

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

Talita Castro¹**Resumo:**

Tendo em vista algumas das reflexões desenvolvidas ao longo da minha pesquisa de Mestrado, concluída e defendida no final de 2009, abordo as principais estratégias de construção discursiva de imagens de masculinidade e de feminilidade na produção de literatura de autoajuda brasileira, em meados da década de 1990, quando este mercado editorial ganhou significativa popularidade no país. A análise se foca nas figuras encontradas em campo, do homem na idade do *lobo* e da mulher na idade da *loba* como significados importantes para caracterização deste período da vida adulta, e na inventividade de autores e editores para a conformatação deste gênero literário. O esforço é pela apreensão das alterações que inflexões de gênero trazem para a configuração da meia-idade neste nicho de produção cultural: tratando do que seria a mesma etapa da vida de pessoas em dado contexto social, os livros acabam reproduzindo criativamente diferenças e, mais do que isso, desigualdades, a respeito das experiências sociais e emocionais de homens e mulheres. A partir do referencial dos campos da antropologia e sociologia das emoções e da vasta produção teórica sobre curso da vida, abordo as diferenças existentes entre as imagens do homem frágil e infantilizado e da mulher poderosa e responsável, que continua a seduzir, a despeito das transformações físicas que marcam o período, presentes nessa produção cultural. Além destas, cabe também destacar os procedimentos de construção das marcas etárias por meio das quais as figuras do *lobo* e da *loba* se erigem, entre jovens apresentados como fúteis e inocentes, e velhos sem corpo e perspectivas. A crise da meia-idade surge, portanto, como um possível resultado de uma tendência de prolongamento da vida adulta e posituação da experiência de envelhecimento, que cria desigualdades entre aqueles que podem ou não acessá-la.

Palavras-chave: Autoajuda; gênero; curso da vida;

“... uma mulher de meia-idade tem recursos que sua razão desconhece...”
(Lemos, 1996:311).

INTRODUÇÃO

A passagem que aqui me serve de epígrafe encontra-se já no final de *Quarenta: A idade da Loba*, publicado pela jornalista Regina Lemos em 1994. Seu sucesso, junto ao de outros produtos culturais do mesmo período, ajudou a popularizar a expressão que lhe dá título como um significado possível e plausível para determinadas experiências de vida de mulheres na chamada meia-idade. Marcadas por relevantes inflexões de

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

gênero, as ideias de *idade do lobo* e a *idade da loba*, descritas como momento de crise, carregam um potencial iminentemente reflexivo e transformador.

A proposta aqui é iluminá-las por uma bibliografia contemporânea sensível à operatória dos marcadores de gênero e curso da vida em nossa sociedade. Trata-se de tomá-las como manifestações de processos relativamente recentes de complexificação e prolongamento da vida adulta (Debert, 1999a:62) – ou, mais provocativamente, dissolução desta (Debert, 2010) – e também de negação da velhice (Debert, 1999a:227), e que ganha contorno substanciais quando tomadas as diferenças entre feminilidades e masculinidades. Antes de passar propriamente a uma descrição etnográfica das categorias, assim como elas aparecem no material analisado, recupero alguns momentos do debate acadêmico ao qual me refiro.

Cabe destacar que as reflexões aqui apresentadas sintetizam resultados da minha pesquisa de Mestrado, defendida em dezembro de 2009, pelo Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social da Universidade Estadual de Campinas (PPGAS – UNICAMP), sob a orientação da Prof.^a.

Dr.^a. Guita Grin Debert, com financiamento da Capes (Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior) e Fapesp (Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo). Meu trabalho versou sobre a crise da meia-idade como produção discursiva em livros de autoajuda nacionais. Vale dizer que não se tratou de uma pesquisa de recepção: foquei-me especificamente no conteúdo dos livros e em entrevistas e contatos com autores e agentes do mercado editorial.

CURSO DA VIDA E GÊNERO COMO CATEGORIAS ANALÍTICAS EM ARTICULAÇÃO.

Guita Grin Debert, em “Pressupostos da Reflexão Antropológica sobre a Velhice”, publicado em 1998, diz que a periodização da vida das pessoas constitui terreno profícuo para a reflexão antropológica na medida em que ilumina – assim como o gênero – determinados processos de produção e reprodução social (Debert, 2004:1). Interessa particularmente à antropologia pois revela investimentos simbólicos constitutivos de processos biológicos pretensamente universais (Debert, 1998:7). Tomar idade e gênero como

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

construtos sócio-histórico-culturais é pensa-los como importantes operadores para a produção de diferenças e classificações entre as pessoas. Trata-se, portanto, de suspender e relativizar as fronteiras etárias, geracionais e de gênero de contextos específicos para compreendê-las a partir de pressupostos iminentemente comparativos: a saber, como criações arbitrárias e particulares, que podem e devem ser investigados através de pesquisas pontuais, como a que este *paper* apresenta.

Em “O Curso da Vida como Perspectiva de Análise do Envelhecimento”, texto de 2000, Ana Zahira Bassit discute as potencialidades e os limites heurísticos do conceito de curso da vida à luz de uma proposta interdisciplinar para o estudo de processos de envelhecimento. Para tanto, e seguindo a posição de Anthony Giddens, Bassit faz uma interessante diferenciação entre *ciclo de vida* e *curso da vida*.

Cabe ressaltar que esse tipo de diferenciação só faz sentido se se toma como válida uma distinção típico-ideal entre alguns modelos de relações e de organizações sociais. Distinção que é, em si mesma, constituinte de determinada tradição de pensamento sociológico, da qual fazem parte nomes

tais quais Ferdinand Tönnies (1855 - 1936), Émile Durkheim (1858 - 1917), Georg Simmel (1858 - 1918) e Max Weber (1864 - 1920), para citar apenas alguns de seus grandes expoentes. Refiro-me aqui ao conjunto de características agrupado sob os termos sociedades tradicionais ou pré-modernas, sociedades modernas ou pós-tradicionais, e sociedades pós-modernas ou contemporâneas. Embora consciente dos riscos de não neutralidade deste tipo demarcação, como coloca Bruno Latour, apoio-me nesse ideário na medida em que ele ilumina, com certo grau de eficácia, determinados processos históricos de incremento na diferenciação social no mundo em que vivemos. Faço, no entanto, a mesma ponderação feita por Brett Neilson em “Globalization and the Biopolitics of Aging”: há que se tomar estes grandes marcos temporais atentando-se para os impactos diferenciados que eles possam ter em diferentes contextos socioculturais (Neilson, 2003:164).

Para Giddens e Bassit, a ideia de *ciclo da vida* se alinha com maior propriedade a contextos sociais marcados por ideais de repetição geracional, ritos demarcados e obrigatoriedade na vivência de determinados estágios, evocando uma

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

perspectiva de desenvolvimento bastante linear para o passar do tempo na vida das pessoas. Segundo Mike Featherstone, a noção de *ciclo da vida* pode ser entendida como uma metáfora sobre linearidade, continuidade e circularidade (Featherstone, 1998:49).

