

## **Glamourização de distúrbios alimentares: movimentos pró-ana e pró-mia e a rede social *Tumblr*<sup>1</sup>**

Larissa Martins da Costa Passos MOREIRA<sup>2</sup>

Rafael GROHMANN<sup>3</sup>

Faculdade Cásper Líbero – SP

### **Resumo**

Este artigo tem o objetivo de analisar, a partir de uma contextualização histórica e cultural, como os distúrbios alimentares são glamourizados dentro de redes sociais, como os movimentos pró-anorexia e pró-bulimia surgiram, como esses movimentos funcionam, a quem eles atingem, além de mostrar os motivos de, atualmente, eles estarem focados na rede social Tumblr, como eles se expressam nessa rede em particular e como a situação repercutiu no site.

**Palavras-chave:** Pró-ana; pró-mia; internet; tumblr; distúrbios alimentares.

### **Introdução**

Em busca da magreza e de um corpo considerado perfeito, meninas, geralmente entre 16 e 17 anos<sup>4</sup>, que é a idade média para o desenvolvimento de distúrbios alimentares, se submetem a situações extremas como falta de alimentação e indução de vômito, onde em certos casos, podem chegar ao óbito. Tais casos são chamados de distúrbios (ou transtornos) alimentares, um transtorno mental que atinge principalmente meninas e adolescentes, e são mais comumente conhecidos como anorexia e bulimia nervosa

Esses transtornos se tornaram mais comum com a chegada dos blogs de internet (SOPHIA, 2009), onde pessoas com tais distúrbios tiveram meios de exprimir seus pensamentos sobre tais, e também sobre ideal de magreza, objetivos e as formas de alcançá-los.

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado na Divisão Temática de Comunicação Multimídia, da Intercom Júnior – XIII Jornada de Iniciação Científica em Comunicação, evento componente do XL Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação.

<sup>2</sup> Estudante de Graduação, 8º semestre do Curso de Jornalismo da Faculdade Cásper Líbero, e-mail: larissamcpmoreira@gmail.com

<sup>3</sup> Orientador do Trabalho. Doutor em Ciências da Comunicação pela Universidade de São Paulo (USP). Professor e Coordenador Adjunto do Mestrado Profissional em Jornalismo do FIAM-FAAM – Centro Universitário e Professor Contratado III da ECA-USP. Foi professor da Faculdade Cásper Líbero entre 2015 e 2016. E-mail: rafael-ng@uol.com.br

<sup>4</sup> Dados quantitativos e qualitativos da anorexia, do Grupo de Apoio e Tratamento dos Distúrbios Alimentares e Ansiedade - <<http://gatda.com.br/index.php/2016/03/12/dados-quantitativos-e-qualitativos-sobre-a-anorexia/>> acessado em 05/07/2017

Os relatos daqueles que viam a situação como um estilo de vida, e não como um distúrbio, atraíam tantas pessoas que pensavam da mesma forma quanto aquelas que eram inseguras sobre seus corpos e buscavam formas de chegar aos padrões vistos na televisão e nas capas de revista.

Os blogs pessoais davam nomes carinhosos aos distúrbios alimentares, davam dicas de como evitar a ingestão de comida e como disfarçar os vômitos e recrutavam pessoas para passar dias jejuando ou comendo pouco. Isso deu início ao que hoje é conhecido como movimento pró-anorexia e bulimia.

Um dos exemplos é o blog ‘O diário de uma Pró-Mia’<sup>5</sup>, que em uma de suas últimas postagens, intitulada ‘ser jovem e magra é ser in’, a menina, que assina como Norah, escreve: “então eu não entendo porque me condenam se me pegam vomitando ou não comendo nada o dia todo. Eu só estou tentando ser feliz. Só estou fazendo o que todos querem, mas são fracos demais para fazer!”

Tal movimento ganhou força na internet, juntando aquelas que estavam inseguras com suas imagens corporais e migrou para outras redes sociais, para se expandir. Foi na rede social Tumblr, criada em 2007 que o movimento mais conquistou espaço, principalmente por causa da grande presença de pessoas que se consideravam “deslocadas” da sociedade, característica comum em pessoas com distúrbios alimentares.

