



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL  
FACULDADE DE ARTES, LETRAS E COMUNICAÇÃO  
CURSO DE JORNALISMO**

**SOB EX-PRESSÃO**

GRANDE REPORTAGEM MULTIMÍDIA SOBRE COMO AS MULHERES  
EXPRESSAM SUA SEXUALIDADE EM DIFERENTES LINGUAGENS

MARIA GABRIELA SEVERINO ARCANJO

Campo Grande  
NOVEMBRO/2025

**FACULDADE DE ARTES, LETRAS E COMUNICAÇÃO**

Cidade Universitária, s/nº - Bairro Universitário  
79070-900 - Campo Grande (MS)  
Fone: (0xx67) 3345-7607 <http://www.ufms.br>  
<http://www.jornalismo.ufms.br> / [jorn.faalc@ufms.br](mailto:jorn.faalc@ufms.br)



Serviço Público Federal  
Ministério da Educação  
**Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul**



## **SOB EX-PRESSÃO**

**GRANDE REPORTAGEM MULTIMÍDIA SOBRE COMO AS MULHERES  
EXPRESSAM SUA SEXUALIDADE EM DIFERENTES LINGUAGENS**

**MARIA GABRIELA SEVERINO ARCANJO**

Relatório apresentado como requisito parcial para aprovação na Componente Curricular Não Disciplinar (CCND) Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) do Curso de Jornalismo da Faculdade de Artes, Letras e Comunicação (FAALC) Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Katarini Miguel

## **FACULDADE DE ARTES, LETRAS E COMUNICAÇÃO**

Cidade Universitária, s/nº - Bairro Universitário  
79070-900 - Campo Grande (MS)  
Fone: (0xx67) 3345-7607 <http://www.ufms.br>  
<http://www.jornalismo.ufms.br> / [jorn.faalc@ufms.br](mailto:jorn.faalc@ufms.br)



**ATA DE DEFESA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**Título do Trabalho: "SOB-EXPRESSÃO"**

**Acadêmica:** Maria Gabriela Severino Arcanjo

**Orientadora:** Katarini Giroldo Miguel

**Data:** 28/11/2025

**Banca examinadora:**

1. Rafaella Lopes Pereira Peres
2. Ana Laura Menegat de Azevedo

**Avaliação:** ( x ) Aprovado ( ) Reprovado

**Parecer:** A banca examinadora destaca a relevância do trabalho, recomenda a continuidade e a exposição em congressos, após a realização dos ajustes sugeridos

Campo Grande, 28 de novembro de 2025.

**NOTA  
MÁXIMA  
NO MEC**

**UFMS  
É 10!!!**



Documento assinado eletronicamente por **Katarini Giroldo Miguel, Professora do Magistério Superior**, em 28/11/2025, às 12:13, conforme horário oficial de Mato Grosso do Sul, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).

**NOTA  
MÁXIMA  
NO MEC**

**UFMS  
É 10!!!**



Documento assinado eletronicamente por **Laura Seligman, Coordenador(a) de Curso de Graduação**, em 28/11/2025, às 12:18, conforme horário oficial de Mato Grosso do Sul, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.ufms.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.ufms.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **6019705** e o código CRC **F6BA36D3**.

**COLEGIADO DE GRADUAÇÃO EM JORNALISMO (BACHARELADO)**

Av Costa e Silva, s/nº - Cidade Universitária

Fone:

CEP 79070-900 - Campo Grande - MS

---

**Referência:** Processo nº 23104.015712/2025-27

SEI nº 6019705



## AGRADECIMENTOS

Desde que me entendo como gente (e mulher), me lembro de ter dificuldade para crer em divindades. No entanto, acredito muito nas coisas que vejo e sinto. Nas pessoas que me acompanham, me acolhem e me apoiam. Confio fortemente no poder do destino e que não conhecemos as pessoas por um simples acaso. Acredito que os laços que fazemos durante nossa caminhada são uma das coisas mais importantes da nossa trajetória. Gosto de pensar que as conexões humanas que criamos nos ajudam a moldar nossa realidade.

Por isso, afirmo com toda a certeza do mundo que este trabalho jamais seria o que é sem a ajuda de todas as pessoas que fizeram parte da minha vida nesses quatro anos.

Logo, em primeiro lugar, agradeço a minha mãe, Solange Leandro, por ser uma fonte de apoio inesgotável e meu principal pilar na vida. Em seguida, estendo os agradecimentos ao meu irmão Bruno Felipe, por tornar os dias mais leves e ao meu padrasto Celso Domingos por sempre estar lá quando eu preciso.

A alguém que não está mais em vida, mas para sempre no meu coração e memória: minha avó Elizabeth Leandro, por ser referência máxima em todos os aspectos da minha existência. Por tudo o que fez por mim em 16 anos e por ser minha maior inspiração feminina.

Às minhas melhores amigas Leticia Xavier e Emanuela Aparecida, por me mostrarem a potência e o cuidado de amizades femininas e verdadeiras.

Ao meu eterno grupinho de faculdade: Ana Beatriz Leal, Isadora Colete, Julia Nogueira, Lauren Netto, Milena Melo, Murilo Medeiros, Pietra Dorneles e Raíssa Rojas, pelo amor lindo que construímos, não apenas pela profissão, mas pela nossa ligação.

À minha professora e orientadora Katarini Miguel, pelo ilustre direcionamento durante toda a execução deste projeto e por ser uma mulher, jornalista e pesquisadora pela qual nutro uma profunda admiração.

Todas e todos me fazem ver a vida de uma maneira mais bela. É por conta de vocês que os dias são mais fáceis.

## FACULDADE DE ARTES, LETRAS E COMUNICAÇÃO

Cidade Universitária, s/nº - Bairro Universitário  
79070-900 - Campo Grande (MS)  
Fone: (0xx67) 3345-7607 <http://www.ufms.br>  
<http://www.jornalismo.ufms.br> / [jorn.faalc@ufms.br](mailto:jorn.faalc@ufms.br)



## SUMÁRIO

Resumo	7
Introdução	8
1. Atividades desenvolvidas	12
1.1 Execução	13
1.2 Dificuldades encontradas	23
1.3 Objetivos alcançados	24
2. Suportes teóricos adotados	25
Considerações finais	32
Referências	34
Apêndice	36



## **RESUMO:**

Este projeto experimental apresenta ‘SOB EX-PRESSÃO’, uma grande reportagem multimídia que investiga diferentes formas de expressão da sexualidade feminina a partir das vivências de quatro mulheres. Desenvolvido como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), o projeto reúne pesquisa bibliográfica, análise de referenciais teóricos e entrevistas semiestruturadas com personagens cujas trajetórias revelam perspectivas distintas sobre autonomia, prazer e liberdade sexual. A grande reportagem multimídia é dividida em quatro capítulos, cada um dedicado a uma experiência específica, e utiliza elementos multimídia como fotos, vídeos, áudios e composições visuais para aprofundar a narrativa. A metodologia adotada priorizou relatos em primeira pessoa, valorizando a subjetividade como eixo central da abordagem. Como resultado, o trabalho busca ampliar o debate sobre sexualidade feminina, rompendo com estigmas e oferecendo um olhar sensível, informativo e acessível ao público. O produto final está disponível em: <https://readymag.website/u2026406261/5922533/>.

## **PALAVRAS-CHAVE:**

jornalismo com perspectiva de gênero; sexualidade feminina; grande reportagem multimídia; expressões



## INTRODUÇÃO

O surgimento deste projeto experimental parte, primeiramente, de um interesse pessoal (e profissional) em pesquisar a sexualidade feminina. Desde antes do meu ingresso no curso de jornalismo na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), questões de gênero já me interessavam e, com certeza, esse apreço também influenciou na própria escolha da profissão de jornalista.

Ao longo desses oito semestres, a vontade de falar sobre e para mulheres só cresceu dentro de mim. Mas foi em uma disciplina específica, ‘Jornalismo de Revista’, ministrada pelo professor Felipe Quintino, que tive o prazer de, ao lado de uma colega de turma, Mariana Pesquero, produzir uma reportagem sobre sexualidade feminina, na qual desdoblamos diversas questões, desde saúde a produção de conteúdo sobre o assunto nas plataformas digitais.

Essa experiência prática, que fez parte da revista Ponto Livre, foi crucial para eu perceber ainda mais a importância da sexualidade na vida de mulheres, mas sobretudo, para eu enxergar como esse tema ainda é palco de silenciamento, violências e repressões.

A ideia de “SOB EX-PRESSÃO” nasceu quando eu me propus a finalizar a graduação com um tema latente na minha própria existência. Não foi preciso pensar muito para lembrar da minha produção do ano anterior e tudo o que eu senti fazendo-a. Outro fator importante para essa decisão foi um discurso do professor Silvio Pereira, que ministrou a disciplina de ‘Pesquisa em Jornalismo’, no qual ele aconselhava escolhermos um tema que nos trouxessem prazer.

Sendo uma grande reportagem multimídia, produto escolhido para o meu Trabalho de Conclusão de Curso, “SOB EX-PRESSÃO” aborda algumas formas de expressão da sexualidade feminina na atualidade. Dividida em quatro capítulos/seções, cada um deles expõe uma forma diferente de manifestação: pole dance, cinema, literatura e fotografia. Todas elas transpassando questões como autoestima, autonomia, liberdade, entre outras.

A sexualidade é um componente central da vida e da experiência humana e um dos aspectos mais complexos da subjetividade e do coletivo. No entanto, historicamente, ela tem sido tratada como tabu, sobretudo no que diz respeito à vivência da mulher. Em diferentes culturas e períodos históricos, a sexualidade feminina foi mantida sob um controle patriarcal, tendo passado também por resistências e avanços, principalmente advindos dos movimentos feministas.



No geral, a sexualidade humana sempre esteve longe de ser bem compreendida, aceita ou até mesmo incentivada. Segundo de Souza e Gagliotto (2023), a sexualidade foi e ainda é reprimida. “Não podemos negar na atualidade, os tabus, os preconceitos, os mitos e outros aspectos, que ainda causam resistências quando o assunto é sexualidade.” (Souza e Gagliotto, 2023, p. 557)

Esse conjunto de práticas repressivas deturpou até mesmo o entendimento sobre o que é sexualidade, muitas vezes reduzindo-a somente à finalidade reprodutiva, ignorando a amplitude de questões que a cercam, seu papel histórico, social e cultural e sua importância para a própria humanidade.

A sexualidade é, então, cuidadosamente encerrada. Muda-se para dentro de casa. A família conjugal a confisca. E absorve-a, inteiramente, na seriedade da função de reproduzir. Em torno do sexo, se cala. O casal, legítimo e proprietário, dita a lei. Impõe-se como modelo, faz reinar a norma, detém a verdade, guarda o direito de falar, reservando-se o princípio do segredo [...] o decore das atitudes esconde os corpos, a decência das palavras limpa os discursos (Foucault, 13 ed., 1988, p. 6).

Os impasses da mulher contemporânea para acessar sua própria sexualidade resultam em perdas que ultrapassam o campo das experiências pessoais, afetando também sua autonomia, suas relações afetivas, sua construção subjetiva e até mesmo sua saúde. A dificuldade em se apropriar do próprio corpo e dos próprios desejos reverbera na maneira como essas mulheres percebem a si mesmas e exercem sua liberdade. Esse cenário gera impactos que se estendem, por fim, ao bem-estar de uma forma geral. “A vida sexual da mulher impacta diretamente na sua qualidade de vida e por ser complexa e individualizada, carece da atuação conjunta das diversas áreas do conhecimento e da saúde” (Silva et. al., 2021, p. 2).

Ainda que os movimentos feministas tenham conquistado espaços e direitos que ampliam as possibilidades das mulheres viverem sua sexualidade de maneira mais livre, essa expressão nem sempre é isenta de conflitos. Muitas vezes, ela é vivida em um embate constante entre o desejo de autonomia e os resquícios de um modelo social que ainda associa a liberdade sexual feminina ao indecente.

As percepções culturais muitas vezes desconsideram a natureza intrincada da sexualidade feminina, relegando as mulheres a meras reflexões das fantasias masculinas. Isso reforça uma narrativa que limita as identidades femininas a definições sociais estabelecidas, despojando-as da capacidade de expressar uma experiência sexual audiêncial e multifacetada (Irigaray, 2017, p. 2).



Diante desse contexto histórico de silenciamento e controle, compreender como a sexualidade feminina se manifesta na atualidade torna-se não apenas um exercício analítico, mas também um ato político e social e, sobretudo, uma afronta àqueles que tentam nos calar. As expressões da sexualidade feminina são múltiplas e dinâmicas. Elas se revelam através das artes, dos discursos (o simples fato de falar sobre sexualidade nas redes sociais para outras mulheres, por exemplo), enfim, do modo de viver daquelas que andam na contramão do falso moralismo.

Para que as mulheres apropriem sua sexualidade, uma exploração sutil através da identidade, papéis sociais e prazer é essencial. A simples reversão das dinâmicas de poder dentro das estruturas patriarcas é insuficiente; isso arrisca a perpetuação de preconceitos existentes. A verdadeira libertação envolve reconhecer e abraçar a multiplicidade dos desejos femininos sem restabelecer antigas hierarquias (Irigaray, 2017, p. 2).

É importante destacar que a sexualidade feminina não se limita ao ato sexual em si. Ela se manifesta no direito ao prazer, no autocuidado, no autoconhecimento, na maneira como a mulher se vê e se posiciona no mundo, entre outras possibilidades, embora expressar a própria sexualidade através da sensualidade também seja legítimo. Assim, sexualidade é identidade, é a reivindicação do próprio direito de existir.

A autoexpressão da sexualidade é também um caminho para a reivindicação de uma reparação histórica e memória coletiva. O que antes era mantido apenas dentro do quarto (ou em lugares destinados à prostituição), ganha espaço em outros locais.

A partir disso, “SOB EX-PRESSÃO” é uma grande reportagem multimídia que apresenta como algumas mulheres têm encontrado maneiras diversas de vivenciar e expressar sua sexualidade, rompendo com estigmas e padrões sociais historicamente impostos, e como isso as fortalece enquanto mulheres, em múltiplas áreas da vida, não esquecendo de mencionar os desafios que elas encontram nessa trajetória. O projeto é, portanto, um trabalho feito por uma mulher, com ajuda de outras mulheres, e para chegar às mulheres, em maioria.

Meu objetivo geral foi ‘desenvolver uma grande reportagem multimídia e um perfil no Instagram que apresente algumas práticas contemporâneas que ajudam as mulheres a expressar sua sexualidade de forma mais plena’, e os objetivos específicos foram: caracterizar o que é sexualidade humana; explicar como a sexualidade feminina foi/é reprimida; definir a importância do conhecimento sobre a sexualidade feminina; investigar como algumas



mulheres vivenciam sua sexualidade e conhecer desafios e consequências das expressões da sexualidade feminina.

Inclusive, durante a produção e, consequentemente, o maior contato com o tema, acabou tornando-se um dos meus objetivos realizar uma grande reportagem multimídia inteira feita por mulheres. No caso a orientadora, as próprias personagens (por motivos mais do que óbvios), a diagramadora e até mesmo a banca avaliativa.

As personagens selecionadas foram Hera, a primeira professora de pole dance de Mato Grosso do Sul; Larissa Anzoategui, produtora e diretora de uma produtora de filmes, que mistura beleza e horror; Josy Stoque, escritora de romances eróticos; e Renata Leão, fotógrafa que explora corpos femininos reais.

O formato multimídia permite que a leitora visualize o assunto de maneira mais ampla, assim como sua hospedagem, na plataforma Readymag, permite que ela interaja com o conteúdo. A grande reportagem multimídia pode ser acessada no endereço eletrônico: <https://readymag.website/u2026406261/5922533/>.

Além da grande reportagem multimídia principal, o projeto também se desdobra em um perfil no Instagram, criado como meio de divulgação do conteúdo, com o objetivo de aproximar o público do tema e ampliar o alcance da discussão de uma forma mais democrática. Essa extensão está disponível em: [https://www.instagram.com/sobex\\_pressao/](https://www.instagram.com/sobex_pressao/).