De acordo com esse paradigma de pensamento sociológico, que vê grandes mudanças introduzidas pelo advento da chamada modernidade, a ideia é a de que se trata de um contexto social onde a idade cronológica tem poucos efeitos para a definição das aquisições da maturidade, acessadas via status e mudanças familiares (Debert, 2004). Tudo se passa como se, num contexto mais comunitário de relações sociais², houvesse pouco espaço para variabilidade de experiências de vida. Cito Julio Assis Simões, em “Homossexualidade Masculina e Curso da Vida: Pensando Idades e Identidades Sexuais”, de 2004:

“A ideia do ciclo da vida traduz uma concepção de fases de crescimento, maturação, reprodução, declínio e morte que se reproduzem sucessivamente através das gerações” (Simões, 2004:422).

O que a modernidade inaugura, para Debert, é um processo de crescente cronologização da vida, com a criação de estágios ou fases tais quais infância,

adolescência e velhice, através de instituições como escola e asilos, e também de práticas e costumes diferenciados: brincadeiras para crianças, trabalho para adultos e aposentadoria para os mais velhos, por exemplo. O cenário caracteriza-se, portanto, por maior diferenciação social e remete a uma concepção fordista de organização social (Debert, 2004). Para Bassit:

“A modernidade, ao estar associada ao desenvolvimento do capitalismo, da ciência e tecnologia e ao nascimento do Estado moderno, acarreta um maior interesse em registrar, regular e disciplinar a vida das pessoas, quer por meio do desenvolvimento das ciências humanas ou do corpo. A preocupação central na modernidade é periodizar a vida humana, institucionalizando as transições das pessoas da família para a escola ou o trabalho, instituindo a idade ideal para se casar ou para se aposentar, entre outras...” (Bassit, 2000:221).

É a intensificação histórica de processos próprios à modernidade, que se acentuam no sentido do modelo que alguns autores identificam como pós-moderno ou contemporâneo, que traz à tona a maior validade do conceito de *curso da vida* para dar conta da compreensão de determinados fenômenos da vida social.

Como conceito moderno que é, *curso da vida* remete à multiplicidade

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

de possibilidades de organização e conceituação das experiências de vida e à relativa possibilidade de abertura em relação a padrões morais supraindividuais. A ideia é a de que os processos se tornam cada vez mais individualizados e dependentes de raciocínio reflexivo por parte de quem os vivencia. Como coloca Debert, comportamentos de gerações anteriores só são retomados desde que reflexivamente justificados (Debert, 1999a:53).

Nesse sentido, por exemplo, transições e estágios etários tornam-se gradual e crescentemente experiências particulares, vivenciadas como crises e não necessariamente como ritos de passagem, marcados por momentos de reconhecimento público. É própria deste tipo de vivência a sensação de crise subjetiva ao longo da vida em detrimento de sentimentos de passagem coletiva: as chamadas crises da adolescência, da meia-idade e, mais recentemente, dos vinte e tantos anos, ganham força simbólica nestes contextos sociais e dão o tom da personificação que o conceito de *curso da vida* pretende conotar a esta dimensão da vida social associada à passagem do tempo. Para Giddens, trata-se de incremento e também de

reflexo da sociabilidade contemporânea (Giddens, 2002:20 – 21), na chamada modernidade tardia ou alta modernidade, marcada pela reflexividade também definidora de trajetórias biográficas. O chamado projeto reflexivo do Eu e as escolhas que o constituem caminham lado a lado com um curso da vida aberto e maleável (Giddens, 2002:12 – 13).

A perspectiva do *curso da vida* foi central para a análise aqui empregada já que o objetivo foi justamente investigar através de quais concepções a vida das pessoas é criada e trabalhada em publicações nacionais de autoajuda. Foi crucial colocar-me sob este ponto de vista para refletir sobre como tal produção constrói – e, dessa forma, torna real (Cf. Hacking, 2002) – a categoria *crise da meia-idade* através de dois processos, aparentemente contraditórios. A saber, a dissociação entre idade cronológica e determinados estilos de vida e comportamentos – que podem ser compreendidos através da constituição da juventude como um valor na contemporaneidade, como bem ilustra Debert (Debert, 1999a:21; Debert, 1999b:72; Debert, 2004) – e a fixação de novos modelos e fronteiras geracionais, onde justamente a marca de gênero fez-se fortemente presente. Por

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

isso o título desta comunicação: trata-se de compreender como esta fase da vida é criada diferenciando-se de outros momentos, por meio de diferenças e desigualdades de gênero que lhe são determinantes.

Cabem aqui algumas considerações sobre processos recentes que estudiosos destacam como indícios de transformações significativas no chamado *curso da vida adulta* contemporâneo. Debert concentra algumas discussões neste sentido em um artigo recente, provocativamente intitulado “A Dissolução da Vida Adulta e a Juventude como Valor”. Comentando a chamada descronologização da vida e algumas dissociações entre categorias etárias e expectativas comportamentais, a antropóloga aborda uma tendência contemporânea ao contínuo nuançar da vida adulta. Curso da vida e consumismo tornam-se importantes variáveis para se pensar um contexto em que os valores associados à juventude e à velhice aparentemente se descolam de faixas etárias específicas para se converter quase em estados de espírito, acessados através de determinadas escolhas e bens de consumo. Cito:

“Por um lado, a juventude perde conexão com um grupo etário específico e passa a significar um

valor que deve ser conquistado e mantido em qualquer idade através da adoção de formas de consumo de bens e serviços adequados. Por outro lado, a velhice perde conexão com uma faixa etária específica e passa a ser um modo de expressar uma atitude de negligência com o corpo, de falta de motivação para a vida, uma espécie de doença autoinflingida, como são vistos hoje, por exemplo, o fumo, as bebidas alcoólicas e as drogas” (Debert, 2010:51).

Processos históricos tais como institucionalização da terceira idade e popularização de brinquedos para adultos, entre outros, seriam índices de um movimento contemporâneo no sentido do bombardeamento da vida adulta, até então fortemente associada a noções tais como responsabilidade, independência e maturidade. Cada vez mais comprimida entre uma adolescência alongada e etapas de envelhecimento que se sucedem e reforçam experiências de vida bastante gratificantes – justamente porque trazem de volta o frescor da juventude – , a vida adulta tende a perder suas marcas características e também se dissocia de determinado momento etário.