Transtorno – ou distúrbio – alimentar é, de forma geral, uma patologia caracterizada pela insatisfação com o corpo e preocupação exagerada com a imagem corporal e o peso, isso unido a uma série de comportamentos que causam prejuízo a saúde, tais como a diminuição excessiva da ingestão de alimentos ou a ingestão maciça seguida de vômitos e uso de laxantes. Não há um consenso sobre a definição de transtornos alimentares. Anorexia nervosa e bulimia nervosa são os únicos que se encaixam no conceito utilizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). É importante também pontuar que a agência não considera compulsão alimentar como um transtorno alimentar. Claudino e Borges (2002, p. 7) discutem essa classificação dada pela OMS e concluem o seguinte:

Os atuais sistemas classificatórios de transtornos mentais, DSM-IV (*Diagnostic and Statistical Manual, IV edition*, APA, 1994) e CID-10 (*Classificação Internacional de Doenças, 10ª edição*, OMS, 1993), ressaltam duas entidades nosológicas principais: a Anorexia Nervosa e a Bulimia

<sup>5</sup> O diário de uma Pro-Mia - < <http://diario.pro-mia.zip.net/>> acessado em 05/07/2017

Nervosa. Embora classificados separadamente, os dois transtornos acham-se intimamente relacionados por apresentarem psicopatologia comum: uma idéia prevalente envolvendo a preocupação excessiva com o peso e a forma corporal (medo de engordar), que leva as pacientes a se engajarem em dietas extremamente restritivas ou a utilizarem métodos inapropriados para alcançarem o corpo idealizado. Tais pacientes costumam julgar a si mesmas baseando-se quase que exclusivamente em sua aparência física, com a qual se mostram sempre insatisfeitas.

Afetando principalmente adolescentes do sexo feminino, é estimado que a cada 62 segundos uma pessoa morra como consequência direta de um distúrbio alimentar<sup>6</sup> e que distúrbios alimentares tem a maior taxa de mortalidade entre todos os transtornos mentais<sup>7</sup>.

### **Imagem, auto-estima e o crescimento dos distúrbios**

Sendo as principais consumidoras de cosméticos e produtos de beleza, o culto à imagem afeta principalmente as mulheres. Elas assistem mulheres magras, jovens, de pele e cabelos perfeitos diariamente na televisão. É inegável que isso afete a auto-estima delas.

Mulheres já têm pouco espaço em filmes e programas de televisão. A maioria dos papéis principais e os pagamentos mais altos vão para as mãos dos homens<sup>8</sup>. Por fim, as mulheres que são cotadas são as que visualmente atrairiam mais telespectadores. Um clichê muito freqüente em filmes e séries é o casal que consiste em um cara fora de forma e uma mulher bonita e em forma. Ele pode ser observado desde seriados como *That's 70's Show* e *The Big Bang Theory* a filmes como “Ligeiramente Grávidos” (2007) e “Encontro de Casais” (2009). Ele *pode* ser carismático, o restante não importa. Ela *deve* ser bonita, é a característica que importa, o que vier a mais é lucro.

Raramente mulheres fora de um determinado padrão são vistas em filmes e séries – e quando aparecem, geralmente é como objeto de piadas e risadas, até mesmo quando se trata da personagem principal. Em filmes, principalmente em gêneros preferencialmente femininos como dramas e comédias-românticas, mulheres acima do peso (ou até mesmo em seu peso ideal) aparecem como um retrato da rejeição: virgens,

<sup>6</sup> Eating Disorders Coalition. (2016). Facts About Eating Disorders: What The Research Shows. <[http://eatingdisorderscoalition.org.s208556.gridserver.com/couch/uploads/file/fact-sheet\\_2016.pdf](http://eatingdisorderscoalition.org.s208556.gridserver.com/couch/uploads/file/fact-sheet_2016.pdf)> - acessado em 05/07/2017

<sup>7</sup> Epidemiology of eating disorders: Incidence, prevalence and mortality rates. *Current Psychiatry Reports*, 14(4), 406-414. – acessado em 05/07/2017

<sup>8</sup> 2016 Hollywood Diversity Report: business as usual? <<http://www.bunchecenter.ucla.edu/wp-content/uploads/2016/02/2016-Hollywood-Diversity-Report-2-25-16.pdf>> acessado em 10/07/2017

solteiras e carentes de atenção (que não são necessariamente características ruins, mas são colocadas dessa forma).

Moreno (2008), explica como ideais de beleza são introjetados no imaginário coletivo a fim de colonizar sutilmente as mulheres para que busquem um padrão pré-definido sem que percebam exatamente de onde ele vem:

Os modelos – de valor, de beleza, felicidade – são introjetados desde a mais tenra infância e passam a ser modelos aspiracionais. É com a Barbie ou a Gisele Bündchen que as meninas e mulheres querem se parecer hoje. Afinal, ambas são referências de como a sociedade nos vê, nos quer e nos valoriza (Moreno, 2008, p. 30).

Nas capas de revista, a mesma situação: atrizes, modelos, cantoras, todas dentro do padrão midiático pré-estabelecido, magras e com todas as suas imperfeições (rugos, estrias, gordura) apagadas pelo *Photoshop*.

