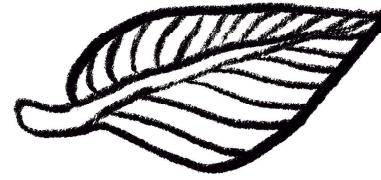


Este zine é de cunho educativo e não deve ser vendido.

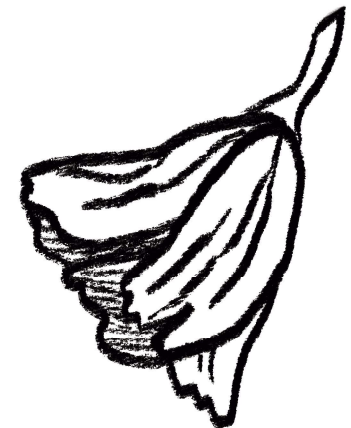
ilustrações e diagramação: Anael Macedo - @risca_nael



DISSECANDO AS FLORES

**UMA REPRESENTAÇÃO SENSÍVEL
SOBRE AUTOESTIMA FEMININA**

ANAEL MACEDO





Este zine está incorporado à uma pesquisa de graduação em Artes Visuais - Bacharelado sobre autoestima feminina. A pesquisa poética que está presente nesse zine, entrelaça as minhas experiências pessoais e íntimas com o tema, em conjunto com passagens de depoimentos anônimos escritos por mulheres.

As ilustrações foram feitas em diferentes tipos de técnicas, como: aquarela, lápis de cores, marcadores artísticos, nanquim e ilustrações digitais. Aquelas que foram feitas em modos tradicionais de desenho, foram digitalizadas e editadas para compor esse zine.

Para saber mais sobre a pesquisa acesse:
dissecandoasflores.wordpress.com

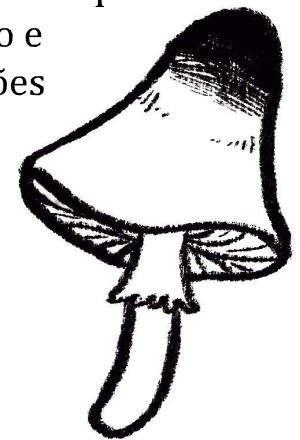


Dissecando as flores é sobre olhar pra dentro de si, procurar coisas que te incomodam e se perguntar, por quê?

Devido à inquietações sobre minhas inseguranças com meu corpo, decidi buscar a partir do desenho, questões de identidade e reconhecimento na arte, que tanto procurei ao longo dos anos.

Segui aprofundando minhas reflexões estudando as teorias feministas e a história da beleza e do nu feminino na arte e encontro alguns fundamentos para a minha condição e a de muitas outras mulheres.

Me guiando em Hilde Atalanta, Frida Kahlo, Fernanda Magalhães, Milena Paulina, Nikki de Saint Phalle e Ana Mendieta, artistas que já exploraram temas sobre corpo e autoestima, produzo as ilustrações que anexo a essa zine.



"O corpo é um guardador de
lugares, tempos



*vivências, experiências,
sentimentos

Vivo numa luta diária com a visão que
tenho sobre meu corpo, tento enxergá-lo de uma maneira positiva mas
momentos que consigo amar mas passa muito rápido.
Tudo o que faço é odiar cada parte, tem



"Quando mais jovem tive problema de abcesso nas amídalas, e por isso não conseguia me alimentar direito. (...) Ao rever minha família (principalmente minhas tias), elas comemoraram o fato de que eu tinha emagrecido 'pelo menos esse problema serviu para alguma coisa'".



"Depois de anos usando maiô, ou entrando na de vestido e short, sempre escondendo meu corpo o máximo possível. Acho que a primeira vez que coloquei bikini para ir a praia foi um momento, estar ali no meu lugar preferido e finalmente se sentir bem comigo mesma para mostrar o quanto de pele eu escolher".



"Às vezes olho para minhas dobrinhas e gordurinhas com um certo rancor, quase chegando a um desgosto."

"Estar constantemente em oração comigo mesma, principalmente ao sol. Desde criança. A mente e o corpo como templos da natureza, da criação, de luz. Em casa, agora, consigo curtir mais o sol."



"TALVEZ
TUDO SEJA
AUTOCUIDADO.
NUNCA ME
DEI MUITA
CONTA, MAS
ACHO QUE
RESPEITO MUITO
MEUS GOSTOS."

"Auto-estima
pra mim,
passa muito
mais pela mente,
do que pelo corpo.
Corpo é só a casa
da mente, do espírito."