Neste sentido, Katherine Newman e Miriam Goldenberg levantam dados interessantes. Newman, em “Laços que Prendem: Interpretações Culturais sobre a Maturidade Tardia na

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

Europa Ocidental e no Japão”, de 2009, apresenta uma pesquisa realizada em cinco países diferentes – Itália, Espanha, Japão, Dinamarca e Suécia –, que abordou comparativamente padrões contemporâneos a respeito de um tradicional marco na definição de maturidade entre classes médias: a saída do jovem da casa de seus pais. E um recorte geracional, aliado a configurações nacionais particulares, traz claras inflexões para o assunto. O argumento pode ser resumido da seguinte maneira: nos países do norte europeu, que contam com um estado de bem estar social fortemente estabelecido, os jovens tendem a sair de casa com menos anos de idade, já que contam com boas oportunidades de emprego e com benefícios sociais que, de certa maneira, contribuem para o financiamento deste período de suas vidas. Já nos países do sul do continente e no Japão, que enfrentam atualmente crises estruturais em seus sistemas econômicos, o processo tende a se dar tardiamente, já que os jovens vêm encontrando grandes dificuldades para encontrar tanto uma colocação segura no mercado de trabalho quanto imóveis à sua disposição.

Preocupada com a percepção subjetiva destes padrões por parte de

quem os vivencia, a autora encontra nas entrevistas realizadas com pais e jovens, neste segundo bloco de países, uma clara transição geracional: se, para os pais, a saída da casa de seus pais marcara definitivamente a entrada para o mundo adulto – sendo sintomático da aquisição das responsabilidades por sua própria vida –, para seus filhos, o patamar de maturidade parece ser acessado cada vez mais de forma gradual, sem um grande evento que o marque definitivamente. Os signos associados a determinada faixa etária dissociam-se destas e adquirem o aspecto de sentimentos, de atitudes perante a vida:

“O que significa ser adulto para a geração mais jovem de adultos maduros que vivem com seus pais nesses países? Como eles marcam a transição para a vida adulta quando muitos dos marcadores tradicionais – trabalho em tempo integral, residência independente, casamento – ficaram para trás há anos? Primeiro, eles argumentam que não existem mais marcadores de comportamento da vida adulta. A maturidade é mais um sentimento, uma capacidade de tomar decisões, ou de ter um maior grau de responsabilidade por suas ações. (...) A transição para a vida adulta tem muitos outros estágios e nenhum é canônico ou socialmente reconhecido” (Newman, 2009:57-58).

Já Goldenberg, em *Coroas: Corpo, Envelhecimento, Casamento e Infidelidade*, de 2008, traz dados sobre uma “pesquisa na cidade do Rio de

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

Janeiro com mulheres na faixa etária dos cinquenta a sessenta anos, das camadas médias e altas” (Goldenberg, 2008:28). Seu pano de fundo é um grande projeto comparativo, entre essa realidade e as de mulheres espanholas e alemãs. Com essa perspectiva, a autora busca aquilo que é específico das brasileiras e encontra duas grandes temáticas: corpo e homem, marido ou não. Bastante inspirado em Pierre Bourdieu (1930 – 2002), o trabalho reflete sobre como estas duas dimensões tornam-se verdadeiros capitais para as mulheres pesquisadas: há algum ressentimento com as transformações no corpo, mas também alívio, que parece ser maior para as *coroas* casadas há mais tempo. Segundo Goldenberg, “em uma cultura em que o corpo é um capital, mas que ter um marido parece ser um capital mais importante ainda, é muito difícil, quase dramático, envelhecer sozinha” (Goldenberg, 2008:42).

Ainda no sentido de uma postura eminentemente comparativa a respeito do curso da vida adulta, o trabalho de Margaret Lock sobre as mitologias a respeito da menopausa no Japão e na América do Norte (Estados Unidos da América e Canadá) levanta outros aspectos constituintes das construções

sociais de determinados períodos da vida. Sua etnografia revela os complexos processos através dos quais o envelhecimento constitui-se como uma patologia medicalizável para as anglo-saxãs – através das Terapias de Reposição Hormonal –, enquanto é visto como um processo *normal*, inserido nas relações humanas e familiares, tido como algo esperado, para as japonesas.

Assim como nestas pesquisas, a articulação entre marcadores sociais da diferença – aqui, curso da vida e gênero – provou-se crucial para a análise que apresento. Segundo Adriana Piscitelli, em “Interseccionalidades, Categorias de Articulação e Experiências de Migrantes Brasileiras”, de 2008, a tendência teórico-metodológica que prima pelo cruzamento entre diferentes eixos sociais é relativamente recente – vem do final da década de 1980 – e tem a ver com a própria história do movimento e pensamento feminista dentro do campo acadêmico das humanidades.

Em meados dos anos 1970, de acordo com a sua argumentação,

“o conceito de gênero, pensado como construção cultural e arbitrária, variável, de aspectos vinculados ao sexo biológico, tido como natural e imutável, tinha se difundido de

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

maneira extraordinária” (Piscitelli, 2008:264).

Trata-se aqui de um comentário da autora sobre a força do arcabouço conceitual do ‘sistema sexo/gênero’, publicado por Gayle Rubin em texto bastante inovador “The Traffic in Women: Notes on the ‘Political Economy’ of Sex”, de 1975. Influenciada por análises e dados etnográficos – para os quais o campo dos estudos de parentesco mostrou-se essencial –, Rubin traz à tona um modelo conceitual que permitiu desestabilizar a posição universal de submissão da mulher necessária ao pensamento feminista, como fruto de um movimento social que migrava para a academia. Longe de postulados acerca da universalidade da dominação masculina, o novo conceito permitia a compreensão dos diferentes arranjos sociais a respeito da sexualidade humana a partir do que se tomava como materialidade biológica – a saber, o sexo. Toda sociedade, portanto, possuía um sistema sexo/gênero que moldava convenções acerca desta matéria-prima biológica e era em torno destas convenções sociais e históricas que os estudos se dirigiam.

O que marca os debates em finais da década de 1980, segundo

Piscitelli, é justamente um questionamento acerca desta relação lógica – que também é de poder – entre dado natural e construto social. A própria identidade feminina passa a ser objeto de debate já que não se aceitava mais calcá-la em uma suposta matéria-prima biológica. Não era mais possível falar em uma única mulher – assim como não vem se falando mais em um único *ciclo de vida*, para retomar a discussão apresentada acima – com diferentes significados sociais: suas diferenças são, cada vez mais, entendidas como constituintes de si mesmas e não como adendos, representações supondo algo fixo a ser representado. E é justamente a articulação entre marcadores sociais da diferença que dá o tom dessa nova produção: em detrimento de uma unidade política centrada na figura da mulher universalmente subordinada, o ponto passa a ser a descentralização do gênero como categoria analítica privilegiada. Cito:

“A proposta de trabalho com essas categorias é oferecer ferramentas analíticas para apreender a articulação de múltiplas diferenças e desigualdades. É importante destacar que já não se trata da diferença sexual, nem da relação entre gênero e raça ou gênero e sexualidade, mas da diferença, em sentido amplo para dar cabida às ‘interações’ entre possíveis diferenças presentes em contextos

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

específicos. O debate sobre as interseccionalidades permite perceber a coexistência de diversas abordagens. Diferentes perspectivas utilizam os mesmos termos para referir-se à articulação entre diferenciações, mas elas variam em função das margens de agência (agency) concedidas aos sujeitos, isto é, as possibilidades no que se refere à capacidade de agir, mediada cultural e socialmente” (Piscitelli, 2008:266-267).

