
O Estilo de Vida da Influenciadora Digital, Gabriela Pugliesi, e o Capital Social no *Instagram*.¹

Raissa G F CARDOSO²

Escola Superior de Propaganda e Marketing, São Paulo, SP

RESUMO

O presente artigo possui como objetivo compreender sobre o capital social, a partir das reflexões de Bourdieu, relacionando com a influenciadora digital, Gabriela Pugliesi. Então, busca-se relacionar os troféus, a partir das postagens do estilo de vida *fitness* que demonstra no perfil do *Instagram*. Sendo assim, pretende-se refletir sobre os gostos e valores que expõe aos seguidores, além da visibilidade e credibilidade que vem conquistando desde o início da carreira de *digital influencer* no campo social que está inserida.

PALAVRAS-CHAVE: Estilo de vida; Gabriela Pugliesi; influenciadora digital; *Instagram*; redes sociais.

INTRODUÇÃO

Os meios de comunicação passaram por constantes transformações e, mesmo no século XXI, continuam reinventando-se. No entanto, não é apenas o meio tecnológico que modificou, mas sim, a forma de comunicar-se. Saber como atrair e conquistar o público tornou-se algo primordial.

Todos os dias, as pessoas são bombardeadas dos mais diversos conteúdos. Notícias locais e globais, anúncios de produtos e serviços, propagandas de filmes e séries, posicionamento de marcas, lançamento de aplicativos, são alguns exemplos de comunicação na rotina do sujeito.

A partir do amplo espaço de inserção nas redes digitais, novos tipos de celebridades surgiram. São os chamados “influenciadores digitais”. Eles estão presentes em vários segmentos sociais e criam nichos. Sendo assim, nota-se influenciadores digitais que visam o público infantil, juvenil ou adulto. Porém, a questão da idade não é o mais relevante e sim, o tema que abordam nos seus perfis sociais que criam interação com os seguidores.

¹ Trabalho apresentado no GP Comunicação e Cultura Digital, XIX Encontro dos Grupos de Pesquisas em Comunicação, evento componente do 42º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação.

² Mestranda do Programa de Pós-graduação em Comunicação e Práticas do Consumo da ESPM-SP, e-mail: raissa.cardoso@acad.espm.br

Sabe-se que existem inúmeros influenciadores digitais com gostos e valores próprios nas redes sociais. Dessa forma, o presente artigo tem como foco o estilo de vida *fitness*, onde será analisado cinco postagens recentes do perfil de Gabriela Pugliesi para compreender seus comportamentos no Instagram. A análise tem como foco observar as imagens e legendas. Alguns conceitos de Pierre Bourdieu serão relacionados para refletir sobre o campo que a influenciadora está inserida e a posição que possui na sociedade.

O tema deste artigo remete a algumas reflexões sobre a questão do corpo, uma vez que, é algo que inúmeras pessoas buscam informações, como dietas milagrosas e exercícios para deixar o abdômen definido, na *Internet*. Essas pesquisas demonstram o quanto a sociedade dá credibilidade aos influenciadores digitais no *Instagram*, como é o caso do perfil de Gabriela Pugliesi. Sendo assim, pode-se fazer relação do capital social que possui e como influencia o sujeito a almejar um “corpo perfeito”, muitas vezes, causando opressões e frustrações.

GOSTO, ESTILO DE VIDA E CAPITAL SOCIAL

Cada sujeito possui seu estilo de vida de acordo com o seu gosto e com o que pratica no dia a dia. Bourdieu define estilo de vida como “às diferentes posições no espaço social correspondem estilos de vida, sistemas de desvios diferenciais que são a retradução simbólica de diferenças objetivamente inscritas em condições de existência” (BOURDIEU, 1960, p.18).

Percebe-se que gosto é intrínseco ao estilo de vida. Dessa forma, o gosto move nossas atitudes. Para Bourdieu, trata-se de algo que é adquirido em sociedade, que possui origem social, podendo discriminar e hierarquizar. Pode-se observar esse fenômeno quando uma pessoa decide seguir um influenciador digital, ou seja, quando há gosto em comum. Porém, o influenciador pode ser discriminado quando não compartilham do mesmo gosto.