A resposta imediata de quem vivencia isso é a busca por este padrão inalcançável. Diversos vídeos<sup>9</sup> e matérias<sup>10</sup> já foram feitos mostrando fotos como foram tiradas e depois de passar pelo programa de correções para alertar sobre a irreabilidade das imagens que aparecem na mídia. Apesar de impactantes, esses métodos não conseguem reverter a situação de forma significativa. A visão destas mulheres magras e “photoshopadas” vence. E continua a levar meninas e mulheres a centros cirúrgicos, horas exaustivas de academia e em certos casos, aos distúrbios alimentares.

De acordo com Garcia (2005), o medo mórbido de engordar que caracteriza estes transtornos está intimamente ligado a ideia de que alimentos não saudáveis são os responsáveis pelo ganho de peso e reflete em como a sociedade trata este acontecimento (de engordar). Ligando a ideia de que mulheres que ganham peso não são saudáveis, o oposto (perder peso), são as desejáveis. “(...) o prazer de comer está submetido ao prazer de ser desejável e, para ser desejável, no atual padrão de beleza, é necessário não ceder às tentações da mesa” (GARCIA E CANESQUI, 2005, p.222).

### **A glamourização e os movimentos pró-anorexia/bulimia**

O quanto a mídia diminui a autoestima das mulheres ao se utilizar de imagens distorcidas e as consequências disso, principalmente para adolescentes, não é novidade.

<sup>9</sup> Vídeo mostra alterações feitas em uma mulher no *Photoshop* para um comercial.  
<<https://www.youtube.com/watch?v=Pf-ZC8JC3hg>> - acessado em 05/07/2017

<sup>10</sup> Matéria do UOL mostra alterações feitas em celebridades  
<[https://tecnologia.uol.com.br/album/celebridades\\_photoshop\\_album.jhtm](https://tecnologia.uol.com.br/album/celebridades_photoshop_album.jhtm)> - acessado em 05/07/2017

Moreno (2008) afirma que a mídia nada inventa, mas reproduz os feitos e valores da sociedade, captando e selecionando determinadas figuras e atitudes e dá visibilidade para elas, para que assim influencie quem a consume. “O efeito dessa exposição ampliada é líquido e certo: o que se torna visível vira referência ou moda” (MORENO, 2008, p. 36)

Muitos ainda conhecem o motivo por trás desta situação: mulheres inseguras sobre a sua aparência vão gastar cada vez mais dinheiro para se tornarem aquela mulher que veem o tempo todo na TV e nas revistas. É uma arma comercial para vender produtos dos quais elas não precisam, mas acreditam que sim, para que se tornem/permanecem desejáveis aos olhares masculinos. Mas o foco deste artigo é o surgimento de outra força que está aumentando o número de distúrbios: a glamourização destes transtornos.

Na internet, tais transtornos ganharam apelidos por aqueles que sofrem deles, de forma carinhosa. Anorexia passou a ser chamada de “Ana” e bulimia de “Mia”. São conhecidas como duas garotas – ou duas vozes – que te lembram dos seus “objetivos” ao vomitar ou passar o dia sem comer para impedir a desistência. As duas garotas imaginárias passam a ser as melhores amigas daquela com o transtorno, e ela se refere a Ana e Mia como pessoas reais que a acompanham durante o dia<sup>11</sup>.

Surgido em 2000 nos Estados Unidos e na Inglaterra (de acordo com Soares e Aragão, 2006) esse movimento conhecido como pró-ED (*eating disorder*) mostra os distúrbios como uma escolha de vida e símbolos de exaltação, ao invés de uma patologia. Ele chegou no Brasil em meados aproximadamente no ano de 2002 por meio de blogs e vem crescendo assustadoramente na internet, onde os responsáveis divulgam dicas de como manter a força de vontade e não se alimentar, táticas para induzir o vômito, além de falarem de suas próprias experiências com os estilos de vida, divulgando fotos de antes e depois de forma motivacional, escrevendo pensamentos sobre os transtornos (que ela não enxerga assim, como já foi dito) e do seu “progresso”. Também é comum a postagem de imagens de mulheres extremamente magras como um objetivo a ser alcançado. (SOARES E ARAGAO, 2006)

Siglas inventadas dentro do movimento para comunicação interna também são recorrentes. As mais comuns, NF (*No Food*, jejum total) e LF (*Low Food*, consumo de

---

<sup>11</sup> Minha Amiga Mia < <http://odiariodamia.blogspot.com.br/> > acessado em 05/07/2017

no máximo 500-600 calorias diárias, quando o recomendado pela OMS é cerca de 2000 calorias<sup>12</sup>) “Miar” (vomitar) e *thinspiration* (inspirações magras).

Além disso, os participantes convidam uns aos outros para realizar as “dietas” para facilitar o processo. É comum ver, nos sites e blogs, pedidos para que os participantes os acompanhe em uma certa quantidade de dias de NF ou LF. Metas de perda de peso em espaços de tempo extremamente curtos são montadas e as pessoas procuram nesses grupos dicas para alcançá-las.