## **1- ATIVIDADES DESENVOLVIDAS**

- Elaboração do pré-projeto
- Pesquisas e análise das expressões
- Mapeamento de possíveis fontes e estruturação do roteiro das entrevistas
- Realização das entrevistas presenciais e on-line
- Decupagem das entrevistas
- Busca e agrupamento de referências para diagramação
- Redações dos textos, busca das fotos e vídeos e edição dos áudios
- Correções e ajustes dos textos
- Início do processo de estruturação e diagramação
- Produção e correção do relatório final
- Criação e planejamento do Instagram para divulgação da grande reportagem multimídia



## 1.1 Execução:



Após a entrega final do pré-projeto e apresentação do mesmo para a orientadora, na disciplina de ‘Pesquisa em Jornalismo’, ministrada pelo professor Silvio Pereira, comecei, no mês de agosto, a procurar por fontes no Instagram e Google. Com ajuda da professora Katarini, em nossas reuniões iniciais, fiz o mapeamento delas e das possíveis expressões que entrariam no trabalho.

Nesse primeiro momento, minha preocupação era definir a estrutura da grande reportagem multimídia: quais manifestações eu iria abordar, com quantas fontes falar e como seria a construção do texto.

Assim, reuni todas as manifestações que considerei pertinente e pesquisei sobre cada uma delas. Armazenei e anotei tudo o que eu achava importante tanto em uma pasta do Google Drive, intitulada ‘TCC’, como em anotações em uma caderneta pequena. As escolhas das expressões foram feitas seguindo a viabilidade de fontes.

No mês de setembro, comecei a contatar as possíveis personagens e a organizar por tópicos a estruturação do texto. Inicialmente, a ideia foi dividir por categorias/seções, pensando na fluidez da leitura e na proposta da leitora poder começar a sua leitura por qualquer parte, quebrando a ideia tradicional de ordem. A ideia inicial era que, na categoria ‘Dança’, por exemplo, iriam entrar pole dance, dança do ventre, funk, entre outras. Porém, começando a adentrar a temática com um pouco mais de profundidade, percebi que, dessa



forma, eu poderia fugir de um dos meus propósitos: trabalhar cada expressão com um pouco mais de profundidade.

Logo, tive que, de fato, decidir quais expressões abordar. A escolha não foi feita de um dia para o outro ou de maneira aleatória: ela se deu pela viabilidade de alguns fatores como personagens representavam uma relevância em suas áreas, e, principalmente, depois de uma conversa com a minha orientadora, Katarini, em que decidimos tratar de atividades que mulheres comuns podem fazer no dia a dia para se expressarem, tendo em vista as discussões sobre a inclusividade dentro do jornalismo, que, inclusive, tive em sala de aula durante esses quatro anos de graduação.

A preferência em trabalhar com uma única fonte para cada tipo de expressão da sexualidade feminina também foi intencional e fundamentada na proposta narrativa do projeto. O objetivo da grande reportagem multimídia não era esgotar o tema, mas apresentar possibilidades com recortes representativos de vivências distintas, que juntas compõem um panorama plural das maneiras como as mulheres se expressam sexualmente.

Portanto, optei por aprofundar as histórias individuais, valorizando o relato em primeira pessoa como recurso de aproximação com o público. Ao dedicar espaço e atenção a uma única fonte por bloco temático, foi possível explorar, de forma mais sensível e detalhada, suas trajetórias, sentimentos, conflitos e conquistas, algo que poderia se perder diante de um número maior de entrevistadas em cada eixo.

Além de utilizar o Instagram e o Google para o mapeamento das personagens, também entrei em contato com pessoas conhecidas que pudessem me ajudar com indicações. Foi assim que acabei encontrando fontes como Hera e Larissa. Renata foi uma sugestão da própria Katarini quando toquei no assunto de fotografia sensual feminina, e Josy acabamos encontrando juntas, pesquisando sobre literatura erótica em uma de nossas reuniões presenciais.

Ainda em setembro, com as fontes escolhidas e o primeiro contato já feito, comecei a marcar as entrevistas e, conforme agendadas, fui também elaborando o roteiro delas, com base em uma pesquisa mais aguçada que fazia, aos poucos, sobre cada uma das futuras entrevistadas. Os roteiros foram feitos seguindo essas pesquisas e também pensando em como direcionar a conversa para o tema do projeto, a fim de cumprir os objetivos dele. Os roteiros foram encaminhados à professora Katarini e aprovados, dentro dos prazos combinados. O material segue no apêndice 5.2.



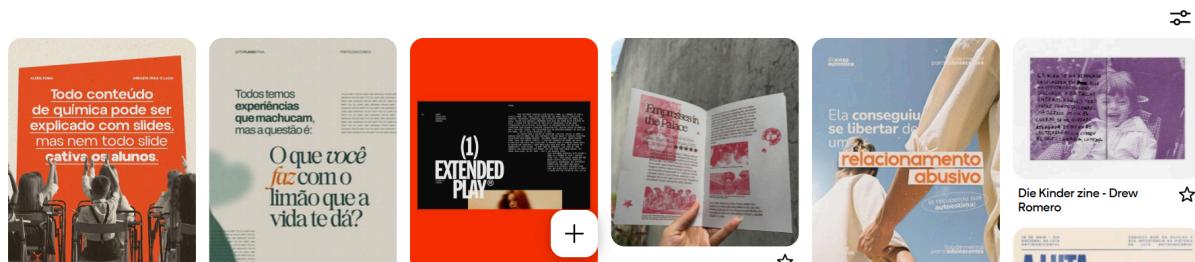
Como havia descrito no pré-projeto (documento que apresenta a ideia central do Trabalho de Conclusão de Curso, funcionando como um esboço do que será pesquisado, por quê, como e com quais objetivos), não era um requisito meu que todas as fontes fossem de Campo Grande, embora eu entenda a importância da regionalização em Trabalhos de Conclusão de Curso. Desse modo, as entrevistas foram marcadas conforme a logística de cada fonte. Por residirem na mesma cidade que eu, as conversas com Hera e Larissa foram presenciais. Já com Renata e Josy, que atualmente estão na capital paulista, as entrevistas aconteceram de forma on-line, através da plataforma Google Meet. Todas as conversas foram gravadas com autorização prévia das entrevistadas e armazenadas no Drive.

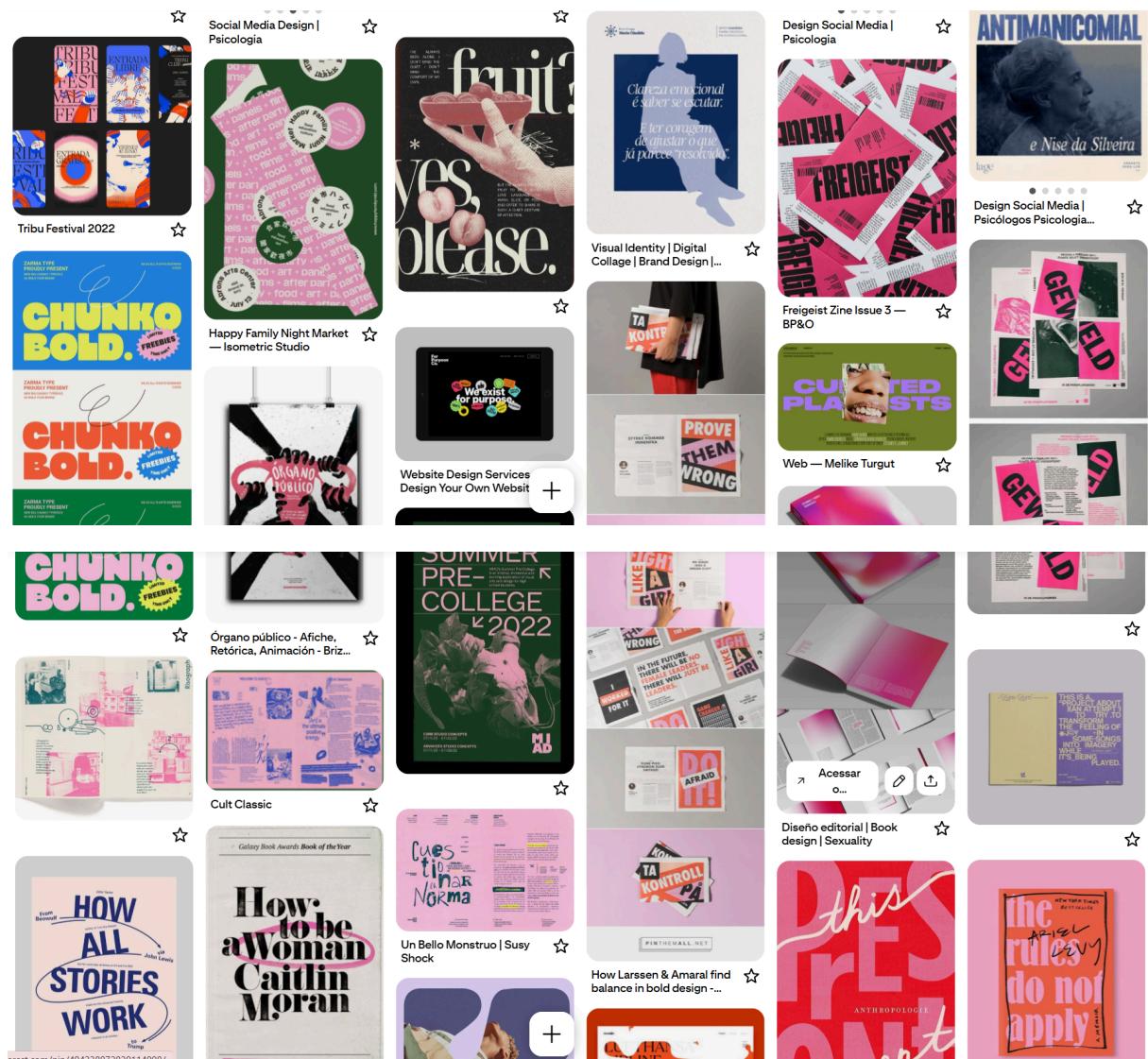
Para facilitar o trabalho de escrita, além de gravar todas as entrevistas, utilizei o Pinpoint para decupá-las. Esses documentos também foram guardados no Drive. Foi uma escolha pessoal minha decidir fazer todas as entrevistas primeiro e somente depois começar a escrever o texto, para melhor organização.

Nas duas entrevistas presenciais contei com a ajuda das minhas amigas e colegas de curso Milena Melo e Lauren Netto para a produção de vídeos verticais para o Instagram, utilizando nossos próprios celulares e um tripé da Agência Júnior de Comunicação da UFMS, a BRAVA, a qual fiz parte durante dois anos da graduação.

Conforme o andamento das entrevistas em setembro e outubro, comecei também a procura por diagramadoras. Reuni alguns nomes do próprio curso de jornalismo da UFMS e decidi fazer a escolha em conjunto com a orientadora. Logo após, marquei uma reunião presencial com a Rafaella Moura, aluna, para passar todos os detalhes do trabalho, assim como os prazos. Depois da reunião, ela criou uma pasta no Pinterest para reunirmos referências visuais.

### sexualidade | refs tcc maga





O restante do nosso contato aconteceu por WhatsApp até a finalização do projeto visual. Por mais que a diagramação foi terceirizada, eu acompanhei e fiz sugestões e apontamentos em todos os processos gráficos. A diagramadora também mergulhou no trabalho e, assim como a orientadora, tinha acesso à pasta do Drive com todos os materiais da grande reportagem multimídia.

Enquanto íamos juntando referências, conversando e trocando ideias, comecei, enfim, a parte de produção textual, já no mês de outubro. Nessa etapa, reli todas as entrevistas e pesquisas feitas, para começar a moldar cada capítulo/seção. Resolvi, mais uma vez pela força narrativa que gostaria de trazer ao trabalho, que cada capítulo/seção teria subtítulos próprios, escolhidos somente ao final da redação de cada parte. Nas escolhas dos subtítulos, inclusive, contei com a ajuda de amigas em formação também em jornalismo, anteriormente



mencionadas nos agradecimentos deste relatório, através de votação de enquete em um grupo de WhatsApp.

O processo de escrita foi um dos mais prazerosos durante a produção do conteúdo. Foi uma fase mais silenciosa, solitária e reflexiva, pois era um dos únicos passos que eu fazia sozinha, embora, após a finalização de alguma parte, fosse consultar colegas do curso, a redação do material foi feita dentro do meu quarto com um notebook, muitas vezes durante a madrugada, tentando driblar o cansaço do dia.

Quanto à narrativa, desde a introdução da grande reportagem multimídia, eu me coloco como narradora-participante, pela minha própria proximidade com o tema e como outro recurso de aproximar o público da leitura. Um dos motivos pelo qual me coloco tão dentro do texto é eu também ser praticante de pole dance, uma das possibilidades de expressão da sexualidade feminina abordadas. Também foi meu intuito redigir textos menos formais e com a intenção de trazer várias citações diretas das fontes, para que as leitoras pudessem conhecê-las de fato. Outro fator de extrema importância e intencional desde antes das redações, foi utilizar o gênero feminino para se referir ao público alvo.

Conforme eu ia terminando um tópico, o encaminhava para correção da orientadora e seguia para o próximo. Depois, voltava no anterior para fazer as correções e já avisava também a diagramadora, que lia e começava a idealizar a parte visual do projeto.

Após a finalização da maior parte do texto, no início do mês de novembro, começaram os testes para a diagramação. Reunindo as ideias visuais, os conteúdos multimídia e os textos, a Rafaella me encaminhou um documento com seis propostas diferentes de capa, que serviria como piloto da diagramação toda. Novamente me reuni com a orientadora para um feedback. Mais tarde, optei por aquela que mais se adequa à ideia narrativa, considerando princípios de design como hierarquia visual e coerência estética. Entre as versões apresentadas, a escolhida apresenta uma composição mais equilibrada entre tipografia, cor e espaço, favorecendo a leitura sensível e intimista que busquei construir ao longo da grande reportagem multimídia. Além disso, sua estrutura visual se alinhava às ideias que nortearam todo o projeto: uma estética limpa, expressiva e convidativa, que apoiasse a temática da sexualidade feminina sem recorrer a estereótipos, mas sim reforçando sutilezas e camadas presentes no texto.



A screenshot of a digital magazine layout. The main title 'EM ESTADO DE EXPRESSÃO' is displayed in large, light-colored serif letters across three horizontal lines. To the right of the title is a black and white photograph of a woman's face and upper body, looking slightly to the side with her hand near her hair. Below the title, a subtitle reads 'reportagem jornalística sobre como as mulheres expressam sua sexualidade e sensualidade em diferentes linguagens'. On the left side of the screen, there is a vertical sidebar containing five smaller versions of the magazine cover, each labeled with a number from 1 to 5. At the top of the screen, there is a navigation bar with icons for search, refresh, and other functions, along with a zoom level indicator showing '36%'.

A screenshot of a digital magazine layout titled "EM ESTADO DE EXPRESSÃO". The main page features a large, bold title "EM ESTADO DE EXPRESSÃO" with "fotografia", "cinema", "literatura", and "pole" as subtitles. Below the title is a black and white photograph of a person's back and shoulder. A horizontal bar at the top includes navigation icons and the text "reportagem jornalística sobre como as mulheres expressam sua sexualidade e sensualidade em diferentes linguagens". On the left side, there is a vertical sidebar with four smaller preview boxes labeled 1, 2, 3, and 4, each showing a different thumbnail of the magazine's content.

A screenshot of a digital magazine interface. The top navigation bar includes icons for back, forward, search, and other controls, along with the text 'TESTES CAPA\_SEXUALIDADE\_MAGA'. Below the navigation is a vertical sidebar on the left containing five thumbnail images labeled 2 through 6, each showing a different person's face. The main content area features a large, bold title 'em estado de EXPRESSÃO' in black serif and sans-serif fonts. To the right of the title is a descriptive text block: 'reportagem jornalística sobre como as mulheres expressam sua sexualidade e sensualidade em diferentes linguagens'. Below the title is a large, stylized, halftone photograph of a woman's face and upper body, partially obscured by a red rectangular overlay. The bottom half of the page features a large, bold, black sans-serif font for the word 'EXPRESSÃO'.



Foi aí que decidi também o título que apresentaria meu trabalho. Foi com a ajuda da Katarini que conseguimos chegar a ‘SOB EX-PRESSÃO’, pois eu frisei que gostaria de fazer uma espécie de trocadilho com o nome da grande reportagem multimídia. Como ‘expressão’ é uma das palavras fundamentais do projeto, comecei a analisá-la e imaginar como utilizá-la. Foi ao lembrar da expressão ‘sob pressão’, muito utilizada no vocabulário brasileiro, que decidi brincar com o prefixo ‘ex’, que indica algo que não é mais.

Assim, ‘SOB EX-PRESSÃO’ ilustra exatamente o que o conteúdo traz: mulheres que uma vez já estiveram sob pressão de muitos olhares conservadores, machistas e misóginos, mas que conseguiram minimizar com suas expressões.

