

O ESTILO E A POLITICA DE ESCOLHA DE ORAÇÕES NA REALIZAÇÃO TEXTUAL

Záira Bomfante dos Santos (UFMG)
Zaira-santos@hotmail.com

Resumo

Considerando os estudos desenvolvidos pela Gramática Sistêmico-Funcional, neste trabalho, investigamos as escolhas das orações e a orquestração das relações de interdependência lógico-semântica que realizam o texto e configuram o seu estilo. Essa investigação se reflete na análise de uma reportagem cujo escopo tece uma apreciação sobre saúde. A discussão apóia-se nas premissas propostas Halliday & Matthiessen (2004) e na noção de estilo e política de escolha proposto por Kress (2010).

Palavras-chave: política de escolha, relações de interdependência, estilo

Abstract

Based on the research in Systemic Functional Grammar, this paper studies the choices of clauses and the orchestration of logic semantic relations that perform in text and configure its style. This research analyzes one story whose scope deals with health. The discussion lies on the assumptions proposed Halliday & Matthiessen (2004) and the notion of style and policy of choice proposed by Kress (2010).

Keywords: policy of choice, relation of interdependency, style

Introdução

Na era da informação, a disponibilidade cada vez maior de recursos de comunicação e a rápida expansão das tecnologias a serviço da informação e da ação social, compreender a construção e a tessitura do texto não é uma tarefa tão fácil, pois traz consigo várias questões, dentre elas a multiplicidade de linguagens nos textos contemporâneos, o processo de escolhas dos modos semióticos, das orações, do vocabulário etc. na veiculação de um discurso.

Tentando lançar um olhar no design dos textos, este trabalho objetiva analisar, especificamente, o processo de escolha das orações, como estão interligadas e como se dão suas orquestrações na constituição de reportagens que versam um discurso em torno do escopo '*Saúde*'. Essa análise terá como base as premissas de Halliday & Matthiessen (2004) sobre a articulação lógico-semântica das orações bem como a noção do conceito de *estilo* dentro do design de um texto proposto por Kress (2010).

Como objeto de investigação foi feito um recorte e eleita uma reportagem de um periódico de Saúde do contexto brasileiro, considerando a dimensão social que esses textos se inserem. O objetivo da reportagem é lançar uma campanha contra a obesidade no Brasil, assim, vai destacando para o seu leitor motivos e maneiras para estar em forma. Considerando as mudanças no conceito de vida/corpo saudável, podem ser detectadas nas diferentes abordagens dadas pela mídia ao assunto. Os discursos midiáticos – da publicidade ao jornalismo – fazem parecer não haver outro caminho para a grande maioria dos homens e mulheres se não se relacionar consigo mesmo e com sua vida de acordo com os discursos, as imagens e os pressupostos veiculados pelos meios de comunicação. Neste viés, propomos observar a realização do texto, como sua rede discursiva vai se tecendo dentro da unidade semântica.

1- A noção de texto delineada pela Gramática Sistêmico-Funcional

Na perspectiva funcional da linguagem, centra-se uma reflexão da noção de *função*. Essa noção é vista como o papel que a linguagem desempenha na vida dos indivíduos servindo aos muitos e variados tipos de demanda. A linguagem se desenvolveu para satisfazer a necessidades humanas, e o modo como ela é organizada é funcional com respeito a essas necessidades. Nesses moldes, segundo Neves (2011), rejeita-se o cuidado com pura competência para organização gramatical de frases e considera-se que as estruturas linguísticas refletem as configurações de funções, sendo as diferentes funções os diferentes modos de significação no enunciado.

A noção de texto passa compreendida como um fenômeno semântico cujo significado se desdobra em um contexto de situação particular (Halliday & Matthiessen, 2004, p.587). Assim, compreendido como uma unidade de significado, o texto não se constitui de orações, mas é realizado por intermédio de orações que se localizam em dois estratos: o semântico (estrato do significado) - e o lexicogramatial (estrato dos fraseados).

Considerando a definição de texto como, segundo Gouveia (2009, p. 18), “uma coleção harmoniosa de significados apropriados ao seu contexto, com um objetivo comunicativo”, em outras palavras, uma unidade semântica que se realiza através das orações em um contexto de uso, depreende-se que ele vai se desdobrando a partir das relações de interdependências lógico-semânticas entre as orações na constituição de sequências semânticas. Uma sequência semântica é realizada por uma série de orações complexas. Semanticamente, o efeito de combinação de orações em uma oração complexa é um das maneiras de integração de sentido: as sequências que são realizadas gramaticalmente em uma oração complexa são construídas como sendo sub-sequências dentro de uma sequência total de eventos.

1.1- As relações de interdependência das orações

Partindo da noção de que a oração complexa se constitui por meio das relações de interdependência entre duas ou mais orações e tomando como ponto de partida as orações complexas, Halliday & Matthiessen (2004) apresenta dois sistemas básicos que determinam como uma oração se liga a outra. Esses dois sistemas são: a) TAXIS, que determina o grau de interdependência entre as orações e b) AS RELAÇÕES LÓGICO-SEMÂNTICAS. O primeiro se divide em parataxe e hipotaxe. Já o segundo, diz respeito à projeção e à expansão.