Dentro dos movimentos pró-ana e pró-mia, tais metas devem ser alcançadas pelo desejo de se submeter a uma padronização – a da magreza, como já dito anteriormente, símbolo de exaltação – por causa do sentimento de culpa e dos complexos de não fazer parte desse padrão e por meio do controle e da disciplina do que é ingerido(ou não) e de que forma.

### **O movimento nas redes sociais**

Quando o movimento chegou ao Brasil, em 2002, o auge da internet eram os blogs e mais tarde chegou o Orkut. Os movimentos pró-ED ficaram em maior parte nos blogs, onde as meninas poderiam mostrar seus pensamentos de forma mais direta, mas existiam sim comunidades no Orkut que abordavam o tema da mesma forma.

Sobre a formação de laços nas redes sociais e as forças que tem, Martino (2014), aponta: “nas redes, por sua vez, os laços tendem a ser menos rígidos. Em geral, são formados a partir de interesses, temas e valores compartilhados, mas sem a força das instituições e com uma dinâmica de interação específica”. (MARTINO, 2014, p.55)

No caso, os próprios distúrbios é que unem as pessoas que os tem e elas os fazem por meio das redes sociais, procurando por aqueles que têm os mesmos complexos e desejos. Então, agrupamentos são formados em cima dessa afinidade, facilitando a troca de informações e ideias e afundando os participantes cada vez mais dentro do movimento, uma vez que acreditam que só quem está nele é capaz de entender o que se passa pelas suas cabeças, os problemas e até mesmo as situações cotidianas.

As seguidoras da Ana e da Mia têm ideias muito específicas sobre a imagem corporal e a forma com que se relacionam com a comida. Elas têm consciência de que

---

<sup>12</sup> Dieta saudável de acordo com a Organização Mundial da Saúde <  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/en/>> acessado em 05/07/2017

esses pensamentos não são compartilhados por todos e que eles não podem ser abertamente expressos. (SILVEIRA E REIS, 2010, p.22)

Dessa forma, o único apoio é encontrado naquelas que participantes do movimento. Eles seriam aqueles capazes de entender uns aos outros e para quem recorrer quando se sentir mal, quando pensar em desistir e quando não conseguem alcançar as metas de corpo perfeito que propõe a si mesmos.

Assim, sair do movimento é uma tarefa que se torna cada vez mais distante e aparentemente impossível. “Quando as metas de perda de peso não são alcançadas é demonstrado um sentimento de impotência e perda de controle os quais podem ser vistos através de diversos pedidos de ajuda”. (SOPHIA, 2009, p.13)

Nessa rede de apoio mútuo, formada pelos seguidores de Ana/Mia, eles se juntam para fazer temporadas coletivas de NF/LF e trocam dicas que facilitam esconder isso dos familiares. “Sugestões como levar o aparelho de som para o banheiro ou ligar o chuveiro para abafar o som dos vômitos geral um clima de compreensão, conforto e aceitação que geralmente não é sentido no convívio social” (SILVEIRA E REIS, 2009, p.2).

Além disso, sintomas que mostram os problemas de saúde trazidos pelos transtornos são valorizados. Tontura, perda de equilíbrio, desmaios são marcas de vitória por ter aguentado a quantidade de dias de NF ou LF.

As redes sociais dessa forma se tornam o vínculo entre as meninas e o apoio de que precisam para continuar com seus objetivos. Como afirma Recuero (2005, p. 6),

a interação social, nos blogs pró-Ana e pró-Mia observados tem importância fundamental. A rede social tem a função crucial de suporte para os distúrbios alimentares e é crucial para as garotas que encontrem suporte e apoio junto a outras, que compartilham do mesmo problema (RECUERO, 2005, p.6).

A relação entre as pró-Ana/Mia é cooperativa e paciente. Quando há alguma espécie de “erro” (por exemplo, falha na dieta), elas não são repreendidas de maneira hostil, mas sim de forma compreensiva, lembrando uma outra das metas de forma carinhosa.

Esse tipo de interação é fundamental das redes sociais. O vínculo dentro dos blogs é muito frágil e para se manter conectado, o local virtual tem que ser convidativo e confortável, o participante tem que se sentir acolhido e auxiliado para continuar dentro do grupo.

## **Solidão nas redes sociais**

Esse falso sentimento de companheirismo e proximidade atinge a todos aqueles que se utilizam das redes sociais para fazer contato com outros, mas em níveis diferentes. As redes geralmente são usadas exatamente para suprir um certo sentimento de solidão da vida contemporânea, mas acabam por deixar as pessoas mais afastadas ainda. (Martino, 2014)

No entanto, fugir da solidão off-line em busca de conforto online vem de forma complexa em diversos níveis. Para as seguidoras do Ana/Mia, como é só na internet que elas encontram o apoio e entendimento, é muito comum se afastarem cada vez mais do mundo real e de amigos e parentes.