É, portanto, a partir desta perspectiva da intersecção – entendendo a diferença como um fator determinante para a compreensão das identidades e imagens que as produções culturais classificadas como autoajuda constroem – que este trabalho se coloca.

SOBRE LOBOS E LOBAS.

A expressão *o homem na idade do lobo* é cunhada no cenário nacional por Elyseu Mardegan Jr., em seu primeiro livro, homônimo, publicado em 1993. O livro é fruto da sua pesquisa de Mestrado, desenvolvida na Pós-Graduação em Administração de Empresas da Fundação Getúlio Vargas, em São Paulo. Mardegan Jr. estudou a chamada crise da meia-idade que afetava fortemente os empresários e profissionais liberais por volta dos quarenta, cinquenta anos de idade. A expressão em si não constava nos originais de seu trabalho: foi sugestão

de uma agente da editora que, após assistir a cerimônia de defesa acadêmica do texto, um ano antes, o convidou para transformar seu conteúdo em um livro de circulação para o grande público. Segundo o livro, trata-se de uma imagem forte para se referir às transformações no comportamento daquele que enfrenta as tensões típicas da meia-idade:

“Porque [sic] Lobo? Basicamente, a associação com o lobo se deve ao fato de que este é um animal vigoroso, veloz e resistente, quando jovem. Anda e caça em conjunto sempre durante toda a noite, mas ao envelhecer, abandona a alcateia e torna-se solitário. A esta altura, quando sai à caça, o lobo solitário costuma soltar um uivo peculiar, meio lamento, meio ladrido, que produz calafrios em quem ouve. A comparação, portanto, se resume apenas no fato de que ambos mudam seu comportamento a partir de certa idade, momento este totalmente imprevisível...” (Mardegan Jr., 1997:20).

Em 1994 a jornalista carioca Regina Lemos publica o seu *Quarenta: A Idade da Loba*. Ela contava então quarenta e cinco anos de idade e diz, nas últimas páginas do livro, que esse trabalho, fruto da crise da meia-idade que ela própria atravessava, fora esteio decisivo para que esta se dissipasse: “... e foi uma solução típica da meia-idade através da criação, da realização” (Lemos, 1996:315). O livro reúne noventa e sete entrevistas-depoimentos

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

de mulheres em torno da chamada crise da meia-idade: ou estavam por atravessá-la, ou a estavam vivenciando naquele momento, ou por ela já haviam passado. Os depoimentos são intercalados por comentários da autora sobre as próprias falas, sobre dados demográficos e pesquisas científicas, filmes e livros que tratam das questões que seriam próprias à experiência dessas mulheres. A narrativa da própria autora encerra o trabalho. São estas algumas das palavras da sua Apresentação:

“Os depoimentos dessas 96 mulheres, e o meu próprio, que é o 97º, apresentam 97 maneiras de viver a crise da meia-idade e todas as questões relacionadas – o mito da beleza jovem, cuidados com o corpo, com a saúde, sim ou não à plástica, hormônios, maternidade, espiritualidade, as perdas, o estigma da velhice e o medo da morte, sexo e sedução –, sem conselhos nem fórmulas, mas em toda a sua diversidade e originalidade. Todos eles juntos desenham um panorama da história feminina de vanguarda no Brasil, mostrando as muitas possíveis origens, a formação e a experiência dessas mulheres que estão hoje influenciando a cultura e formando novas gerações” (Lemos, 1996:22).

O livro de Regina Lemos alcançou mais de quinze edições³. Os dois títulos foram sucesso de vendas no país o que teria impulsionado, no caso de Mardegan Jr., a publicação de um segundo volume sobre o assunto, em 1997. *A Idade do Lobo* vendeu mais de

duzentos mil exemplares, segundo seu próprio autor. Diferentemente do primeiro livro, que trata mais de questões profissionais, mais próximo ao trabalho acadêmico do autor, *Homem 40 Graus: A Hora do Lobo* dá atenção especial às relações pessoais do homem de meia-idade. E isso tem uma razão de ser. Uma das motivações para a empreitada fora a grande quantidade de relatos sobre a crise que o autor recebeu, por meio de cartas, de familiares e amigos de homens em crise. Em entrevista, me relatou que a maior parte das manifestações vinha de esposas, narrando experiências e situações que ele havia esboçado no primeiro livro, quase que por intuição – dada a parca bibliografia existente sobre o assunto naquele momento e as amarras acadêmicas que, digamos assim, o impediam de abstrair dos rigores da metodologia científica. Cito a entrevista:

“Na Tese eu tive que ficar um pouco mais limitado às referências bibliográficas e tal... No livro, além de transformar numa linguagem coloquial, eu pus algumas coisas que eu achava. Então no livro eu fiquei mais livre pra colocar coisas que eu achava que aconteciam, mas eu não tinha provas científicas e tal... E foi a grande dificuldade de fazer a Tese. E aí eu percebi que muitas coisas que eu tinha colocado no livro que eram um pouco achômetro estavam sendo confirmadas pelas experiências que as pessoas estavam contando. Então,

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

falei ‘pô, tô no caminho, o caminho é esse mesmo’”.

São as vozes destas esposas que personificam os *insights* do autor e que lhe deram mais provas, como ele me disse, da *real* existência da chamada crise da meia-idade masculina – condição com a qual a bibliografia até então não contava.

Dois anos antes, em meados de 1995, a Rede Bandeirantes de Televisão, em coprodução com a TV Plus, exhibe a novela *Idade da Loba*, escrita por Alcione Araújo e Regina Braga, dirigida por Jaime Monjardim, e que tinha como protagonistas as atrizes Fátima Freire e Betty Faria. O folhetim narrou a saga de uma mulher que transforma radicalmente a sua vida já na maturidade: após a morte do marido, ela sai de uma cidade pequena, onde vivera até então, para galgar realizações pessoais (afetivas e profissionais) em uma grande metrópole.

A expressão que ganha corpo em produtos culturais contemporâneos entre si é, no entanto, atravessada por fortes inflexões de gênero que marcam distintamente os significados que ela expressa para a experiência da meia-idade. Tratando da mesma etapa da vida de pessoas em dado contexto social, os livros acabam reproduzindo

criativamente diferenças e, mais do que isso, desigualdades, a respeito das experiências sociais e emocionais de homens e mulheres. É, portanto, na ação entre dois marcadores sociais da diferença, gênero e gerações, que as imagens do *lobo* e da *loba* erigem-se como símbolos para um momento de crise na vida das pessoas.