Em relação ao grau de interdependência (i): hipotaxe/parataxe, todas as orações ligadas por uma relação lógico-semântica são interdependentes: que refere-se ao sentido da estrutura relacional – uma unidade é independente de outra unidade. Duas orações relacionadas como interdependentes em um complexo podem ser tratadas com status igual. O grau de interdependência é conhecido tecnicamente como *taxis*, e os dois níveis diferentes de interdependência como *parataxe* (status iguais) e *hipotaxe* (status desiguais). A *hipotaxe* é a relação entre um elemento dependente e seu dominante, o elemento na qual ele é dependente. Contrastando com a parataxe, na qual a relação entre os dois elementos possuem status iguais, um inicia e outro continua. As estruturas hipotáticas são representadas por letras gregas. Para estruturas paratáticas representamos por notação numérica 1 2 3, como ilustra o quadro a seguir:

QUADRO 1 – Notação das orações

	Primeira	Secundária
Parataxe	1 (iniciando)	2 (continuando)
Hipotaxe	α (dominante)	β (dependente)

Fonte: Quadro baseado em Halliday & Matthiessen (2004, p.376)

No que se refere às relações lógico-semânticas (ii): *expansão e projeção* há uma vasta gama de diferentes relações lógico-semânticas. Isto é, onde o que está sendo ligado por uma relação lógico-semântica não é uma única oração, mas sim um sub-complexo – uma oração nexus. Todas as estruturas “lógicas” na linguagem são ou (a) paratáticas ou (b) hipotáticas. A oração complexa envolve relações de ambos os tipos. Uma oração complexa típica é uma mistura de sequências paratáticas e hipotáticas, cada uma delas podendo ser agrupadas dentro da outra.

Contudo, é possível agrupar as relações lógico-semânticas em dois grupos gerais, baseando em dois tipos de relação: (1) *Expansão*: a oração secundária expande a oração primária por (a) *elaboração*: uma oração elabora o sentido de outra por meio de uma especificação mais profunda ou de uma descrição; (b) *extensão* - uma oração estende o significado de outra, adicionando; (c) *intensificação*: uma oração intensifica (realça) o significado de outra; (2) *Projeção*: a oração secundária é projetada através da oração primária, que a coloca como (a) uma locução ou (b) uma idéia. Dentro das categorias gerais de expansão e projeção, podemos reconhecer alguns subtipos como demonstra a notação abaixo para representá-las.

(1) Expansão

elaboração	=	(‘igual’)
extensão	+	(‘está adicionado a’)
intensificação	x	(‘está multiplicado por’)

(2) Projeção

locução	“	(aspas duplas)
idéia	‘	(aspas únicas)

Considerando as noções propostas por Halliday & Matthiessen (2004) em relação à interdependência entre as orações¹, é fundamental destacar a configuração das orações dentro de um contexto situacional onde se dá a troca de significados. A forma como as orações estão dispostas em uma situação de comunicação demarca quais configurações semânticas podem figurar a materialidade textual além das características do registro do texto. Nesta via, a escolha, ou em um diálogo com as premissas de Kress (2010), a *política de escolha* das orações dentro do texto reflete sua organização discursiva, os objetivos comunicacionais bem como o *estilo* proposto a partir design da mensagem.

2- A concepção sociosemiótica de estilo

¹ Halliday & Matthiessen tratam dos casos de encaixamento como constituintes dentro de uma oração, representados pela notação [[]]. Neste trabalho, não será discutido os casos de encaixamento.

Ao delinear um cenário em que trata das questões do significado na comunicação contemporânea sob a perspectiva da Semiótica Social, Kress (2010) discute como os modos semióticos são usados na comunicação produzindo um estilo de significados a partir de uma política de escolha. Na comunicação diversos modos são usados simultaneamente formando um conjunto modal, baseado em designs. No *design* repousa as seleções e o arranjo de recursos para a produção de uma determinada mensagem sobre uma questão específica para um público.

No processo de elaboração de uma mensagem, o produtor faz uma representação de algo a partir do seu interesse. Esse interesse é a fonte da seleção dos critérios a partir dos quais o objeto é percebido, sendo esses aspectos considerados como adequados para sua representação em um dado contexto. É a partir dessa noção de interesse que serão feitas as escolhas dos modos semióticos, considerados aptos para a situação comunicativa bem como suas orquestrações na representação discursiva. Para Kress

A comunicação sempre foi e continuará a ser sujeita as concessões sociais, culturais, econômica e políticas. O espaço, as condições, as escolhas são mediadas pelos interesses de grupos sociais de modo que as práticas, recursos e tecnologias de comunicação respondem, em ritmos diferentes em momentos diferentes, para o desenvolvimento social, econômico e tecnológico. (KRESS, 2010, p.19)

As escolhas, mediadas a partir de interesse, para o autor, está sempre circunscritas por alguma forma de poder, seja financeiro, social, cultural etc. Nesta perspectiva, a noção de escolha diz respeito, em primeira instância, às variadas formas de significação providas pelo sistema linguístico e, em segunda instância, ao potencial que atores sociais têm de escolher formas que consideram mais aptas e plausíveis para a comunicação.

A política de escolha realizada na construção de uma mensagem define o estilo da produção dos significados. Assim, cada sistema de escolha de composição de significados pode ser interpretado como formas de *estilo*. É nesse ponto que se centra a discussão do próximo item, em observar as escolhas das orações que realizam o texto, compreendendo o estilo de significados em um contexto situacional da linguagem entrelaçado aos objetivos comunicacionais.

