janeiro de 1939, o primeiro número da revista *Vida e Saúde* publicou artigo do médico eugenista Renato Kehl, “Que é peso fisiológico?” (Kehl 1939:10-11; 17), creditado à revista argentina *Viva Cien Años*, de caráter científico e popular dos anos 1930 a 1950. O texto foi ilustrado com três fotos – as duas primeiras no início da matéria, na primeira página – a primeira foto é de um bebê sendo pesado por uma enfermeira, com a legenda “Se desde cedo cuidarmos de nosso peso...” – ao lado há a foto de um homem bem obeso que se pesa em balança em frente a um homem magro, que mede seu abdômen – “... não é provável que juntemos banhas exageradas” (Kehl 1939:10). A terceira foto, no centro da segunda página, mostra uma mulher jovem branca de corpo esguio, com flores na mão, sorridente, com a legenda: “Nem excesso de gordura, nem pele e osso tão somente. Entretanto, como explica neste artigo o ilustre facultativo carioca, a questão de peso não nos deve preocupar demais, a não ser que se trate de doença” (Kehl 1939:11).

Segundo Vigarello (2012), a palavra “obesidade” já era utilizada desde o século XVIII, mas a preocupação com o acúmulo de peso corporal ainda era restrita na sociedade europeia a membros da nobreza. No período medieval e moderno (séculos V a XVIII), não havia uma noção exata do que era ser magro ou ser obeso – só saltava aos olhos de cronistas e escritores aqueles que eram muito gordos. Mesmo assim, a gordura não recebia um valor negativo da sociedade e nem sempre era sinal de gulodice, ou descontrole. Durante esse tempo, as sociedades europeias sofreram com a escassez de alimentos, não sendo a obesidade um problema para boa parte da população.

Isso valeu para o Brasil – durante seu período colonial e imperial, a maior parte da população não possuía à disposição uma “cornucópia”, assim como muitos ainda não a possuem. Segundo Sant’anna (2016) no Brasil do início do século XX a gordura corporal era sinônimo de opulência, riqueza para homens e mulheres. Havia críticas pontuais aos gordos, e em especial aos muito gordos, pela questão estética ou pela questão socioeconômica, pois seriam eles exploradores dos pobres magros trabalhadores. Mesmo as mulheres seriam consideradas bonitas se fossem corpulentas,



cheias de curvas e graça. As mulheres muito magras seriam “secas”, sem vida, tristes (Sant’anna 2016). Até a popularização nos anos 2000 do Índice de Massa Corporal<sup>4</sup> (IMC), a magreza e a obesidade eram sujeitas a diferentes classificações e medições desde o século XIX, prevalecendo a valorização pela publicidade e pela mídia de uma silhueta cada vez mais esguia para as mulheres.

A matéria de Kehl traz essa característica inexata do que constitui a obesidade e a magreza. A legenda da foto da jovem expressa essa indeterminação – o saudável era não ser nem gordo nem magro demais. Segundo o médico, o peso deveria ser “calculado pela constituição individual” (Kehl 1939:10) sem determinar uma tabela específica. Segundo o autor, estava provado que quem tinha “perfeito estado de saúde” estava em seu peso ideal, pois o organismo conseguiria manter o equilíbrio. O peso fisiológico seria, portanto, o peso que se mantinha constante, sem um valor fixo para todos.

Não há indicação se as fotografias da matéria eram originais da revista argentina, mas a sua escolha indica o padrão predominante na revista a partir de então – o problema era ser muito gordo, como indica a fotografia do homem, denotando muitas vezes caso de intemperança, ou ser muito magro, que aponta para alguma doença debilitante. Segundo o corolário eugenista, o peso deveria ser acompanhado desde o nascimento do bebê (o que explica também a primeira foto da reportagem), juntamente com os demais dados de saúde da criança, para que se tornasse um adulto saudável no futuro (Kehl 1939:11).

Segundo Renato Kehl, não era recomendável mudar o peso por razões estéticas. Não era aconselhável nem que os muitos gordos se submetessem a “dietas de fome” e tomassem remédios em busca do emagrecimento a todo custo, nem que os magros fizessem regimes de superalimentação para ganhar peso, pois em ambos os casos poderiam ser prejudicados o equilíbrio dos sistemas glandulares e do sistema nervoso vegetativo (Kehl 1939:11). Isso não significaria negligenciar o regime alimentar e os exercícios físicos, pois eram necessários para uma “vida higiênica, a fim de conservar a saúde, limitando cuidadosamente sua tendência à obesidade exagerada” (Kehl 1939:17). Já os magros não deveriam se deixar levar pelo arbítrio sem critério. Por fim, o autor refutou a ideia de combater a obesidade por razões de saúde: “Não é assim. A gordura poderá prejudicar a plástica, mas nem sempre é incompatível com a saúde e o vigor. Em muitos casos representa uma particularidade inata, constitucional, que não deve ser modificada intencionalmente” (Kehl 1939:17).

As ponderações de Renato Kehl trazem as marcas de seu tempo – uma preocupação moderada com a obesidade, e uma ênfase do equilíbrio do corpo, sem obedecer

4 O Índice de Massa Corpórea (IMC) foi criado a partir dos cálculos de antropometria do polímata Adolphe Quételet em 1835. A fórmula do considera o peso corporal em quilos de um indivíduo, dividido pelo quadrado de sua altura em metros [IMC = peso corporal/(altura)<sup>2</sup>]. O IMC tem sido adotado pela Organização Mundial da Saúde desde 2000 (Who 2000) para determinar as faixas de peso corporal – abaixo de 18,5 significa estar abaixo do peso ideal; entre 18,5 e 24,9, significa peso ideal; entre 25 e 29,9, implica sobrepeso; entre 30 e 34,9, indica obesidade grau I; entre 35 e 39,9, obesidade grau II e acima de 40, obesidade grau III.