Entre as estratégias textuais utilizadas, destaco o uso de metáforas e tomada da crise como categoria de causalidade. Para o primeiro caso, tomo o exemplo de Mardegan Jr. para ilustrar a percepção inicial deste momento, associada às reações de uma pessoa ao diagnóstico de uma doença incurável (Mardegan Jr., 1997:28 – 29). A objetificação da crise da meia-idade dá-se também, no livro de Regina Lemos, através de afirmações de especialistas tais quais geriatras e psicólogos – por exemplo, a fala de Amarílis de Oliveira: “Olha, deixa eu falar uma coisa: eu acho que toda mulher vive a crise dos 40, *eu como psicóloga sei disso*” (Lemos, 1996:88 – grifos meus) –, e também através dos depoimentos de leigas que acionam seu ideário para explicar e/ou qualificar determinadas situações. Mesmo quando a referência à crise é negativa, a sua objetividade não é questionada:

“... Não deu medo, você *não entrou em crise, você não está em crise com a idade?* - Não tive muita crise. Antes dos 40, eu ouvia as amigas falando *da crise dos 40*, mas, quando fui chegando perto, a crise maior era do casamento...” (Lemos, 1996:53 – grifos meus).

Passo a seguir a sumarizar as principais características destas imagens, procurando destacar as clivagens que apontam de um lado para uma valorização de padrões mais individualistas e, de outro, para uma atualização de valores e posições mais tradicionais, tais quais o da família e a da esposa, respectivamente.

DO LOBO BOBO À LOBA PODEROSA: GÊNERO E IDADE NA PRODUÇÃO DE IMAGENS ETÁRIAS.

A imagem da *loba* é fortemente marcada pelo ideário de uma inflexão de prioridades na vida da mulher. Se a temática do corpo, e das transformações pelas quais ele passa ao longo do tempo, figura como central ao longo das entrevistas reunidas por Lemos, isso parece se dar através de um redimensionamento valorativo. Nesse sentido, o envelhecimento físico, que é

temido porque descrito pela sua inevitável inexorabilidade, é de alguma forma contornado na medida em que outras qualidades são salientadas como sinais do potencial sedutor feminino. Como nos coloca Featherstone, há uma forte relação entre imagens do corpo, sua aparência, e as formas por meio das quais o curso da vida é pensado em nossa sociedade. Parece ser justamente a ideia de que as transformações do corpo representam transformações pessoais que se apresenta na insistência do tema do decaimento físico para a caracterização da *loba* – mesmo que isso se dê para, de certa forma, negá-lo. A imagem do olhar que foge do próprio reflexo no espelho para se encontrar com o verdadeiro *si mesmo*, com aquela autenticidade que está para aquém da fútil beleza física é recorrente. A fala da própria Regina Lemos, ao final do seu livro, traduz de forma exemplar essa postura da *loba*, para a qual mediações psíquicas, tais quais a terapia, ganham papel de protagonistas:

“Minha crise de idade foi um sofrimento real. Foi quando me dei conta de que, com toda terapia, ainda me apoiava muito no exterior, no que estava fora. Não tinha percebido até ali o quanto meu corpo era meu apoio; minha juventude, uma fonte de segurança e um escudo. Na meia-idade, quando o joelho fica plissado, o pescoço enrugado, a barriguinha cai por cima do biquíni, a gente se vota pra dentro com mais intensidade, vai

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

buscar lá a autoestima, o orgulho de si mesma que o corpo não jovem nos roubou – em função de todo esse mito de juventude a que somos submetidos, sobretudo submetidas. Durante o mergulho temos muito medo: e se encontrarmos nesse indivíduo interior as mesmas rugas que rejeitamos no exterior (...)?” (Lemos, 1996:315).

A relação entre a literatura de autoajuda e as disciplinas psis é questão em debate tanto entre quem toma essa produção cultural como objeto de sua análise quanto entre quem atua criativamente nesse meio, como autor e/ou editor. Dados os limites e propósitos específicos deste *paper*, reservo-me a apenas indicar meu posicionamento: parece-me que a ideia de subjetividade com a qual os livros em questão trabalham parece prescindir da naturalização do discurso *psi* como verdade sobre as nossas vidas (Rose, 1998). Para outras posições no debate, ver Alves, 2005 e Salem, 1992.

A ideia da *loba* poderosa repete-se em outras publicações e parece se constituir a partir de um balanço entre possíveis perdas e ganhos da maturidade: de um lado, os biquínis e a pele enrijecida e, de outro, a maturidade e a sedução do olhar. Por exemplo, a referência de Andrea Franco, logo nas primeiras páginas do seu livro:

“Afinal, o que é ser uma mulher de 40 anos? Eu percebi, entre as minhas entrevistadas, que há uma autoestima grande, algumas se sentem muito melhor do que aos 30 e até do que aos 20. Não há aquele ressentimento de não ter mais o corpinho da juventude. Há uma aceitação consciente, até porque elas estão vivenciando o ‘ser mulher como um todo’, que pensa, que produz, e não apenas um corpo, um bumbum durinho, e isso pode ser um bom exemplo para outras mulheres. Ela passam realmente a imagem de ‘lobas poderosas’ porque se aceitam como são” (Franco, 2008:26).

A construção da mulher na idade da *loba* pela autoajuda erige duas outras imagens etárias. A mulher da meia-idade é construída nos interstícios entre a imagem da jovem quase escrava de padrões de beleza e a velha, imune a essas demandas: é na idade da *loba* que a mulher deve transformar sua escala de valores e de prioridades tendo em vista esses dois momentos. A *loba* está entre a jovem bela e inexperiente e a velha quase sem corpo, já que não é para ele que se olha mais, como se a meia-idade pudesse realmente ser um platô para as próximas etapas da vida. A fala de Jaira Safadi Coca, entrevistada por Lemos aos cinquenta e dois anos é sintomática:

“Não é por causa da flacidez ou da ruga que você vai deixar de ser uma pessoa feliz, principalmente numa idade em que os valores vão se invertendo cada vez mais. Não sei se é porque você vai sentindo que a metade da sua vida já passou, mas suas prioridades vão sendo mais

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

internas que externas. A mulher tem que assumir tudo o que é seu, dos cabelos crespos à idade. Só não aceito cabelos grisalhos. A única coisa que uma mulher tem obrigatoriamente que fazer, na minha opinião, é pintar os cabelos quando começam a branquear” (Lemos, 1996:238 – 239).

Jaira é cabeleireira.

A insistência nos chamados elementos interiores que permeia os depoimentos reunidos por Lemos fala dessa torção valorativa: em prol de si mesma a mulher deve, a partir desse momento, construir uma narrativa que positive a experiência de declínio físico através da retórica das outras prioridades, das outras conquistas, da outra vaidade. Dessa forma, a juventude é modulada quase como império da futilidade, enquanto sobre a velhice sabe-se apenas uma coisa: ela não será como a de suas mães e avós, que foram *realmente* velhas. O que talvez essa produção possa sugerir é a possibilidade de prolongamento quase que eterno da meia-idade, com a valorização dos ideais de independência e de auto realização que permeiam as narrativas de maturidade.