Os sites confessionais, nos quais indivíduos, protegidos pelo anonimato, expõe fatos delicados de suas vidas pessoas com fortes cores emocionais, são usados por Turkle [pesquisadora norte-americana Sherry Turkle] como exemplo de ambiguidade das relações virtuais. Para quem escreve, falar de seus problemas pode ser um alívio. No entanto, quem está ouvindo? As confissões revelam, imediatamente, fatos de uma intimidade que poderia demorar anos para ser atingida em relacionamento fora do mundo virtual. (...) As tecnologias criam uma falsa sensação de proximidade e companhia (MARTINO, 2014, p.123/124).

Essa falsa sensação citada por Martino (2014) é o que diversas vezes prende meninas que sofrem de distúrbios nos grupos que fazem apologia aos transtornos. Se sentindo deslocadas do mundo real, da vida social com parentes e amigos de fora do virtual, nas parceiras do movimento elas se sentem entendidas, próximas, acompanhadas e confortáveis e não querem de forma nenhuma perder esse sentimento ao procurar ajuda, por medo de se sentirem inadequados novamente.

## **As cartas de Ana e de Mia**

Ao entrar nas comunidades pró-Ana e pró-Mia, meninas geralmente se deparam com dois textos considerados “essenciais” para entrarem no processo. Eles são chamados de Carta de Ana<sup>13</sup> e Carta de Mia<sup>14</sup> e falam das duas doenças se apresentando como amigas da leitora. As descrições contidas nas cartas são um compilado dos

---

<sup>13</sup>Carta de Ana – Disponível em <<http://tudosobreanaemia.blogspot.com.br/2008/05/carta-da-ana-completa.html>> - acessado em 31/05/2015.

<sup>14</sup>Carta de Mia – Disponível em <<http://cami-skinny.blogspot.com.br/2011/04/carta-da-mia-completa.html>> - acesso em 31/05/2015



pensamentos que passam pela cabeça daqueles que sofrem o distúrbio, indo de carinhoso e amigável para hostil e brutal em poucas linhas.

O começo é muito parecido em ambas as declarações: a amiga imaginária que supostamente enviou a carta se apresenta pelo nome que recebe dos médicos (Anorexia/Bulimia Nervosa), mas pede que seja tratada pelo apelido (Ana/Mia) e então diz que elas podem se tornar “grandes parceiras” e que elas devem investir muito tempo uma na outra.

A partir dessa parte, a situação é invertida e a carta passa a focar no carinho e passa a apelar para as inseguranças da leitora, dizendo que ela é um fracasso e que decepcionou os pais que acreditavam que ela tinha tanto potencial e que os amigos mentem quando dizem que ela não está gorda porque eles não são amigos de verdade. Então a remetente faz a proposta: “mas eu vou mudar isso”.

A maneira como as cartas apresentam a “mudança” varia de acordo com o distúrbio. A amiga Ana exige que a leitora não coma, enquanto a amiga Mia sabe que a leitora irá comer, mas propõe que ela vomite e tome laxantes logo em seguida. O restante é muito similar: os distúrbios, apresentados como amigas, afirmam que irão tomar controle da vida das leitoras, quem sem Mia ou Ana ela não é nada e durante todo o texto, constantemente a chamam de “vaca gorda” e “obesa”.

Mas os blogs e as cartas perderam espaço na internet para uma rede social que atenderia melhor as necessidades desse movimento, como por exemplo, ser uma rede bastante voltada para o compartilhamento de imagens, um utensílio que gera bastante impacto para as anoréxicas e bulímicas por representar exatamente o que elas cultuam.

Procurando um lugar melhor para expressar seus pensamentos e convocar pessoas para os movimentos, as pró-ana-mia se deparam com o Tumblr.

## **Tumblr**

Criado em 2007 pelo americano David Karp, o Tumblr é uma forma alternativa de blog com suas próprias particularidades: é possível postar coisas no seu perfil – na maioria fotos de séries ou filmes, citações, textos curtos – e “rolar” pela *dashboard*, uma espécie de *timeline* onde é possível ver as postagens daqueles que o usuário segue, curtir-las e reblogar-las (algo parecido com compartilhar).