às razões “de elegância”. As dietas de fome foram criticadas por diferentes médicos que passaram por *Vida e Saúde*, pois debilitariam seus praticantes. Mas manter o corpo em constante pesagem e vigilância também é uma característica da medicina higiênica. Seu padrão físico podia não ser rígido, mas não deixava de submeter o corpo a um controle médico. Dificilmente encontramos em *Vida e Saúde* um discurso que condene a obesidade pelo pecado da gula, mas houve várias formas de se referir à intemperança, à falta de domínio próprio que levariam ao aumento do peso. A revista também se resguardou de uma condenação sumária dos gordos se eles sofrerem de disfunções glandulares. Mas exceto isso, a obesidade deveria ser exposta, combatida e eliminada.

Em setembro de 1939, foi publicada a matéria “Combatamos a obesidade!” (*Health* 1939:6-7), sem autoria identificada, extraída da revista adventista *Health*. Nela a obesidade é uma doença com diferentes manifestações, necessitando de supervisão médica para cada caso. Sua causa seria o acúmulo de calorias não queimadas que viram gordura. Para evitá-la ou tratá-la seria necessário reduzir as calorias ingeridas, além de aumentar a queima de energia por meio de exercícios físicos ou medicamentos.

Vigarello (2012) aponta que a visão do corpo como uma máquina de energia é um advento recente na história humana, datando do período da Revolução Industrial, na virada do século XVIII para o século XIX. Posteriormente, na primeira metade do século XIX, surgem os estudos químicos que determinam a composição dos alimentos em proteínas, hidratos de carbono, gorduras, aminoácidos, dentre outros elementos. Portanto, veículos populares de comunicação, tais como *Vida e Saúde*, trazem um vocabulário sobre alimentação e peso corporal que continua muito familiar no século XXI.

Já a questão da forma física desejável e indesejável podia variar conforme a localidade até meados do século XX – na Europa e nos Estados Unidos, a magreza longilínea é o padrão de beleza feminina desde os anos 1920. No Brasil, essa tendência chegou por meio do cinema e das revistas de moda, mas competiu por muito tempo com as mulheres formosas e corpulentas retratadas na imprensa e na literatura (Sant’anna 2016). Por sua vez, a revista *Vida e Saúde* tenderá a combater a obesidade, ainda que demore a definir o ideal de peso a partir do IMC.

Assim, o artigo “Combatamos a obesidade!” é uma das várias matérias em que o periódico definiu saúde a partir do peso corporal:

Embora Dona Moda e Dona Natureza frequentemente andem em desacordo, ambas afirmam ser indesejável a obesidade, Dona Natureza atribui-a à diabetes, à alta pressão sanguínea, às moléstias cardíacas degenerativas ou de natureza fatal, e à inflamação crônica da vesícula biliar ou cálculos biliares. Dona Moda, altiva, condena-a por causas mais caprichosas. O resultado, porém, é que por este ou por aquele motivo, foi declarada guerra contra a gordura excessiva ou inconveniente. (*Health* 1939:6)

Contudo, entrar nessa guerra sem a supervisão médica seria comparável à situação de “um exército entrando no campo-de-batalha sem generais. Só o caos poderá resultar” (Health 1939:6). Por isso, o artigo critica os “regimes impróprios e remédios” que têm arruinado vidas para se conformarem “com os modelos dos figurinos que tentam padronizar os traços da silhueta humana” (Health 1939:6). Assim, o artigo trouxe quatro princípios a serem seguidos por “aqueles que se propõem sacrificar seus quilos de carne no altar da Moda” (Health 1939:7): verificar se o regime não alteraria alguma condição de saúde; observar o “calor armazenado” e o “calor dispendido”, mantendo a prática regular de exercícios; evitar que a redução de peso fosse rápida demais, com restrições muito rígidas; e cuidar para que o regime fosse equilibrado em nutrientes, caso contrário, o indivíduo adoeceria.

Ao aliar os interesses da natureza com os da moda, que nessa época nos Estados Unidos já apregoava a magreza como ideal de beleza, em especial para as mulheres, o artigo defende uma “guerra” à gordura “inconveniente”. Porém, se não existia uma tabela padronizada para determinar a obesidade excessiva, como detectar essa gordura inconveniente? Podemos considerar que a “inconveniência” seria muito mais uma percepção individual e subjetiva do que um padrão classificatório. Um dos recursos que ajudaria muito a explicitar o que são os corpos desejáveis e os de forma indesejável seriam as fotografias em revistas como *Vida e Saúde*.

Lembramos do conceito de modernidade reflexiva (Giddens; Lash & Beck 2012), que se analisa os mecanismos de aconselhamento e de divulgação da padronização de corpos e comportamentos por meio da mídia, permitindo que as pessoas se avaliem de acordo com critérios socialmente compartilhados. Assim, ilustrações correntes em *Vida e Saúde* permitiriam perceber padrões dos corpos de forma física adequada e inadequada, segundo os critérios de seus editores e colaboradores. Um exemplo são as ilustrações desse artigo, em que uma jovem branca e magra executa exercícios físicos, no que parece ser o chão do seu quarto de dormir, simbolizando a desejável prática de exercícios físicos para “combater o excesso de gordura” (Health 1939:6) e concorrer “para o funcionamento normal do organismo todo” (Health 1939:7), segundo as legendas. Os tipos físicos que predominam em *Vida e Saúde* até os anos 1960, quando utiliza fontes de bancos de imagens norte-americanos, são corpos de pessoas jovens, brancas, magras, esbeltas, que demonstram alegria ao ilustrar as matérias com conselhos disciplinadores para uma boa saúde.