Se a “virada da idade” (Fontes, Pereira & Pimentel, 1994:66) feminina é pintada com cores positivas pelo material analisado, o mesmo não se pode dizer sobre a construção da

chamada crise da meia-idade masculina. Tanto os livros que se dirigem ao público feminino quanto os que o fazem aos lobos em crise, escritos respectiva e não gratuitamente por mulheres e homens, fazem menções a um período de forte introspecção, marcado pela eminente possibilidade de decadência. O segundo livro de Mardegan Jr., *Homem 40 Graus: A Hora do Lobo*, publicado em 1997, é carregado por uma tensão limítrofe entre as imagens do *lobo* e do *bobo* – chiste que se repete nas publicações voltadas às mulheres.

Entre a maturidade e a infantilização, o homem na crise da meia-idade é pintado por essa produção como alguém que precisa de atenção e cuidado, já que não consegue lidar com parte constituinte de si próprio: a saber, suas emoções. A ideia de um homem que se encerra no seu próprio silêncio, em oposição à mulher que prima pelo diálogo e pela conversa, é matéria recorrente no material analisado. Fala-se de polos em um contínuo que gravita em torno da responsabilidade, tema tão caro à concepção de homem que teríamos herdado. A fala da decoradora Meire Gomide, entrevistada por Lemos aos quarenta e oito anos de idade, vai nesse sentido:

“Nós mulheres fomos muito mal informadas sobre casamento, nos disseram que o homem sabia tudo, que ele ia nos ensinar as coisas. Ninguém percebeu que o mundo tinha mudado. E o que a nossa geração viu foi que os homens não sabiam nada do que a gente queria aprender, tivemos que ir à luta, aprender sozinhas. Hoje, meu conceito de homem é outro, vejo os homens também frágeis, inseguros, com crises de todo tipo, insônia, precisando da gente. Não tive medo da idade do lobo do meu marido, de ser trocada por duas de 24. Já fui trocada, destrocada, não tenho mais medo disso, não. Já passei por tanta coisa, amarguei tanto, que ninguém me tira mais o que aprendi, essa sabedoria é minha. Acho os homens mais bobos do que lobos nessa idade, eles têm um lado mais infantil que o nosso. Não que a gente não tenha necessidade de testar se ainda é sedutora, mas tem mais consciência do impulso, sabe mais o que está sentindo, e portanto sabe melhor o que faz...” (Lemos, 1996: 124 – grifos meus).

Se as rugas e a flacidez operam metonimicamente como sinais contínuos para a chegada da meia-idade nas mulheres, aqui os autores se utilizam de metáforas para ilustrar a crise masculina. O modelo mais pedagógico de narrativa parece se explicar pelas mesmas próprias razões que levam o homem a enfrentar essa situação. Segundo Mardegan Jr., é uma concepção machista de masculinidade (Mardegan Jr., 1997:75) vigente em nossa sociedade que afasta esse ser das suas emoções e do tal *si mesmo* que o arrebatam dramaticamente a partir de certa idade. É preciso ser mais

propositivo e, sobretudo, cuidadoso com o homem em crise já ele não sabe lidar com essa dimensão de sua vida e pode, por conta disso, acabar fugindo da situação.

Como já colocado, seu segundo livro surge da repercussão do primeiro trabalho, sobretudo através de cartas e relatos de esposas e familiares de homens em crise que teriam, efetivamente, adquirido o volume. Em entrevista a mim concedida, o autor disse desconfiar da existência de compradores homens de seus livros. Segundo Mardegan Jr., seu primeiro livro – e, muito provavelmente, também o segundo – teria chagado às mãos dos principais interessados, os homens em crise às portas da maturidade, através de habilidosas consumidoras intermediárias. O próprio autor me confidenciou que um homem, numa livraria, comprando o seu livro, é algo que ‘não pegaria bem’. Muito provavelmente, segundo ele, a companheira seria a responsável pela compra do exemplar e por disponibilizá-lo delicada e propositalmente ao alcance do *lobo* em crise.

O volume carrega, por isso mesmo, um tom de recomendações a estas parceiras, já que a saída para o

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

momento difícil no homem parece envolver muito mais posições familiares do que um poder de autodesenvolvimento mais individualista, como no caso da *loba*. São muitas as referências ao casamento e à esposa e, logo no começo do texto, a crise da meia-idade é apresentada como um problema com o qual o casal – essencialmente complementar – deve aprender a lidar (Mardegan Jr., 1997:11). Em certa medida também desqualificando mulheres mais jovens, potenciais parceiras e destruidoras de lares, é a experiência da *esposa de mais de vinte anos de união* que se sobressai como ponto estável da união:

“Se, nessa fase, atender as necessidades masculinas é vital para a sobrevivência da relação, a mulher tem que abrir-se para a compreensão. E o homem abrir-se ao diálogo” (Mardegan Jr., 1997:113).

As dissimetrias ficam ainda mais evidentes quando o autor refere-se à crise pela qual também estaria passando a parceira do *lobo*:

“... marido e mulher não raramente seguem direções diametralmente opostas e um não consegue entender as necessidades do outro. O homem atravessa uma fase peculiar, que é a crise da meia-idade. A mulher, também passa por um momento especial, chamada por alguns autores de ‘a síndrome do ninho vazio’. Vendo os filhos criados, já não tão dependentes, ela deseja novas

oportunidades na vida que não estejam limitadas pelas paredes de sua casa. Deseja expandir-se para o mundo e resgatar a independência perdida com o casamento” (Mardegan Jr., 1997:105 – grifos meus).

Se a mulher na idade da *loba* é a que olha para si mesma para descobrir o que há além, o homem na idade do *lobo* é aquele ameaçado pelo que há dentro de si. Se para ela a terapia é valorizada como meio para destas descobertas, para ele é a família que se sobressai:

“... uma ajuda profissional, com psicólogo ou psicoterapeuta, pode ajudar, mas o fortalecimento da relação com a esposa e com os filhos, a conquista da harmonia na vida familiar serão as verdadeiras bases deste processo de revisão do qual todos sairão fortalecidos” (Mardegan Jr., 1997:122).

Com o fito de desconstrução do que chama de modelo destrutivo – a saber, aquele que compele o sujeito do sexo masculino a comportar-se de acordo com o que parâmetros histórico-sociais julgam adequado para o reconhecimento de um homem – o autor acaba reificando o par da relação conjugal selada pelo matrimônio. E, como essa relação só pode ser heterossexual, já que são poucas as referências a outras formas de relacionamento afetivo, reifica-se, portanto, o outro polo: o papel da

esposa, da mãe – da mulher.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: SOBRE O GÊNERO DO CUIDADO.

Grande parte dos estudos sobre discursos de autoajuda alerta para a feminização do público alvo dessa produção cultural. Segundo Rebecca Hazleden, pesquisas quantitativas apontam para um público predominantemente feminino para a literatura de autoajuda, ao menos no contexto anglo-saxão (Hazleden, 2003:425). Tal sucesso é creditado, para Cynthia Schrager, ao papel que essa literatura ganha no interior de discussão não feminista de problemas femininos (Schrager, 1993:177): a chamada abdução do feminismo, para usar a expressão de Arlie Hochschild (1994).