Para a capa da grande reportagem multimídia, optamos pelo uso de fotos de estátuas gregas provenientes de banco de imagens. Essa escolha se justifica pelas esculturas representarem e remeterem à história do corpo feminino enquanto objeto de contemplação, valorização, mas também objetificação, temas retratados durante o conteúdo. Além disso, por serem imagens não identificáveis, elas permitem introduzir o tema de forma estética e sem um destaque ou preferência a nenhuma das entrevistadas logo de início.

Já nas capas dos demais capítulos/seções, as fotos disponíveis foram recortadas para exibir apenas partes do corpo das modelos, seguindo a lógica das esculturas. Essa decisão estética reforça a ideia de que a sexualidade pode ser encontrada e exercitada em diversas partes do corpo e não apenas em órgãos genitais.

Ao longo das páginas da grande reportagem multimídia, alguns trechos foram destacados graficamente, tanto frases autorais quanto citações diretas das personagens. A utilização desses destaques teve como objetivo principal valorizar falas importantes e fundamentais do conteúdo.

Além dessa função textual, a escolha também cumpre um papel estético, de direcionamento de leitura e de informação, que influencia diretamente na compreensão da mensagem jornalística: esses trechos aparecem em tamanhos maiores ou em posições que rompem a linearidade do parágrafo justamente para chamar a atenção da leitora. A intenção é criar momentos de respiro dentro da grande reportagem multimídia e, ao mesmo tempo, despertar curiosidade, convidando quem lê a se aprofundar na história completa que segue ao redor deles.

A escolha da identidade visual do projeto como um todo foi feita alinhada à minha intenção de abordar a sexualidade feminina de maneira mais “leve”. Por tratar-se de um tema que, muitas vezes, é envolto em julgamentos e discursos moralizantes, a opção por uma paleta



mais suave, com fundo claro e cores abertas, buscou criar um ambiente visual que convide a leitora a navegar pelo conteúdo sem sentir estranhamento ou desconforto. Essa escolha também se distancia dos estereótipos quando fala-se em reportagens sobre mulheres, geralmente carregadas de cores mais fortes e escuras.

Além disso, o uso de cores distintas em cada capítulo/seção funciona como um recurso de organização narrativa, facilitando a compreensão de que cada mulher e cada experiência representada compõem um universo próprio dentro da grande reportagem multimídia. Essa diferenciação cromática ajuda a orientar a leitura e reforça a pluralidade que estrutura o projeto, mostrando que não há um único caminho ou modelo para viver a sexualidade.

O design também foi pensado para transmitir clareza e fluidez, evitando elementos que pudesse tornar a leitura pesada ou excessivamente formal. Como o projeto dialoga com um público diverso, incluindo mulheres jovens, a linguagem visual precisava ser moderna, simples e esteticamente convidativa, alinhando-se ao formato multimídia.

Além da escolha das cores, a posição dos parágrafos do texto não segue uma estrutura linear justamente para contrastar com reportagens sobre sexualidade que eu havia tido contato até o momento: quase sempre muito blocadas, com cores fortes e pesadas (que, muitas vezes, podem, automaticamente, remeter à sexualização e ao sexo) em evidência. Era um intuito jornalístico fugir dessa lógica até mesmo para que todo o conjunto estivesse conectado ao ponto central: o texto, que deixa claro essa quebra de padrões.

Assim, a diagramadora pôde prosseguir com as demais páginas. Todas as sinalizações de destaques, posições das multimídias, entre outras marcações, foram feitas nos documentos on-line do próprio texto. É importante salientar a contribuição das disciplinas de visualidades e comunicação visual durante o curso de jornalismo, como Planejamento Visual e Laboratório de Design em Jornalismo, ministradas pela professora Rafaella Peres, Introdução à Imagem, pelos docentes Rafaella Peres e Silvio Pereira, assim como Laboratório de Ciberjornalismo I e II com o professor Gerson Martins.

Sobre as multimídias, muitas delas são de arquivos pessoais das próprias fontes, já que, por uma questão de logística, as imagens que elas possuíam dialogavam diretamente com o conteúdo apresentado na grande reportagem multimídia. Durante o processo de produção, percebi que esses registros pessoais já narravam de maneira eficaz suas vivências e expressões, evitando a necessidade de realizar novas captações, tendo em vista também, o tempo de produção e entrega do trabalho, a fim da conclusão do curso. Além disso, o uso



desses arquivos permitiu maior agilidade na construção da narrativa multimídia, sem comprometer a coerência visual do projeto e ainda fortaleceu o caráter autoral das próprias fontes, já que as imagens funcionam também como ferramentas de divulgação de seus trabalhos e de difusão das propostas que elas mesmas buscam apresentar.

Os áudios, de minha autoria, foram editados no Audacity, utilizando os conhecimentos da matéria de ‘Jornalismo Sonoro I’ e ‘Jornalismo Sonoro II’, ministradas pela professora Daniela Ota, e carregados no Soundcloud, a fim de serem acrescidos nas páginas diagramadas. O vídeo de Hera foi upado no YouTube.

É importante mencionar também que entrevistei uma sexóloga durante o processo. No entanto, essa entrevista acabou não sendo incorporada ao texto final. Ao longo da construção da grande reportagem multimídia, percebi que as próprias personagens, por meio de suas vivências, reflexões e práticas, e inclusive formação, poderiam ser consideradas especialistas, trazendo contribuições ricas, profundas e suficientes para sustentar os eixos temáticos do projeto.

Embora a sexóloga tenha reforçado pontos relevantes, suas colocações não trouxeram contribuições inéditas além do que já estava presente nas falas das entrevistadas. Por isso, sua entrevista não aparece diretamente na grande reportagem multimídia; ela serviu sobretudo para ampliar minha compreensão sobre o campo e orientar a abordagem adotada nas demais conversas. Inserir suas falas poderia deslocar o foco da narrativa e introduzir um tom analítico que não condiz com a proposta central do trabalho, que é destacar as vivências e expressões das mulheres entrevistadas.

A decisão de não utilizar esse material não diminui sua importância no processo, mas reafirma a escolha metodológica de priorizar a voz das protagonistas e manter a coerência narrativa do projeto.

Como eu reforço em outros momentos, esse trabalho serve como um caminho e não como um ponto de chegada. Por isso, a última página da grande reportagem multimídia é composta por indicações de conteúdos sobre sexualidade feminina e nela é utilizado o recurso de hiperlinks.

Durante o processo de produção do material, contei com a ajuda pontual de Inteligência Artificial (IA) para me auxiliar, principalmente quando eu me via travada em algum momento. O ChatGPT, por exemplo, foi utilizado em situações em que encontrava dificuldades de continuidade ou para revisar os textos, tirar dúvidas de coesão e coerência textual, gramática e fluidez da narrativa. A IA foi empregada exclusivamente para auxiliar na



reorganização de ideias e na revisão dos pontos citados acima. Portanto, a redação integral do conteúdo permanece sob minha autoria.

A produção do perfil no Instagram ocorreu somente após a finalização da grande reportagem multimídia, já que era necessário ter a narrativa e a identidade visual consolidadas antes de adaptá-las a outro formato. O perfil foi criado com o objetivo principal de divulgar e ampliar o alcance do produto principal, levando seu conteúdo para um ambiente mais acessível. As artes publicadas foram elaboradas a partir de frases marcantes ditas pelas fontes, e as legendas sintetizam temas já presentes na grande reportagem multimídia. Os vídeos publicados correspondem a trechos registrados durante as entrevistas que foram utilizadas na construção da grande reportagem multimídia.

Dessa forma, o Instagram não constitui uma narrativa transmídia, pois não acrescenta novos elementos à história; ele apenas adapta conteúdos existentes para uma estratégia de disseminação mais ampla. Além disso, o perfil é um espaço que pode ser continuado por mim enquanto jornalista e/ou pesquisadora interessada em sexualidade feminina, servindo para futuros projetos e aprofundamentos sobre o tema.



## 1.2 Dificuldades Encontradas

A primeira dificuldade encontrada, e relevante para o desenvolvimento do projeto experimental, foi a escassez de produtos jornalísticos que abordassem especificamente as expressões da sexualidade feminina de forma aprofundada. Ao pesquisar referências para o formato e a abordagem que eu pretendia construir, não encontrei trabalhos jornalísticos que dialogassem diretamente com essa proposta. Isso tornou o processo mais desafiador, já que não havia um modelo prévio no qual eu pudesse me espelhar.

Ademais, uma forte ponto a ser mencionado foi conseguir conciliar o trabalho de repórter júnior em um dos veículos de maior circulação no estado com a execução do trabalho. Ao ser contratada depois de um período como estagiária comecei a fazer rondas, o que aumentou o nível de cansaço e a impossibilidade de me dedicar integralmente ao TCC.

Vale mencionar também que, em setembro, eu tinha uma viagem já marcada para São Paulo e, por ser uma cidade grande, aproveitei para pesquisar o que eu poderia tirar dali. Foi aí que encontrei o Love Cabaret, um espaço de apresentações artísticas focadas na sensualidade. Entrei em contato com o espaço e, depois de algumas tentativas falhas, marcamos um encontro para a realização de registros visuais. Esse material entraria como um extra no trabalho, mas a gestão de eventos do local me informou que durante minha estadia ocorreria um evento em que seria proibida a captação de imagens, impossibilitando meu objetivo.

Outra dificuldade encontrada durante a produção da grande reportagem multimídia foi a necessidade de padronizar as multimídias utilizadas, fotos e vídeos provenientes de diferentes fontes, captados em ambientes distintos e, consequentemente, com qualidades, iluminações e estilos visuais variados. Essa falta de padrão poderia comprometer a estética geral do projeto e causar rupturas visuais.

Para solucionar esse desafio, utilizamos películas coloridas e texturizadas que desaparecem quando a leitora posiciona o cursor sobre a imagem ou vídeo. Esse recurso atuou como uma camada de uniformização, suavizando diferenças entre os arquivos e criando uma aparência mais coesa ao longo da grande reportagem multimídia.



### **1.3 Objetivos Alcançados**

O objetivo geral do trabalho era ‘desenvolver uma grande reportagem multimídia e um perfil no Instagram que apresente algumas práticas contemporâneas que ajudam as mulheres a expressar sua sexualidade de forma mais plena’, o qual foi cumprido.

Ambos os objetivos específicos, de caracterizar o que é sexualidade humana; explicar como a sexualidade feminina foi/é reprimida; definir a importância do conhecimento sobre a sexualidade feminina; investigar como algumas mulheres vivenciam sua sexualidade; conhecer desafios e consequências das expressões da sexualidade feminina, também foram cumpridos.

Esses pontos são apresentados, muitas vezes, através de falas das próprias personagens, mas também nas minhas palavras, todas materializadas na narrativa apresentada.



## **2 SUPORTES TEÓRICOS ADOTADOS:**

### **2.1 - O que é sexualidade e sua importância**

Entender o que é sexualidade ainda é um exercício difícil para a sociedade contemporânea. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a sexualidade está para além do simples ato sexual.

Um aspecto central do ser humano ao longo da vida abrange sexo, identidades e papéis de gênero, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução. A sexualidade é vivenciada e expressa em pensamentos, fantasias, desejos, crenças, atitudes, valores, comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos. Embora a sexualidade possa incluir todas essas dimensões, nem todas são sempre vivenciadas ou expressas. A sexualidade é influenciada pela interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais, econômicos, políticos, culturais, legais, históricos, religiosos e espirituais (OMS, 2006, online).

Sendo assim, comprehende-se que a sexualidade constitui uma dimensão fundamental da existência humana, permeando a forma como cada indivíduo se percebe, se relaciona e constrói sua identidade no mundo. Ela não é restrita ao ato sexual, mas envolve uma complexa rede de significados subjetivos, culturais e sociais que atravessam corpo, afeto, vínculos e a expressão de si. Sua manifestação varia entre contextos, sendo moldada por vivências singulares, normas sociais e pela forma como cada pessoa (no caso deste trabalho, cada mulher) articula seus desejos, crenças e experiências. Nesse sentido, falar sobre sexualidade é também falar de liberdade, direitos, saúde e construção de identidade.

Reconhecer a sexualidade como parte essencial da existência humana implica em romper com a culpa e os estigmas que historicamente a envolveram, sobretudo quando se trata da vivência feminina. O exercício da sexualidade precisa ser libertador, afastando-se de falsas moralidades que a condenam ou restringem, e entendendo que a sexualidade, como premissa básica da existência humana, deve ser vivida plenamente por todas as pessoas.

Assim, é fundamental compreender que uma vivência sexual saudável não está apenas relacionada ao corpo ou ao ato sexual em si, mas também à liberdade de sentir, desejar e expressar-se de maneira autêntica, sem barreiras morais ou de qualquer origem que limitem esse direito.

Discutir a sexualidade é importante porque, além de ser parte essencial da experiência humana, ela está diretamente atrelada à saúde física, mental e emocional, bem como ao exercício da autonomia e da cidadania. Quando negligenciada ou tratada como tabu, a



sexualidade pode se tornar fonte de angústia, insegurança e desinformação. Portanto, reprimi-la é, entre outras coisas, negar um componente fundamental para o nosso próprio bem-estar.

Hoje, como citam Silva et al. (2021), a sexualidade é um dos indicadores de qualidade de vida, não mais se restringindo apenas à função de reprodução. Desta maneira, desmistificar, compreender, informar, aceitar e praticar a sexualidade é um fator indispensável para a busca do bem-estar feminino. Nas palavras das autoras “a vida sexual da mulher impacta diretamente na sua qualidade de vida e por ser complexa e individualizada, carece da atuação conjunta das diversas áreas do conhecimento e da saúde” (Silva et. al., 2021, p. 2).

A relevância da sexualidade também está ligada ao processo de autoconhecimento e ao reforço da autoestima. A interação com o próprio corpo, a habilidade de identificar limites e necessidades são elementos que afetam diretamente a qualidade das relações intra e interpessoais. Ao encorajar a mulher a experimentar sua sexualidade de maneira livre, responsável e consciente, ela reforça sua independência e sua presença no mundo de forma mais completa.

Nesse sentido, essa perspectiva teórica não permaneceu apenas como referência conceitual, mas orientou diretamente as escolhas narrativas que fiz durante a elaboração do produto. Ao construir a grande reportagem multimídia, busquei destacar vivências que evidenciam exatamente esse movimento de autoconhecimento, autonomia e fortalecimento da autoestima. A seleção das fontes, a forma como suas histórias foram apresentadas e a decisão de priorizar suas vozes acima de análises externas foram caminhos adotados para valorizar a experiência subjetiva de cada mulher. Assim, a grande reportagem multimídia aplica na prática o que a teoria propõe.

## **2.2 - Construção, repressões e expressões da sexualidade feminina**

A sexualidade, longe de ser apenas uma característica biológica ou instintiva, é construída ao longo do tempo por meio de influências sociais, históricas, religiosas e culturais. De acordo com Guacira Lopes Louro (1997, p. 5), “a sexualidade é ‘aprendida’, ou melhor, é construída, ao longo de toda a vida, de muitos modos, por todos os sujeitos”.

No caso das mulheres, essa construção esteve, e muitas vezes ainda está, profundamente marcada por mecanismos de controle, repressão e normatização de comportamentos sexuais e serviu para moldar uma sexualidade voltada à reprodução, ao silêncio e à obediência.



Entendendo historicamente a construção da sexualidade feminina, o que fica claro é que só existiam duas possibilidades: a primeira seria a da mulher de família, respeitosa e do lar, que mantinha sua sexualidade apenas entre as quatro paredes do quarto com seu marido e, claro, se submetendo aos desejos dele. Já a segunda, a da trabalhadora sexual, mulher desprovida de dignidade, família, de apreço social ou de qualquer afeto humano, vista como um mero objeto de satisfação sexual entre os homens. Não haveria meio termo.

De acordo com Oliveira, Guimarães e Ferreira (2017, p. 3 apud Jaggar; Bordo, 1997), “as culturas patriarcais em que vivemos são indissociáveis da transformação da mulher em objeto do desejo masculino, seja como serva doméstica, como dona de casa, como esposa, como procriadora ou como prostituta”. Em ambos os casos, tanto a esposa respeitável quanto a prostituta estão inseridas em relações desiguais de troca, opressão e servidão, apenas com aparências e funções diferentes.

Em termos gerais, se expressar é essencial para compartilhar nossa experiência interna com o mundo. Nesse sentido, a mínima expressão da sexualidade feminina, seja corporal ou verbal, já significa uma ruptura desses padrões. Como observa Foucault (13 ed., 1988, p. 9), “se o sexo é reprimido, isto é, fadado à proibição, à inexistência e ao mutismo, o simples fato de falar dele e de sua repressão possui como que um ar de transgressão deliberada” .