3- A política de escolha das orações em Saúde

Lançando um olhar sobre as escolhas das orações que realizam a reportagem de capa da revista Saúde, objeto de análise deste trabalho, encontramos uma disposição de orações que vão elencando para o leitor 11 motivos para manter-se no peso e 8 maneiras para entrar em forma. Essa enumeração de motivos e maneiras de se manter em forma com saúde explora a argumentatividade do texto reforçando as principais idéias da reportagem. Considerando, assim, as relações de interdependência lógico-semânticas, temos o seguinte levantamento:

QUADRO 2 - Levantamento das orações em *Saúde*

TAXIS	EXTENSÃO	ELABORAÇÃO	REALCE	TOTAL
PARATAXE	27	7	11	45
HIPOTAXE	1	14	16	31

PROJEÇÃO	IDEIA	LOCUÇÃO	TOTAL
PARATAXE	2	18	20
HIPOTAXE	-	-	0

Fonte: elaboração própria

Na tessitura do texto, baseado nos dados consolidados (em anexo), nota-se um traço comum: a predominância de orações que se expandem por extensão no eixo da parataxe. Uma oração liga-se a outra do mesmo *status* estendendo o seu significado pelo acréscimo de uma nova informação. Esse acréscimo busca trazer esclarecimentos para o leitor, explicitando as ações e necessidades de consciência e cuidados com a saúde, mais especificamente com a obesidade:

(1) 1+2[[]] *III* Com o intuito de frear essa epidemia, a Editora Abril, com as revista SAÚDE! e BOA FORMA e o site MdeMulher, lança a campanha Emagrece Brasil. *III E nada melhor que dar o pontapé inicial nessa empreitada* [[apontando razões inusitadas para entrar em forma.]] *III*

(2) “2^3^1^4^+5^6 *III* “A situação é alarmante. *III* Até mesmo os países desenvolvidos não conseguirão lidar com os custos desse fenômeno caso seu crescimento continue no ritmo atual”, *II* avisa o endocrinologista carioca Walmir Coutinho, da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (Abeso). *III* “É necessário mudar políticas, comportamentos *e II* investir em atitudes voltadas para um estilo de vida mais saudável”, prescreve. *III*

Outra característica comum na reportagem é a ocorrência, no eixo da parataxe, de orações de elaboração, materializada de forma diferente, trazendo um comentário explanatório da primeira oração, especificando-a para o leitor para facilitar a compreensão de determinadas informações:

(3) $\alpha^{\beta+1}=2$ *III* Semelhante ação ocorre com alguns medicamentos, *II* processados no órgão para aliviar males *II* ou para preveni-los. *II* Em outras palavras, é responsabilidade dessa fábrica natural converter substâncias potencialmente envenenadores em outras pouco nocivas ou até benéficas. *III*

Tanto no eixo da parataxe quanto da hipotaxe, diversas são as ocorrências de orações de realce que trazem aspectos circunstanciais, com mais frequência, de modo e causa. Essas orações determinam o resultado da ação de alguns participantes bem como seus propósitos e efeitos:

(4) $x\beta^{\alpha}$ *III* Para marcar a estreia da campanha, *II* a gente apresenta 11 vantagens inusitadas de se manter em paz com o ponteiro da balança e oito maneiras de chegar a esse armistício em prol de ficar verdadeiramente em forma. *III*

(5) $x\beta^{\alpha}$ *III* Por meio de ações em escolas, eventos para estimular a prática de atividades físicas, conteúdos em revistas e muito mais, *II* a iniciativa pretende encarar a obesidade de peito aberto. *III*

(6) $1^2\wedge x\beta^{\alpha}$ [[]] *III* Em uma nova recomendação, associações voltadas ao estudo dessa doença reiteram a importância do porte físico ideal na prevenção contra ao menos 15 tipos de tumor. *III III* O de mama, inclusive, foi alvo de cientistas do Centro de Pesquisas em Câncer Fred Hutchison, nos Estados Unidos. *III Após analisar dados de*

155 mil mulheres, *II* eles concluíram [[que as donas de curvas muito avantajadas têm 35% mais risco de desenvolver uma forma extremamente agressiva dessa versão do mal]]. *III*

(7) “ $2^1 1^3 x^4$ *III* “A hipertensão, típica em pacientes com peso elevado, propicia as complicações na retina”, *II* informa Walmir Coutinho, da Abeso. *III* Nesse caso, o sangue chega sob forte pressão e, *assim, II não alimenta a área adequadamente. III*

Essa regularidade constitui, assim, uma característica da retórica do texto que visa em toda sua arquitetura realçar informações que detalham as causas, efeitos e propósitos de elementos a serem esclarecidos e argumentados como importantes para a manutenção da saúde. Segundo Giddens (1997, p. 4), nas sociedades as pessoas recorrem a peritos, especialistas que lhes ajudam a organizar as informações necessárias para lidar na vida diária. Os sistemas de peritos incluem não só a ciência, mas todos os tipos de manuais, guias, trabalhos terapêuticos, livros de autoajuda e a mídia de massa, que contribuem para a reflexividade moderna. Logo, dentro periódico apreciado, torna-se coerente a utilização de orações que realçam modos, causas, efeitos que assentam traços específicos de informações que possibilitam esclarecimento de conhecimento para lidar com a saúde no dia a dia.

Considerando, ainda, a mobilidade das orações de realce, de acordo com Halliday e Matthiessen (2004, p. 393), as orações hipotáticas no início do período – posição temática – servem para estabelecer um contexto local no discurso para a oração principal, refinando algum aspecto já mencionado e servindo de ponto de partida para a oração principal, criando, assim, um elo para o discurso prévio. Esse traço revela o refinamento de informações na narrativa da reportagem que, no nível textual, garantem a articulação das informações mencionadas com aquelas que serão adicionadas, o que possibilita o processamento das ideias trazidas para o texto.

