

AUTONOMIA E AUTOESTIMA DE PESSOAS CEGAS: A MODA COMO INSTRUMENTO DE INCLUSÃO SOCIAL

**AUTONOMY AND SELF-ESTEEM OF BLIND INDIVIDUALS: FASHION AS A
TOOL FOR SOCIAL INCLUSION**

**AUTONOMÍA Y AUTOESTIMA DE PERSONAS CIEGAS: LA MODA COMO
INSTRUMENTO DE INCLUSIÓN SOCIAL**

Luciana Patrícia Raimundo¹

Claudia Schemes²

Resumo: A perda da visão é uma experiência traumática que impacta em todos os aspectos da vida, começando pela mudança em relação à identidade pessoal e autoconsciência da aparência. O resgate da autoimagem e percepção do próprio corpo, bem como a construção de uma nova identidade passam pela experiência do vestir-se, de definir uma identidade social. Neste contexto, o estudo tem o objetivo de entender como a moda inclusiva pode contribuir para a recuperação da autonomia e da autoestima no processo de reconstrução da autoimagem da pessoa que perdeu a visão. Para isso, realizou-se uma pesquisa qualitativa exploratória, através de entrevistas semiestruturadas para entender as dificuldades que as mulheres enfrentam em relação ao vestuário. Os relatos incluem ao mesmo tempo insegurança e prazer, pois há o interesse e a preocupação com o que vão vestir, mas ainda enfrentam obstáculos na escolha das peças. A partir da percepção das pessoas entrevistadas confirmou-se a importância da moda inclusiva no processo de recuperação da autonomia e autoestima da pessoa cega.

Palavras-chave: Deficiência Visual; Autonomia; Autoestima; Autoimagem; Moda Inclusiva.

Abstract: Vision loss is a traumatic experience that impacts all aspects of life, beginning with changes in personal identity and self-awareness of appearance. The restoration of self-image and body perception, as well as the construction of a new identity, involves the experience of dressing and defining a social identity. In this context, the study aims to understand how inclusive fashion can contribute to the recovery of autonomy and self-esteem in the process of reconstructing the self-image of a person who has lost their sight. To achieve this, an exploratory qualitative research was conducted through semi-structured interviews to understand the challenges that women face regarding clothing. The accounts reflect both insecurity and pleasure, as there is an interest and concern about what to wear, but obstacles still arise in selecting pieces. From the perspectives of the interviewees, the importance of inclusive fashion in the recovery of autonomy and self-esteem in blind individuals was confirmed.

¹ ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-4912-174X> E-mail: luciana8raimundo@gmail.com

² Contato principal para correspondência editorial. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8170-9684>
E-mail: claudias@feevale.br

Keywords: Visual Impairment; Autonomy; Self-Esteem; Self-Image; Inclusive Fashion.

Resumen: La pérdida de la visión es una experiencia traumática que afecta todos los aspectos de la vida, comenzando por los cambios en la identidad personal y la autoconciencia de la apariencia. La recuperación de la autoimagen y la percepción del propio cuerpo, así como la construcción de una nueva identidad, pasan por la experiencia de vestirse y definir una identidad social. En este contexto, el estudio tiene como objetivo comprender cómo la moda inclusiva puede contribuir a la recuperación de la autonomía y la autoestima en el proceso de reconstrucción de la autoimagen de una persona que ha perdido la vista. Para ello, se realizó una investigación cualitativa exploratoria a través de entrevistas semiestructuradas para entender las dificultades que enfrentan las mujeres en relación con el vestuario. Los relatos incluyen tanto inseguridad como placer, ya que hay interés y preocupación por lo que van a vestir, pero aún enfrentan obstáculos en la elección de las prendas. A partir de la percepción de las personas entrevistadas se confirmó la importancia de la moda inclusiva en el proceso de recuperación de la autonomía y la autoestima de la persona ciega.

Palabras clave: Discapacidad Visual; Autonomía; Autoestima; Autoimagen; Moda Inclusiva.