Em 1942, no artigo “Como emagrecer”, o médico adventista estadunidense Humberto O. Swartout (1942:8-9; 19-20) afirma, sem apresentar estatísticas: “nunca houve, provavelmente, um tempo na história do mundo em que existissem mais pessoas gordas, em proporção à população, do que em nossos dias” (Swartout 1942:7). Contudo, o artigo traz a mesma indefinição quanto seria o peso ideal conforme o sexo e a idade: “com efeito o peso ideal para a melhor saúde é raramente o mesmo que o peso médio para uma dada altura” (Swartout 1942:7). Sua atenção recai sobre o “perigoso ou desagradável excesso de peso” (Swartout 1942:7), que ameaça

o funcionamento do corpo, sobrecarregando o coração após os trinta anos. Tirando os problemas glandulares, o que causa o aumento do peso é a ingestão excessiva de alimento – reduzi-lo é imperativo, seguindo os “princípios fundamentais da nutrição” (Swartout 1942:8), que são explicados em detalhes. O médico sugere um cardápio sem carne, que poderia ser adaptado caso a pessoa emagrecesse devagar ou rápido demais. Adverte para a desvantagem de se emagrecer muito rápido – meio quilo por semana é o recomendável – e para os perigos do uso de “drogas que fazem desaparecer a gordura” ou de métodos que prometem emagrecimento rápido (Swartout 1942:20).

As fotos usadas para ilustrar a matéria são significativas: na primeira página, um jovem branco e magro, com tórax desnudo, pesa-se numa balança de precisão, com a legenda: “o justo peso, sem oscilações frequentes, é índice de boa saúde” (Swartout 1942:7). E na página seguinte, a foto de corpo inteiro de uma mulher branca e jovem, aparentemente magra, com o corpo coberto por um pesado casaco, usando luvas e chapéu, aparentando uma foto de inverno no hemisfério norte, caminha sorridente: “robusta, sadia, nem gorda nem magra – e por isso mesmo, encarando a vida com boa disposição e alegria!” (Swartout 1942:8). Ainda que ocorra a indefinição quanto ao peso ideal, as fotos indicam um parâmetro de comparação para o homem e a mulher.

A feiura, por sua vez, era uma das consequências indesejadas da obesidade. O artigo “Como emagrecer sem perigo”, de Marcelo I. Fayard, foi ilustrado com o desenho de duas mulheres, cada uma em cima de uma balança – uma gorda e uma magra. Segundo o autor: “A superalimentação é um problema muito mais ameaçador do que a desnutrição” (Fayard 1956:8). Além dos problemas físicos que a obesidade acarreta, aumentando a chance de mortalidade das pessoas, a obesidade não favorece “o embelezamento da pessoa, pois, em regra geral, entre os povos civilizados são bastante divergentes os termos beleza e obesidade” (Fayard 1956:8). A matéria “Faça regime, e seja feliz!”, do médico Guilherme Caro (1972:8-9; 16), fez argumentação semelhante, contrapondo os perigos da obesidade aos benefícios do emagrecimento, e apostando na força de vontade para vencer “o incômodo ocasionado pelo apetite dominado” – isto é, a fome durante o regime (Caro 1972:16).

A coluna “Cultura Física” trazia nas páginas finais da revista nos anos 1940 e 1950 uma série de exercícios para diferentes fins – tonificar grupos musculares, promover condicionamento físico e cardiovascular. Em maio de 1960, a coluna publicou o texto “Uma estatura harmoniosa” (Andry 1960:22), com exercícios para redução de quadris e barriga. Se as “imperfeições” plásticas eram disfarçadas com roupas sociais, elas ficariam visíveis com roupas de banho na praia:

(...) em traje de banho, não se deve ninguém arriscar a mostrar um ventre proeminente, uma estatura atarracada, ancas de curvas supérfluas. Certo é que muitas vezes estes e tantos outros defeitos físicos têm como ponto de partida uma má estética devida a uma insuficiência muscular (falta de exercício). A bacia oscila para frente e estende, a pouco e pou-

co, a parede abdominal que bem depressa se torna o campo da eleição de gorduras inúteis. (Andry 1960:22)

A ideia de que a curva sobressalente é um excesso, algo “supérfluo”, composto de gorduras “inúteis” denota uma noção de que o corpo tem um estado ideal e útil, sem gorduras, sem desarmonias plásticas, pois refletiriam a harmonia interna do funcionamento dos órgãos e do esforço constante de sua manutenção, pelo regime alimentar e pela atividade física. Após essa descrição que visava criar vergonha em quem tinha o físico supostamente cheio de “imperfeições”, a sequência de exercícios é executada por uma figura feminina. O autor vaticina que a solução da obesidade está na conjugação de regime alimentar, cultura física e força de vontade (Andry 1960:22).

Outro artigo que aponta a feiura como um efeito ruim da obesidade é “Aumento de peso e obesidade – conceitos errôneos”, de *Desperta!* (sem autoria nem data), que difere obesidade como excesso de gordura, e aumento de peso, como ganho de massa muscular. A matéria traz um demarcador de gênero importante na definição do engordar feminino e masculino, ao identificar a obesidade como “fato negativo”, em primeiro lugar porque:

Desfeia o físico, e neste ponto as mulheres são as que mais sofrem. Os homens preocupam-se menos por serem gordos, mas apreciam as mulheres esbeltas. E como elas sabem disso, procuram não engordar, de forma que o peso médio deles se mantém elevado, ao passo que o delas tende a descer. (*Desperta!* 1960:6)

Desde meados do século XX, a pressão para manter um corpo longilíneo é maior sobre as mulheres, cujo valor como sujeito mede-se pela beleza, saúde e magreza exibida na esfera pública e privada. O artigo reforça essa ideia, destacando o desleixo masculino em relação ao peso, enquanto as mulheres procuram ganhar aprovação masculina disciplinando seu corpo. Dalben e Soares (2008 :239-250) demonstram o ideal de “beleza natural” feminina na revista *Vida e Saúde* dos anos 1940 e 1950, baseada nas concepções tradicionais de papéis de gênero da sociedade ocidental e do adventismo, e perpetuada nas décadas seguintes.