Expressar a sexualidade feminina é também uma reparação histórica. É devolver às mulheres algo que, historicamente, foi (e muitas vezes ainda é) roubado de nós.

Escrever o corpo celebra as mulheres como sujeitos sexuais em vez de objetos do desejo masculino. Mina a organização fálica da sexualidade, resgatando um nível pré-simbólico da fala onde se revela a jouissance feminina. Celebra o erotismo autônomo da mulher, separado de um modelo do desejo masculino baseado em necessidade, representação e falta (Jaggar; Bordo, 1997, p. 65).

Além disso, as expressões da sexualidade feminina colaboram para a afirmação de direitos fundamentais, uma vez em que normalizam a própria sexualidade, podendo até mesmo incentivar que mais mulheres cuidem, conheçam e se relacionem com sua sexualidade.

A aplicação dos direitos humanos existentes à sexualidade e à saúde sexual constitui direitos sexuais. Os direitos sexuais protegem o direito de todas as pessoas de realizar e expressar sua sexualidade e desfrutar de saúde sexual, com o devido respeito aos direitos dos outros e dentro de uma estrutura de proteção contra a discriminação (OMS, 2006, online).

As formas de controle da sexualidade feminina assumem diferentes roupagens ao longo da história, mas persistem em sua essência: regular, normatizar e vigiar os corpos e as



vivências das mulheres. Portanto, é preciso reconhecer também que a sexualidade ocupa um papel central na opressão das mulheres, tal como o trabalho na opressão da classe trabalhadora. É aquilo que lhes é mais íntimo e essencial, mas também o que mais lhes é expropriado. “A sexualidade é para o feminismo o que o trabalho é para o marxismo: aquilo que é mais próprio de alguém, porém, aquilo que mais lhe é retirado” (MacKinnon, 2016, p. 801).

Expressar-se, nesse sentido, é um gesto de resistência cotidiana que quebra a expectativa sobre o lugar que se espera que as mulheres ocupem na sociedade. Quando uma mulher reivindica o direito ao prazer, ao desejo, ao próprio corpo e, claro, ao conhecimento sobre si e sobre suas nuances, ela confronta normas que historicamente a colocaram em posições subalternas.

Nesse processo de ressignificação, o erotismo feminino se revela como uma aliada potente de expressão e reconexão. Diferente da lógica objetificante associada a representações tradicionais da sexualidade, muitas vezes centradas na satisfação masculina, o erotismo propõe uma aproximação sensível, criativa e subjetiva com o próprio corpo. Ao acessar esse erotismo, a mulher não apenas afirma a própria vontade, mas transforma esse desejo em conhecimento, liberdade e afirmação de sua existência, se sentindo mais segura para explorar e validar sensações, afetos e desejos e se distanciando da lógica da performance e da expectativa alheia. Nesse contexto, o erotismo é não só uma forma de prazer, mas também um espaço político de existência e resistência.

Quando falo do erótico, então, falo dele como uma afirmação da força vital de mulheres; daquela energia criativa empoderada, cujo conhecimento e uso nós estamos agora retomando em nossa linguagem, nossa história, nosso dançar, nosso amar, nosso trabalho, nossas vidas (Lorde, 1984, p. 2).

Outro aspecto importante quando se fala sobre expressões da sexualidade feminina está no fato de as mulheres se comunicarem entre si sobre o tema. Quando o discurso sobre sexualidade parte de uma mulher para outra, ele tende a ser mais adequado e empático, trazendo o foco para a própria experiência feminina. Esse diálogo cria um espaço seguro de troca, onde desejos, dúvidas, fantasias e vivências podem ser compartilhados sem o peso da moralidade. A fala entre mulheres sobre o próprio prazer tem o poder de legitimar experiências antes silenciadas, contribuindo para a construção de repertórios sexuais mais autênticos e autônomos.



Pude analisar isso com todas as fontes que entrevistei, mas principalmente Josy, que relata a criação de uma comunidade, através de grupos no WhatsApp, de mulheres que se reuniam on-line para conversar sobre suas sexualidades. Além disso, também pude perceber que não somente a fala, mas outras formas de comunicação (como as demais apresentadas no trabalho) reforçam esse ponto teórico.

### **2.3 - Educação sexual e o papel da mídia na construção da sexualidade**

A forma como a sexualidade é compreendida, vivida e expressa está diretamente relacionada ao acesso à informação. Por sua vez, a educação sexual é uma ferramenta essencial para a construção de uma vivência sexual saudável, consciente e livre de estigmas, embora não seja a única. Como Simone de Beauvoir afirma “é preciso dizer que mesmo uma informação coerente não resolveria o problema; apesar de toda a boa vontade dos pais e dos professores, não se poderia pôr em palavras e conceitos a experiência erótica; esta só se comprehende vivendo-a” (Beauvoir, 1967, p. 44).

A ausência de um debate amplo e crítico sobre sexualidade favorece a manutenção de preconceitos, desinformação e vulnerabilidades, especialmente entre mulheres. Ainda nas palavras de Simone, “ela [a menina] assumiria também muito mais tranqüilamente seu jovem erotismo se não sentisse um desgosto apavorado pelo conjunto de seu destino; uma educação sexual coerente a ajudaria a sobrepujar a crise” (Beauvoir, 1967, p. 495).

Por outro lado, os meios de comunicação e as redes sociais, quando não perpetuadores de estereótipos de gênero e padrões de comportamento, desempenham um papel indispensável na formação e transformação de percepções. O ambiente digital contemporâneo, especialmente, permite o surgimento de narrativas alternativas, mais plurais e empoderadoras.

No entanto, é preciso reconhecer que esses espaços on-line, embora ofereçam novas possibilidades de expressões e trocas, também reproduzem velhas estruturas de opressão. Mulheres que compartilham conteúdos sobre sua sexualidade muitas vezes são alvo de ataques virtuais, discursos de ódio, hipersexualização e censura. As redes sociais, portanto, não são neutras, pelo contrário: em alguns momentos, elas podem se tornar até mesmo mais violentas do que outros meios, por serem um espaço aberto, exigindo resistência constante de quem escolhe se expor.

### **2.4 - Grande reportagem multimídia**



Considerando as transformações históricas e culturais pelas quais o jornalismo vem passando, especialmente com o avanço do ciberjornalismo, o formato multimídia mostra-se adequado aos novos hábitos de consumo de informação, que priorizam conteúdos dinâmicos, acessíveis e visualmente atrativos.

A grande reportagem multimídia permite aprofundar o tema com diversidade de linguagens, como texto, fotografia, vídeo, recursos interativos, entre outros. Esse formato prioriza uma experiência completa e sensível ao tratar de temas complexos, como a sexualidade feminina e suas múltiplas expressões. Além disso, possibilita contextualização e humanização das narrativas.

A hipertextualidade e a multimidialidade na reportagem webjornalística permitem incrementar o caráter documental do gênero e valorizar os elementos que dão sentido ao discurso com base em dois princípios básicos: a coerência informativa e a densidade informacional. Assim, o hipertexto e as modalidades comunicativas enriquecem as funções do gênero, ampliando seus usos para informar sobre temas e/ou eventos complexos, e fortalecem os discursos jornalísticos de aprofundamento da informação, ampliação e contextualização dos fatos narrados. A hipertextualidade pode proporcionar ainda o enriquecimento da experiência do leitor com o conteúdo por meio da construção de diferentes percursos de leitura e exploração dos recursos hipertextuais (personalização) (Canavilhas; Baccin, 2015, p. 7).

Com o avanço das tecnologias e a consolidação de novas linguagens digitais, a grande reportagem multimídia deixa de ser apenas um recurso de inovação estética e passa a ser reconhecida como uma forma expressiva autônoma do ciberjornalismo. Ela propicia experiências mais profundas e sensoriais ao público, articulando elementos textuais, visuais e sonoros de forma integrada. Nesse sentido, Longhi (2015, p. 8) aponta que “é com a grande reportagem multimídia que se percebe um amadurecimento da linguagem ciberjornalística”.

No desenvolvimento do trabalho, busquei aplicar essas características da grande reportagem multimídia de maneira estratégica e intencional. A multimidialidade foi aplicada ao integrar texto, fotografias pessoais das fontes, trechos em vídeo e áudios que reforçam a pluralidade da narrativa, proporcionando várias formas de apreensão do conteúdo. Além de sua função primária de ampliar e aprofundar a compreensão das experiências narradas, permitindo que fotos, vídeos e áudios tornem visíveis pontos que o texto sozinho não alcançaria, a multimidialidade serviu também como um ponto de respiro para a leitora, assim como ilustra o que está sendo descrito no conteúdo.

A hipertextualidade aparece na grande reportagem multimídia por meio dos hiperlinks que inseri ao longo do texto, indicando conteúdos externos, como os trailers dos filmes de



Larissa, e, ao fim do texto, perfis no Instagram, podcasts e filmes, para que a leitora possa explorar a temática também fora da grande reportagem multimídia. Essa navegação complementar ajuda a ampliar a compreensão do assunto e permite que cada mulher siga seu próprio caminho de leitura. Assim, a narrativa foi construída de modo a aproveitar plenamente as potencialidades do formato multimídia, articulando informação, emoção e visualidade em um produto coerente com as transformações do ciberjornalismo contemporâneo.



### **3. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este projeto experimental nasceu do desejo de compreender e mostrar de que maneiras as mulheres têm vivenciado e expressado sua sexualidade na contemporaneidade, em meio a um cenário ainda marcado por mitos, silenciamentos e visões moralizantes. A princípio, minha intenção era registrar essas expressões sob uma perspectiva jornalística, investigando práticas, discursos e representações presentes no cotidiano. No entanto, ao longo do processo, especialmente durante a produção das entrevistas, percebi que o tema se ampliou para além de um objeto de estudo: tornou-se também um processo de reconhecimento e reflexão pessoal, mais do que já era no início.

Ouvir as histórias das entrevistadas e conhecer suas trajetórias no campo da autonomia, da descoberta e da coragem, assim como o impacto na vida de mulheres que eu nem conheço, reforçou para mim aquilo que eu já sabia quando me propus a pesquisar: que a sexualidade feminina é um poder. Essas mulheres, cada uma à sua maneira, desafiam estruturas e expectativas sociais historicamente impostas ao corpo feminino. Mais do que fontes, elas se mostraram verdadeiras especialistas em si mesmas, e foram justamente suas vivências, plurais e potentes, que sustentaram a narrativa desta grande reportagem multimídia.

Produzir ‘SOB EX-PRESSÃO’ me permitiu exercitar o fazer jornalístico que desenvolvi ao longo da graduação, através de análises, entrevistas, diálogos, escritas, entre outros, e meu antigo interesse por questões de gênero. Foi um desafio que exigiu sensibilidade, criatividade, organização, técnica e tempo.

Durante a pesquisa, percebi que a sexualidade feminina, especialmente quando tratada sob a ótica da autonomia e do prazer, ainda é um tema pouco explorado pelo próprio jornalismo, restrito muitas vezes a abordagens simplificadas, estigmatizadas ou sob a perspectiva da violência de gênero, a qual é de extrema importância tratar, mas entendendo também que há espaço para outras narrativas.

Nesse sentido, acredito que esta grande reportagem multimídia contribui para preencher uma lacuna e ampliar o debate, oferecendo ao público uma perspectiva mais humana, honesta e respeitosa sobre experiências que são, ao mesmo tempo, individuais e profundamente coletivas.

Entendo que, por ser um projeto experimental desenvolvido no âmbito da graduação, seu impacto é naturalmente limitado quando comparado a grandes veículos de comunicação. Ainda assim, espero que ‘SOB EX-PRESSÃO’ possa provocar reflexões, gerar identificações



e abrir caminhos para conversas mais honestas sobre a sexualidade das mulheres, assim como as práticas que a envolvem.

Se este trabalho contribuir para que ao menos uma leitora se sinta mais livre para pensar, sentir ou expressar sua sexualidade sem culpa, então ele já terá cumprido parte essencial de sua função.



#### 4. REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo**: a experiência vivida. Tradução de Sérgio Milliet. 2. ed. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1967. v. 2.

CANAVILHAS, João; BACCIN, Alciane. Contextualização de reportagens hipermídia: narrativa e imersão. **Brazilian Journalism Research**, v. 1, n. 1, p. 10–27, 2015. Disponível em: <http://bjr.sbpjor.org.br>. Acesso em: 9 jun. 2025.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade I**: a vontade de saber. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque e J. A. Guilhon Albuquerque. 13. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1988.

IRIGARAY, Luce. **Este sexo que não é só um sexo**. Tradução de Catherine Porter e Carolyn Burke. [S.I.]: Bookey, [202-?]. Disponível em: <https://www.bookey.app/pt/book/este-sexo-que-n%C3%A3o-%C3%A9-s%C3%A3o-um-sexo>. Acesso em: 9 jun. 2025.

JAGGAR, Alison M.; BORDO, Susan R. (Org.). **Gênero, corpo, conhecimento**. Tradução de Britta Lemos de Freitas. Rio de Janeiro: Record: Rosa dos Tempos, 1997. (Coleção Gênero; 1).

LONGHI, Raquel Ritter. **A grande reportagem multimídia como gênero expressivo no ciberjornalismo**. In: Anais do 6º Simpósio Internacional de Ciberjornalismo, 2015. Disponível em: [https://d1wqxts1xzle7.cloudfront.net/57944604/LONGHICIBERJOR2015-libre.pdf?1544191697=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DA\\_grande\\_reportagem\\_multimedia\\_como\\_gene.pdf&Expires=1750147316&Signature=M1isXKl6sULInQtd2j7CvsiNiZsQ1-9ySAKNwxMV7iRSXUQ-2qbm~W4rbolnwqpBexUAM-AnFmvTbkQ9g7tIV2xUpPVKXanKb~7G-W3ZIczZCoZxO4cAmdmGpLJol1nzaMyi47UzrcVPolbf9ebGouUE4HIm0MMgoAx1HQPxz24RE7dgf-ybEX8wskVA-Y-aXfFL2yKmyLLYYEXOYP8-acvcL61U1EdKHk1GVkvMEjM0uIgA43CXd~IMSDduiNxBYGWiUIqyLTv5roVjX-6CWoOpi8ZpzHeb3OtJ3t6EOGW3vafGjl8OQUEZZXe8KzVqKcdP4yzuwAMUXZ0SN8GJYA\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://d1wqxts1xzle7.cloudfront.net/57944604/LONGHICIBERJOR2015-libre.pdf?1544191697=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DA_grande_reportagem_multimedia_como_gene.pdf&Expires=1750147316&Signature=M1isXKl6sULInQtd2j7CvsiNiZsQ1-9ySAKNwxMV7iRSXUQ-2qbm~W4rbolnwqpBexUAM-AnFmvTbkQ9g7tIV2xUpPVKXanKb~7G-W3ZIczZCoZxO4cAmdmGpLJol1nzaMyi47UzrcVPolbf9ebGouUE4HIm0MMgoAx1HQPxz24RE7dgf-ybEX8wskVA-Y-aXfFL2yKmyLLYYEXOYP8-acvcL61U1EdKHk1GVkvMEjM0uIgA43CXd~IMSDduiNxBYGWiUIqyLTv5roVjX-6CWoOpi8ZpzHeb3OtJ3t6EOGW3vafGjl8OQUEZZXe8KzVqKcdP4yzuwAMUXZ0SN8GJYA_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA). Acesso em: 17 jun. 2025.

LORDE, Audre. **Usos do erótico: o erótico como poder**. Tradução de tate ann. In: LORDE, Audre. Sister Outsider: essays and speeches. New York: The Crossing Press Feminist Series, 1984. p. 53-59.

LOURO, Guacira Lopes (org.). **O corpo educado**: pedagogias da sexualidade. Tradução de Tomaz Tadeu da Silva. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2000.

MACKINNON, Catharine A. Feminismo, marxismo, método e o estado: uma agenda para teoria. Tradução de Juliana Carreiro Ávila e Juliana Cesario Alvim Gomes. **Revista Direito e Práxis**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 15, p. 798–837, 2016. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=350947688026>. Acesso em: 17 jun. 2025.

OLIVEIRA, Thaís Zimovski; GUIMARÃES, Ludmila Vasconcelos; FERREIRA, Debora Pazzeto. Mulher, prostituta e prostituição: da história ao Jardim do Éden. **Teoria e Prática em**



**Administração**, v. 7, n. 1, p. 139–169, jan./jun. 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21714/2238-104X2017v7i1-33214>. Acesso em: 9 jun. 2025.