Venho, mais precisamente nos últimos dois anos, de forma mais intensa, estabelecendo um relação afetiva de amor, admiração e cuidado com o meu corpo e isso não diz respeito propriamente a técnicas e procedimentos vinculados à estética, mas sim a um olhar carinhoso, humano e sem culpa para mim mesma.

Durante toda a minha vida, desde criança, minha mãe sempre me deu liberdade para ser quem sou e nunca recriminou meu corpo ou me fez ter alguma insegurança, minha memória já parte daí, desse corpo livre que me foi dado a partir das vivências em casa, apesar de, por muitas vezes, termos sido atingidas pela pressão estética da sociedade. Mas eu vinculo minha transformação do olhar especialmente à construção da minha tese e à minha filiação, mais intensa e ativa, aos movimentos feministas, particularmente ao ativismo antigordofobia e ao movimento body positive. As redes sociais foram cruciais para incentivar ainda mais meu autoamor, autocuidado e autoestima por meio da representatividade e diversidade de corpos com que me relaciono e a beleza democrática que ali se estabelece, pois todes tem lugar de fala e podem ocupar o espaço com seus corpos reais. Assim, conseguimos a identificação que pelas mídias de massa não há!

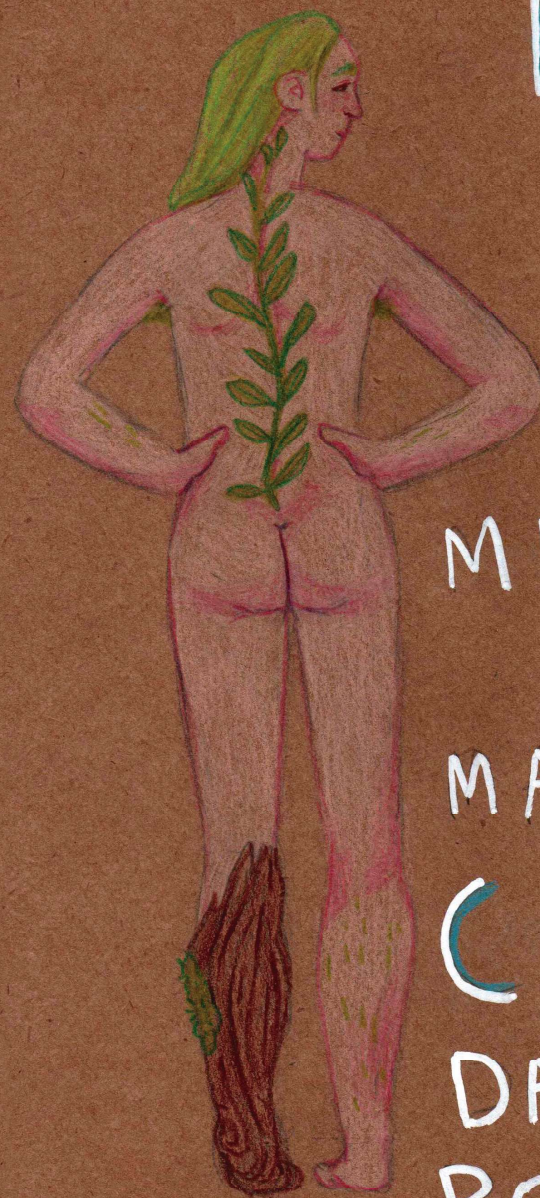
Minha mãe! As memórias da minha relação com ela (antigas e atuais) e do que ela me ensinou, me proporcionou e do quanto ela sempre me fez eu me sentir importante, inteligente, sensível, bela (por dentro e por fora) e capaz! O quanto ela sempre acreditou em mim, e a liberdade que me deu, foram, e são, a base da minha autoestima!



"FICO PENSANDO MAIS NO QUE EU QUERIA MUDAR, DO QUE NAS PARTES QUE GOSTO EM MIM. CONVIVO COM MULHERES QUE CORRESPONDEM AO NORMATIVO DOS CORPOS E ME COMPARO CONSTANTEMENTE COM ELAS."



"NESSE CARNAVAL EU E ALGUMAS MENINAS SAÍMOS PARA CAMINHAR NA PRAIA. ELAS QUISERAM PARAR E TIRAR FOTOS, E FIZERAM ISSO MUITO FACILMENTE. EU NÃO QUIS, MESMO ELAS INSISTINDO. NÃO CONSEGUI ME EXPOR DESSA FORMA, SABENDO QUE NÃO SAÍRIA BEM NAS FOTOS. POR ISSO, FIQUEI PARADA, NUM CANTO, ESPERANDO QUE ELAS TERMINASSEM."

