

VIRGIE TOVAR

MEU CORPO,

**MINHAS
MEDIDAS**

Resumo de Meu Corpo, Minhas Medidas

Crescendo como uma garota gorda, Virgie Tovar acreditava que seu corpo era algo a ser "melhorado"; mas depois de duas décadas de dieta e culpa constante, ela superou isso – e se deu de presente a liberdade de confiar em seu próprio corpo; desde então, ela ajuda outras a fazerem o mesmo; tovar está faminta por um mundo onde os corpos são valorizados igualmente.

"Eu queria que alguém tivesse me contado, há uns vinte e oito anos, que não havia nada de errado em ser gorda, e que, na verdade, era bem irado ser gorda; eu gostaria que vivêssemos em uma cultura onde as pessoas de todos tamanhos fossem tratadas com toda a dignidade e humanidade que cada um de nós merece." Em linguagem concisa e franca, Meu corpo, minhas medidas discorre sobre a gordofobia, desmantelando noções sexistas de moda, e ensinando como rejeitar a maior mentira da cultura da dieta: que as pessoas gordas precisam emagrecer para começar a melhor parte da sua vida; comece já a melhor parte da sua vida.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)