SILVA, Ana Carolina Sales Pirondi da et al. Saúde sexual feminina em tempos de empoderamento da mulher. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, e28010716415, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i7.16415. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/352653603>. Acesso em: 9 jun. 2025.

SOUZA, Andréia de; GAGLIOTTO, Gisele Monteiro. A construção histórica da sexualidade: porque ela ainda é um tabu? **Educere - Revista da Educação da UNIPAR**, Umuarama, v. 23, n. 2, p. 547–559, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.25110/educere.v23i2.2023-002>. Acesso em: 9 jun. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Defining sexual health**. Disponível em: <https://www.who.int/teams/sexual-and-reproductive-health-and-research/key-areas-of-work/sexual-health/defining-sexual-health>. Acesso em: 9 jun. 2025.



## 5. APÊNDICES

### 5.1 Roteiros das entrevistas com as fontes

#### *Hera*

- 1- Por que e como começou?
- 2- Como você definiria o pole dance? É mais arte, esporte, sensualidade, ou um pouco de tudo?
- 3- Como o pole te ajudou a lidar com o próprio corpo e a própria sexualidade/sensualidade?
- 4- Te ajudou de alguma forma que não a física?
- 5- Como o pole ajuda a mulher a conhecer mais o próprio corpo e consequentemente explorar mais sua sexualidade?
- 6- Que tipo de mulher procura suas aulas?
- 7- Já recebeu algum relato de uma aluna que te marcou? Como foi?
- 8- Como você diz logo na bio do seu Instagram, seu trabalho é empoderar pessoas através do pole dance. Como é esse processo?
- 9- Por que você acha que é importante para uma mulher expressar sua sexualidade?
- 10- Existe diferença entre “ser sensual” e “sexualizar o corpo”? Como você enxerga isso?
- 11- Quais são os estigmas mais comuns associados ao pole dance e como você lida com eles?
- 12- Já sentiu que precisou “se justificar” por expressar sua sensualidade através da dança?
- 13- Como você descreveria o pole dance pra quem ainda tem uma visão limitada sobre essa prática?
- 14- É possível ser sensual sem ser sexualizada?
- 15- O que você acha que a sociedade ainda precisa entender sobre sexualidade feminina?
- 16- Que mensagem você gostaria de deixar para mulheres que ainda têm vergonha de expressar sua sensualidade?
- 17- O que o pole dance representa pra você, mais do que uma profissão?
- 18- Como é para você usar as redes sociais para se expressar através do pole? Já recebeu comentários indesejados? Assédio? Como é isso para você?



**Larissa Anzoategui**

- 1- De onde veio a ideia de misturar terror e sensualidade feminina?
- 2- Como são selecionadas as atrizes? O que você leva em consideração?
- 3- O que te inspira a trabalhar com o gênero do terror — especialmente dentro dessa perspectiva mais erótica e corporal?
- 4- Houve resistência do público ou do mercado quando você propôs essa abordagem?
- 5- De que forma a sensualidade e a sexualidade aparecem nas produções da produtora — como elemento narrativo, estético ou simbólico?
- 6- Você acredita que o terror pode ser um espaço para expressar o desejo e o prazer feminino, sem cair em estereótipos?
- 7- Como você diferencia o erotismo da objetificação dentro das suas obras?
- 8- O corpo feminino costuma ser central no cinema de terror — às vezes como vítima, outras como força ameaçadora. Como você trabalha essas dualidades nas suas histórias?
- 9- Você enxerga o corpo feminino como uma ferramenta de poder dentro do terror?
- 10- Há uma intenção política por trás dessa escolha estética — por exemplo, de subverter o olhar masculino ou desafiar tabus sobre prazer e medo?
- 11- Já houve interpretações equivocadas das suas obras, especialmente em relação à representação da sexualidade feminina?
- 12- Você acredita que esse tipo de narrativa pode contribuir para debates mais amplos sobre autonomia, desejo e identidade das mulheres?
- 13- Que desafios você enxerga para outras criadoras mulheres que querem abordar a sexualidade em seus trabalhos artísticos?
- 14- O que você espera provocar no público feminino com suas produções?
- 15- Que mensagem você gostaria de deixar sobre a relação entre arte, medo e desejo feminino?



***Josy Stoque***

- 1- Antes você escrevia romances sem esse direcionamento às mulheres, correto? Quando ocorreu a virada de chave e você passou a colocar o prazer feminino no centro?
- 2- Para você, por que é importante expressar a sexualidade feminina?
- 3- Você lembra qual foi o primeiro contato com esse gênero, como leitora ou autora, que te marcou?
- 4- Quais foram os maiores desafios no início da carreira, especialmente tratando de um tema que ainda gera tabus?
- 5- O erotismo nos seus livros costuma dar centralidade ao prazer feminino. Por que é importante para você escrever dessa forma?
- 6- De onde vêm as inspirações para construir personagens femininas que expressam seus desejos sem culpa?
- 7- Você sente que as leitoras buscam nos seus livros uma forma de autoconhecimento e libertação sexual?
- 8- Qual é o papel da literatura erótica na desconstrução de preconceitos e no fortalecimento da autonomia das mulheres?
- 9- Em seus livros, você costuma trazer diversidade de corpos, orientações sexuais e experiências? Como enxerga a importância disso?
- 10- Para finalizar: que mensagem você deixaria para as mulheres que ainda sentem culpa ou vergonha de viver e expressar a própria sexualidade?



***Renata Leão***

- 1- Por que você começou? Quando? Já tinha trabalhado com outro nicho antes?
- 2- Qual é o seu objetivo com esse trabalho? O que você busca?
- 3- Houve algum ensaio que te marcou mais? Por que?
- 4- Quais os desafios de fazer o que você faz?
- 5- Você mesma já foi modelo? Como foi? Como se sentiu?
- 6- Antes dos ensaios você também faz uma prática de meditação. Como isso se relaciona com a sexualidade/sensualidade das fotografadas?
- 7- Por que você considera importante o seu trabalho na representação e expressão da sexualidade feminina?
- 8- Qual a diferença entre fotografar homens e mulheres? Por quais motivos cada um te procura?
- 9- O que você pensa sobre a hipersexualização nas redes sociais? Acha que seu trabalho já foi usado para esse fim? Já recebeu alguma crítica nesse sentido?
- 10- Em sua visão, a exposição dessas imagens nas redes sociais pode ser libertadora ou também gerar vulnerabilidades?
- 11- Vi no seu Instagram que o perfil das mulheres é bem diverso. Muitas fora dos “padrões” estéticos e outras até de mais idade. Isso é proposital? Como é a abordagem e conversa com elas?
- 12- Também no seu Instagram notei que participou de uma roda de conversa na Casa da Mulher em Itaquaquecetuba. Como foi? O que você abordou?
- 13- Quais são os limites éticos ou pessoais que você estabelece na hora de retratar a sensualidade?
- 14- Que mudanças você gostaria de ver na forma como a sexualidade feminina é retratada na fotografia e na mídia?



## 5.2 Prints da grande reportagem multimídia diagramada

Página 1



**SOB** \_\_\_\_\_  
reportagem jornalística sobre como as mulheres expressam sua sexualidade e sensualidade em diferentes linguagens

# EX-PRESSÃO

expressão pole dance cinema literatura fotografia extras

**Eu sei que te ensinaram que sua **sexualidade** deve ser **mantida** a **sete chaves**.**

**A mim também.** Mas o que muito tentam calar, o corpo dá um jeito de dizer. Ele comunica. É por meio dele que expressamos o que somos, mesmo quando não temos consciência disso. O corpo é linguagem, e silenciá-lo é negar parte da nossa própria existência. É negar a nós mesmas autoconhecimento, amor próprio e bem-estar.

O corpo fala. De vez em quando dança. Por vezes, aparece seminu em um filme. Em outros momentos, escreve um livro. Ié. Há também ocasiões em que posa sensualmente para uma câmera (ou abre o disparador dela). As possibilidades são vastas. Seja como for, o fato é: **o corpo se expressa**.

Sem nosso corpo, nada seríamos. Ele nos põe de pé todos os dias. Carrega nossas vivências, prazeres, dores e memórias. Traduz o que sentimos, pensamos e acreditamos. E é nesse espaço em que tudo se manifesta, onde habitamos e somos habitados. É morada de algo que pulsa pedindo por atenção e, muitas vezes, é negligenciada: a sexualidade.

Aqui não estou falando apenas de sexo. Sexualidade, como você verá em muitos momentos dessa reportagem, é vida. É autoestima, cuidado, autonomia, descoberta. É a capacidade de lidar com os outros e com os outros e como nos vemos e nos mostramos ao mundo externo (e interno). Mesmo que muitas vezes tratada como tabu, a sexualidade é reconhecida até mesmo como um componente de saúde.

**Quando trago o termo "sexualidade", não me refiro apenas à orientação sexual ou à identidade de gênero.**

Aqui, o foco é toda e qualquer vivência feminina, que se sinta e se reconheça como tal. É sobre sentir-se viva no próprio corpo, em todas as formas possíveis de ser mulher — cis, trans, hetero, bi, lésbico, ou apenas alguém em descoberta ou construção. Lembre-se de Simone de Beauvoir: "não nasce mulher, torna-se".

Para a OMS (Organização Mundial da Saúde), sexualidade é "um aspecto central do ser humano ao longo da vida que abrange sexo, identidades e papéis de gênero, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução". Além disso, a organização destaca que "a sexualidade é vivenciada e expressa em pensamentos, fantasias, desejos, crenças, atitudes, valores, comportamentos práticos, papéis e relacionamentos".

Assim sendo, sexualidade é parte intrínseca do ser. Quando uma mulher, direta ou indiretamente, ensina a negar, esconder e silenciar essa parte de si, entende que sua sexualidade é uma potência, e não uma vergonha, faz valer o que Audre Lorde disse em uma entrevista em 1990: "a minha sexualidade é parte e parcela de quem eu sou, e minha poesia vem dessa

Made with **readymag**



interseção entre mim e meus mundos".

Expressar algo tão latente em nós é, portanto, um exercício de nos afirmarmos como donas de nossas próprias vontades, desejos e ambições. E aprendermos a olhar para dentro, a explorar nosso próprio universo, a trabalhar nossa autoestima, a reconhecer nosso valor e, acima de tudo, é uma maneira linda (e dolorosa) de melhorarmos nossa qualidade de vida em incontáveis aspectos.



FOTO  
UNSPASH (shutterstock)

**"Mas eu preciso expressar minha sexualidade?"** o que todas as mulheres precisam é se relacionar bem com sua própria sexualidade. Expressá-la é apenas uma dessas maneiras. Entender que nosso corpo fala e não sufocar suas vontades genuínas é revolucionário. Você não precisa subir em uma barra de pole dance, por exemplo, para lidar melhor com sua sexualidade, mas saiba que funciona para muitas mulheres.

Expressar sexualidade pode ser também reunir as amigas e conversar sobre o que às duas dão de si. Sobre aquela ardorosa paixão, aquela paixão corporal, um gesto compartilhado, isso gera identificação e, aos poucos, quebra a ideia de que o lugar da sexualidade é apenas dentro de um quarto com uma única parceria. Cada proximidade entre mulheres em um mundo que nos diz que não devemos confiar umas nas outras.

"Sob Ex-pressão" é sobre isso: as formas que encontramos de expressar a nossa sexualidade, os desafios de fazer isso dentro de uma sociedade que ainda tenta nos limitar, e as histórias de quem transformou estigma em potência. Ela nasce do desejo de ampliar essa conversa, de **tirar a sexualidade do escuro e trazê-la para o centro do diálogo, em um espaço de troca e acolhimento.**

É sobre alguns pequenos caminhos que mulheres, como você e eu, descobriram para lidar melhor com sua sexualidade e, consequentemente, conhecem mais o próprio corpo, sentimentos e a proporcionarem a si mesmas mais prazer (no amplo sentido da palavra). É sobre mulheres que, em diferentes expressões, fizeram do corpo uma forma de existir sem pedir licença.

Nesta reportagem, tive a honra e o prazer de **escrever sobre quatro mulheres, quatro possibilidades, quatro expressões.**



No capítulo um, você vai conhecer **Hera** e como o pole dance se tornou não apenas sua profissão, mas seu propósito de vida. Em sequência, apresento **Larissa**, uma diretora e produtora que utiliza da sensualidade feminina sem estigmatizar. Já no terceiro capítulo, quem divide sua história é **Josy**, escritora de romances eróticos para (principalmente) mulheres. E por último, com uma câmera na mão, Renata mostra como enxerga a sensualidade em cada mulher.

As próximas páginas, portanto, são um convite. Um convite a olhar para algo que é seu desde sempre: você. E, talvez, a (re)conhecer-la, (re)descobri-la e (re)lambiá-la. E um convite a ter contato com as possibilidades, mas também compreender os desafios e se inspirar nas consequências de algumas práticas. Exalte também como um incentivo a sua própria criatividade. Aliás, como já mencionei anteriormente, sexualidade é vida. E vida é para ser vivida.

Que este trabalho sirva para lembrar a nós mulheres que **existir em completude é um direito, e nunca um pecado.**

Mas e você, **como tem se expressado?**





Página 2

**SOB EX-PRESSÃO**

expressão pole dance cinema literatura fotografia extras

# COISA DE STRIPPER

**Para você, quem é Hera?** Talvez, ao ler esse nome, você possa lembrar de uma figura da mitologia grega. E você não está tão longe assim. Mas para algumas mulheres, como grandes, Hera é muito mais do que isso.

Se na mitologia ela era a deusa do casamento, da fertilidade e protetora da vida real, embora tenha escondido o encantado por uma linda criada pessoal, também ressignifica esse papê. **Haja seu templo é um estúdio de pole dance** e seu poder é transformar cor em força, fogo e vida em expressão.

É em uma **pequena sala de uma galeria comum**, situada em uma das diversas avenidas de Campo Grande, **que mulheres se libertam**.

Entre seis barras de pole dance, luzes de led, um grande espelho e muita, mas muita vontade de fazer algo apenas por si mesma, cheia de um espirito de elevação da autoestima feminina.

Hera, professora e proprietária do estúdio, comemorou a caminhada no pole ou anco há 16 anos. Com dificuldades de flexibilidade na época, um dia resolveu procurar por exercícios no YouTube. Acabou encontrando, por acaso, o que hoje é o começo de sua vida pessoal e profissional.

"Quando eu vi, fiquei completamente apaixonada. conversei com meus pais e falei: 'Isso que eu quero fazer, quero aprender a fazer isso'. Eles sempre me acharam, desde o inicio. Compraram minha primeira barra". Sua foi preciso comprar uma barra e a instalar em casa, seguindo Hera, pois ainda não havia um espaço que oferecesse aquela modalidade.

A então futura professora passou a treinar quase todos os dias na saída de casa, instruída por um batecão de vídeos disponibilizados no YouTube, em 2008. Aos poucos, a prática começou a ter cada vez mais sentido. **A gente se libera de forma como se vê no espelho, como a gente se relaciona com a gente mesma**, conforme essa relação vai se "desenvolvendo, isso vai influenciando em como a gente se comporta no mundo".

Mas foi só com contato com os amigos que Hera começou a considerar a ideia de expandir sua descoberta para outras mulheres. "Uma amiga minha, que também queria aprender, falou: 'Cara, vamos montar um estúdio, vamos montar uma coisa, vamos ensinar essa mulherada a fazer isso'. E eu respondi: 'Vamos!'. Movida pelo desejo de empoderamento feminino, Hera nem imaginava quantas histórias um simples hobby poderia influenciar".

**Hera se tornou a primeira professora de pole dance em um estado que grita conservadorismo.**

**Made with readymag**

Na época, muitas aulas iam escondidas dos maridos e

MAYARA FERNANDES



Na época, muitas a unhas iam escondidas dos maridos e não perseguiam, de maneira alguma, em tornar público o fato de dançar sensualmente com roupas curtinhas em volta de uma barra de metal.

Foi só em meados de 2016 que Hera começou a sentir uma mudança nesse sentido: "O pole começou a ser inserido nas redes sociais, novelas, séries, filmes, e a gente foi entrando nesse hype. Quanto mais o pole aparecia, mais a gente usava isso a nosso favor", diz, assim, a comunicadora, que, à medida que a crescente, as matrículas aumentavam e um grupo mais volumoso de mulheres descobriu sua própria voz.

Hoje, embaraçada sózinha num lugar sózinho, confete para todos: é mais comum vermos algumas pessoas expondo suas acrobacias do que era há quase dez anos atrás, seja nas reuniões sociais, rodas de conversas ou em espetáculos. Nessa época, e até mesmo antes, Hera entendia que sua sensualidade não precisava, necessariamente, ficar apenas em uma sala. "Eu sempre tive a ideia de que tudo que você esconde, aparenta que é algo errado, sabe?"