No Tumblr em particular, o critério de escolha dos perfis visitados e seguidos é diferente de redes sociais como Facebook e Twitter. No Facebook, as pessoas

adicionadas como amigas geralmente são pessoas conhecidas no *offline*, colegas de trabalho/faculdade, amigos de infância, parentes, e no Twitter o comum é seguir pessoas famosos, de importância política ou cultural (entre outros) e algumas vezes amigos e conhecidos. Enquanto isso, no Tumblr, raramente se sabe quem são as pessoas seguidas: elas são escolhidas pelo que postam em seus perfis e o quanto o seguidor se relaciona com as postagens daquela pessoa. As afinidades são o principal critério para acompanhar algo dito por alguém nessa rede social.

Se encontrar pessoas com interesses semelhantes e gostos convergentes já foi facilitado com a internet, o Tumblr facilitou ainda mais esse processo por meio das chamadas *hashtags*, introduzidas pelo Twitter em 2005. “Efetivamente, a conexão em redes sociais na internet tem propiciado a expressão de vontades vinculares existentes desde sempre, mas sem antes dispor dos canais adequados à especificidade desta expressão” (SILVEIRA E REIS, 2009, p.5).

Ao entrar na rede social e digitar termos como “proana” ou “promia”, o usuário é direcionado a todos os perfis que usam tais *hashtags* quando vão fazer suas postagens. Essa foi a rede social escolhida para dar continuidade as dicas, motivações, confissões e agrupamentos do movimento. Utilizando a combinação de palavras “Ana Mia” no Google, a segunda sugestão que aparece é “Ana Mia Tumblr” seguida apenas pela recomendação “Ana Mia Dicas”.

Grande parte dos usuários dessa rede social são – ou pelo menos se consideram – deslocados da sociedade contemporânea. O assunto (deslocamento) é recorrente nas postagens e também se trata de um sentimento cotidiano no universo dos que sofrem de distúrbios alimentares, fazendo que os seguidores dos movimentos pró-ana/mia se identificassem com o “clima” e com os usuários do Tumblr.

### **Como o movimento se adaptou ao Tumblr**

Tanto pela seriedade das questões envolvendo distúrbios alimentares quanto pela consciência das garotas dentro das comunidades de que muitas de suas atitudes são reprovadas pela sociedade, as participantes do movimento pró-Ana/Mia geralmente preferem permanecer anônimas. “O ‘anonimato’ é uma das características facilitadoras desta expressão [daquilo que as pró-Ana/Mia buscam]” (SILVEIRA E REIS, 2009, p.5)

O Tumblr facilita esse processo porque a interação nessa rede social é descentralizada. Diferente, por exemplo, do Facebook, onde para encontrar pessoas com

gostos ou objetivos parecidos, é necessário ir para uma página que fale do tema. Essa página centraliza aqueles que se interessam pelo assunto e está muito mais vulnerável a visão daqueles que estão de fora.

Para exemplificar, no segundo semestre de 2014, foi criada no Facebook a página “Ana Mía da Depressão”, que fazia postagens com “brincadeiras” e “piadas” internas das pessoas do movimento pró-Ana/Mía, como tirar sarro daqueles que não conseguiam realizar as metas de NF ou LF.

A página durou menos de dois meses na rede social porque foi denunciada em massa por pessoas que são contra as práticas de Ana/Mía. No Tumblr, como os perfis são pessoais e as praticantes seguem umas às outras, ao invés de algo central, denunciar um a um seria impossível e inútil: além de serem muitos, mesmo se os perfis denunciados fossem apagados, outros continuaram surgindo na mesma velocidade.

Além disso, no Tumblr, a interação é dada por meio de *reblogs*, que funciona de forma muito parecida com o “compartilhar” do Facebook. Cada um tem a sua própria página, onde fica o conteúdo que publica. Cada usuário pode seguir outras pessoas e tudo que elas publicarem aparecerá na *dashboard* desse usuário (algo parecido com a *timeline*) e a partir dali é possível reblogar, ou seja, compartilhar, o que os outros postam na sua própria página.

A dinâmica é muito parecida com a rede de compartilhamento do Facebook, exceto por uma das características mais destacadas do Tumblr: as pessoas geralmente não seguem amigos e parentes, mas sim pessoas desconhecidas com interesses em comum.

Dessa forma, uma postagem sobre Ana/Mía vai ser compartilhada por pessoas do movimento, que podem ser seguidas por pessoas de fora do movimento e a mensagem que faz apologia aos distúrbios alimentares pode chegar a elas. Ou seja, é um movimento de disseminação ou espalhamento midiático (JENKINS; GREEN; FORD, 2014). Identificar os responsáveis não só é difícil pela grande quantidade de perfis sobre o assunto atualmente no Tumblr (uma busca no google pelos termos Ana Mía Tumblr mostra 999.000 resultados, em uma busca realizada no dia 31 de maio de 2015) quanto pelo anonimato destes perfis.

Assim, essa rede social se torna ideal para aqueles que querem propagar uma mensagem rapidamente – como cada um que vê a postagem pode compartilhá-la no

perfil, ela pode ficar disponível em uma grande quantidade de perfis – e de forma anônima.