Introdução

A visão é responsável pela integração entre os sentidos dos seres humanos, além da interação do indivíduo com o meio no qual está inserido, principalmente num mundo cada vez mais orientado por estímulos visuais. Por isso, afirma Hirt, Bruno; Niece, Sabrina Piacentini e Moreira, Bugmann Moreira (2022), a maioria das pessoas portadoras de deficiência (PCD) visual, que não nasce sem visão, mas perde a visão ao longo da vida, precisa rever conceitos básicos para sobreviver a esta perda, já que aprendeu a confiar na visão para se reconhecer e se relacionar com o mundo.

A perda da visão ou cegueira adquirida é definida por Santos Marcelo (2015), como uma perda sensorial, ocorrida após o nascimento, em qualquer período da vida, resultando em repercussões psíquicas, emocionais, familiares e sociais. Para Barczinski, Maria Cristina de Castro (2017), a perda da visão pode ser uma experiência traumática, um choque, quando relacionada à tragédia pessoal, à desgraça, ao infortúnio, podendo levar à depressão. As principais causas da cegueira adquirida estão relacionadas à idade, sendo a catarata responsável por 47,8% dos casos, pelo glaucoma com 12,3%, a degeneração macular relacionada à idade têm 8,7% dos casos, sendo a terceira causa de cegueira no mundo e a primeira nos países desenvolvidos e, por fim, a retinopatia diabética que corresponde a 4,8% (Hadadd, et al., 2015).

Para Garcia, Mário Rui da Conceição Sanches Costa (2014), as pessoas com cegueira adquirida tendem a apresentar dificuldades de atuar no ambiente externo com autonomia e segurança, o que leva a uma razoável perda da liberdade, podendo causar uma maior vulnerabilidade psicológica, diminuição da autoestima e sensação de incapacidade frente aos desafios decorrentes da condição de cegueira. Dentre os obstáculos resultantes da deficiência pesquisadas por Garcia (2014), destacam-se a necessidade de recuperar a autoconsciência e independência, salientando a importância da orientação, consciência corporal e mobilidade como facilitadores e promotores do bem-estar emocional, autoestima, autonomia e inclusão social.

A palavra autonomia tem origem grega, *autos* (próprio) e *nomos* (regra, autoridade ou lei), podendo significar, para a PCD visual, como a "própria regra" ou "própria autoridade" para conduzir sua vida pessoal e social (Aciem, Tânia Medeiros & Mazzotta, Marcos José da Silveira, 2013). A autonomia é um processo individual para qualquer ser humano. Porém, o homem é um ser de relações e, de acordo com a teoria de amadurecimento de Winnicott, (1983) o sujeito constrói sua identidade por meio de relações com o outro.

O desenvolvimento da independência e autonomia da pessoa com deficiência (PCD) é apontado como um processo sociocultural, histórico e ecológico, relacionado com a história e a cultura familiar (Aciem & Mazzotta, 2013). Um processo facilitador que oferece alternativas para a conquista da autonomia de cada pessoa cega, dentro da sua realidade e respeitando a sua subjetividade. Ao tornar-se autônomo o sujeito vai se construindo e conquistando sua liberdade, sendo assim, o respeito à autonomia e à dignidade de cada um é um direito, um imperativo ético e não um favor, de modo que a negação deste direito se configura em transgressão (Freire, Paulo, 1996).

A autonomia da PCD visual pode ser avaliada em atividades da vida diária, no lazer, na vida emocional, na independência no trajeto de ir e vir, das suas escolhas diárias do que vestir, o que comer, na vida profissional, entre outros. A falta de autonomia, de autoconfiança e a sensação de dependência das pessoas cegas são apontadas por Ribeiro Nillianne Charles (2018), como os principais fatores na construção de uma autoimagem negativa de si mesmas. Comprometendo a autoestima e, conseqüentemente, todo desenvolvimento, a inclusão e a qualidade de vida.