"**Eu sempre quis mostrar e escrever para todo mundo,** para que as pessoas começassem a normalizar o pole dance não só como uma atividade, mas como manutenção da sensualidade". Para ela, isso é uma questão de qualidade de vida e saúde mental. "A mulher que não trabalha sua sensualidade, é uma mulher frustrada, que se envolve mais facilmente em relacionamentos abusivos. É uma mulher que vai aceitar qualquer coisa. Quando ela inicia esse processo, ela consegue também a filtrar quem entra na vida dela". Praticar a sensualidade feminina, então, é um exercício de autoestima e, consequentemente, de segurança pessoal.

**Praticar a sensualidade feminina, então, é um exercício de autoestima e, consequentemente, de segurança pessoal.**

Para Hera, é isso que o pole traz: Da vida pessoal às relações amorosas, interpersonais e de trabalho, tudo melhorou. Atuante também como cantora, ela pode perceber a influência das barra nos palcos: "Me deu coragem de olhar dentro do outro, de entender o momento que a minha sensualidade pode ser utilizada a meu favor ali em cima, porque arte é isso. A arte seduz a gente. É um convite para que a gente se conheça e conheça nossa potência".

Hera descreve o pole dança como "mesmo brilhos de quem não é mais um grande amador... é uma metamorfose, ela compara a prática com os efeitos de... mas eu adoraria dizer que é só temer fogo. Eu costumo falar que quando você fica muito apaixonada por alguém ou por algo, a primeira coisa que você quer fazer é mostrar para o mundo que você está apaixonada, que você está muito feliz. O pole faz isso. E nesse caminho, você encontra o seu amor próprio de uma forma muito única".

**Para muitas mulheres, o pole surge como um reencontro com o próprio corpo.**

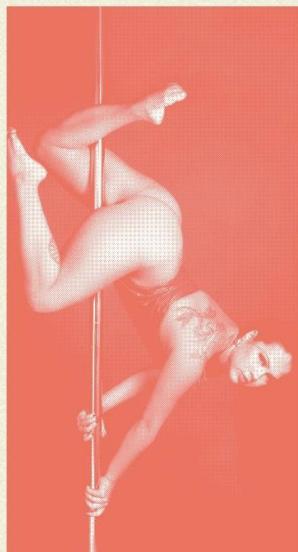


FOTO: MAYARA FERNANDES

É uma redescoberta de prazer e um encontro com a gozação: é muito tempo de ensinando a ser escondida. "Queremos que você tenha uma aula coreográfica, por exemplo: você percebe que você pensou na lingerie ou o que você vai usar para sua aula, ou seja, pensou na lingerie que você vai usar para você mesma, que é a gozação que normalmente a gente é encanada a fazer pelo outro", afirma.

É nessa cultura de expectativas (no significado mais subjetivo da palavra) que mulheres se fortalecem de dentro para fora. "Somos ensinadas a servir a sociedade, o homem, o cônjuge, enfim. Quando você usa essa força de servir para si própria, você deslancha. Traz uma sensação de a vida é construída com tesão, com vontade de viver. Então, melho que isso é um start, a porta para você entender mais sobre o seu prazer. Eu echo o que não tem como você sentir prazer consigo mesmo se deixando de lado ou não se envolvendo. Não tem como".

O talvez seja exatamente isso que o pole dançante tem no que o deseja também é sobre si. "No meio desse orgulho de ser pole dancer, é preciso ter capacidade técnica e superação física. E é traz uma linda sensação orgântica que não é associada ao sexo em si. Ele te traz o alívio de um orgasmo muito bem-direcionado, mas no sentido de sua própria companhia, da alegria que você desenvolve por você mesma, pelo formato como que seu corpo se movimenta". Assim, o pole feminino "não depende do outro, mas nasce do próprio corpo".

É dessa relação individual com o espelho e com o próprio reflexo (literalmente) que surge o amor-próprio que ela tanto defende. "Eu já vivenciei mulheres que não conseguiram se olhar no espelho há anos, que não tinham nem esboço em casa. Aí quando eu vi que a Hera, a unhas se o hou, foi muito emocionante. Ela disse: 'Meu mundo foi acolhido'. Só que eu não pude dizer: 'Tudo é permitido'". Tudo é permitido, mas isso eu vou falar.

Made with  
readymag

O estúdio, então, torna-se refúgio. Entre invertidas, dildos, queidas, abusos e palavras de incentivo, as aprendizes de Hera emigram a um lugar de liberdade, sem o sentido figurado da palavra. E é o que percebe-se.



**O estúdio, então, torna-se refúgio.** Entre invertidas, giros, quedas, apelusos e palavras de incentivo, as aprendizes de Hera enxergam ali um lugar de liberação, sem o sentido figurado da palavra. E o que percebe-se pela quantidade de vezes em que é a fala sobre alunas que tiveram forças para sair de relacionamentos abusivos ou romper com círculos de violência, por conta da beleza.

**O espelho do pole acaba se tornando não apenas um mero objeto, mas revela as dores latentes de uma sociedade que ainda trata o corpo feminino como propriedade.** Em um dos episódios mais dolorosos da caminhada da instrutora, uma aluna leve a perna quebrada pelo companheiro como forma de punição por frequentar uma turma de Hérit Aviôndola "fisca", nesse caso, trazuc o que muitas mulheres sentem simbolicamente a penalidade por escrutar em seres das divindades e se apropriarem da própria senz, aliada

Acima de tudo, o pole,  
para Hera, é uma **grande  
comunidade de mulheres  
empoderando umas às outras**

Um espaço de entrega é vulnerável, dade, sem competição, em que a naturalização de todos os corpos e o acolhimento são o equívoco básico para a convivência entre as praticantes: "Lindal", "gostosa", "maravilhosas", "arrasadas", elas dizem umas às outras. Muitas pensam que não tem sensibilidade, é aquela que entra no espírito coletivo. Para a artista, o importante é passar a palavra do pole atlante. Para a mãe, amiga, irmã, tia, entim.

Quando eu pergunto à Hera por que ela acredita ser importante expressar sua sexualidade, ela responde sem hesitar: "Porque é uma forma de comunicação". E é. Comunicar-se é uma necessidade tão antiga quanto o próprio ser humano. Através da comunicação que criamos legos, significados e pertencimentos. A comunicação é a força motriz que move o mundo. Exterilizar algo é também mostrar que não há nada de errado em se fazer o que se faz.

**Exteriorizar algo é também mostrar que não há nada de errado em se fazer o que se faz.**

*"Toda vez que você coloca o seu corpo para se movimentar, se expressar, falar, você vai se soltando mais, se entregando mais. É uma forma de curar as nossas próprias dores, de tuco que a gente vem trazendo. Eu não sei como, porque não é algo o que se fala, é algo que se faz [...] Você ressignifica muitas dores dela movimentação, das expressões, das reações."*

Muita gente pode pensar que o que lhe faz é sexualização, e essa discussão tem espaço para existir. Para elas, sexualidade e sensualidade estão sempre acasadas. **"Eu acho que a sensualidade vem da autoconfiança, da autoestima [...]. E quando você trabalha sua sexualidade, você está trabalhando essas suas coisas".** Para elas, sensualidade é atitude, mais ou menos que curta ou não curta.

Hera acredita que a sexualização acontece a partir do olhar do outro e não o contrário. "Não tem como você ser uma pessoa muito sensual por ser autoconfiante, e automaticamente não ser uma pessoa sexualizada por quem não trabalha sua prioridade sexualidade".

"Você ressignifica muitas dores pela movimentação do corpo"

— Hera

**Em outras palavras,  
apenas a dona do corpo  
pode decidir se sente-se  
sexualizada ou não**

Ainda na linha dos estúgmas, a artista declara que algo entre as estrelas da academia, hoje é motivo de orgulho. Por muito tempo, o pole dance, principalmente o sexy pole, era muito associado às casas noturnas e strip clubs. Após muito tempo em guerra com quem afirmava que sua prática era "cosa de stripper", Iara entendeu que não havia nada de errado com isso. "A origem da sensualidade no pole veio sem das stripppers", afirma, para a surpresa, origem não se nega. "E uma pra sessão, quando quis: eu fui e quem tem dirá que como qual é seu outro trabalho, só sei?"

**Mad  
read**

Sobre "exposição", ilheia  
e direto. "Uma vez me perguntaram:  
'Por que é que o primeiro passo é cada vez mais'

Made with  
readymag



**"Eu percebo como a era digital é uma era que influencia muito as pessoas. Muitas mulheres veem o que eu posto e querem falar igual." Para além da influência, é também identificação. Me diz você: ao ver uma mulher com o seu mesmo biotipo dançando, não desperta um pensamento de que você também pode fazer o mesmo?**

E caso seja um desejo seu, ela continua dizendo que "cada pessoa carrega um universo, seus próprios rumos, aores, mazelas, então, não cabe a mim dizer para você se fazer pole dance é certo ou errado. Cabe a mim falar para você 'cara, vai lá, ve como é'".

Ainda nessa linha, Hebe dá um conselho para quem ainda tem vontade, mas morre de vergonha de expressar a própria sexualidade. **"A gente não tem outro corpo. A gente só nasceu com esse. [...] Então, a partir do momento em que entendemos que somos uma singularidade, é essa singularidade que traz o poder que nós temos. Não existe nenhum outro indivíduo igual à gente".**

Para além  
da influência,  
é também  
**identificação**



É na rapidez com que a vida se esgota, e na fugacidade da existência humana que Hera continua a conversa, como quem está dando um conselho para uma amiga muito próxima. “**Não tem sentido você se privar de ter experiências incríveis consigo mesma**, sabendo que você só tem uma vez na vida para viver”.

E sobre o momento certo? Ele não existe. "Você vai passar a vida inteira se lermos de viver o extraordinário, esperando o momento certo, que é emagrecer, que é lisse e aquilo?" E para aí, a hora de corrigir é agora. "As vezes nem chegar às vezes você nem emagrecerá. As vezes você vai ser uma gordinha, você vai ficar gordinha (e gostosa) o resto da vida. E é óbvio. Cada pessoa é diferente, é她说. Se você não conseguir se amar, godinharia aquela, você não vai conseguir amar magrinha. Porque quando você emagrecer, sempre vai estar falando uma coisa só com a sua, sempre com a sua 'faz'."

Tal qual a deusa grega que simboliza poder e feminilidade. **Hera e suas alunas constroem um novo Olimpo.**

Assim, o pole dance, nas mãos de mulheres como Hera, é mais do que dança e esporte — é **linguagem, cura e expressão**.



Made with  
readymag



Página 3

**SOB EX-PRESSÃO**

expressão pole dance cinema literatura fotografia extras

# O CORPO EM CENA

Se você já assistiu a filmes de terror dos anos 1950, vai concordar que a seguinte cena é muito comum: uma mulher magra ou ligeira em uma cena que faz zero sentido e a está de forma nua, fugindo de um assassino sangrento. Quando ele finalmente a mata porque ela é seminua, há muito sazinha e gore ao todo o episódio. Em alguns casos, a personagem não é nada sainha e, por isso, não é usada para despertar dó ou pena nos espectadores, está ali como um mero chamariz.

**Não há nada de errado em aparecer seminua em uma produção audiovisual.**

Mais, aqui, eu te mostro que **há formas mais humanas de fazer isso**. Na verdade, quem nos traz isso é Larissa Andrade, produtora e diretora da Astoroth Filmes, uma produtora independente de filmes, fundada em 2012 por ela e seu ex-marido, que **mistura beleza e horror, em uma expressão de sensualidade nada convencional**.

"[...] eu acho que essa menina me libertou. Eu perdi a vergonha, sabe?"

— Larissa

Consumidora das produções da década de 80 desde quando era criança, ela conta que a ideia de fundar uma produtora que explorasse a sexualidade feminina veio desse consumo pessoal. "Sempre tinha um peitinho", era essa a percepção que Larissa teve quando conegceu a assistente de direção da época. Desde o seu primeiro curta-metragem (ainda fora da Astoroth), ela explica que a sensualidade feminina já era algo que ela não abria mão em suas produções.

E foi dessa liberdade que Larissa tirou, ainda mais vontade para fazer o que faz hoje. Ela conta que na seleção das atrizes não leva em consideração a forma física das profissionais, mas o quanto confortáveis se sentem no papel. "Não tem sexo explícito, nada disso. É uma ficção, não é pornografia, né? Quando eu vou falar com a atriz, já aviso que o filme tem nudez, até porque é o limite dela, afinal".

Apesar de ser algo naturalizado para Larissa desde pequena, foi apenas quando entrou em um mestrado em Letras, na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, que começou a se perguntar "por que é importante para mim usar sensualidade nos meus filmes?", como um diálogo interno mesmo. Para ela, é uma mistura de confronto com o belo.

"A nudez para mim é um poder."

Made with **readymag**



foto  
SUBURATORY

"A nudez feminina, para mim, significa um poder, sabe?..."

... Um grande poder de confrontar as regras do patriarcado, por exemplo. Porque a mulher, principalmente a mulher que é voluptuosa, que é sensual, sempre vai estar relacionada com pecado". Assim, entre o sagrado e o profano, Larissa constrói personagens que rompem com o imaginário da "mocinha" e da "puta", papéis que historicamente têm tomado as mulheres no cinema. Elas podem ser as duas ou nenhuma ao mesmo tempo.

"Eu quero combater essa visão machista de que as mulheres têm que ser recatadas e do lar. Se quer ser beleza, não tem problema nenhum. Mas é porque você pensou e resolveu que é o que você quer, que combina com você", aponta Larissa, em uma resposta que serve tanto para a fumosa quanto para a realidade. Impõe-se um pensamento um pouco mais liberal e simplório, pois há muitas mulheres que sequer têm esse poder de escolha, entende-se o ponto central da discussão.

Em suas obras, o corpo feminino não é mais um corpo objetificado, pronto para ser punido ou usado.

Ele funciona como insurgência, mesmo que sutíl. Nas, a sensualidade se mistura à monstruosidade para desafiar quem olha. "Nos filmes de terror, sendo religioso ou não, você vai trabalhar com essas crônicas do bem e do mal [...] escolho isso [a nudez] para ter essa coisa afrontosa, mas também porque eu acho uma coisa bela, eu acho bonita".

Mas o ru, nesse caso, não serve apenas para contrastar com o horror. Ele também pode ser o próprio esparto. "Colocar uma mulher mais livre, muito à vontade na pele dela, eu acho que de alguma maneira já causa certo estranhamento e trabalha então com essa coisa do medo. Acho que isso por si só já seria um elemento básico para o filme de terror".

Muitas vezes, para Larissa, o uso de nudez em filmes de terror é uma estratégia para fazer os homens ficarem. Fazendo chover de lágrimas todos os carinhos, para ganhar mais: nesse caso, o estranho não remete ao desconhecido, mas a algo conhecido e familar, o que foi ressaltado a qual de romance retorna: "O terror vai falar de incômodo e de medo [...] é estranho [a nudez], mas não deveria ser. Por que a gente tem tanto medo? Por que põe isso tanto na conta do demônio, do pecado, do errado? Por que isso assombra tanto?", completa a cineasta.

**Eu quero combater essa visão machista**  
de que as mulheres têm que ser recatadas e do lar

"essa relação entre o estranho e o familiar, entre o que gostam e o que temem. É o que o cinema faz de melhor, é usar as forças simbólicas. E também nesse, interessa muito o potencial de ameaçamento e o natural zapping. Esse corpo sensual é uma faceta feminina. A gente não é assim 24 horas, mas se existe. E é uma faceta muito respeitável. A gente é respeitada no território mesmo fisiológico. Mas a santa é má, ok, né? Agora quando eu sou uma mulher que eu sei que eu quero, do que eu gosto, do meu poder de sedução, ai isso começa a virar uma coisa diabólica, né? Então eu acho que é passar essa visão diabólica, mas ao mesmo tempo, mostrar que não é diabólica essa coisa, nem... mas é um poder, um autoconhecimento", explica.

Nos roteiros da Astor, é essencial que haja uma inversão de papéis. "Nos filmes do final dos anos 70 e anos 80, as mulheres que aparecem nuas vão morrer. Inclusive, às vezes, elas morrem nuas porque acabaram de fazer sexo. Eu evito isso. Sabe, colocar essa conotação meio moralista assim [...]. Porque sempre quem vai sobreviver é a virgem, a que não mostrou nada, a que está vestida o filme inteiro".