### A série ‘Skins’ e sua relação com o movimento

No dia 25 de janeiro de 2007, foi lançado o primeiro episódio da série britânica *Skins*, que conta com nove personagens principais, e cada episódio conta individualmente a história de algum e seu lugar no restante do grupo.

Uma das personagens é Cassie Ainsworth, uma garota que sofre de anorexia, além de apresentar frequentemente baixa autoestima e transtorno obsessivo compulsivo por organização.

Durante as duas temporadas das quais participa, Cassie aparece mostrando como faz as pessoas acreditarem que ela está comendo ou que seu peso aumentou e falando que busca a perfeição, comparando-se a Michelle (personagem que representa a popularidade). Uma das frases mais marcantes de Cassie vem logo depois de seu par romântico, Sid, desmarcar um encontro. Desanimada, ela sussurra para ele “Eu não comi por três dias para poder ficar adorável”.

A imagem do rosto de Cassie com as legendas do que ela diz se tornou viral com rapidez:



A frase no original (“I didn’t eat for three days so I could be lovely”); em tradução livre “eu não comi por três dias para poder ficar adorável”) jogada no Google aparece com 5.440.000 resultados em 0,63 segundos (resultados atualizados 10/07/2017 às 21h25). Nas dez primeiras páginas, duas delas são links de páginas no Tumblr.

Dessa forma, a personagem Cassie se torna um ícone para garotas que sofrem com complexos de perfeccionismo e tendências a distúrbios alimentares porque elas se

identificam com a garota problemática, desajeitada, que busca pela perfeição e tem autoestima baixa.

Dentro da série repleta de personagens *underground* e que parecem ter dificuldade para se encaixar na sociedade londrina, Cassie pode gerar identificação com telespectadoras mais inseguras com suas crises depressivas e distúrbios alimentares, além de seu desejo de que alguém perceba que ela não voltou a se alimentar.

As frases de efeito da personagem sobre comida como, por exemplo, ‘Eu me odeio por ter comido tanto’ e ‘Eu estou com fome e depois eu não estou mais’ são usadas em larga escala pela comunidade pró-Ana/Mia para exaltar e copiar o comportamento de Cassie.

### Consequências

O problema se tornou tão viral no Tumblr – a busca pelo jogo de palavras “pro-ana tumblr” no Google gera cinco milhões e duzentos e noventa mil resultados, enquanto a busca por “pro-mia tumblr” gera dezessete milhões e 700 mil resultados (pesquisas atualizadas no dia 10 de julho de 2017, às 21h30) –, que a rede social teve que tomar uma providência.

Como há poucas formas de controlar e seria difícil identificar e excluir todos os perfis que fazem apologia a distúrbios alimentares, o apelo foi feito direcionado àqueles que iam procurar tais perfis.

Ao ir na lupa do *Tumblr* fazer pesquisas sobre itens como ‘*eating disorder*’, ‘anorexia’, ‘bulimia’, ‘proana’, ‘promia’ e outros termos relacionados ao movimento, a seguinte mensagem aparece:

Everything okay?  
If you or someone you know is struggling with an eating disorder, NEDA<sup>15</sup> is here to help: call 1-800-931-2237 or chat with them online.  
If you are experiencing any other type of crisis, consider talking confidentially with a volunteer trained in crisis intervention at [www.imalive.org](http://www.imalive.org), or anonymously with a trained active listener from 7 cups of Tea.  
And, if you could use some inspiration and comfort in your dashboard, go ahead and follow NEDA on Tumblr.<sup>16</sup>

<sup>15</sup> NEDA – National Eating Disorder Association

<sup>16</sup> Em tradução livre: “Está tudo bem? Se você ou alguém que você conhece está sofrendo com distúrbios alimentares, NEDA está aqui para ajudar. Ligue para 1-800-931-2237 ou converse com eles online. Se você está tendo qualquer outro tipo de crise, considere conversar confidencialmente com um voluntário treinando em intervenção de crises no [www.imalive.org](http://www.imalive.org), ou anonimamente com um ouvindo ativo de ‘7 cups of Tea’. E se você precisar de alguma inspiração ou conforto, siga NEDA no Tumblr.”

Embaixo da mensagem, um botão grande e azul aparece com a alternativa ‘Go Back’ e abaixo dele, menor e menos visível, a opção de ver os resultados pesquisados. A mensagem também aparece – em inglês – quando termos similares são pesquisados em outras línguas, como ‘distúrbios alimentares’ no próprio português ou ‘*essstörung*’, o equivalente alemão e quanto termos como ‘*selfie cutting*’ são pesquisados, já que a ação é recorrente principalmente em anoréxicas.