O artigo “Gordura Prejudicial”, do médico nutricionista argentino Dr. Mario G. Campagnoli, condena a obesidade e os obesos. O autor apontou dois tipos de obesidade: a dos “comilões”, dos que engordam por excesso alimentar, pela gula e glotonaria; e dos que retinham água. Já os bulímicos necessitavam de tratamento médico: “nem todos os glutões são dignos de condenação” (Campagnoli 1961:10).

Contudo outros tantos foram condenados pelo médico, quando ele questionou “a quem prejudica o comilão?”. A resposta – ele prejudica a si mesmo, e a toda coletividade: “obesidade não é um problema individual, é coletivo. É um dos problemas da época (...)”, pois um comilão consome cerca de 25% a mais de alimentos que

uma pessoa “normal”, e se todos comessem isso, haveria um “desgaste econômico, o dispêndio de bens que poderiam destinar-se para fins úteis e se utilizam em prejuízo da saúde” (Campagnoli 1961:11). Os obesos glutões, portanto, causariam a fome de uma maioria – “é incompatível com a solidariedade humana essa desarmonia flagrante”, em que muitos passam fome enquanto outros comem demais e as reservas alimentares são limitadas (Campagnoli 1961:11). Ou seja, o problema da fome no mundo seria causado pela obesidade de poucos. O que poderia ser considerada uma falha na distribuição de renda e no acesso à comida é retratado como um prejuízo coletivo pela imposição de interesses individuais. Trata-se de responsabilizar o indivíduo pela sua obesidade, mostrando-a como doença e como falha moral, para que os gordos desejem emagrecer movidos pela culpa e pela força de vontade.

Tais argumentos se mantêm ao longo dos anos, agregando outras informações que visam comprovar os malefícios da obesidade. A feiura já não aparece com tanta ênfase nos textos, mas o corpo gordo, em especial o feminino, continua exposto como anormal, fora do padrão, não saudável. Analisamos as matérias mais recentes sobre obesidade na mesma revista, para observar as mudanças e as permanências da sua abordagem.

### **“Sedentarismo mata!” – a obesidade como epidemia no início do século XXI**

Desde o final dos anos 1990, a OMS denuncia uma epidemia de obesidade no mundo (Who 2000). As causas seriam o avanço do consumo dos alimentos ultraprocessados, a mudança de hábitos alimentares entre as populações urbanas, além da precarização das condições de vida, que tornam a alimentação barata mais calórica e menos nutritiva – o que tem feito concentrar a obesidade entre as camadas mais pobres dos países (Vigarello 2012; Sant’anna 2016). A obesidade é vista como uma doença crônica multifatorial, influenciada por aspectos individuais, sociais e ambientais (Keller 2008).

Com o advento do IMC, o peso corporal ganhou uma gradação entre o muito magro e o obeso mórbido. Além disso, a obesidade é cada vez mais associada a outras doenças, como distúrbios coronarianos, hormonais, metabólicos e cânceres. Por isso, ela continua a ser combatida em quase todo número de *Vida e Saúde*, em pequenas notas, matérias e seções de saúde física. A estigmatização dos corpos gordos ocorre nas fotografias de pessoas obesas e obesas mórbidas, e a patologização da obesidade ocorre nas matérias, com a citação de artigos científicos que mostram como as células de gordura concorrem para diversas doenças.

No início de cada ano, são comuns as matérias em que leitores da revista aceitam o desafio de adotar um estilo de vida saudável, tendo como “prêmio” o ganho de saúde e vitalidade. No artigo “Nem só de sorte viverás...”, Ágatha Lemos (2018:8-13) discorre sobre um desafio de emagrecimento assumido por três amigos, que apostaram na “Mega-sena do peso” em 2017 – quem perdesse 10 quilos sem tomar remédios nem aceleradores metabólicos entre fevereiro e junho ganharia dois mil reais.

A reportagem entrevistou dois desafiantes, Ricardo Palmeira e Silvonei Farias, que contaram as estratégias utilizadas para perder peso, através da adoção de hábitos saudáveis, e abandono de hábitos nocivos, além dos benefícios que sentiram ao perseverar no novo estilo de vida. Palmeira relata que isso se reverteu em maior clareza de ideias e mais disposição no trabalho: “acima de tudo, notei que me tornei mais sensível às coisas espirituais. Muito mais do que estar mais feliz com a minha aparência, estou feliz com a experiência que tenho vivido no que diz respeito a conquistar o equilíbrio” (Lemos 2018:10).

Cultivar bons hábitos de vida seria a maior prova de amor-próprio (Lemos 2018:11). Ao enfatizar os benefícios dos resultados por meio do depoimento de quem participou do desafio, o texto foca nos ganhos pessoais e espirituais do novo condicionamento físico atingido, destacando as fotos do “antes/depois” do emagrecimento, e quantos quilos cada um perdeu. Por fim, a reportagem trouxe entrevista de Bárbara de Almeida Coelho Guimarães, que não participou do desafio, mas emagreceu 47 quilos por meio do novo estilo de vida, com dieta e exercícios físicos, sem qualquer intervenção artificial. Ao fazer isso, a matéria mostrou a importância do planejamento e da disciplina para atingir a meta de melhoria de vida – da qual o emagrecimento seria mais uma consequência do que um fim. A foto anterior ao emagrecimento ressaltou a barriga protuberante, enquanto as fotos posteriores ao processo mostram Bárbara com vestido e roupas de ginástica (top e legging). Ainda que ela admita na entrevista que sua motivação não foi estética, e sim melhoria da saúde, as fotos “antes/depois” ressaltam a mudança corporal e a vaidade feminina. A revista *Vida e Saúde* não encoraja as transformações corporais por mera estética – as razões de saúde sempre serão ressaltadas, sendo a mudança estética uma consequência – mas se trata de uma consequência que não deixa de ser notada, fotografada e divulgada, para homens e mulheres.