Segundo Barros e Lopes, “é pelo gosto e suas manifestações que os dominantes asseguram suas posições. O gosto se traduz, portanto, num sistema hierarquizado de significações” (BARROS; LOPES, 2008, p. 106). Fazendo relação com a influenciadora Gabriela Pugliesi, acredita-se que as publicações sobre o estilo de vida *fitness* que leva podem ser entendidas como uma forma de afirmar seu posicionamento diante seus hábitos saudáveis.

Sob o olhar de Bourdieu (1988), o capital social está relacionado exclusivamente às conexões sociais e seus valores, sendo conquistado por meio do pertencimento a um grupo social. Dito isso, o posicionamento de Gabriela no *Instagram*, pode ser associado ao termo, pois, além de possuir interações sociais dos seguidores, a influenciadora expõe sobre os valores que relaciona ao estilo de vida, como uma melhor qualidade de vida física e espiritual, fazendo com que haja conexões sociais e atribuição de valores, a partir do julgamento de cada seguidor.

De acordo com Bourdieu (1983), o capital social é visto como a “soma de recursos”, podendo ser encontrado na rede, onde há conexões entre os atores. Então, possui maior facilidade de acesso quando existe o pertencimento a uma rede social. Além disso, o capital social pode ser acumulado ou transformado em outros tipos de capital, como o econômico.

Dentro do capital social há o campo em que o sujeito está inserido. Para Barros e Lopes é determinado por relações sociais, além de ser abstrato, ou seja, não possui lugar físico definido, e é dinâmico de posições, porém, possui regras. Nesses campos sociais, há autonomia que se determina em troféus, no reconhecimento concebido. Dessa forma, afirmam que “o campo é o espaço de definição legítima de troféus sociais, em busca dos quais seus agentes consagrarão todos seus esforços” (BARROS; LOPES, 2008, p. 110).

Atualmente, as redes sociais estão repletas de conexões, sejam fortes ou fracas. Inúmeros influenciadores digitais buscam a visibilidade e reconhecimento social como troféu. Sendo assim, quanto maior notoriedade social, mais será visto como referência na sociedade. Essas conquistas são possíveis graças ao alcance da *Internet* e suas várias possibilidades de redes sociais. Recuero (2012) afirma que,

Os sites de rede social, conforme explicamos, influenciam as redes sociais na medida em que, ao representarem-nas, também interferem nelas. Esses sites, assim, permitem que as conexões sociais sejam geradas a partir de associações (uma vez que basta solicitar uma conexão ou clicar em um botão para estar conectado a outro ator) e mantêm de forma artificial essas conexões (RECUERO, 2012, p. 603).

Inúmeras pessoas possuem como gosto o “corpo perfeito”, isto é, almejam um certo estereótipo e, para conquista-lo seguem dietas e praticam atividades físicas. Ocasionalmente, essa busca torna-se inacabável, por não haver satisfação com o corpo adquirido. Por outro lado, o sonho do “corpo perfeito” é visto como algo inalcançável em certas situações. De acordo com Bourdieu,

os gostos obedecem, assim, a uma espécie de lei de Engels generalizada: a cada nível de distribuição, o que é raro e constitui um luxo inacessível ou uma fantasia absurda para os ocupantes do nível anterior ou inferior, torna-se banal ou comum, e se encontra relegado à ordem do necessário, do evidente, pelo aparecimento de novos consumos, mais raros e, por tanto, mais distintivos” (BOURDIEU, 1976, p. 21).

Nota-se que a influenciadora digital fala constantemente sobre os cuidados que possui para manter seu físico, além de abordar sobre sentimentos como felicidade e gratidão, uma vez que demonstra cuidar do lado espiritual. Desde 2012, posta sobre seu estilo de vida *fitness* no *Instagram*, e, dessa forma, foi conquistando o capital social por meio do seu posicionamento e criando conexões sociais com seguidores.

REDES SOCIAIS

Sabe-se que com a globalização, a comunicação passou por transformações. Dessa forma, informações de vários segmentos passaram a alcançar um público jamais imaginado antes. A conexão passou a ser algo imediato e acessível durante todas 24 horas do dia. Assim, as distâncias físicas foram supridas com os meios tecnológicos que facilitavam as interações sociais.

As redes sociais existem desde os primórdios, mesmo sem os aparatos que a tecnologia oferece atualmente. Antes, para uma informação chegar em outro lugar, dependia de transportes, como no século XV, com o começo das Grandes Navegações onde a alternativa era comunicar-se por cartas. As redes sociais de uma pessoa também eram realizadas com sujeitos de convívio mais próximo, como família, amigos, colegas de trabalho ou escola, entre outros ciclos.