No nível da hipotaxe, o que é recorrente entre os dados é a manifestação de orações de elaboração. As orações de elaboração trazem maior caracterização do que é tomado como específico. Elas carregam informações que detalham a oração principal, criando condições de compreensão de termos e temas que podem não ser tão comuns no contexto do leitor:

(8) $1^2 + 3\alpha = \beta$ *III* A alimentação carregada de carboidratos simples eleva os níveis de triglicérides, *II* reduz as taxas do bom colesterol, o HDL, *II* e catapulta as da versão ruim, o LDL, sobretudo as de partículas pequenas, *II que se infiltram com mais facilidade na parede dos vasos. III*

(9) $\alpha x^2 = \beta x \beta = \beta$ *III* Ela faz subir os níveis de LDL, o mau colesterol. *II* E, na comida, interfere com a textura, *II* deixando tudo mais crocante *II* porque, assim como a saturada, é mais sólida, diferente dos ômega e das mono, *II que são fluidos. III*

(10) $x\beta \alpha \alpha = \beta^1$ *III* Para deixar o menu mais saboroso, *II* aposte nas pimentas. *III* “Elas possuem capsaicina, *II que estimula a produção de hormônios contribuintes ao controle do apetite*”, *II* aponta Beatriz. *III*

(11) $1^1 \alpha = \beta$ *III* De novo, os acidentes vasculares cerebrais são os culpados. *III* Eles têm o poder devastador de inutilizar regiões da massa cinzenta – entre elas o hipocampo, *II que apresenta uma relação estreita com nossas recordações. III*

Com relação às projeções, elas ocorrem em maior incidência no nível da parataxe sob a forma de locução. Em todo o texto, elas trazem a voz dos especialistas aferindo credibilidade e legitimidade às informações que estão situadas no campo saber formal, científico:

(12) “2=3^1 III “*Alimentos assim têm baixa densidade energética, II ou seja, aumentam o volume da dieta sem acrescentar calorias*”, II esclarece Beatriz Botéquio, nutricionista da Equilibrium Consultoria, em São Paulo. III

(13) “2^1 III “*Os magros produzem menos substâncias precursoras de diversos cânceres*”, II indica a endocrinologista Alessandra Rascovski, da sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (Sbem), na capital paulista. III

Em se tratando do domínio das projeções, predomina, a representação linguística no nível paratático. As falas trazidas de forma direta são atribuídas aos especialistas aferindo autoridade a essa voz e respeito à proposição (MARTIN; WHITE, 2005, p. 113). Esse movimento acentua o diálogo de vozes presentes no texto e configura o que Fairclough (2003, p. 98) trata como uma estratégia de legitimação por meio da referência da voz investida de autoridade institucional. Os dados explicitam o jogo de vozes de especialistas, acentuando o entremeamento de fronteiras entre o campo erudito (universo científico) e o campo popular e o de massa. A presença de especialistas nas publicações especializadas sobre saúde cumpre o papel de filtrar informações e conhecimentos da seara científica para o universo e linguagem dos leitores.

Diante dos dados elencados, nota-se uma política de escolha das orações na realização do texto para a materialização discursiva em torno dos cuidados com o corpo, a saúde e a boa forma. As análises demonstram que o texto vai sendo construído a partir da combinação de orações complexas que estabelecem a integração de sentido: as sequências que se realizam gramaticalmente em orações complexas são construídas como subsequências dentro de uma sequência total de eventos que constrói todo o texto. Logo, essas combinações em orações complexas no texto se dão no eixo lógico por parataxe e hipotaxe e no eixo semântico por extensão e projeção.

As realizações das orações dentro do texto revelam um padrão na reportagem de *Saúde*. Buscando cumprir seu objetivo comunicacional, o texto avança pela inserção de informações por meio de *expansões paratáticas*; delimitam informações mediante comentários, em muitas ocorrências, referentes aos detalhes de informações e ao aspecto particular dos participantes por *elaborações hipotáticas*; trazem *informações circunstanciais* que apoiam as orações principais e orientam o movimento de informações; por meio das *projeções de locução* revelam os depoimentos dos especialistas, que acentuam as escolhas adequadas de um estilo de vida saudável através conselhos e informações científicas.

A combinação entre essas variedades de escolha resulta no texto como uma unidade de compreensão e um estilo de significados que converge para o compartilhamento de conhecimentos para cuidar da saúde bem como esclarecimentos de como deve ser esse cuidar a partir de vozes investidas de autoridade no assunto tratado.

Conclusão

A realização do texto analisado se dá a partir da orquestração de orações quem garantem a sua progressão bem como o desenvolvimento retórico. A instância produtora

preocupada em lançar uma campanha contra a obesidade e veicular um discurso em prol de um estilo vida saudável, vai elaborando a sequências, que se realizam a partir das relações de interdependência lógico semânticas, na realização do texto como uma coleção harmoniosa de significados, com um objetivo comunicativo.

Na realização das sequências no interior do texto, é realizada uma política de escolha de orações na configuração do seu estilo. O texto progride pelo acréscimo de informações a partir de orações paratáticas de extensão. O detalhamento de informações e esclarecimento de termos para o leitor é realizada pela escolha de orações hipotáticas de elaboração. As orações de realce no texto trazem um papel orientativo em relação à leitura bem como a explicitação de causas, modos e efeitos que trazem traços específicos de informações que validam argumentos trazidos e a adoção de hábitos sugeridos no decorrer do texto. As orações de projeção são recorrentes por locução paratática, as vozes de especialistas - autoridades do assunto tratado - são trazidas para o texto para validar as informações trocadas com o leitor.

O texto se realiza a partir das escolhas das orações, das relações estabelecidas através da extensão, elaboração, realce e projeção. Essas relações operam no funcionamento do texto como um meio do escritor (jornalista) atingir determinados objetivos: disponibilizar a organização e articulação da informação para o leitor consumi-la, processá-la e trazer para o seu mundo cotidiano. Essas relações envolvem cada oração e formam um padrão que conecta todas as orações em uma unidade, refletindo a organização discursiva do texto bem como o seu estilo.