Na reportagem, Bárbara Guimarães admite que tentou perder peso de diversas maneiras, mas sempre falhava em se manter magra. A diferença entre os métodos antigos e a nova estratégia foi a mudança permanente adotada para sua vida: “quando você consegue dominar uma coisa que domina você, consequentemente você consegue dominar muitas outras. Depois de dominar meu apetite, percebi que havia muitas outras coisas que eu seria capaz de conquistar” (Lemos 2018:13). A receita, portanto, é o domínio próprio – um dos remédios naturais (que não foi identificado como tal explicitamente). A recompensa também veio na maneira como essa transformação física impactou outros setores da vida da entrevistada, incluindo o espiritual:

(...) fisicamente, eu aprendi a amar a atividade física e já superei muitos obstáculos. Mentalmente, desenvolvi a habilidade de não me importar tanto com o que as pessoas pensam (...) minha mudança de estilo de vida já me gerou muita crítica. (...) Espiritualmente, eu me sinto mais sensível, mais suscetível a Deus. (Lemos 2018:13)

Essa é uma das ideias presentes no incentivo à transformação da saúde física: ao exercer o domínio próprio, conforme a própria entrevistada informa, abre-se a consciência de que é possível dominar outras áreas de vida, e não se deixar levar pela autoindulgência e pelos “apetites”. A palavra “apetite” foi muito usada por Ellen G. White para designar as vontades e os desejos humanos, que seriam inferiores à razão – por serem disruptivos, precisam ser controlados. É interessante o uso repetido da palavra “domínio” pela entrevistada – a necessidade de demonstrar a conquista desse domínio, mesmo que o corpo tenha uma vontade própria (implore por carboidratos). Além disso, o ganho espiritual é mais enfatizado agora pela revista do que nas suas primeiras décadas.

R. Marie Griffith (2004) ressalta como nos Estados Unidos esse discurso, que transcende denominações protestantes específicas, é usado para provar a eficácia da fé cristã, em especial entre mulheres. Desde os anos 1980 cresce a tendência naquele país de que uma boa mulher cristã dá seu testemunho não somente pelas suas palavras e ações para com os próximos, mas também por meio do seu corpo magro e bem vestido. Observações semelhantes foram feitas por Teixeira (2018) e Rosas (2015) entre grupos evangélicos brasileiros. A vaidade é malvista pelos adventistas desde a época de Ellen G. White, e o domínio do corpo e a boa saúde são vistos como meios para realizar o trabalho de Deus na terra. Com a mente embotada e o corpo repleto de toxinas, o templo de Espírito Santo não estaria em condições de servir a Deus (White 2013).

Essa interligação entre corpo, mente e espírito está explicitada na nova estruturação interna das seções da revista *Vida e Saúde*, a partir de janeiro de 2018. Segundo o editor: “Precisamos dar atenção às três principais áreas da nossa vida, se quisermos ter saúde integral. Ao longo de seus quase 80 anos (...), a revista *Vida e Saúde* tem se preocupado com essa característica multifacetada da vida de seus leitores” (Borges 2018:4).

Contudo, na revista são mais numerosas as matérias sobre saúde física, em que a preocupação com a obesidade e o sedentarismo são constantes. A capa de janeiro de 2019 alertou: “Sedentarismo mata!”, chamando atenção para a reportagem intitulada “Prejuízos do sedentarismo”. A jornalista Carolina Felix (2019:8-13) trouxe dados alarmantes de uma pesquisa que provou ser o sedentarismo mais prejudicial que o cigarro. Para reforçar o argumento de que a vida ativa só traz benefícios, independentemente da idade, a reportagem entrevistou três mulheres na terceira idade que praticam atividades físicas regularmente (Felix 2019:9). Além de referências a artigos e estudos científicos, geralmente em notas de fim, as reportagens de *Vida e Saúde* trazem depoimentos de especialistas, não raro do sistema adventista de saúde.

A matéria contém diferentes boxes, com entrevistas, explicações sobre consumo de oxigênio e o cálculo do IMC. Segundo Felix, o problema de muitas pessoas que se tornam sedentárias e obesas é social e cultural: “o maior vilão nesse processo todo é o tempo, ou melhor, a falta dele. A rotina corrida empurra as pessoas para uma



vida acomodada, sedentária. A comida é para matar a fome e no tempo livre o lazer é a inércia” (Felix 2019:12). Porém, o mais impressionante nessa detalhada matéria é a foto, na sua última página, que ocupa a metade direita da página, trazendo uma mulher branca obesa mórbida sentada em um banquinho, e que encara o/a leitor/a. A retratada é exposta de corpo inteiro, com um semblante triste. A foto é retirada de um banco de imagens, por isso, não se refere a ninguém da reportagem. Acima dela, um círculo contém texto que alerta para o fato de a obesidade desencadear processos inflamatórios que baixam a imunidade do corpo e causam câncer. A mensagem que a combinação de imagens e textos oferece é de que a consequência do sedentarismo é a obesidade mórbida, transparecida na infelicidade da mulher gorda retratada. Porém os dados usados pela reportagem não se referem somente à obesidade como efeito do sedentarismo, pois ele pode acometer os magros.

Atualmente há contestações entre nutricionistas sobre a eficácia de se medir a obesidade somente pelo IMC, pois existem pessoas magras com alto percentual de gordura corporal – os “falsos magros”, que nem sempre são magros saudáveis. E há obesos/as sem problemas de saúde, que levam uma vida ativa de exercícios, trabalho e boa alimentação (Jimenez-Jimenez 2020). A foto da mulher obesa sem identidade e sem alegria é a epítome do discurso sobre o efeito deletério da obesidade – é o contrário do ideal do “perfeito” segundo McRobbie (2015). Ainda que a reportagem não aposte em uma narrativa de vaidade e magreza como sinônimo de beleza, nem de emagrecimento a qualquer custo, a perda de sobrepeso é desejada como sinal de saúde e de prevenção de doenças fatais. É importante ter em mente o quanto a letalidade do sedentarismo e da obesidade foram reforçados na matéria. Para não dizer que a revista não abordou os “falsos magros”, a seção “Nutrição”, de Adriana Boganha, alertou para o fato de o IMC não ser o único instrumento de medição de obesidade (Boganha 2018:29). Porém a menção ao IMC prevalece nos artigos sobre obesidade na revista.