Hoje, pessoas do mundo inteiro podem comunicar-se na *Internet*. Para Xavier, “de uma hora para outra, passamos a ter duas vidas: uma real, outra virtual. E elas se entrelaçam de tal maneira que já não temos certeza dos limites que as separam” (XAVIER, 2017, p. 15). Nota-se que parte da comunidade presente nas redes sociais, compartilha sobre algo próprio da sua vida, seja uma experiência que passou, viagem que fez ou algo rotineiro, como alimentação. Para Recuero (2012), o perfil nas redes sociais é uma forma de demonstrar a identidade do sujeito,

O perfil não apenas divulga informações, mas as relaciona a uma identidade comum. Assim, ele dá outra dimensão ao investimento, podendo servir como um espaço pessoal (por onde se pode receber benefícios variados) e de criação e manutenção de uma determinada identidade (RECUERO, 2012, p. 606).

A partir do advento da *Internet*, novas celebridades surgiram e ficaram conhecidas como “influenciadores digitais”. Não precisam ser, necessariamente, jogadores de futebol ou pessoas famosas da televisão. Segundo Sá (2017),

Os influenciadores digitais se encaixam no termo “celebridades”. De um dia para o outro, ganham muita visibilidade e passam a exercer grande influência sobre seus seguidores. Também chamadas de webcelebridades, ganham fama devido a determinada característica pessoal, como beleza, humor, habilidade culinária ou estilo de vida saudável (SÁ, 2017, p. 6).

Assim, os influenciadores digitais ganham visibilidade por meio da imagem que constroem e que querem passar ao público, a partir do estilo de vida que adotam para si. Exibem, geralmente, os seus gostos e valores em publicações do cotidiano. Sá (2017) fala que não precisa, necessariamente, de uma conquista para ser famosos nas redes sociais,

Com a ampla exposição midiática, proporcionada pelos avanços tecnológicos, foi possível que uma pessoa comum se tornasse célebre apenas por sua imagem. O status de “ser famoso” passou a ser acompanhado muito mais de uma projeção imagética na mídia do que, de fato, uma ação ou conquista (SÁ, 2017, p.6)

De acordo com a matéria publicada no *site* da Exame, em 2018, 62% das pessoas que vivem no Brasil estão ativas nas plataformas digitais e “entre as redes sociais mais acessadas pelos brasileiros está o *YouTube*, com 60% de acesso, o *Facebook* com 59%, o *WhatsApp* com 56% e o *Instagram* com 40%”. A partir desse dado, pode-se perceber que o *Instagram* é um meio de comunicação presente no cotidiano da sociedade. Trata-se de uma rede social gratuita de compartilhamento de fotos e vídeos. Fundado por Kevin Systrom e Mike Krieger, em outubro de 2010, passou por algumas atualizações e inovações.

Atualmente, quem possui cadastro na plataforma, tem a possibilidade de postar foto ou vídeo no seu perfil, escolher entre 23 filtros, podendo alterar manualmente a intensidade do filtro selecionado, adicionar legenda, localização da foto e marcar outros perfis. Além disso, possui a opção de compartilhar conteúdo nos *stories*, onde ficará por 24 horas e possui diversas opções de animações. Nessa opção de postagem, os vídeos são limitados a 15 segundos, podendo fazer mais de um.

No perfil de Gabriela Pugliese, percebe-se que ela utiliza o *Instagram* para contar sobre seu estilo de vida *fitness* e momentos do seu cotidiano. Então, pode-se relacionar o conteúdo da página ao termo *storytelling*. Xavier define como “a tecnarte de empilhar

tijolos narrativos, construindo monumentos imaginários repletos de significado” (XAVIER, 2017, p.12).

Entende-se que a influenciadora digital usa a narrativa como uma das principais ferramentas na sua página do *Instagram*, esse ponto torna-se perceptível quando Pugliesi explica o passo a passo das receitas e os alimentos que possui preferência. A partir dos *posts* sobre alimentação, nota-se que cria a ideia do que pode comer e o que é melhor evitar para alcançar o “*shape* perfeito”,

Dentro de um ambiente midiático no qual a comunicação é constantemente transformada pelas tecnologias, precisamos ponderar que a alimentação vem sofrendo grandes alterações e acaba se constituindo em mais uma fonte de cobrança e de aprisionamento das mulheres em busca do corpo perfeito (JACOB, 2014, p. 95).