Ribeiro (2018), entende por autoestima um conjunto de sentimentos e pensamentos do indivíduo sobre seu próprio valor, competência e adequação, que se reflete em uma atitude positiva ou negativa em relação a si mesmo. Sendo assim, a autoestima é considerada como um importante índice de bem-estar subjetivo e saúde mental. A avaliação de si mesmo indica aprovação ou desaprovação e reflete diretamente no grau no qual a pessoa percebe a si próprio em aspectos relacionados à competência e valores (Borges, Maely Barreto et al., 2020).

A avaliação dos níveis de autoestima das PCD, principalmente a visual, apontou menores níveis quando comparados a seus pares sem deficiência. Mendes, José Carlos da Silva; Alcaldinho, Durval e Alcaldinho, Maura (2019), citam estudos onde as pessoas com deficiência visual relatam baixa autoestima devido a um elevado número de interações negativas que experimentam nas mais variadas situações da vida. Assim, pessoas com deficiência visual grave são afetadas pelos mesmos fatores que afetam a autoestima de qualquer outra pessoa, seu nível de desempenho pode influenciar a maneira pela qual elas são percebidas pelos outros, sendo diretamente afetadas pela maneira como se sentem sobre si mesmas (Ribeiro, 2018).

Outro aspecto que influencia a autoestima é a consciência da própria aparência que a cegueira afeta diretamente, conforme estudos de Mendes et al.(2019), no qual as pessoas com deficiência visual adquirida demonstraram a sensação de desconforto com a sua autoimagem, bem como a preocupação pela internalização do modelo dos corpos ideais, que também atinge essas pessoas. Ribeiro (2018), cita resultados encontrados em estudos sobre a autoimagem das pessoas cegas, mostrando que, embora estas pessoas não recebam feedback visual de seus corpos, elas são normalmente muito preocupadas com sua aparência. Ter uma autoimagem positiva na percepção da forma e dimensão corporal, bem como de outros aspectos físicos, é fundamental na formação da autoestima e do autoconceito dessa população.

Ainda nesse contexto, Mendes et al. (2019), explicam que a aparência é um importante atributo para o desenvolvimento de sentimentos positivos a respeito do próprio corpo em pessoas com cegueira, já que elas não veem, mas sabem que são vistas, então ela é considerada a informação mais evidente, que apresenta as informações básicas sobre elas. Assim, a partir da noção da autonomia e da autoestima, como fatores formadores de uma identidade positiva da pessoa cega, a construção dessa autoimagem através da qual ela vai se mostrar e interagir, passa pela sua expressão estética, pelo vestuário, pela moda (Borges, 2020).

Podemos entender a moda como um termo multidisciplinar, flexível a diferentes contextos, como afirma Carvalho Clarissa Andrade, (2010), um conjunto de influências culturais e uma construção de gostos que atraem diferentes grupos. Na moda, saber a peça de vestuário que estamos consumindo cria uma relação deste produto com o indivíduo, pois a imagem passada transmite uma mensagem. Assim como as pessoas sem deficiência visual adotam um estilo de roupa, as PCDs visual também querem expressar o seu estilo e, no vestuário, a comunicação das características pessoais, sociais e culturais se torna uma forma de expressão e autoafirmação relevante, assim como é para as pessoas que enxergam, explica Borges (2020).

A relação da PCD com a moda se dá quando ela é incluída na sociedade e, conforme Bruno, Marilada Moraes Garcia, e Mota, Maria Glória Batista da, (2001), se a pessoa não dominar as atividades comuns exigidas socialmente, de nada adiantará conhecimentos teóricos ou habilidades de orientação e mobilidade. O ato de vestir-se se enquadra como atividade autônoma social, já que é uma prática corriqueira, mas extremamente trabalhosa para os que não enxergam, porque, da escolha da indumentária até a sua vestimenta, é dado prioridade para o sentido da visão (Bruno & Mota, 2001).