ANEXO

Estrutura	Levantamento das orações analisadas
1^2	<i>III</i> A obesidade, hoje carrega a menção um pouco honrosa de grave problema de saúde pública. <i>III III</i> Com o intuito de frear essa epidemia, a Editora Abril, com as revista SAÚDE! e BOA FORMA e o site MdeMulher, lança a campanha Emagrece Brasil.
+1[[]]	<i>III</i> E nada melhor que dar o pontapé inicial nessa empreitada [[apontando razões inusitadas para entrar em forma.]] <i>III</i>
1^x2=3	<i>III</i> A primeira vista, vêem-se poucas semelhanças entre os Estados Unidos, uma das maiores e ricas potências do planeta, e a pequena pobre república de Nauru, ilha localizada na Oceania. <i>III</i> Os dois países, no entanto, se aproximam no quesito índice de massa corporal médio de suas populações: <i>II</i> ambas superam de longe o número 25, limite entre a normalidade e o sobrepeso. <i>III</i>
1^2^3	<i>III</i> Pior é que esse pesado fardo está longe de ser privilégio dos dois povos citados. <i>III</i> Afinal, em apenas 30 anos o número de obesos no mundo dobrou. <i>III</i> Aqui, mais da metade dos brasileiros tem gordura de sobra no corpo. <i>III</i>
“2^3^1	<i>III</i> “A situação é alarmante. <i>III</i> Até mesmo os países desenvolvidos não conseguirão lidar com os custos desse fenômeno caso seu crescimento continue no ritmo atual”, <i>II</i> avisa o endocrinologista carioca Walmir Coutinho, da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (Abeso). <i>III</i>
“2^+3^1	<i>III</i> “É necessário mudar políticas, comportamentos e <i>II</i> investir em atitudes voltadas para um estilo de vida mais saudável”, prescreve. <i>III</i>
1	<i>III</i> A opinião desse especialista remete a muitos dos objetivos do Emagrece, Brasil. <i>III</i>
xβ^α	<i>III</i> Por meio de ações em escolas, eventos para estimular a prática de atividades físicas, conteúdos em revistas e muito mais, <i>II</i> a iniciativa pretende encarar a obesidade de peito aberto. <i>III</i>
α^+β^+1+2	<i>III</i> No site da revista, você fica sabendo da programação, <i>II</i> além de encontrar informações confiáveis e <i>II</i> estratégias para perder eventuais quilos extras. <i>III</i> E, sobretudo, terá oportunidade de passar esse desafio adiante. <i>III</i>
1’[[]]	<i>III</i> Essa, aliás, é a principal ideia: [[que todos ajudem a criar um Brasil saudável, <i>II</i> uma causa que SAÚDE! sempre defendeu.]] <i>III</i>
xβ^α	<i>III</i> Para marcar a estreia da campanha, <i>II</i> a gente apresenta 11 vantagens inusitadas de se manter em paz com o ponteiro da balança e oito maneiras de chegar a esse armistício

	em prol de ficar verdadeiramente em forma. <i>III</i>
1-PARA SE PREVENIR CONTRA O CÂNCER ...	
1^2	<i>III</i> Em uma nova recomendação, associações voltadas ao estudo dessa doença reiteram a importância do porte físico ideal na prevenção contra ao menos 15 tipos de tumor. <i>III</i> O de mama, inclusive, foi alvo de cientistas do Centro de Pesquisas em Câncer Fred Hutchison, nos Estados Unidos. <i>III</i>
xβ^α[[]]	<i>III</i> Após analisar dados de 155 mil mulheres, <i>II</i> eles concluíram [[que as donas de curvas muito avantajadas têm 35% mais risco de desenvolver uma forma extremamente agressiva dessa versão do mal]]. <i>III</i>
“2^1	<i>III</i> “Os magros produzem menos substâncias precursoras de diversos cânceres”, <i>II</i> indica a endocrinologista Alessandra Rascovski, da sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (Sbem), na capital paulista. <i>III</i>
Incêndio pelo corpo	
1’[[]] ‘+2^3	<i>III</i> Sabe-se [[que uma pança volumosa contribui para inflamações.]] <i>II</i> E elas, acreditam os especialistas, dificultam as respostas de defesa do organismo contra as células tumorais. <i>III</i>
2... MANTER A VISÃO EM DIA	
1=2	<i>III</i> Altas taxas de gordura corporal contribuem para o surgimento do diabetes tipo 2, <i>II</i> uma enfermidade responsável por, entre outras coisas, minar os vasos sanguíneos, inclusive os que irrigam os olhos. <i>III</i>
x1^α[[]]	<i>III</i> Todavia, mesmos barrigudos livres da chateação caracterizadas pelos montes de açúcar no sangue estão ameaçados [[de perder a capacidade de enxergar bem antes da hora.]] <i>III</i>
“2^1	<i>III</i> “A hipertensão, típica em pacientes com peso elevado, propicia as complicações na retina”, <i>II</i> informa Walmir Coutinho, da Abeso. <i>III</i>
1^x2	<i>III</i> Nesse caso, o sangue chega sob forte pressão e, assim, <i>II</i> não alimenta a área adequadamente. <i>III</i>
1+2^xβ^α	<i>III</i> Desnutrida, ela começa a definhar - <i>II</i> e é aí que as luzes vão se apagando. <i>III</i> Quando isso acontece, <i>II</i> não tem volta. <i>III</i>
3... INCREMENTAR O SEXO	
1[[]] xβ^α	<i>III</i> Está aí uma atividade [[que alia prazer e gasto calórico!]] <i>III</i> Pena que, conforme o umbigo vai para frente, <i>II</i> a libido dos homens recua. <i>III</i>
1+2+3	<i>III</i> É que os gordinhos contam com menos testosterona, hormônio relacionado ao apetite sexual. <i>II</i> Mas outro fator influencia tantos marmanjos como mulheres – <i>II</i> e não estamos falando de auto estima. <i>III</i>
1^xβ^α^=β	<i>III</i> Na realidade, a vagina e o pênis contêm vasos capilares por onde o sangue passa intensamente na hora agá. <i>II</i> E, como todo o sistema cardiovascular de alguém rechonchudo é prejudicado, <i>II</i> esses tubinhos deixam de funcionar direito, <i>II</i> o que pode culminar em disfunção sexual. <i>III</i>
4... NÃO PERDER O FÔLEGO	
1[[]]	<i>III</i> Quem está em dia com a balança oferece o espaço necessário [[para que o diafragma trabalhe confortavelmente.]] <i>III</i>
1[[]]	<i>III</i> Uma carga enorme de banha, por outro lado, espreme o músculo da respiração [[impedindo sua contração normal]]. <i>III</i>
“x2^=β^1	<i>III</i> “Assim os pulmões não se enchem de ar completamente, <i>II</i> o que pode favorecer até infecções como a pneumonia”, <i>II</i> alerta Alcides José Branco Filho, cirurgião bariátrico do Hospital Santa Casa de Misericórdia de Curitiba, Paraná. <i>III</i>
5.... TER UMA PELE ADMIRÁVEL	
1’[[]]	<i>III</i> É impossível negar: “[em casos drásticos de perda de peso, seja por mudanças de hábito, seja por meio de uma cirurgia de redução de estômago, sobra pele no corpo.]] <i>III</i>
x1^α[[]] xβ	<i>III</i> Contudo, tecido demais pode ser confundido com uma epiderme pouco saudável. <i>III</i> Muito pelo contrário. Qualquer ser humano [[que pretende exibir uma tez com maior frescor]] só tem a ganhar <i>II</i> quando atinge a massa corporal adequada. <i>III</i>
“2^=3^1	<i>III</i> “Isso porque há uma menor fabricação de ácido aracdônico, <i>II</i> mediador inflamatório que envelhece a pele”, <i>II</i> ressalta o médico ortomolecular Cristiano Merheb, do Rio de Janeiro. <i>III</i>
+1^2	<i>III</i> Em vez de temer uma eventual frouxidão, <i>II</i> vale consultar um dermatologista com experiência no tema. <i>III</i>
6... AFASTAR A DEPRESSÃO	