Nas obras que Larissa dirige, ela garante que as mulheres não são as vítimas.

"Ou elas vão ser as protagonistas que embora haja algumas falhas, elas são fortes, elas são femininas que mostram que elas conseguem lidar com aquela situação."

Para Larissa, essa é a grande diferença entre a sexualidade feminina e a masculina. "As mulheres são sensuais, elas sabem o que querem, elas sabem o que desejam. Hoje em dia muitas têm consciência disso e

Made with  
readymag



e do lar

Nos roteiros da Astaroth, é essencial que haja uma inversão de papéis: "Nos filmes do final dos anos 70 e anos 80, as mulheres que aparecem nuas vão morrer. Inclusive, às vezes, elas morrem nuas porque acabaram de fazer sexo. Eu evito isso. Sabe, colocar essa conotação meio moralista assim [...]. Porque sempre quem vai sobreviver é a virgem, a que não mostrou nada, a que está vestida o filme inteiro".

**Nas obras que Larissa dirige, ela garante que as mulheres não são as vítimas.**

"Ou elas vão ser assassinas, ou elas vão ser as protagonistas que vão enfrentar o monstro e matá-lo". Embora haja algumas exceções, as personagens femininas que morrem estão ali com um propósito.

Para Larissa, essa é a importância de expressar a sexualidade feminina através de suas telas: "As mulheres são heróínas, elas têm seres alados, e as têm desejos. Hoje em dia, muitas têm consciência o quanto é importante isso como uma coisa normal [...] ajuda a combater todo esse tabu".

E para a em de apenas quebrar tabus, a diretora busca provocar em seu público feminino algum nível de liberação, como o que leve quando tem seus 16 anos. "Está tudo bem você aceitar esse seu lado mais sensual, caso você tenha. E entender também que ao fazer isso, você está fazendo um ato de rebeldia e que é muito importante". Assim, ela segue na missão de fazer do cinema muito mais do que entretenimento.

Sua proposta mu te lembra o que bell hooks afirma em *Cinema vivo: raça, classe e sexo nos telas*: o cinema é um arte tem um papel pedagógico, a vida de muitas pessoas e que, mesmo que o cinema não tenha a intenção de ensinar algo ao público, essa associação acontece. De acordo com a experiente da teoria feminista e também professora, seus orçamentos apreendem muito com o cinema do eu e com a teoria da. Ademais, seguindo a pensadora, "filmes também podem ser um canal de experiência compartilhada, um ponto de partida comum a partir do qual públicos diversos podem dialogar sobre assuntos polêmicos".

Além de produzir e dirigir, Larissa já atuou nua em um de seus filmes e acredita que de alguma forma essa experiência a ajudou a lidar com a própria sexualidade. "De um lado, eu me sentia bem na minha pele, mas sempre tinha o julgamento dos outros. Quando eu fiz o "Domina Nocturna" (2020) e eu tava ali pendurada na frente de todo mundo e tinham outras meninas, percebi que a gente tava vestida, sao?".

E para quem pensa que o terror não tem espaço em Mato Grosso do Sul, os filmes de Larissa são reconhecidos nacional e internacionalmente. Colecionadora de menções, indicações e premiações em festivais de cinema, a produtora e diretora já recebeu feedbacks até em outras línguas de mulheres que destacam ainda a natureza clássica com o cinema feminino e tratado em seus trabalhos.

Assim, ao filmar corpos reais, Larissa não apenas mostra o horror, ela o desconstrói.

**E, nesse gesto, transforma a tela em espelho, para que outras mulheres também se reconheçam no próprio poder.**



Made with  
readymag



Página 4

**SOB EX-PRESSÃO**

expresão pole dance cinema literatura fotografia extras



# LER PARA GOZAR

Criada cheia de repressões, sob o olhar julgativo da culpa cristã, Josy Soárez foi batizada nos nove anos na igreja evangélica e não tem dúvida de que esse contexto de isolamento encurtou o mundo. **Sempre muito curiosa, alinhada com uma visão progressista e dona de uma curiosidade invejável**, Josy sempre buscou a cultura e a liberdade para expandir sua visão. A terceira filha, formada, filha de uma mulher que sempre tocou a casa sozinha, ela reconhece que só é quem é hoje por conta de outra mulher, sua genitora. Essa combinação de mente aberta e uma tendência a valorizar mulheres com certeza direcionaram o rumo de sua carreira.

**Impulsionada pelo desejo de querer contar suas próprias histórias, foi na adolescência que ela começou a produzir romances.**

Nessa época, ela ainda não falava sobre sexualidade em suas obras. Apesar de muito progressista, **foi somente aos 29 anos, ao terminar um relacionamento abusivo, que Josy teve coragem de mostrar ao mundo para o que veio.**

Durante sua caminhada, ela entendeu que para ser quem **ela verdadeiramente é, precisava quebrar alguns paradigmas**. Foi nesse momento que mudou centro do mundo, em vez de olhar o mundo de dentro da igreja. Começou a olhar o mundo de outra forma, com as com a minha própria visão, com a minha própria cabeça". Vizinha de uma relação tóxica por quase dez anos, Josy rompeu com o sagrado em todos os sentidos: com a religião e com o casamento. Ela conta que durante esse processo de cortes de laços, **foi a literatura que a manteve de pé**.

Foi ali que Josy começou a "se aventurar sexualmente", como ela mesma descreve. Fez ménage, swing, saiu com casais, entre outras coisas. Em um desses encontros triplos, uma ideia surgiu. "Por que você não escreve sobre as nossas aventuras?", um deles perguntou a ela e pronto. Foi como se uma semente tivesse sido plantada em sua cabeça. "A partir dessa conversa com eles e da nossa aventura sexual, dessa libertação sexual pela qual eu passei, que eu decidi começar a escrever coisas polêmicas mesmo". Então, a escritora que fazia apenas romances, passou a escrever histórias eróticas com foco no prazer feminino.

Josy tem **tatuado na pele** o lema de uma personagem de seu primeiro livro: **foco, foco e foda-s**.

Made with **readymag**

Esse trabalho de estreia, intitulado "Puro Êxtase", é considerado pela própria escritora, de certa forma,



## TOCO, TORÇA, TE E FODA-SE.

Esse trabalho de estreia, intitulado "Puro Extase", é considerado pela própria escritora, de certa forma, autobiográfico. Nela, Sara, uma mulher de 30 anos, se vê rodeada de coisas boas, menos odiadas mesmo, fomente com o desejo de um o vócio que ela só vê obrigada a recorrer os pedidos e se inventar. Aqui, a escritora nos descreve a curiosidade: "Uma noite, um bar, um estranho. Pouco a pouco, todos os preconceitos são deixados de lado. E todas as possibilidades de prazer se tornam reais", diz uma das sinopses da obra. Hoje, Puro Extase é uma trilogia.

O sexo, acredite, ainda não é prazeroso para muitas mulheres



Josy comenta sobre a recepção que o livro teve entre as leitoras: "Teve mulher que falou que tirou o casamento da mortidão sexual, outras que se masturbaram pela primeira vez". Para ela, essas autodescobertas são importantes para uma vida sexual mais onírica. E isso, essa senhora não é redundante. O sexo, acredite, ainda não é prazeroso para muitas mulheres. É muito importante que você confira seus pontos, que você saiba o que é um orgasmo clímax, o que é um vaso mal, se você gosta ou não de anal. Essas autodescobertas são pequenas revoluções: cada orgasmo tira uma mulher do lugar de objeto e a coloca no centro da própria história. Não é apenas sobre sexo, mas também autonomia. Quando uma mulher entende o próprio prazer, ninguém mais fala por ela.

"Foi por isso que eu escrevi e cada vez eu escrevia coisas mais polêmicas e mais aventurais. Para quebrar tabus mesmo, para naturalizar o sexo, principalmente entre as mulheres". Assim, Josy foi formando uma comunidade de mulheres dispostas a conversar sobre sexualidade. Em um grupo do WhatsApp, elas se trocam experiências, falavam sobre pornografia, fecham o clube, sobre seus vícios. "Em um ambiente seguro, diverso, em que todos podem gostar de coisas diferentes [...] foi libertador para elas".

Na experiência de Josy, a maioria das mulheres que procuram seus livros são movidas pela vontade de conhecer um pouco mais o próprio corpo e sobre os próprios desejos, além da curiosidade de experimentar coisas novas. "É com pouco de vontade de sair daqui a mim mesmo, principalmente procura um pouco de parada na vida, sabe? Até porque eu adoro esse 'nós' que escrevemos também fazendo por causa disso, né? Para sair daqui da mesmice, dar asas às nossas fantasias".

Mesmo que a leitora não vá com esse objetivo, Josy diz que é impossível não ativar a imaginação. "Sem isso a gente não tem 'bligo', teseia, a gente não tem essa paixão, né? A imaginação faz parte do processo sexual, da sexualidade, mesmo que a gente não vivencie aquilo no ato", explica.



Além de escrever sobre libertação sexual, o **objetivo de Josy é que as mulheres tenham mais consciência do sexo.**

Não apenas do que gostam ou não, mas conseguirem dialogar com suas desejos (sejam fixas ou não). Para a romancista (e talvez você concorde muito com isso caso se relacione com o outro gênero), mulheres não sabem o que é desejável, sentem-se inseguras. Não têm conhecimento ou consciência sobre o corpo da mulher. Isto se dá pela centralização do prazer na figura masculina que fomos submetidas, encantadas, socializadas a normalizar. Para ela, faz parte da experiência humana experimentar também a sexualidade. "Fa em sobre sexo, sobre como vocês gostam de fazer, o que ela ou ele faz que te brinca com o olhar ou com a voz? Falte sobre essas coisas. E eu acho que a ideia do livro era o debate e muitas pessoas não entenderam".



Inclusive, Josy acredita que essa "insegurança na conversa é o que manda as ações seculares (sexuais ou não). Por isso, ela afirma também que é importante os homens lerem trabalhos feitos por mulheres. "É muito importante eles lerem, também, para aprender como se lida com fantasias femininas e entender como nunca a mulher vê o sexo".

Representativa dentro de suas obras é a Fundamental Cayá, lebicas, bisevias e pessoas pretas gordas, com inseguranças, todas são personagens que fazem parte do seu universo literário e garantem não são secundárias. "É lógico, eu sou uma mulher branca, eu tomo muito cuidado ao escrever uma mulher preta,

Made with  
**readymag**



ARQUIVO PESSOAL

SUB EX-PRESSAU - Josy Stoye

Privacy policy

Inclusive, Josy acredita que essa "inquietação na conversa é o que manda reações saudáveis sexuais ou não". Por isso, ela afirma também que é importante os homens lerem trabalhos feitos por mulheres. "É muito importante eles lerem também para aprender como se lida com fantasias femininas e entender como nunca a mulher vê o sexo".

Representativa dentro de suas obras é fundamental. Gays, lesbicas, bissexuais, pessoas pretas, gordas, com inseguranças, todas são personagens que fazem parte do seu universo literário e garantem, não são secundárias. "Fiz logo eu, sou uma mulher branca, eu tive muito cuidado ao escrever umas mulheres pretas, por exemplo, mas é preciso ser antirracista".

Em suma, no geral, bem recebidos por mulheres, e a expõe a situações independentes que passou através das suas sociabilidades quando começou a escrever livros eróticos. "Levo umas ordens muito grande do homem se aprovando essa situação [...]les vinham me perguntar coisas do livro para ouvir a conversa, para depois tentar me enviar uma foto se bênis ereto. E eu era só leitura e tudo mais, mas eu não estava ali usando minhas redes para isso. Era divulgar o meu trabalho".

Ainda longe das crenças divinas e das religiões, Josy acredita que "não é preciso lazar se entregar para se libertar sexualmente". Esse foi um dos caminhos que ela percorreu. "Você não precisa deixar de acreditar no que acredita para vivenciar a escutar que você também é um ser sexual. Que ser sexual é dar parte da sua existência, da sua biologia, da sua mente...". **“Você não gozar é a coisa mais triste do mundo”**. E por falar em gozar, os livros de Josy também tratam sobre a ejaculação feminina e podem trazer muitas dicas em relação a isso, apesar de serem ficção.

E para quem ainda tem receio de experimentar a própria sexualidade, ela dá um conselho: "a culpa é a pior coisa que você pode carregar, porque ela vai te impedir de ter as melhores e maiores experiências da sua vida. Então, assim, não tenha medo de expressar a sua sexualidade, a sua fantasia sexual com o seu parceiro ou parceira".

"[...] Você não gozar é a coisa mais triste do mundo"

— Josy

>

<

ARQUIVO PESSOAL



**O importante é reconhecer que, na última década, o que Josy fez foi afrontoso.**

Ao colocar desejos concretos dentro o convívio no centro da narrativa, ela devolve à mulheres o que elas foram retirado por décadas: a possibilidade de se sentirem pedir desculpas. Seus livros são amarrados, suspirados, nem usam am, à qual a própria não supera a essa palavra; mas oferecem algo mais raro: um espaço em que o prazer feminino é legítimo. **Se ler é um ato silencioso, com Josy ele se torna rebeldia e barulho.** F, no final, embora raro, ela encua ga mitas simples, coloca um prazer feminino como centro, sem justificativas. Pois como ela mesma diz: **desejo se vive.**

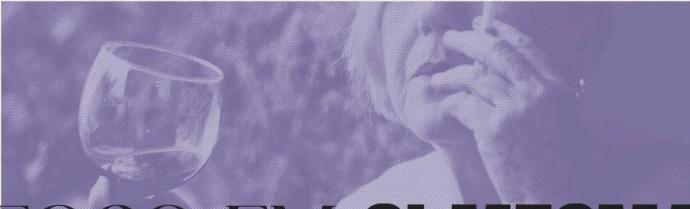
Made with  
readymag



Página 5

**SOB EX-PRESSÃO**

expressão pole dance cinema literatura fotografia extras



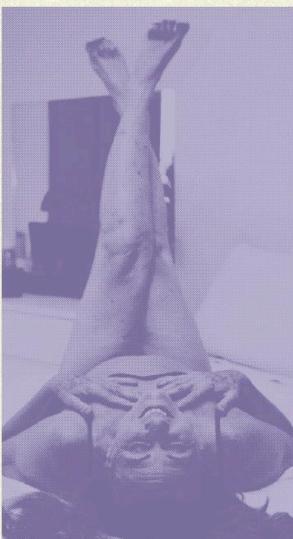
# FOCO EM SI MESMA

Você já se imaginou posando nua para uma foto?

Talvez, vontade não falte e até ache bonito quem faz. Mas deixa eu adivinhar... está esperando para emagrecer, ter um corpo mais malhado ou o momento certo de não ligar para o que os outros vão pensar, né? Um spoiler: você não precisa de nada disso! Renata Leão, jornalista de formação e fotógrafa por paixão (e propósito), ajuda mulheres a se reconhecerem no próprio corpo através de suas lentes.

Natural de Bauru (SP) e atualmente residente em São Paulo, Renata começou a fotografar mulheres sem roupas e nuas em 2011, após **ela mesma ter topado o desafio de ser modelo** de um amigo, que também faz fotos sensuais femininas. Em êxtase pelo que tinha acabado de vivenciar, algo acendeu dentro da paulista. Renata, então, não cerrou mais o bico e largou a empreza onde trabalhou com fotografia corporativa por 15 anos e decidiu que queria mais. **"Quando eu fiz as fotos com ele, antes de vê-las, eu já falei 'caralho, que fodida passar por isso'! Eu já me senti como a maior mulher do mundo, assim, de uma grandeza, de presença de mundo, que não dá para explicar, para traduzir".**

Foram esses sentimentos que ela quis passar adiante. **"Cara, eu tenho uma ferramenta de cura na minha mão"**, pensou. "Outras mulheres precisam experimentar isso também, ter essa sensação de elevação da autoestima, do autochecimento". Assim, Renata convocou a primeira "mão" para um teste: sua mãe, aos 65 anos. E já adianta que foi o ensaio que mais a marcou. "Por ser minha mãe, claro, mas especial gente por conta da idade e de proporcionar que as pessoas vejam que a sensualidade não tem idade [...]. Eu acredito que você se sentir bela e com vontade de produzir qualquer coisa, pode ser com 60 e poucos anos como a minha mãe. Isso tem a ver com a liberdade na vida".



Quando o ensaio acabou, Renata pediu para a mãe deixar toda a questão maternal de lado e ser sincera. Foi aí que a fotógrafa recebeu o primeiro feedback: **"Nossa, eu me senti jovem de novo, cheia de vida"**. Esse exato momento foi a reafirmação do que a fotógrafa sabia que não com suas ações. Da mãe, ela partiu para as amigas, aí, de fato, criou um estúdio próprio e se estabeleceu no mercado. "Eu fui me confrontando, conseguindo sentir um testemunho muito grande fazendo isso".