Para Hochschild, o fenômeno torna-se ainda mais palpável quando se toma como referência determinado recorte no interior deste próprio mercado editorial. A naturalização da leitora é quase geral entre aqueles títulos que se dirigem aos problemas emocionais e afetivos, ao passo em que os homens supostamente consumiriam aqueles dedicados à motivação profissional e autopromoção

(Hochschild, 1994:20). O conjunto da obra desta autora, um dos principais nomes da sociologia das emoções estadunidense, fornece uma possibilidade de compreensão desta tendência. Em *The Managed Heart*, livro de 1983, Hochschild discute a tendência contemporânea de gerenciamento institucional dos sentimentos. Uma de suas principais perguntas é: o que acontece quando disposições emocionais dos trabalhadores fazem cada vez mais parte das próprias condições de trabalho? Ao se deparar com um quadro de crescente alienação emocional como atividade de trabalho de boa parte da população estadunidense, a socióloga nota uma clivagem de gênero: são os postos geralmente preenchidos por trabalhadoras que exigem em maior grau o que ela chama de trabalho emocional.

Falo aqui do termo em inglês *emotional labor*. A autora o distingue de *emotional work* e a diferença entre os dois termos parece estar nos fins aos quais se presta esse gerenciamento profundo das emoções, tomando como base uma polaridade típico-ideal entre público e privado: o primeiro tem a ver com interesses mais comerciais, ligados a capacidades profissionais e a um

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

rendimento salarial, enquanto o segundo encaixa-se mais em exigências interpessoais da ordem dos relacionamentos afetivos (Steinberg & Figgart, 1999:24).

Para Hochschild, a intrincada interface entre ideologia, subjetividade e padrões sentimentais distribui-se socialmente acompanhando hierarquias e dissimetrias vigentes. Se todos atuam sobre seus estados emocionais, uns o fazem mais que outros (Hochschild, 2003b:56) e as diferenças de status social acabam imprimindo suas cores também nesses processos.

“Já se passaram vinte anos desde que a autora cunhou o termo trabalho emocional para referir-se ao processo no qual as pessoas tomam como referência um padrão ideal construído na interação social, e procuram manusear e administrar suas emoções profundas para adequá-las a essa expectativa quando não estão se sentindo assim internamente” (Bonelli, 2004:357).

Hochschild chega a dizer que, quanto maior o status social da pessoa, mais suas emoções são levadas em conta; em contraposição, portanto, quanto mais subordinada sua posição, mais ela é institucionalmente chamada a atuar sobre seus estados emocionais na produção de um outro humor (Hochschild, 2003a:172). É nesse sentindo – e levando em conta toda a

configuração público *versus* privado constituinte da sociedade estadunidense contemporânea – que Hochschild visualiza a mulher como principal responsável pela construção e manutenção do tom emocional de grande parte das situações sociais (Hochschild, 2003a:20). Manuais de autoajuda destinados à compressão e ao aprimoramento dos relacionamentos afetivos – temas que fazem parte da produção abordada acima – dirigem-se ao público feminino porque essa parece ser a parte que cabe às mulheres na divisão social do trabalho emocional, enquanto aos homens, relacional e complementarmente, estariam vinculados valores mais ligados a um mundo das relações comerciais e/ou públicas.

Os experts da vida cotidiana, para usar a expressão de Featherstone & Hepworth (1998), como podem ser denominados os autores dos livros analisados, acionam, reformulam e reproduzem determinadas expectativas sócio-emocionais sobre a vida das pessoas que são atravessadas por diferentes marcadores sociais. Atuando quase como consultores em um mercado de investimentos emocionais, como coloca Hochschild, esses intermediários culturais colocam em

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

pauta concepções de masculinidade e de feminilidade significativas em nossa sociedade. Trata-se de códigos de gênero em circulação que associam ao polo feminino o cuidado dos outros e a uma postura de vida marcada pela disponibilidade afetivo-emocional.

Retomando a produção específica que venho analisando, sobre os livros que contribuíram significativamente para a construção discursiva da crise da meia-idade, com seus sintomas e soluções próprios, há de se dizer que este cuidado que tem gênero faz parte da sua constituição. A infantilização que a alcunha de bobo carrega parece pedir, em contrapartida, justamente a atenção, o cuidado, e a disponibilidade da parte da esposa. Colocam-se, para a mulher, as tarefas de compreensão das fragilidades do marido, aceitação de suas atitudes tempestuosas e, como se não bastasse, os esforços para o resgate do relacionamento. Parece estar sobre os seus ombros o dever de recuperação do *lobo* para o seio da família e do casamento – o que é feito através da sua disponibilidade ao diálogo e ao apoio. Os riscos da infantilização do *lobo* bobo parecem caber quase todos nas mãos da esposa, que deve, mais uma vez, *cuidar* para que isso não aconteça.

Ou, para ser um pouco mais condescendente e encarar a situação com olhos mais generosos, pode-se dizer que tanto os livros para a *lobo* quanto os para o *lobo* articulam estratégias de empoderamento da mulher: de um lado, por uma via mais individualizante e, por outro, como uma espécie de guia para o seu companheiro. De toda forma, o que essa produção parece colocar, assim como Marko Monteiro encontrou em sua pesquisa sobre masculinidades na Revista *Vip*, é que o (auto) cuidado não é tomado como um tema tão óbvio quando se fala em masculinidade como quando é feito para a feminilidade.

BIBLIOGRAFIA

- ALVES, Vera Lucia Pereira. 2005. *Receitas Para a Conjugalidade Uma Análise da Literatura de Auto-Ajuda*. Tese de Doutorado. Campinas: Universidade Estadual de Campinas/Faculdade de Educação.
- BASSIT, Ana Zahira. 2000. O Curso de Vida como Perspectiva de Análise do Envelhecimento na Pós-Modernidade. In.: DEBERT, Guita Grin & GOLDSTEIN, Donna M. (orgs.) *Políticas do Corpo e Curso da Vida*. São Paulo: Sumaré. pp. 217 – 234.
- CASTRO, Talita Pereira de. 2009. *Auto-Ajuda e a Reificação da*