Por meio das estratégias de narrativa, a celebridade digital consegue transmitir os gostos, valores e estilo de vida. Sendo assim, acaba criando um nicho específico de seguidores que tem interesse pelo o que expõe, resultando no capital social que adquire por meio da visibilidade e credibilidade dos *posts*. Dessa maneira, pode-se identificar como o *Instagram* potencializa esse fenômeno social, onde o sujeito busca, por meio das redes sociais, informações do mundo *fitness*,

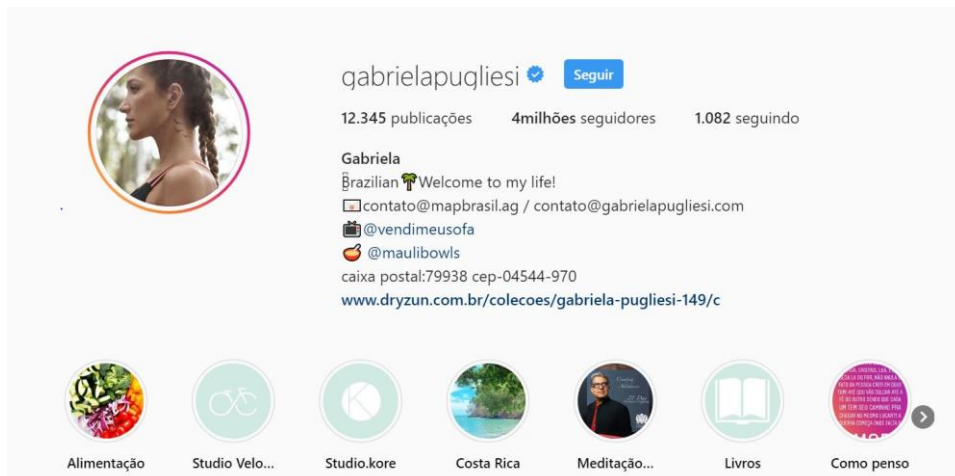
Entretanto, a facilidade de conexão digital e o alto engajamento de participação que as redes sociais ensejam torna a viralização de formatos e de regras alimentares ainda mais forte hoje do que acontecia nas mídias chamadas “analógicas”. Assim, ao invés de termos um padrão a seguir da capa da revista da moda, hoje temos milhares de perfis de mulheres e pessoas incríveis que sabem comer e se exercitam na medida certa, que devem ser exemplos de pessoas que “fizeram tudo certo” e “que têm força, fê e foco”, tudo isso com o uso de hashtags que exploram uma obsessão corporal de contornos praticamente religiosos (JACOB, 2014, p.90).

ANÁLISE DO INSTAGRAM DE GABRIELA PUGLIESI

Gabriela Pugliesi é considerada como influenciadora digital, uma vez que possui quatro milhões de seguidores. No seu perfil, tem o costume de postar sobre cotidiano, hábitos saudáveis, rotina de exercícios, viagens, relacionamento com amigos e marido, serviços estéticos que faz, lado espiritual, posicionamento sobre temas diversos, conselhos, entre outros conteúdos.

Começou a publicar sobre o estilo de vida que seguem em 2012 e desde então, seu número de seguidores aumentou. Nasceu na Bahia, mas vive na cidade de São Paulo. Desde os 13 anos de idade, passou a adquirir hábitos saudáveis. Possui 33 anos e é formada em Design Industrial. Largou o ramo para seguir a carreira de influenciadora digital levando suas dicas. Durante entrevista para Vix, Gabriela conta como era no início, "postava minha rotina no Instagram. Logo cedo estava na academia, então meu post era fazendo exercício, e ninguém postava isso naquela época (final de 2012). Isso foi chamando atenção das pessoas" (n.p.).