Dessa forma, não só o design e a estética das roupas são importantes para este público, mas também a acessibilidade das peças. A vida social das PCDs visual está ligada ao ato de se vestir, às facilidades e dificuldades de escolher e usar uma roupa de acordo com o ambiente para provocar uma boa impressão e se comunicar bem em diferentes situações (Carvalho, 2010). É através do vestuário, que demonstram sua autoafirmação, pois a roupa está intrinsecamente ligada a aspectos individuais, sendo capaz de comunicar suas características pessoais, sociais e culturais (Mendes et al. 2019). Assim, entender as diferentes características das PCD visual, na busca de uma universalização do acesso a essa forma de expressão (vestuário) talvez seja o que desafia a moda inclusiva neste contexto (Borges, 2020). Então, este estudo pretende entender como a moda inclusiva pode contribuir para a recuperação da autonomia na experiência do vestir-se e da autoestima no processo de reconstrução da autoimagem da pessoa que perdeu a visão.

Método e resultados

A pesquisa caracterizou-se por ser do tipo qualitativa exploratória e descritiva, a fim de atender à proposta de investigação. Desse modo, a coleta dos dados se deu através de

entrevista semiestruturada composta por 4 questões abertas e 1 fechada, aplicada a 5 participantes do sexo feminino, com idades entre 30 e 56 anos e que perderam a visão há, pelo menos, 5 anos. Os procedimentos para a coleta de dados foram áudio-entrevistas com cada uma das 5 participantes cegas e posterior transcrição das respostas. A análise das falas deu-se através da categorização indicada por Bardin, Laurence (2016) para o método de análise de conteúdo. O conteúdo foi classificado em categorias, a partir da transcrição e compreensão das entrevistas.

Figura 1 – Respostas da pesquisa de campo

QUESTÕES	Resposta L 39 anos	Resposta D 30 anos	Resposta R 56 anos	Resposta A 34 anos	Resposta T 31 anos
Que importância você dá ao seu vestuário?	Muita, é uma forma de identidade.	A roupa fala muito sobre quem somos.	Muita. Eu trabalhava com moda antes e amava comprar roupas	Acho muito importante. Gosto de combinar roupas básicas e confortáveis.	Eu gosto de me vestir bem. Fico feliz quando sinto que a roupa me cai bem
Como você identifica, escolhe suas roupas?	Sempre vou com alguém de confiança comprar, depois tento gravar as características de cada peça.	Eu identifico pelas golas e costuras. As meias compro todas da mesma cor, não consigo identificar o par.	Eu toco muito na roupa para ver se tem botões, detalhes, decote, algo que eu consiga identificar.	Peço ajuda da minha mãe. Escolho sempre peças confortáveis	Minha irmã me ajuda, descreve os modelos. Escolho roupas escuras porque uso plus size.
O que o momento de se vestir provoca em você?	Prazer	Insegurança	Prazer	Insegurança e Prazer	Insegurança e Ansiedade
Você enfrenta alguma dificuldade na hora de vestir-se?	Sim, algumas vezes	Sim, porque não tenho noção de moda, estilo, isso me deixa insegura.	Não. Eu conhecia muito bem as minhas roupas, eu lembro delas.	Sim, tenho dificuldade com botões e etiquetas.	Sim, tenho dificuldade de encontrar roupas do meu tamanho.
O que você acha que poderia facilitar a sua relação com o vestuário?	Um aplicativo de identificação de cores, tecidos, de utilização rápida para agilizar na escolha das roupas.	Empresas pensando na moda acessível e trazendo esse assunto para a sociedade.	Não soube responder	As etiquetas das roupas deveriam estar em braile.	As etiquetas das roupas deveriam estar em braile.

Alinhando as respostas das entrevistas e as referências pesquisadas com os objetivos da presente pesquisa, chegou-se a três temas principais: A importância que a pessoa cega dá ao vestuário na representação da sua autoimagem e identidade; o que o sentimento da pessoa cega, no escolher e no vestir uma roupa, revela sobre sua autonomia e autoestima; e como a moda inclusiva pode otimizar a experiência do vestir-se, impactando positivamente a autonomia e autoestima da pessoa cega. A seguir abordaremos estes temas.