Embora dialogue muito com isso, o objetivo de Renata com seu trabalho não é promover autoaceitação. "Eu nem gosto muito dessa palavra, porque, normalmente, a gente aceita aquilo que não é bom, [...] **É se enxergar dentro do corpo**. Eu acho que a gente pode ter o direito de estar insatisfeita, mas mesmo assim 'façá-la ser' é isso que eu tento hoje, então vamos expor isso, porque eu não sou só esse corpo, mas eu habito aqui", conta, seu trabalho não é didático, mas expositivo.

**"Eu não sou professora. Eu não quero te ensinar a se olhar. Te mostro é sobre perspectiva"**

Made with **readymag**



O Reiki é uma atividade sistematizada no Japão no inicio do século XX e não possui relação com nenhuma religião. Reconhecida pela OMS (Organização Mundial de Saúde) como um método terapêutico complementar, o Reiki da UFMS é oferecido desde 2010. No ano de 2011, o Reiki foi incluído na PNCs (Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares) do Ministério da Saúde. Qualquer pessoa pode se tornar um terapeuta, e a duração dos cursos varia de acordo com a profundidade da abordagem.

Para Renata, autor do texto, não é apenas dar da beleza exterior, apesar de trabalhar com imagens. Mais sobre manter a atenção voltada para o momento presente. "É eu dar de mim mesma. Pode ser tomar um banho. Pode ser 10 minutos de respiração. Pode ser um monte de colinas, inclusive o ensaio. Quando a mulher faz um ensaio, aquilo é um momento de autocuidado dela. Ela reservou aquele encontro, é como se você marcasse um encontro, só que é com você mesma".

Todo esse ritual,  
para a fotógrafa,  
se relaciona, no fim,  
**com a sexualidade  
feminina.**

"Eu quero provocar o se despir. Não só da roupa que você veste, mas de todos esses paradigmas em que a gente foi criada para acreditar"

— Renata

"Fui perceber que essa tudo ligado, né? Uma coisa não vive somente a outra. Aí eu trouxe pra cima de um trp. Autoestima, atenção plena, autoconhecimento e autoconfiança. Exatamente nessa ordem. Você só vai ter autoconfiança se você se conhecer, você só vai se conhecer se você tiver a atenção plena no presente. Aí, é dentro desse conceito de autoestima com base no autoconhecimento que vem a sexualidade", explica.

A espiritualidade é um caminho poderoso para Renata. Se, em muitos momentos da história da humanidade, ela foi usada para controlar a sexualidade das mulheres, hoje Renata a usa de forma inversa. "Eu acredito que a gente começa lá atrás, na ideia. Vou falar, desse quando as mulheres foram ensinadas a se cobrir, né? [...] Aí mu haveria tida como uma ferramenta de reprodução, de não poder sentir prazer. Hoje, muitos países contam o nosso clitoris, né? O clitoris não estava nem nos vírus de biologia, até agora pouco. O clitoris não faz e parte da anatomia da mulher dentro do universo acadêmico".

A dificuldade em conseguir se expressar livremente, além de toda a questão político social que envolve essa questão, viria também desse inconsciente coletivo que carregamos de nossas ancestrais. "Muita coisa, muitas situações ainda estão entrelaçadas na gente". Se você fizer um ensaio e com Renata verá que ela não tem pressa, para que a gente se divirta. "Eu quero provocar o se despir. Não só da roupa que você veste, mas de todos esses paradigmas em que a gente foi criada para acreditar".

Renata sempre viu que é possível desvincular o pleno material. Para ela, é fundamental que desvinculem História e façam parte de grupos com outras mulheres e não necessariamente um grupo só a elas, mas as amigas mesmo. "As mulheres foram ensinadas a ser rivais, a estar sempre brigando, sentindo inveja ou pensando que o brilho de uma ofusca a da outra, sendo que a gente pode se erguer".

Para Renata, sexualidade é um dos motores da vida. "Quando a gente fala de sexualidade, essa palavra é muito estigmatizada. Ela pode significar caro, conhecimento do próprio corpo ou prazer que é... sim! Tem a ver com a libido, a libido você deposita não só no sexo, você deposita na vida. É onde a gente sente prazer, o prazer de viver".



Renata tem muitas influências e inspirações, até mesmo fora do mundo da fotografia. Quando jovem, foi Diretora da Fundação Cultural da Universidade Universitária, que promove sobre tudo a empregabilidade entre mulheres. Foi sobre autoestima, adotou o pensamento para sua vida pessoal e profissional. "Ela fala que uma mulher com autoestima baixa, é contraprodutiva em todos os aspectos: no trabalho, na vida pessoal, nas relações familiares, amizades, em amizades, qualquer coisa. Porque se eu falar com a autoestima baixa, tudo que eu fizer não tem vaor para mim, não é só em relação ao corpo".

**Sexualidade é um dos motores da vida**

Made with  
readymag

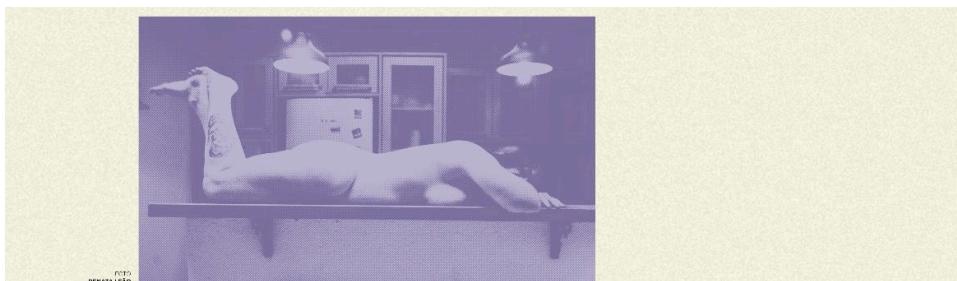


FOTO: RENATA LEÃO

**Elá reconhece que o trabalho que oferece ainda está dentro de uma bolha.**

**"O autocuidado é um tipo de assunto, que na minha visão muito particular, ainda não é democrático. Muitas mulheres ainda não o acessam. É uma coisa de consciência de classe. As mulheres pretas e mais pobres, por exemplo, sofrem mais. Não só eu, e não tenham curiosidade eu falar disso, mas por tempo, por conceções econômicas [...]. E quando a gente fala de autocuidado, a maioria das mulheres ainda pensa o, e ir lá passar um creme, impar a pele, fazer uma depilação, fazer pele, maquiagem, é só sobre isso".**

Atualmente, o ensaio mais barato de Renata custa R\$90 reais e "Quem é que tem R\$90 reais para gastar com isso?". E com essa consciência de classe que a fotógrafa já apresentou, algumas mulheres com seu trabalho "é vez vez quem não pode também está precisando e quer fazer aquilo também. Eu diria isso na hora. Com certeza".



FOTO: RENATA LEÃO

Entre os muitos ensaios emocionantes, ela relembra de um. A fotógrafa explica que antes do dia marcado para a captação, sempre conversa com a modelo para saber seus gostos, hobbies, dores, entre outros assuntos. Nesse caso em específico, "ela [a modelo] não tinha malito antes que fazia dança do ventre. No dia da foto, se conectando tanto com ela, com a essência dela, com as coisas que ela gosta, que ela falou, esperava um pouquinho" e saiu. Quando retornou, estava com um sari, tecido tradicional indiano.

"Renata, eu não sei há quantos anos eu não danço, que foi o que sempre me deu vida, vontade e prazer, e eu deixei isso de lado", declarou a modelo. "E ela no meio do ensaio começou a dançar. E eu fotografando ela. Até me arrepiá lembrar disso. Depois que acabou, me mandou um áudio de minutos, dizendo que depois que eu fui embora, ela ainda ligou o som e continuou dançando", embala a fotógrafa quase emocionada.

Com o próprio trabalho, Renata ainda se depara com questões que ela mesma não tem respostas e afirma que o próprio corpo sempre foi uma questão contínua durante a adolescência, por conta do sobrepeso. "A fotografia é uma terapia de cura para mim também. Cada mulher que eu fotografo é uma parte de mim que eu estou curando". Em esse espetáculo que Renata aprende a lidar com as próprias dores, "é, talvez, por ter as minhas questões com o corpo, fotografar mulher que também é muita gordinha é desafiador para mim, porque eu me vejo muito mais ali. [...] E aí eu acabo me superando, é desafiador, mas é muito bonito também".

Renata conta que fotografar todos os tipos de corpos, inclusive de homens (mesmo não sendo seu foco), mas que é especial quando faz ensaio com uma mulher fora dos padrões e que muitas vezes, até um ano depois do ensaio, ela volta para a foto. Tudo isso em frente à câmera. Essa é uma das maiores diferenças entre fotografar homens e mulheres: "O homem normalmente faz para va entrar aqui lo que ele já achou que é foia nele [...] A mulher está sempre preocupada com alguma curvatura do corpo, alguma postura que ela vai fazer que não vai se encaixar o corpo. Eu fotografrei pessoas homens, mas nem sempre veio com essa questão [...]. As mulheres que me procuram estão em busca de autoconhecimento. Os homens que me procuram querem mostrar o pau enorme que eles têm", ironiza.

Entre os feedbacks que Renata recebe, ela garante que um é unânime:

"Ela sempre fala 'eu me sinto outra mulher, mudou minha vida. Um verdadeiro divisor de águas'. Lágrimas são comuns em seus ensaios. 'Têm mu huu' ou chorar quando acaba e me fala 'eu nunca me vi tão bonita'. Em outras ocasiões, chegou até a ouvir 'pouco me importa como as fotos ficaram. O que me importa é que me conscientei com o que eu sou'".

Sobre exposição, hipersexualização, entre outras problemáticas que podem surgir com o trabalho que Renata desenvolve, ela diz que é uma luta tímida. "Eu

Made with  
readymag



Nesse caso com escoceira, teta já modelou não tinha medo antes que fazia dança do ventre. No dia 6 fez, se conectando tanto com ela, com a essência dela, com as coisas que ela gosta, que ela fala, espera um pouquinho" e saiu. "Quando retornou, estava com um sári, decido tradicional indiano.

"Renata, eu não sei há quantos anos eu não danço, que foi o que sempre me deu vida, vontade e prazer, e eu deixei isso de lado", declarou a modelo. "E ela no meio do ensaio começou a dançar. E eu fotografando ela. Até me arrepiá lembrar disso. Depois que acabou, me mandou um áudio de minutos, dizendo que depois que eu fui embora, ela ainda ligou o som e continuou dançando", embra a fotografia quase emocionada.

Com o próprio trabalho, Renata ainda se depara com questões que ela mesma não tem resolvidas e afirma que o próprio corpo sempre foi uma questão conflituosa durante a adolescência, por conta do sobre peso. **A fotografia é uma terapia de cura para mim também. Cada mulher que eu fotografa é uma parte de mim que eu estou curando**". E nesse espelhamento que Renata consegue aí dar com as próprias dores. "E, talvez, por ter as minhas questões com o corpo, fotografar mulher que também é muito gordinha é desafiador para mim, porque eu vejo muito mais ali. [...] E aí eu acabo me superando, é desafiador, mas é muito bonito também".

Renata conta que fotografou todos os tipos de corpos, desde de homens (mesmo não sendo seu topo), mas que é especial quando faz ensaios com uma mulher fora do padrão e é quando é mais gratificante. "Um ano depois do primeiro ensaio, fui de fato. Fiquei em frente à câmera. Essa é uma das maiores dificuldades que a fotografia tem em mulheres. O homem normalmente, faz para va entrar aqui lo que ele já acha que é foda nele [...]. A mulher está sempre preocupada com alguma curvatura do corpo, alguma postura que ela vai fazer que não vai olhar o corpo. Eu fotografiei poucos homens, mas nenhum veio com essa questão [...]. **As mulheres que me procuram estão em busca de autoconhecimento. Os homens que me procuram querem mostrar o pau enorme que eles têm**", ironiza.

Entre os feedbacks que Renata recebe, ela garante que um é unanim:

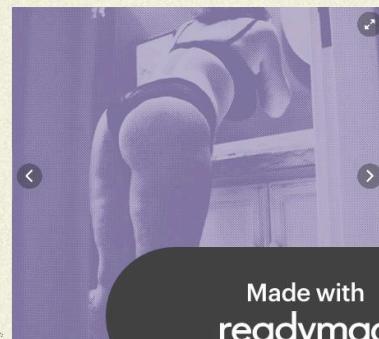
"Elas sempre falam 'eu me sinto outra mulher, mudou minha vida. Um verdadeiro divisor de águas'. Lágrimas são comuns em seus ensaios. 'Tem mu he' que chora quando aceita e me fala 'eu nunca me vi tão bonita'. Em outra ocasião, chegou até a ouvir 'pouco me importa como as folhas ficaram. O que me importa é que me concelei com o que eu sou'".

Seu exposição, hipérsexa dragão, entre outras problemáticas que podem surgir com o trabalho que Renata desenvolve, ela acredita que é uma luta tímida. "Eu mesma não tenho uma opinião completamente formada sobre isso. às vezes me peguei cedi-las, porque era eu quem tinha um exagero de estética sexualizando demais, e eu pensava 'caro, as mulheres já foram tão polidas a vida inteira que às vezes a gente precisa chegar a um extremo para voltar um pouco, sabe? Então, foda-se se está extremo, é a vontade dela'".



## Mais do que registrar corpos, **Renata Leão** registra reencontros.

Para a étnica da estética, scous cliques almejam o campo da imagem e tocam o da existência. **No fim, a fotografia é um caminho para o próprio corpo, é se despedir das culpas e se aproximar da beleza que todas nós temos.** O que Renata faz é gráficar isto é honesto e nu (e, caso seja, tudo bem também), mas o instante em que uma mulher se permite, finalmente, existir interia d'ante de si mesma.



Made with  
**readymag**



## Página 6

**SOB EX-PRESSÃO**

expressão pole dance cinema literatura fotografia extras

**Que esta reportagem sirva como ponto de partida, não de chegada.**

A sexualidade feminina não cabe em 6 páginas. Ao longo desta reportagem, conhecemos mulheres que a exploram através da dança, do cinema, da literatura e da fotografia, cada uma fazendo desses espaços locais possíveis de se reinventar. Mas é importante lembrar: essas são apenas algumas das muitas formas possíveis de existir sexualmente no mundo. O que foi apresentado aqui não pretende ser um manual, e sim um convite. Convite para olhar para dentro, questionar o que nos atravessa e explorar caminhos que façam sentido para cada uma.

Se há algo que todas essas histórias têm em comum é a recusa em aceitar que a sexualidade feminina deve caber em moldes prontos. Aqui, não há certo ou errado. Há escolhas. Há autonomia. Há um espaço em que o prazer é um território de descoberta e experimentação das próprias mulheres. Um espaço que não julga, não dita regras e não determina o que é liberação, até porque, liberação não é uma estética, mas um processo.

Que você encontre seus meios, assim como eu ainda estou encontrando os meus e não demore muito a perceber que sua sexualidade é uma força e não o contrário e que ela pode (e deve) ser usada de forma positiva para você mesma.

Que você entenda que não é sobre não sentir medo ou vergonha, mas fazer mesmo com todos esses sentimentos. Que você aprenda de uma vez por todas, que apenas você pode determinar o que é bom para você mesma, e que a vida é para ser vivida, e não sobrevivida. Que você arrume um espaço na rotina aberta para ter hobbies, para sair e conversar com as suas amigas, para dar um tempo de qualidade a si própria. **Não se trata de sobrepor o prazer à vida, mas de reconhecer que ele faz parte dela.**

Agora, fique com uma seleção quentinha (literalmente, rs) de conteúdos na linha da sexualidade feminina:

**+ beatriz rangel**  
A psicóloga, cineasta e encantadora de scène Beatriz Rangel fala sobre suas experiências para tentar ajudar outras mulheres a se confrontarem com os desafios de gerir a diversidade polêmica sexual.

**+ o prazer é meu**  
O documentário dirigido por Mariana Xavie investiga o que impede as mulheres de experimentar e viverem plenamente sua sexualidade.

**+ fundamentos do prazer**  
O documentário se apoia na ciência para falar sobre sexo, desejos, mitos e enaltecer o prazer feminino.

**+ cliccast!**  
O podcast apresentado por Samira Teixeira, Ana Queiroz e Dani Ferreira une diferentes assuntos à sexualidade feminina, com debates sobre agressivismo e ate maternidade.

Made with **readymag**