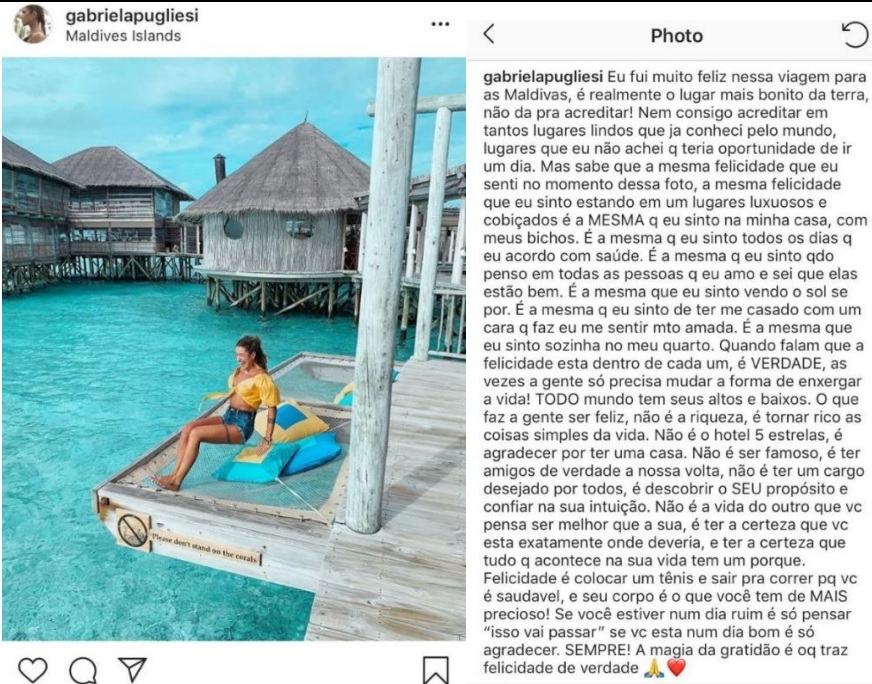
A instagrammer possui seu perfil como @gabrielapugliesi e, em sua bibliografia, diz que é brasileira e dá boas vindas à sua vida para quem visita o seu perfil. Observa-se que, Pugliesi deixa claro que é o seu perfil pessoal e está relacionado ao estilo de vida que segue. No entanto, disponibiliza seus contatos profissionais, sua caixa postal para quem quiser enviar produtos, outros dois perfis que administra, sendo @vendimeusofa e @maulibowls, e o site Dryzun com a coleção de joias inspirado nela. A atleta também faz uso dos stories para compartilhar sobre alimentação, atividades físicas, aulas de bike, meditação, dicas de leituras, entre outros assuntos, e deixa disponível ao público, como mostra a imagem a seguir:



Fonte: *Instagram* @gabrielapugliesi. Disponível em <

<https://www.instagram.com/gabrielapugliesi/>>. Acesso em 15 de junho de 2019.

Para ilustrar como a influenciadora digital utiliza o *storytelling* como um meio de obter o capital social e troféus, foram selecionadas algumas publicações recentes disponíveis no perfil do *Instagram*. A primeira imagem é sobre a viagem que Pugliesi fez às Ilhas Maldivas.



Fonte: Instagram @gabrielapugliesi. Disponível em <

https://www.instagram.com/p/Byur_D_h6Eo/>. Acesso em 15 de Junho de 2019.

Nesta publicação, a instagrammer descreve sobre a sensação da viagem comparando com o que valoriza, como família, casa, seu estilo de vida fitness, entre outros, e, no final da legenda, fala sobre a importância da gratidão. Na imagem, pode-se observar que ela está com um sorriso no rosto perto do mar, demonstrando leveza e felicidade. Essa publicação teve 99.400 curtidas e 752 comentários.

A partir dessa publicação, nota-se que Gabriela escreve como se estivesse falando diretamente para outra pessoa, ou seja, busca atrair a atenção, criando conexão social, uma vez que demonstra proximidade à pessoa. A influenciadora descreve sobre a importância de valorizar momentos e pessoas, aconselhando sobre a gratidão, dando um toque pessoal sobre seus gostos e crenças.

A segunda publicação analisada obteve 53 mil curtidas e 142 comentários. Na foto, pode-se ver que Gabriela está de com o braço esticado para alcançar a mão do seu marido Erasmo e está mandando beijo em direção à câmera. Nesta postagem, aparece o corpo da influenciadora, uma vez que ela está vestida de roupa de banho. Mesmo sendo uma imagem de afeto ao conjugue, a exposição do corpo é notória, podendo criar desejo de um corpo igual o dela e sua vida, por parte dos seguidores.

Percebe-se que a legenda faz referência ao casal, pois fala sobre a sintonia que eles possuem e faz um convite aos seus seguidores, para que se desconectem das redes

sociais no dia dos namorados para aproveitar com os companheiros, criando interação direta com o público. Por meio dessa postagem, a influenciadora deixa nítido que o relacionamento é algo que prioriza em sua vida pessoal. Sendo assim, pode-se entender que o seu relacionamento é um troféu, já que é visto como uma conquista.