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

- Crise da Meia-Idade*. Dissertação de Mestrado. Campinas: Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. 214 p. Disponível em: <http://libdigi.unicamp.br/docume nt/?code=000472524>.
- DEBERT, Guita Grin. 1998. Pressupostos da Reflexão Antropológica sobre a Velhice. In.: DEBERT, Guita Grin (org.) *Antropologia e Velhice*. Textos Didáticos 13. 2ª ed. Campinas: IFCH/Unicamp. pp. 7 – 27.
- _____. 1999a. *A Reinvenção da Velhice: Socialização e Processos de Reprivatização do Envelhecimento*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo/Fapesp.
- _____. 1999b. Apresentação. *Cadernos Pagu* 13:7 – 10.
- _____. 1999c. Velhice e o Curso da Vida Pós-Moderno. *Revista USP* 42:70 – 83.
- _____. 2000. Terceira Idade e Solidariedade entre Gerações. In.: DEBERT, G. G. & GOLDSTEIN, Donna M. (orgs.) *Políticas do Corpo e Curso da Vida*. São Paulo: Sumaré. pp. 301 – 317.
- _____. 2004. A Cultura Adulta e a Juventude como Valor. *Kairós* 7(2):21 – 44.
- _____. 2010. A Dissolução da Vida Adulta e a Juventude como Valor. *Horizontes Antropológicos* 16 (34):49 – 70.
- DUARTE, Luis F. D. & CARVALHO, Emilio N. 2005. Religião e Psicanálise no Brasil Contemporâneo: Novas e Velhas *Weltanschauungen*. *Revista de Antropologia* 48(2):473 – 500.
- FEATHERSTONE, Mike. 1998. O Curso da Vida, Cultura e o Imaginário no Processo de Envelhecimento. Trad.: Deborah Stuchi. In.: DEBERT, Guita Grin (org.) *Antropologia e Velhice*. Textos Didáticos 13. 2ª ed. Campinas: IFCH/Unicamp. pp. 45 – 64.
- FEATHERSTONE, Mike & HEPWORTH, Mike. 1998. The Male Menopause: Lay Accounts and the Cultural Reconstruction of Midlife. In.: NETTLETON, Sarah & WATSON, Jonathan. *The Body In Everyday Life*. Londres: Routledge. pp. 276 - 301.
- _____. 2000. Envelhecimento, Tecnologia e o Curso da Vida Incorporado. Trad.: Giselle Grecco Ferreira. In.: DEBERT, Guita Grin & GOLDSTEIN, Donna M (orgs.) *Políticas do Corpo e Curso da Vida*. São Paulo: Sumaré. pp. 109 – 132.
- FONTES, Mariana C. O., PEREIRA, Maria L. C. & PIMENTEL, Regina M. C. 1994. *Mulher 40 Graus à Sombra: Reflexões Sobre a Vida a partir dos 40 Anos*. 18ª ed. Rio de Janeiro: Objetiva.
- FRANCO, Andrea. 2008. *40 Sim! E Daí? Um Guia de Qualidade de Vida para as Mulheres Depois dos 40 Anos*. São Paulo: Idéia&Ação/Matrix.

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

- HACCKING, Ian. 2002. Kind-Making: The Case of Child Abuse. In.: HACCKING, I. *The Social Construction of What?* Harvard: Harvard University Press. pp. 124 – 162.
- HARAVEN, Tamara K. 1999 [1995]. Novas Imagens do Envelhecimento e a Construção Social do Curso da Vida. Trad.: Plínio Dentzein. *Cadernos Pagu* 13:11 – 36.
- HAZLEDEN, Rebecca. 2003. Love Yourself: The Relationships of the Self with Itself in Popular Self-Help Books. *Journal of Sociology* 39(4):413 – 428.
- GIDDENS, Anthony. 1993 [1992]. *A Transformação da Intimidade: Sexualidade, Amor & Erotismo nas Sociedades Modernas*. Trad.: Magda Lopes. São Paulo: Editora da Unesp.
- _____. 2002 [1999]. *Modernidade e Identidade*. Trad.: Plínio Dentzein. Rio de Janeiro: Zahar Editor.
- HOCHSCHILD, Arlie Russell. 1994. The Commercial Spirit of Intimate Life and the Abduction of Feminism: Signs from Women's Advice Books. *Theory, Culture & Society* 11:1 – 24.
- _____. 2003a [1975]. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*. 2ª ed. Berkley: The University of California Press.
- _____. 2003b. *The Commercialization of Intimate Life: Notes from Home and Work*. Berkley, Los Angeles & London: The University of California Press.
- LEMOS, Regina. 1996 [1994]. *Quarenta: A Idade da Loba*. 11ª ed. São Paulo: Globo.
- LOCK, Margaret. 1993. *Encounters With Aging: Mythologies of Menopause in Japan and North America*. Berkley, Los Angeles & London: The University of California Press.
- MARDEGAN JR, Elyseu. 1994 [1993]. *A Idade do Lobo*. São Paulo: Mercury. 102 p.
- _____. 1997. *Homem 40 Graus: A Hora do Lobo*. São Paulo: Mercury. 127 p.
- MONTEIRO, Marko. 2001. Corpo e Masculinidade na Revista *Vip Exame*. *Cadernos Pagu* 16:235 – 266.
- NIELSON, Brett. 2003. Globalization and the Biopolitics of Aging. *The Centennial Review* 3(2). pp. 161- 186.
- PISCITELLI, Adriana. 2008. Interseccionalidades, Categorias de Articulação e Experiências de Migrantes Brasileiras. *Sociedade & Cultura* 11(2). pp. 263 – 274.
- REIS, Léa Maria Aarão. 1999. *50/60 Anos. Além da Idade do Lobo: A Vitalidade da Segunda Juventude*. Rio de Janeiro, Campus. 217 p.
- ROSE, Nikolas. 1998 [1989]. Governando a Alma: A Formação do Eu Privado. Trad.: Tomaz Tadeu da Silva. In.: SILVA, Tomaz Tadeu (org.) *Liberdades Reguladas: A Pedagogia Construtivista e Outras Formas de Governo do Eu*. 2ª ed. Petrópolis: Vozes. pp. 30 – 45.

DIFERENÇAS E DESIGUALDADES NA AUTOAJUDA BRASILEIRA

SALEM, Tania. 1992. *Manuais Modernos de Auto-Ajuda: Uma Análise Antropológica sobre a Noção de Pessoa e suas Perturbações*. Série Estudos em Saúde Coletiva 7. Rio de Janeiro: UERJ/IMS. 36 p.

SIMÕES, Julio Assis. 2004. Homossexualidade Masculina e Curso da Vida: Pensando Idades e Identidades Sexuais. In.: CARRARA, Sergio, GREGORI, Maria Filomena & PISCITELLI, Adriana. (orgs.) *Sexualidades e Saberes: Convenções e Fronteiras*. Rio de Janeiro: Garamond Universitária. pp. 416 – 447.

SCHRAGER, Cynthia D. 1993. Questioning the Promise of Self-Help: a Reading of Women Who Love Too Much. *Feminist Studies* 19(1):177 – 192.

SHEEHY, Gail. 1980 [1974]. *Passagens: Crises Previsíveis da Vida Adulta*. Trad.: Donaldson M. Garschagen. 3ª ed. Rio de Janeiro: Francisco Alves.

STEINBERG, Ronnie J & FIGART, Deborah M. 1999. Emotional Labor Since *The Managed Heart*. *Annals of The American Academy of Political and Social Sciences* 561:8 – 26.

¹ Doutoranda Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Unicamp. Fapesp. Endereço eletrônico: talitapcastro@gmail.com

² Levando-se em conta a clássica diferenciação entre comunidade e sociedade elaborada por Tönnies, 1887.

³ Sua editora, Globo, no entanto, não soube me informar os números relativos aos exemplares vendidos.