Nessa mesma linha de associação da obesidade a males físicos, a matéria “Obesidade e Câncer”, da jornalista Keila Silva (2019:38-40) discute outros ângulos da relação entre obesidade e câncer para ajudar o/a leitor/a a tomar decisões importantes em sua vida. A matéria defende que a razão para o emagrecimento não deve ser estética, e sim por motivos de saúde. Ela se baseia no estudo do médico Leandro Rezende, feito pelo Departamento de Medicina Preventiva da Universidade de São Paulo (USP), junto com a Universidade de Harvard. Segundo ele, houve aumento de 40% para 60% de brasileiros com excesso de peso entre 2002 e 2013, engrossando as estatísticas demonstradas pela OMS sobre a epidemia de obesidade no mundo. A reportagem mostra por infográficos quais os tipos mais frequentes de cânceres relacionados à obesidade em homens e mulheres. Diante disso, Silva aborda o tipo de emagrecimento que deveria ser almejado pelas pessoas:

Diferentemente do que a mídia e as redes sociais propagam, especialistas fazem um alerta para o correto debate sobre a busca por um corpo

saudável, dentro do IMC ideal. “Não precisamos ensinar a população a emagrecer. Precisamos ensinar como se deve cuidar verdadeiramente da alimentação” (...) alerta a nutricionista do Ambulim Hospitais das Clínicas de São Paulo. (Silva 2019:40)

A entrevista feita com a psicóloga do Ambulim HC-USP reforça esse alerta contra o emagrecimento a qualquer custo, como no caso das “influenciadoras *fitness*”, mulheres que criam perfis nas mídias digitais e descrevem sua rotina para emagrecer ou se manterem magras. Para a médica, há uma banalização da imagem com ajuda das mídias, em que “as pessoas querem ser magras para serem aceitas” (Silva 2019:40). Porém, “ninguém encontra a felicidade somente na aparência” – trabalhar a aceitação de si próprio é o caminho para que a pessoa se dê o respeito. Conhecer os próprios limites do corpo e “cultivar o amor próprio” é a base para que as pessoas não sucumbam à busca de um corpo ideal a qualquer custo, podendo desenvolver até transtornos psicológicos. (Silva 2019:40).

Ainda que estas ressalvas à questão estética estejam presentes na revista, nos perguntamos se a linguagem visual da revista, em especial ao colocar os/as obesos/as em situações desfavoráveis, não tornaria a obesidade algo abjeto e repulsivo. A magreza é sinônimo de saúde, mesmo que não seja a magreza das modelos de passarela, mas é a magreza vestida com roupas de ginástica, de corpo flexível, sorriso no rosto, enquanto a obesidade é sempre acompanhada de morbidez, tristeza, sedentarismo, autoindulgência. Dessa forma, podemos também nos indagar se esse tipo de representação não contradiz parte do conteúdo escrito da reportagem – se a obesidade é abjeta, a magreza é desejável; e para os adventistas, os meios para atingi-la devem ser os mais nobres, os mais naturais, aqueles que restabeleçam a forma física harmoniosa desenhada por Deus para os seres humanos – portanto, é sobretudo a magreza e, não, a obesidade a forma física almejada. Conclusão semelhante tirou Nina Rosas (2015 :190-233) ao analisar o discurso de Ana Paula Valadão em seus conselhos para saúde e beleza – o equilíbrio tênue entre a negação da vaidade mundana e a afirmação do cuidado de si não raro valoriza os padrões estéticos seculares quando aplicados às mulheres. No caso adventista, é como se a forma primordial do ser humano, com o uso dos oito remédios, resultasse no corpo magro, sem as “gorduras inúteis” e as “curvas supérfluas”.

A patologização da obesidade torna-se um fato incontestável na revista ao se apoiar no discurso médico evocado pela revista, com a divulgação de descobertas científicas. A exposição do corpo gordo como uma anomalia contradiz a ideia divulgada na reportagem de Keila Silva, por exemplo, de que é preciso que as pessoas aceitem seu corpo e se preocupem mais com a saúde do que com a estética. Talvez esses discursos possam estimular nos/as gordos/as a emagrecer, mas não deve ignorar o quanto as imagens desfavoráveis aos obesos reproduzem um lugar-comum do jornalismo ao abordar essas questões – como não lembrar das imagens de ventres sobres-

salentes, carnes e curvas apertadas em roupas justas que são exibidas em reportagens de televisão quando relatam a questão da obesidade?

Um exemplo desse lugar-comum está na matéria “Nutrição e Epigenética” (Boganha 2019:46-48). O texto versa sobre a influência da alimentação sobre nossos genes, isto é, alimentos naturais, como os vegetais, possuem elementos fitoquímicos que alteram a genética do organismo. Por causa da profusão de alimentos ultraprocessados nas últimas décadas, essa comida não é “privilégio” somente dos gordos, porém é justamente uma obesa que ilustra a reportagem, mesmo que a matéria não seja sobre obesidade. Trata-se de uma mulher branca obesa sentada no sofá, que segura um pacote de salgadinho em uma mão e um copo de bebida (refrigerante?) em outra. A foto é de um banco de imagens, por isso, a mulher não tem identificação nem foi citada no artigo. Ao ser posicionada em destaque no centro das duas páginas da matéria, ela se torna a encarnação do perigo que a alimentação com ultraprocessados pode acarretar ao corpo.