Fonte: *Instagram* @gabrielapugliesi. Disponível em <

<https://www.instagram.com/p/Byi3pUMBbc6/>>. Acesso em 13 de Junho de 2019.

Na legenda da imagem subsequente, Pugliesi fala sobre a roupa que está usando citando o perfil @bodyforsure de forma descontraída. Descreve que está frio na cidade de São Paulo às 7 da manhã, usando *emojis* de neve. Percebe-se que ela aconselha os seguidores que o modo como o dia será, depende deles, além de indicar que façam café e que mentalizem sentimentos bons. A celebridade aparece disposta a começar o dia praticando exercício físico com roupa apropriada, no meio de uma rua com casas em volta. Essa publicação possui 26 mil *likes* e 164 comentários.

Por meio deste conteúdo, nota-se que a influenciadora demonstra o jeito que se veste para treinar, expondo o abdômen definido que é mais uma conquista (troféu) devido seu esforço de anos, tanto na parte de alimentação, quanto da prática de exercícios. Então, relaciona que é necessário roupa adequada para essa ocasião, fazendo referência à marca.



Fonte: *Instagram* @gabrielapugliesi. Disponível em <

<https://www.instagram.com/p/ByUv5g3Bv6J/>>. Acesso em 15 de junho de 2019.

Para exemplificar as preferências de alimentos da celebridade, selecionou-se a publicação patrocinada sobre uma refeição que fez em um domingo. A imagem é de um lanche, onde há um hambúrguer e batatas, porém ela explica na legenda, que é feito com ingredientes saudáveis e que não prejudicam a dieta, além de ressaltar que é do restaurante Mauli Bowls. A imagem obteve mais de 24 mil *likes* e 336 comentários.

Dessa forma, nota-se que Gabriela justifica-se para que não seja criticada, uma vez que, os alimentos devem ser saudáveis para condizer ao estilo de vida *fitness* que leva, além da visibilidade que possui. Por meio desse *post*, pode-se verificar que, a imagem que passa ao público, é de uma pessoa que come alimentos ricos em nutrientes e isso colabora para manter o corpo que possui, incentivando os seguidores a permanecer na dieta, ou seja, é vista como referência para falar do tema, pois possui reconhecimento social.



Fonte: *Instagram* @gabrielapugliesi. Disponível em

<https://www.instagram.com/p/ByxgtilhWVG/>. Acesso em 20 de julho de 2019.

Finalizando as análises, observou-se a foto de Gabriela com os seus três cachorros. Nota-se que ela está na sala com os *pets* que possui e descreve sobre o produto Bravecto. Na imagem, a influenciadora demonstra afeto por meio do abraço que dá em um deles e ao lado está a caixa do produto que faz referência na postagem. Durante leitura da legenda, é explicado que trata-se de um produto contra pulgas e carrapatos com duração de 12 semanas e esclarece sobre a reprodução dos parasitas, além disso, convida o público para assistir seus stories para que vejam como os animais estão após tomar o Bravecto. O *post* obteve 42.100 mil curtidas e 425 interações nos comentários.



Fonte: *Instagram* @gabrielapugliesi. Disponível em <

<https://www.instagram.com/p/ByKgWxIhqnu/> >. Acesso em 15 de junho de 2019.

Após analisar as publicações, acredita-se que Gabriela Pugliesi aborda vários assuntos que ilustram o dia a dia que leva, os hábitos saudáveis que possui, seres humanos que convive, seus valores, opiniões e crenças. Dessa forma, atinge um público interessado no material que compartilha e adquire o capital social por meio das relações sociais que cria com os seguidores.

É possível perceber que, para Pugliesi, muitos assuntos mostrados são vistos como troféus, como seu relacionamento, a família que construiu com o marido e seus três cachorros, o corpo devido seus hábitos saudáveis, sentimentos como gratidão, viagens que faz, entre outros. No entanto, o reconhecimento social que possui também pode ser entendido como um troféu, uma vez que, foi algo conquistado aos poucos, já que começou as postagens em 2012 e hoje, chega a ser referência no mundo *fitness*.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por intermédio da *Internet*, o capital social de Bourdieu tornou-se mais visível no mundo dos influenciadores digitais, como é o caso de Gabriela Pugliesi e de outros *digital influencers*. Percebe-se que a atleta possui um estilo de vida próprio, o de hábitos saudáveis. Procura compartilhar fotos e vídeos da rotina que agregam aos valores que possui, como a alimentação regrada, exercícios físicos diários, pensamentos positivos, viagens, momentos com amigos e marido, entre outros tipos de postagens.