$1^2[[]]+3$	<i>III</i> A tristeza sem fim é bem mais recorrente em indivíduos corpulentos. <i>II</i> Claro, isso tem a ver com a baixa autoestima [[que geralmente os acompanha.]] <i>II</i> Só que, infelizmente, esse elo é muito mais profundo. <i>III</i>
2^1	<i>III</i> “A obesidade costuma alterar o balanço de neurotransmissores como a dopamina e a serotonina, ligados ao bem-estar”, <i>II</i> informa a neurologista Sonia Brucki, da Academia Brasileira de Neurologia, em São Paulo. <i>III</i>
1	<i>III</i> Os derrames, <i>II</i> menos comuns em quem apresenta um físico de dar inveja, <i>II</i> também podem, sob determinadas condições, originar a melancolia intensa. <i>III</i>
7... ASSEGURAR A MEMÓRIA	
$2[[]] 1$	<i>III</i> “Estudos populacionais mostram [[que adultos com sobrepeso tendem a desenvolver, na terceira idade, algum problema cognitivo com mais frequência quando comparados a idosos que sempre foram esguios,]] <i>II</i> atesta Sonia. <i>III</i>
$1^{\alpha^{\beta}}$	<i>III</i> De novo, os acidentes vasculares cerebrais são os culpados. <i>III</i> Eles têm o poder devastador de inutilizar regiões da massa cinzenta – entre elas o hipocampo, <i>II</i> que apresenta uma relação estreita com nossas recordações. <i>III</i>
1	<i>III</i> Fora isso, há quem relacione o diabetes tipo 2, doença característica do pessoal de cintura larga, com o mal de Alzheimer, um grande inimigo das lembranças. <i>III</i>
8... DORMIR BEM	
1	<i>III</i> Um pescoço de grande diâmetro dificulta a passagem de oxigênio, etapa inicial para a famigerada apneia noturna. <i>III</i>
$\alpha^x\beta$	<i>III</i> Além dos roncos, ela diminui a qualidade do sono <i>II</i> por propiciar pequenos despertares, muitas vezes não percebidos, no meio da madrugada. <i>III</i>
$2^{\alpha^3}1$	<i>III</i> “O indivíduo até dorme o mínimo necessário, <i>II</i> porém continua acordando cansado”, <i>II</i> afirma Stella Tavares, neurofisiologista do Hospital Israelita Albert Einstein, na capital paulista. <i>III</i>
α^{β}	<i>III</i> Dobras espalhadas pelas pernas, braços e quadris só pioram a situação, <i>II</i> já que limitam as posições na hora de descansar pra valer. <i>III</i>
9... EVITAR HÉRNIAS E NORES NAS ARTICULAÇÕES	
1	<i>III</i> Suportar uma grande protuberância abdominal exige contorcionismo. <i>III</i>
$1^2\alpha^{\alpha^{\beta^{\beta^{\beta}}}}$	<i>III</i> A base da coluna é empurrada para frente, <i>II</i> os joelhos saem do eixo e <i>II</i> os membros inferiores, durante uma passada, fazem movimentos em forma de arco, <i>II</i> que visam movimentos em foram de arco, <i>II</i> que visam diminuir o atrito entre as coxas. <i>III</i>
1^x2	<i>III</i> Tais alterações diminuem a capacidade de amortecimento dos ossos e, <i>II</i> com isso, favorecem a dolorosa degeneração das articulações. <i>III</i>
$\alpha^{\beta^{\alpha^1}}$	<i>III</i> “A mudança do centro da gravidade ainda força vértebras, <i>II</i> aumentando o risco de uma hérnia de disco”, <i>II</i> completa o ortopedista Lafayette Lage, membro honorário da Universidade de Cambridge, na Inglaterra. <i>III</i>
10... DIMINUIR O RISCO DE INTOXICAÇÃO	
1	<i>III</i> Bebidas alcoólicas caem no fígado para ser depuradas. <i>III</i>
$\alpha^{\beta^{\alpha^1+2}}$	<i>III</i> Semelhante ação ocorre com alguns medicamentos, <i>II</i> processados no órgão para aliviar males <i>II</i> ou para preveni-los. <i>II</i> Em outras palavras, é responsabilidade dessa fábrica natural converter substâncias potencialmente envenenadores em outras pouco nocivas ou até benéficas. <i>III</i>
1	<i>III</i> O que isso tem a ver com quilos a mais? <i>III</i>
1^2	<i>III</i> “Obesos podem sofrer com a esteatose hepática, uma infiltração de gordura no fígado”, <i>II</i> lembra a endocrinologista Alessandra Rascowvki. <i>III</i>
α^{β}	<i>III</i> Essa invasão sebosa, por sua vez, prejudica o desempenho desse órgão, <i>II</i> que acabará deixando moléculas tóxicas causarem estragos pelo corpo todo. <i>III</i>
11... MANTER O SABOR DAS COISAS	
1	<i>III</i> Pesquisas fresquinhas sugerem um vínculo entre uma menor sensibilidade para determinados gostos, como o doce, e barriga saliente. <i>III</i>
$2+3^1$	<i>III</i> “Não sabemos se o problema estaria no cérebro ou na língua <i>II</i> mas isso poderia ser um dos motivos por trás de maior consumo de alimentos calóricos nessa população”, <i>II</i> especula Ivan Araújo, neurocientista da Universidade de Yale, nos Estados Unidos. <i>III</i>
1	<i>III</i> É como se a pessoa compensasse a falta de sabor com uma maior quantidade de comida. <i>III</i>
8- MANEIRAS SURPREENDENTES (E EFICAZES) DE EMAGRECER	
$1+2[[]]+3[[]]+4$	<i>III</i> Balancear a alimentação <i>II</i> e se exercitar, <i>II</i> sem sombra de dúvidas, os dois hábitos [[que mais murcham pneus.]] <i>II</i> Mas há outras estratégias capazes de dar aquele