### Considerações Finais

Conhecer a mensagem adventista de saúde permite compreender os discursos sobre corpo e obesidade presentes na revista *Vida e Saúde*. Ainda que no início da IASD a obesidade não tenha sido considerado um problema, algumas atitudes que podem engordar, como o exagero alimentar, são condenadas nas obras de Ellen G. White e nas publicações norte-americanas adventistas. Contudo, há duas permanências no discurso e na estratégia adventista para a saúde – a ancoragem na ciência médica e a distribuição por colportagem de impressos, que visam atingir um grande público em um período de medicalização da sociedade.

No século XX, desenha-se uma especificidade adventista no combate à obesidade, à medida que o corpo magro vira um ideal estético, sinônimo de boa saúde. A aplicação dos oito remédios naturais da mensagem de saúde adventista intenta o retorno do ser humano à comunhão com Deus e com sua ordem de criação natural. Mesmo que no terreno da saúde sua mensagem seja secularizada, a abordagem sobre obesidade segue um limite imposto pelo adventismo, que rejeita recursos antinaturais ou voltados à vaidade estética. Ao entender a dinâmica dos “remédios naturais”, observamos que a ciência é incorporada ao discurso adventista para corroborar a mensagem de saúde, mostrando os benefícios dos remédios naturais como o caminho para a saúde, tendo a magreza ou o emagrecimento como uma consequência natural, e a obesidade como efeito antinatural e doente. Com isso, o discurso adventista almeja se distanciar das práticas médicas e leigas que mercantilizam o emagrecimento e a beleza, não sem reforçar os estigmas do corpo gordo, despersonalizado, humilhado, em especial se for feminino.

Os oito remédios, em especial a alimentação equilibrada e a prática de exercícios, aparecem como uma promessa de que qualquer pessoa pode ser saudável

e consequentemente mais magra, pela adoção de atitudes simples, sem interferências drásticas, caras e antinaturais. Ainda assim, essas escolhas são retratadas como decisão individual, sem mencionar os diferentes contextos socioeconômicos em que os brasileiros vivem, e que influenciam em seu poder de consumo e seu tempo disponível para lazer e atividade física. Essa visão individualista de saúde, predominante em nosso contexto histórico dos últimos anos, responsabiliza os sujeitos pela sua condição física, mas não questiona o peso das disparidades no acesso a serviços de saúde, ao lazer e à boa alimentação. Tampouco essa abordagem admite a possibilidade de que corpos gordos possam ser saudáveis e felizes, como reivindicam movimentos de ativismo gordo, por exemplo.

Será que essa promoção da boa saúde associada à boa forma física não ocasionaria angústia e autodepreciação em quem não consegue atingir essa meta, ou se manter nela, não logrando “voltar” ou “conquistar” a uma forma física “natural”? Em uma sociedade lipofóbica, trata-se de um discurso que aspira ao engajamento de quem quer livrar-se do eu gordo e flácido e promover uma transformação física que demonstraria sua força de vontade – um eu renascido do pecado da gula, da autoindulgência e do sedentarismo e, de quebra, apto para servir a Deus. Os discursos médico e adventista patologizam a obesidade e os obesos, naturalizando um estado ideal de corpo saudável, magro e ativo. Isso reforça a dinâmica entre a repulsa do corpo gordo e a possibilidade da sua redenção/superação, que alimenta a permanência das tecnologias e dos discursos de emagrecimento.

## Referências

- QUESTION DEPARTMENT. (1880), “Question Department”. *Good Health*. Battle Creek, Mich., vol. 15, nº 4: 122.
- ANDRY, Bernard. (1960), “Um quarto de cultura física: uma estatura harmoniosa”. *Vida e Saúde*, ano 32, nº 5: 22.
- BADARACCO, Claire H. (2007), *Prescribing Faith: Medicine, Media, and Religion in American Culture*. Waco, TX: Baylor University Press.
- BOGANHA, Adriana. (2018), “Apenas na aparência”. *Vida e Saúde*, ano 80, nº 3: 29.
- BOGANHA, Adriana. (2019), “Nutrição e Epigenética”. *Vida e Saúde*, ano 81, nº 3: 46-48.
- BORGES, Michelson. (2018), “Editorial”. *Vida e Saúde*, ano 80, nº1: 4.
- CAMPAGNOLI, Mario G. (1961), “Gordura prejudicial”. *Vida e Saúde*, ano 33, nº 9: 10-11.
- CARO, Guilherme. (1972), “Faça regime, e seja feliz!”. *Vida e Saúde*, ano 44, nº 4: 8-9; 16.
- DALBEN, A.; SOARES, C. (2008), “A revista Vida e Saúde: modos de olhar e educar o corpo feminino em suas páginas (1940-1950)”. *Pensar a Prática*, vol.11, nº 3: 239-250.
- DESPERTAI!. (1960), “Aumento de peso e obesidade: conceitos errôneos”. *Vida e Saúde*, ano 32, nº 10: 6-7.
- DIWAN, Pietra. (2007), *Raça pura: uma história da eugenia no Brasil e no mundo*. São Paulo: Contexto.
- FAYARD, Marcelo I. (1956), “Como emagrecer sem perigo”. *Vida e Saúde*, ano 18, vol. 18, nº 5: 8-9;11.
- FELIX, Carolina. (2019), “Prejuízos do sedentarismo”. *Vida e Saúde*, ano 81, nº 1: 8-13.
- FOUCAULT, Michel. (2014), *Microfísica do poder*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 28ª ed.