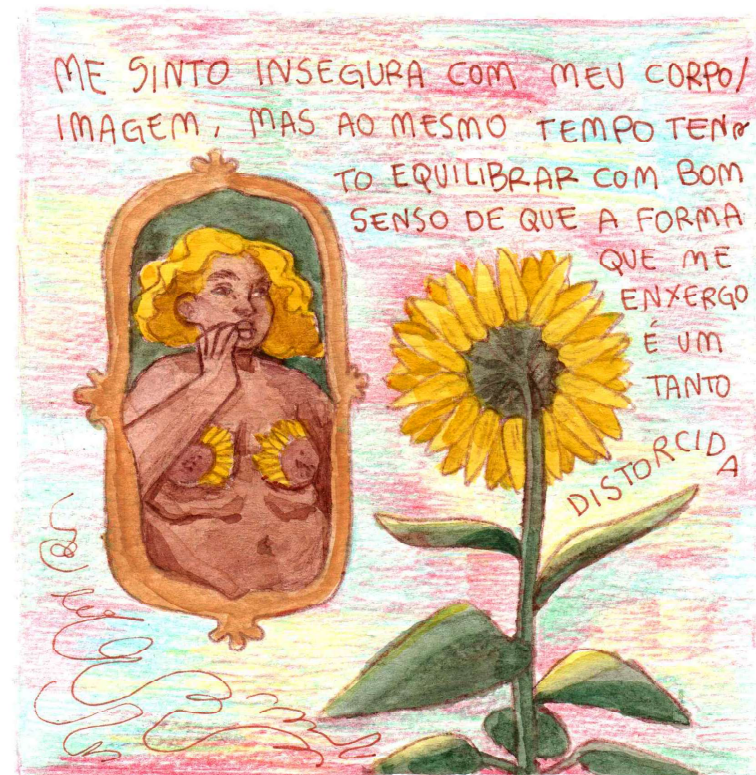


"NÃO POSSO MUDAR MINHA ALTURA MAS POSSO CUIDAR DA MINHA POSTURA"

TRANSIÇÃO CAPILAR



1. Crescimento - 2. Amadurecimento - 3. Aceitação - 4. Amor - 5. Experiências. "Gosto da minha boca, do meu sorriso e cabelo em especial, não todos os dias, mas sempre que me sinto bem com a minha imagem olho para essas partes do meu corpo" - "Já recebi elogios com relação aos meus lábios e sorriso assim como pelo meu cabelo, principalmente depois que fiz a transição (época em que mais cuidei de mim e do meu cabelo) e deixei ele natural novamente."



"Alcançar um objetivo profissional/ intelectual guiou minha autoestima e estabeleceu uma segurança pessoal que me fez sentir **CAPAZ** de fazer qualquer coisa."



"RESPEITO (meu corpo). ÀS VEZES
QUERIA MUDAR PARTES E UMA
JÁ MUDEI MAS GOSTO DELE"

"Bullying fez com que
mudasse meu nariz. Depois
de ter uma filha
aprendi a respeitar
mais meu
corpo."

"Uma relação de constante
construção, cuidado,
atenção, zelo e alguns
momentos
de frustração."

"OBTIVE MUITA
LEITURA QUE
COMEÇOU LÁ NA
MINHA PRÉ-
ADOLESCÊNCIA, DE

CUNHO SOCIAL,
POLÍTICO E FEMINIS-
TA. SOBRE ACEITAR O
MEU PRÓPRIO CORPO,
SOBRE AUTOCUIDADO.
E COM CERTEZA ESSA
CONSTRUÇÃO DE
AUTOESTIMA SE
DEU JUNTO
A TERAPIA,
ENTENDENDO