	empurrãozinho [[que faltava]] rumo à cintura dos sonhos – <i>II</i> ou de, pelo menos, ajudar a garantir uma regularidade na acadêmica e um cardápio bem equilibrado. <i>III</i>
1- INCLUA ALIMENTOS CHEIOS DE ÁGUA NO CARDÁPIO	
1'[[]]	<i>III</i> É impressionante '[como certas verduras e frutas comportam tanto líquido em sua composição.]'
1+2	<i>III</i> Igualmente incríveis são seus talentos para matar a fome. <i>II</i> E um fato tem muito a ver com o outro. <i>III</i>
“2=3^1	<i>III</i> “Alimentos assim têm baixa densidade energética, <i>II</i> ou seja, aumentam o volume da dieta sem acrescentar calorias”, <i>II</i> esclarece Beatriz Botéquio, nutricionista da Equilibrium Consultoria, em São Paulo. <i>III</i>
1^2+3	<i>III</i> Um belo jeito de aproveitar ao máximo vegetais como ilustrados ao lado é adicioná-lo a receitas originalmente mais engordativas. <i>III</i> Um quiche de abobrinha, por exemplo, não faz as medidas por si só. <i>II</i> Já outra rechada com bacon ... <i>III</i>
2-COMPLEMENTE A DIETA COM TEMPEROS PICANTES E ALIMENTOS ROXOS	
1'[[]]^x2^ α^=β	<i>III</i> O repolho roxo ajuda a diminuir a circunferência abdominal só pelo fato '[de conter poucas calorias.]' <i>II</i> Entretanto, não subestime seu pigmento: <i>II</i> de acordo com alguns achados científicos, ele aumentaria a queima de gorduras dentro dos adipócitos, <i>II</i> células que as armazenam. <i>III</i>
xβ^ α	<i>III</i> Para deixar o menu mais saboroso, <i>II</i> aposte nas pimentas. <i>III</i>
“α^=β^1	<i>III</i> “Elas possuem capsaicina, <i>II</i> que estimula a produção de hormônios contribuintes ao controle do apetite”, <i>II</i> aponta Beatriz. <i>III</i>
1^x2	<i>III</i> A tal substância também induz a um aumento suave da temperatura corporal. <i>II</i> Isso, por sua vez eleva momentaneamente o gasto calórico. <i>III</i>
3-ACERTE A FREQUÊNCIA DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS	
1^x2+3	<i>III</i> Recomendam-se pelo menos 150 minutos de atividades aeróbicas por semana. <i>II</i> Mas a dúvida sempre paira em como preencher esse tempo. <i>II</i> E não estamos falando da modalidade esportiva a ser escolhida. <i>III</i>
1 [[]]=2	<i>III</i> Na realidade, dois aspectos a serem considerados [[para quem pretende vencer a briga contra a balança]] são a intensidade e a maneira como a relação, ou seja, qual for, <i>II</i> é distribuída no calendário. <i>III</i>
1+2	<i>III</i> Afinal, um desbalanço em um desses quesitos pode ser precursor de lesões. <i>II</i> E essas, por sua vez, aumentam consideravelmente o número de sedentários. <i>III</i>
“2^1	<i>III</i> “As rotinas devem variar de acordo com a preparação de cada um”, <i>II</i> pontua Rodrigo Siqueira Reis, educador físico da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC- RJ)
“[[]]^2^x3 ^1	<i>III</i> “[“Quem está começando”] <i>II</i> precisa evitar exageros nas sessões. <i>II</i> Já os mais adaptados necessitam estimular o corpo com variações”, <i>II</i> exemplifica. <i>III</i>
4-LEVE O CACHORRO PRA PASSEAR	
1^2	<i>III</i> O animal pode ser o maior aliado contra a preguiça. <i>III</i> Em média, os primeiros suavam até 30 minutos a mais a cada sete dias <i>III</i>
1 [[]]^2	<i>III</i> Em um trabalho da Universidade de Michigan, nos Estados Unidos, foi constatado [[que quase 60% dos donos de cães se exercitam o mínimo necessário.]] <i>II</i> Só um terço dos que não possuíam pet ultrapassa esse limiar. <i>III</i>
5-ESTABELEÇA UM PADRÃO DE SONO	
'[[2^x3]]^ 1	<i>III</i> “Hoje, muitos indivíduos dormem pouco por opção e, <i>II</i> com isso, correm risco de engordar”, <i>II</i> lamenta a neurofisiologista Stella Tavares, do Hospital Israelita Albert Einstein, em São Paulo. <i>III</i>
xβ^ α	<i>III</i> Para assegurar um mínimo de horas entregues ao travesseiro, <i>II</i> acerte o despertador de manhã e também à noite. <i>III</i>
xβ[[]]^ α+1^xβ	<i>III</i> Quando um imprevisto [[que altere sua programação]] surgir, <i>II</i> tente ao menos respeitar o momento de ir deitar ou <i>II</i> de acordar. <i>II</i> Isso impede a aparição de um círculo vicioso nada bom ao sono – e, logo, à barriga. <i>III</i>
6- TOME SOL	
1[[]]+2	<i>III</i> A vitamina D, [[cuja principal fonte são os raios ultravioletas,]] vem conquistando mais e mais respeito do mundo científico . <i>II</i> E um dos motivos para isso está em seu efeito emagrecedor. <i>III</i>
1+2α 'β^=β]	<i>III</i> O assunto ainda é polêmico, <i>II</i> porém acredita-se <i>II</i> que ela seja benéfica também nesse quesito por auxiliar o trabalho do cálcio, nutriente com potencial para esvaziar os adipócitos, <i>II</i> células que armazenam gordura do corpo. <i>III</i>