### **Considerações Finais**

Pessoas que sofrem com distúrbios alimentares encontraram na internet e no anonimato que ela oferece formas de terem contato com aqueles que têm pensamentos parecidos. Assim, eles se sentem entendidos e passam a entrar cada vez mais nesse universo que contorna os movimentos pró-Ana e pró-Mia.

Com o passar dos anos e a consolidação das redes sociais digitais, o número de participantes foi crescendo e o movimento encontrou o local online ideal para propagar a ideia de que anorexia e bulimia são estilos de vida e não doenças que devem ser combatidas. O Tumblr se mostrou propício para alcançar um grande número de pessoas e preservar o anonimato das participantes.

A medida tomada pela rede social para evitar que o movimento ganhe forças pouco ajuda a parar pessoas que já estão envolvidas, devido ao tamanho do Tumblr e do anonimato dos perfis, mas pode auxiliar aqueles que estão começando a procurar sobre o assunto ou aqueles que estão propensos a mudar a cabeça e procurar tratamento. Procuramos mostrar, por entanto, como ocorre esse espalhamento pró-ama e pró-mia na internet e, especialmente, no Tumblr.

### **Referências**

#### **2016 Hollywood Diversity Report: Business as usual?**

<<http://www.bunchecenter.ucla.edu/wp-content/uploads/2016/02/2016-Hollywood-Diversity-Report-2-25-16.pdf>> acessado em 10/07/2017

CARVALHO, R. S.; AMARAL, A. C. S.; FERREIRA, M. E. C. **Transtornos alimentares e imagem corporal na adolescência: uma análise da produção científica em psicologia.** Universidade Federal de Juiz de Fora, 2009, p. 24.

<<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/ptp/article/view/2240>> acessado em 10/06/2015.

CLAUDINO, A. M.. BORGES, Maria Beatriz Ferrari. **Critérios diagnósticos para os transtornos alimentares: conceitos em evolução.** Universidade Federal de São Paulo, 2002, 6p.

<<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v24s3/13964.pdf>> acesso em 07/06/2015

**Eating Disorders Coalition. (2016). Facts About Eating Disorders: What The Research Shows.**

<[http://eatingdisorderscoalition.org.s208556.gridserver.com/couch/uploads/file/fact-sheet\\_2016.pdf](http://eatingdisorderscoalition.org.s208556.gridserver.com/couch/uploads/file/fact-sheet_2016.pdf)> - acessado em 05/07/2017

GARCIA, R. W. D. CANESQUI, A. M. **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível.** Editora Fiocruz, 2005. 310 p.

JENKINS, Henry; GREEN, Joshua; FORD, Sam. **Cultura da Conexão.** São Paulo: Aleph, 2014.

MARTINO, L. M. S. **Teoria das Mídias Digitais: linguagens, ambientes e rede.** Editora Vozes, 2014. 291 p.

MORENO, R. **A beleza impossível: mulher, mídia e consumo.** Editora Ágora. 2008. 79 p.

SOPHIA, B. V. **O movimento pró-anorexia e pró-bulimia na internet: uma reflexão sobre as práticas alimentares, saúde e doença, corpo e identidade.** Universidade Federal do Paraná, 2009. <<http://www.humanas.ufpr.br/site/evento/SociologiaPolitica/GTs-ONLINE/GT1/EixoIV/movimento-pro-BiancaSophia.pdf>> acesso em 13/06/2015.

OLIVEIRA, L. L. HUTZ, C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**, v.15, n. 83, 2010, p. 575-582. <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v15n3/v15n3a15>> acesso em 10/06/2015

RECUERO, R. **Comunidades em Redes Sociais na Internet: Um estudo de uma rede pró-ana e pró-mia.** Faro, Valparaíso, v. 1, n. 2, 2005. <<http://edu3051.pbworks.com/f/cmunidades+em+redes+sociais+na+internet.pdf>> acesso em 14/06/2015.

SILVEIRA, P. M. S. REIS, V. A. Vínculos no ciberespaço: websites pró-anorexia e bulimia. **FAMECOS**, n. 39, Porto Alegre, agosto/2009. <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistafamecos/article/viewFile/5847/4241>> acesso em 15/06/2015

SMINK, F. E.; VAN HOEKEN, D.; , HOEK W. Epidemiology of eating disorders: Incidence, prevalence and mortality rates. **Current Psychiatry Reports**,14(4), 406-414, 2012. <[https://pdfs.semanticscholar.org/6e6c/23f715b8fc08802314130094b12734fd4191.pdf?\\_ga=2.26892861.1613082530.1499299985-144676117.1499299985](https://pdfs.semanticscholar.org/6e6c/23f715b8fc08802314130094b12734fd4191.pdf?_ga=2.26892861.1613082530.1499299985-144676117.1499299985)> acesso em 05/07/2017