Tornou-se conhecida pelas publicações *fitness* no *Instagram*, onde divide sobre o gosto próprio. Dessa forma, posiciona-se e cria conexões sociais com pessoas que compartilham pensamentos e valores similares. Por estar no segmento desde 2012, ganhou visibilidade, virando referência de “musa *fitness*” nessa rede social. Dessa forma, o troféu é o reconhecimento dos seguidores que adquiriu, além de ter virado parâmetro de uma pessoa que cuida do corpo e mente, tornando-se exemplo ao sujeito que deseja alcançar objetivos similares.

Assim como Gabriela, existem outros influenciadores digitais que conquistaram o reconhecimento e por isso, tornaram-se referência de algum outro assunto nas redes sociais. Hoje, influenciador digital virou profissão no Brasil, sendo assim, dedicam-se para abordar assuntos específicos e atuais. Alcançam notoriedade por meio das publicações.

O influenciador digital está em um campo abstrato, porém, é vigiado constantemente, uma vez que a *Internet* está disponível a qualquer instante e para pessoas

de todos os lugares do mundo. Sendo assim, possui a autonomia de postar sobre qualquer coisa, porém, pode ser alvo de críticas se for contra seu posicionamento atual. Pelo fato de ser considerado um formador de opinião, pode interferir no pensamento de pessoas, podendo ser algo positivo ou negativo.

A partir do pensamento de Bourdieu e das análises realizadas, observa-se que a influenciadora digital, Gabriela Pugliesi, possui capital social devido as relações sociais que criou com o público. Os seguidores interagem com as postagens e a celebridade digital virou referência no assunto *fitness* para parte da sociedade, fazendo com que algumas pessoas tenham atitudes similares, como a prática de atividade física, alimentação saudável, utilização de roupas adequadas para o treino, frequentar lugares que sugere, entre outros.

REFERÊNCIAS

BOURDIEU, Pierre. **Alta costura e alta cultura**. In Questões de sociologia. Lisboa: Fim de Século Edições, 2003.

BOURDIEU, Pierre. **Gostos de classe e estilos de vida**. Actes de la Recherche en Sciences Sociales, n° 5, out. 1976, p. 18-43.

DINO. **62% da população brasileira está ativa nas redes sociais**. Disponível em <<https://exame.abril.com.br/negocios/dino/62-da-populacao-brasileira-esta-ativa-nas-redes-sociais/>>. Acesso em 08 de junho de 2019.

FILHO, Clóvis de Barros; LOPES, Felipe Tavares Paes. **A dominação pelo gosto: o consumo na sociologia de Bourdieu**. In Comunicação e Culturas do Consumo. São Paulo: Atlas, 2008.

JACOB, Helena. **Redes sociais, mulheres e corpo: um estudo da linguagem fitness na rede social Instagram**. *Revista Comunicare*, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 88-105, 2014. Suplemento.

PUGLIESI, Gabriela. **Musa fitness Gabriela Pugliesi conta como definiu corpão**: depoiment. Sine Datum. Site Bolsa de Mulher. Entrevista concedida a Mariana Bueno. Disponível em <<https://www.vix.com/pt/bdm/corpo/musa-fitness-gabriela-pugliesi-Conta-como-definiu-corpao>>. Acesso em 7 de Junho de 2019.

RECUERO, Raquel. **Redes Sociais na Internet**. Porto Alegre. Editora Meridional. 2009.

RECUERO, Raquel. **O Capital Social em Rede**: como as redes sociais na internet estão gerando novas formas de capital social. In Contemporanea | Comunicação e Cultura, Bahia, v. 10, n. 3, p. 593-617, 2012. Suplemento.

SÁ, Paula Fernandes de. **Gabriela Pugliesi no Instagram: Influenciadores Digitais e a Convergência dos Meios**. Rio de Janeiro. 2017. Disponível em <<https://pantheon.ufrj.br/bitstream/11422/3847/3/PFSa.pdf>>. Acesso em 08 de junho de 2019.

XAVIER, Adilson. **Storytelling**: Histórias que deixam marcas. Rio de Janeiro: Best Business, 2017.