- GIDDENS, Anthony; LASH, Christopher; BECK, Ulrich. (2012), *Modernidade reflexiva: política, tradição e estética na ordem social moderna*. Tradução: Magda Lopes. São Paulo: Editora da Unesp, 2º ed.
- GONÇALVES, Mauro C. (2011), "Educação, higiene e eugenia no Estado Novo: as palestras de Savino Gasparini transmitidas pela Rádio Tupi (1939-1940)". *Cadernos de História da Educação*, vol. 10, nº 1: 151-167.
- GRIFFITH, R. Marie. (2004), *Born Again Bodies: Flesh and Spirit in American Christianity*. Berkeley: University of California Press.
- HALLS JOURNAL. (1871), "Risk of great eaters". *The Health Reformer*, vol. 5, nº 9: 177.
- HEALTH. (1939), "Combatamos a obesidade!". *Vida e Saúde*, ano 1, vol.1, nº 9: 6-7.
- HOCHMAN, Gilberto. (2001), "A saúde pública em tempos de Capanema: continuidade e inovações". In: H. Bomeny (org.). *Constelação Capanema – intelectuais e políticas*. São Paulo: Ed.USF/FGV, p. 127-151.
- JIMENEZ-JIMENEZ, Maria Luisa. (2020), *Lute como uma gorda: gordofobia, resistências e ativismos*. Cuiabá: Tese de Doutorado em Estudos de Cultura Contemporânea, UFMT.
- KEHL, Renato. (1939), "Que é peso fisiológico?". *Vida e Saúde*, ano 1, vol.1, nº1: 10-11.
- KELLER, Kathleen. (org.). (2008), *Encyclopedia of obesity*. Thousand Oaks/London: SAGE.
- LAND, Gary. (2005), *Historical Dictionary of Seventh-day Adventists*. Lanham, Toronto: The Scarecrow Press, Inc.
- LE BRETON, David. (2012), *A sociologia do corpo*. Tradução: Sonia Fuhrmann. Petrópolis: Vozes, 6º ed.
- LEMONS, Agatha. (2018), "Nem só de sorte viverás...". *Vida e Saúde*, ano 80, nº 1: 8-13.
- LUCA, Tania Regina de. (2011), "História dos, nos e por meio dos periódicos" In: C. B. Pinsky (org.). *Fontes Históricas*. São Paulo: Contexto 3º ed., p.111-154.
- McROBBIE, Angela. (2015), "Notes on the perfect: Competitive Femininity in Neoliberal Times". *Australian Feminist Studies*, vol. 30, nº. 83: 3-20.
- POULAIN, Jean Pierre. (2013), *Sociologia da obesidade*. São Paulo: Editora Senac.
- ROSAS, Nina. (2015). *Cultura evangélica e "dominação" do Brasil: música, mídia e gênero no caso do Diante do Trono*. Belo Horizonte: Tese de doutorado em Sociologia, UFMG.
- SANT'ANNA, Denise B. (2016), *Gordos, magros e obesos: uma história do peso no Brasil*. São Paulo: Estação Liberdade.
- SILVA, Keila. (2019), "Obesidade e Câncer". *Vida e Saúde*, ano 81, nº 3: 38-40.
- SOUZA, Vanderlei S. (2012), "As idéias eugênicas no Brasil: ciência, raça e projeto nacional no entreguerras". *Revista Eletrônica História em Reflexão*, vol. 6, nº 11: 1-23.
- SWARTOUT, Humberto. (1942), "Como emagrecer". *Vida e Saúde*, vol. 4, nº 7: 8-9; 19-20.
- TEIXEIRA, Jacqueline M. (2018), *A conduta universal: governo de si e políticas de gênero na Igreja Universal do Reino de Deus*. São Paulo: Tese de doutorado em Antropologia Social, USP.
- VIGARELLO, Georges. (2012), *As metamorfoses do gordo: história da obesidade no Ocidente da Idade Média ao século XX*. Tradução: Marcus Penchel. Petrópolis: Vozes, 2012.
- WHITE, Ellen G. (2007a), *Conselhos sobre o Regime Alimentar*. [S. l.]: Ellen G. White Estate, Inc. ed. e-book.
- WHITE, Ellen G. (2007b), *Conselhos sobre Saúde*. [S. l.]: Ellen G. White Estate, Inc. ed. e-book.
- WHITE, Ellen G. (2013), *A Ciência do Bom Viver*. [S. l.]: Ellen G. White Estate, Inc. ed. e-book.
- WHORTON, James C. (2002), *Nature Cures: The History of Alternative Medicine in America*. New York: Oxford University Press.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2000), *Obesity: preventing and managing the global epidemic – report of a WHO consultation*. Geneva: WHO.

**Karina Kosicki Bellotti\*** (karinakbellotti@gmail.com)

\* Professora do Departamento de História da Universidade Federal do Paraná.  
Doutora em História Cultural.

**Resumo:**

---

**“Combatamos a obesidade!” – religião, corpo e saúde na mídia impressa adventista**

O artigo discute a relação entre religião, saúde e mídia referente à questão da obesidade abordada na revista mensal *Vida e Saúde*, da Igreja Adventista do Sétimo Dia no Brasil, entre 1939 e 2019. Analisamos a mensagem adventista de saúde concebida no início da igreja, no século XIX, e as representações sobre a obesidade em diferentes momentos da revista. Investigamos o alinhamento do discurso adventista com o discurso médico-científico que patologiza a obesidade e os corpos gordos, e que defende uma noção naturalizada de corpo saudável magro.

**Palavras-chave:** Igreja Adventista do Sétimo Dia; corpo; obesidade; mídia impressa; saúde.

**Abstract:**

---

**“Fight the obesity!” – religion, body and health in the Adventist print media**

This article discusses the relation between religion, health and media referring to the issue of obesity approached by the monthly magazine *Vida e Saúde*, from the Seventh-day Adventist Church in Brazil, between 1939 and 2019. An analysis is provided about the Adventist message of health conceived in the beginning of the church in the 19<sup>th</sup> Century, and the representations of obesity in different moments of the magazine. The text investigates the alignment of the Adventist discourse with the medical-scientific discourse that pathologizes the obesity and the fat bodies and defends a naturalized notion of healthy lean body.

**Keywords:** Seventh-day Adventist Church; body; obesity; print media; health.