“2^1	III “A vitamina D participa do transporte de mineral pelo corpo”, II informa o endocrinologista Walmir Coutinho da Abeso. III
1	III Braços e pernas expostos ao sol por 15 minutos, entre as 10 e as 15 horas, geralmente dão conta do recado. III
7-RESPIRE DEVAGAR	
xβ ‘[[]] ^ α^xβ	III Se há um problema na cabeça ‘[[que repercute na pança,]] II esse é o chamado de estresse crônico. III Primeiro porque tamanha inquietação às vezes culmina em compulsões alimentares III
“α^=β^1	III “Nesse estado, também sobem os níveis de cortisol, II hormônio que ajuda a estocar gordura no organismo”, II salienta Alessandra Rascovski, endocrinologista da Sbem.
1=2	III Sorte que, segundo estudo feito em diversas universidades brasileiras, há um jeito bastante simples de driblar o aborrecimento sem fim: II respirar profunda e lentamente. III
1^xβ ^ α	III A concentração nessa tarefa por si só já diminui a irritação. II E, se exercitada diariamente, II ela serve como método preventivo. III
1+2α^3[]	III Usar e II abusar do diafragma – II abrindo completamente os pulmões – II por 15 minutos traz oxigênio e a calma necessários para superar as pedras ‘[[que aparecem pelo caminho]] sem reflexos gordurosos na cintura. III
8-COMPRA COMIDA COM DINHEIRO VIVO	
1	III O americano Brian Wansink, especialista em psicologia alimentar e autor do livro <i>Por que comemos tanto</i> (Editora Campus), conduziu um experimento para analisar as compras de adultos em mercearias. III
1^α[[]]^xβ [[]]	III Por incrível que pareça, os voluntários observados ‘[[que acertaram as contas com notas ou moedas]] geralmente optavam por alimentos mais saudáveis II quando comparados a sujeitos ‘[[que sacavam mão do cartão.]] III
‘2^3+4^5 ‘[[]]^1	III “O dinheiro torna a compra mais real. III A gente gasta naquele momento, e II não depois ou virtualmente. III É como se pensássemos mais na decisão ‘[[que estamos tomando”]], II analisa Wansink.
+1^2^3	II E, como o projeto Emagrece, Brasil quer destacar, não há nada mais eficiente contra a obesidade do que a reflexão. III

Referências Bibliográficas

- FAIRCLOUGH, Norman. *Analysing discourse: Textual analysis for social research*. London; New York: Routledge, 2003.
- GIDDENS, Anthony. *Modernidade e identidade pessoal*. Oeiras (Portugal): Celta Ed., 1997.
- GOUVEIA, Carlos. A. M. Texto e gramática: uma introdução à linguística sistêmico-funcional. *Revista Matraca*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 24, jan./jun. 2009.
- HALLIDAY, Michel. *An introduction to Functional Grammar*. 2nd Edition. London: Edward Arnold, 1994a.
- HALLIDAY, Michel; MATTHIESSEN, Chris. *An introduction to functional grammar*. 3. ed. London: Hodder Education, 2004
- KRESS, Gunther. *Multimodality: A social semiotic approach to contemporary communication*. Routledge, 2010.
- MARTIN, James. Robert.; ROSE, David. *Working with Discourse: Meaning beyond the Clause*. London; New York: Continuum, 2003.
- NEVES, Maria. Helena de Moura. *Texto e gramática*. 3^a ed. São Paulo: Contexto, 2011.
- REVISTA SAÚDE. São Paulo, n. 336, abr. 2011. 74 p.