QUE
VAI
EXISTIR
MOMENTOS
NÃO TÃO
BONS, MAS QUE
TENHA SEMPRE UMA
BUSCA DO OLHAR
CARINHOSO E
AMOROSO POR
MIM MESMA,

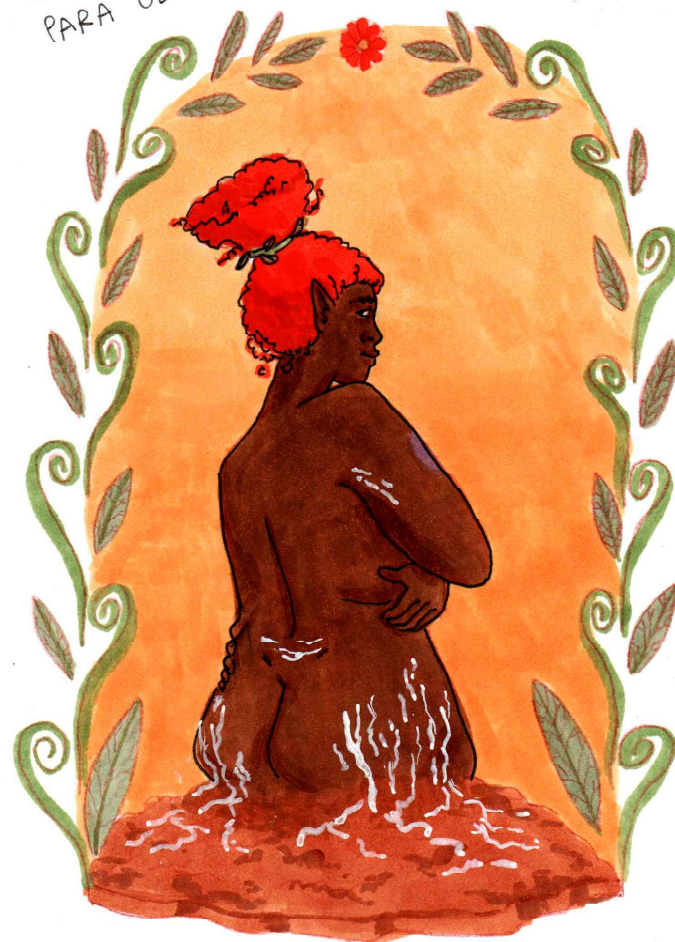
UM AUTOCUIDADO DE DENTRO PRA FORA."





EU PRESERVO O MEU CORPO FISICAMENTE, EMBORA NESSE PERÍODO DE ISOLAMENTO, EU SINTA QUE MEU CORPO ESTÁ MAIS E MAIS TRAUMATIZADO, ESTATICO, ATROFIADO. TAMBÉM TENHO O CUIDADO DE PRESERVAR O MEU CORPO EMOCIONALMENTE, DE TRAUMAS QUE POSSAM RESULTAR EM PROBLEMAS EMOCIONAIS/MENTAIS. NÃO TENHO UM ASPECTO QUE EU GOSTE MAIS OU MENOS. É O CORPO QUE EU TENHO, QUE EU CUIDO E QUE EU PRECISO PARA VIVER BEM.

"EU TINHA 13 ANOS E ESTAVA NA PRAIA QUANDO ME DISSERAM PRA ME PREPARAR PARA ODIAR MINHAS ESTRIAS"



"SOU GRATA AO MEU CORPO POR FAZER TUDO QUE ELE FAZ E SER COMO É, NEM SEMPRE É FÁCIL, UM PROCESSO DE CONSTRUÇÃO EU DIRIA" "MANTER EM MENTE QUE MEU CORPO É MEU E INTERESSA SOMENTE A MIM TEM CONTRIBUÍDO PRA ESSA RELAÇÃO MAIS POSITIVA."

"Quando fui crescendo, me tornei mais quieta e escondida. Meu corpo mudou muito de uma hora pra outra e eu não soube lidar e ninguém soube me ajudar direito. Família, amigos, mais velhos e mais novos foram me encaixando em categorias as quais eu não gostava de ouvir como "gordinha". Achava que tinha algo de errado com isso."

"Quando minha mãe fez meu primeiro macacão. Eu comecei a usar roupas que me sentia melhor em muitos fatores (inclusive bonita). Ou quando eu resolvi cortar, pintar o cabelo e deixá-lo enrolado."



HJ HÁBITO UM CORPO QUE NÃO ERA MEU...
 EXPERIMENTO UM NOVO FEMININO faz um ano que luto contra um câncer de mama que mutilou o meu corpo, pois passei por uma mastectomia total. Além das cicatrizes o tratamento deixa marcas no corpo feminino. O cabelo cai, as unhas quebram, fui jogada em uma pré-menopausa entre a ausência e a presença do sangue das mãos, ondas de calor, TENTO RESISTIR, NIFICAR CUIDANDO DAS CICATRIZES... COMO REINFORMADO... PO FICA I... PRE... AR... ARTO... IAS... OSTU... sse ho... ho ex... um carrossel de emoções. se... tenho auto estima... sim... estou viva...