A importância do vestuário na autoimagem e identidade

Todas as participantes consideram o vestuário importante na formação da sua autoimagem, demonstrando interesse em roupas que combinem com a sua identidade, ou seja, mesmo que não enxerguem, se preocupam com a imagem que vão passar para os videntes. Teixeira, Angela Maria (2017), apresenta estudos que demonstram que, embora as pessoas com cegueira não recebam feedback visual de sua aparência, elas são normalmente muito preocupadas com ela, já que a forma, a dimensão corporal e outros aspectos da aparência, como o vestuário, possuem importância central na formação da autoestima e do autoconceito dessa população.

Ainda nesse contexto, Santos, Marcelo (2015), explica que a aparência é considerada a informação mais evidente de uma pessoa e condensa informações básicas sobre ela, além disso, é um importante atributo para o desenvolvimento de sentimentos positivos a respeito do próprio corpo em pessoas com cegueira.

Conforme as participantes, a segurança de estar com uma boa aparência, vestida adequadamente para cada situação, ou seja, a confiança na imagem que está transmitindo, através do vestuário, elevam a autoestima e facilitam as relações sociais. Neste sentido, Ribeiro (2018), confirma esta percepção quando diz que a autoimagem, enquanto impressão subjetiva de si mesmo, ocupa um lugar privilegiado frente a outras impressões, pois ela é a base do amor-próprio, da autoestima e é através dela que as relações com o ambiente são estabelecidas.

A maneira como as PCD são percebidas pela sociedade reflete em sua forma de se perceber, podendo interferir no processo de autoimagem, possibilitando ou não o alcance da

autoaceitação, pois as restrições ou impossibilidades muitas vezes advêm das relações entre as pessoas com deficiência e seu ambiente (Conceição, Vanessa dos Santos da, & Nery, Maria Salete de Souza, 2023).

Os sentimentos mais citados pelas participantes na hora de escolher e vestir uma roupa foram prazer e insegurança. Essa contradição entre um sentimento positivo e um negativo demonstra o quanto elas se importam com a questão do vestuário e, ao mesmo tempo, não se sentem confortáveis e seguras com a situação. Podemos pensar que o prazer revela que elas têm uma autoestima considerável, mas que esta fica prejudicada pela falta de autonomia revelada no sentimento de insegurança.

Para Conceição e Nery (2023), é através do processo de aquisição da autonomia que se enfrenta os desafios ao desenvolvimento da autoestima, uma vez que ela se manifesta pela aceitação de si, por sentimentos de valor pessoal e de autoconfiança, que não são possíveis diante da falta de autonomia no dia a dia.

A conquista da autonomia envolve, conforme Garcia (2014), a superação dos impactos e dos prejuízos decorrentes da deficiência para que a pessoa cega consiga conquistar um bom nível de independência que possibilite realizar suas tarefas, como vestir-se e locomover-se, com segurança e autoconfiança.

Já a falta de autonomia, identificada pela insegurança das participantes, dificulta o processo de identidade individual e a limitação visual pode transformar, tanto a rotina diária, quanto o convívio em sociedade em vivências de frustração e fracasso. Já o nível de autoestima percebido pelo prazer relatado, demonstra a vontade de se sentirem bonitas e de passarem esta imagem nas suas interações sociais, corroborando com a afirmação de que a participação social é essencial para autonomia, e, conseqüentemente, para a autoestima (Aciem & Mazzotta, 2013).

Assim como os videntes, as pessoas com deficiência visual também têm a sua vaidade e a demonstram na escolha do vestuário, que passa a ser compreendido como uma forma de expressão. Ao poder escolher suas roupas, a pessoa deficiente visual tem consciência do que veste, pois ele constrói no seu imaginário a definição das cores e combinações que por ele são compreendidas como feias ou bonitas, mesmo que nunca as tenha visto (Borges et al., 2020).

Se a roupa está intrinsecamente ligada a aspectos individuais das pessoas sendo capaz de comunicar suas características pessoais, sociais e culturais, é através do vestuário que se demonstra sua autoafirmação Teixeira (2017), então, quanto mais autônomo o comportamento no processo de vestir-se, maiores as possibilidades da PCD visual se autoafirmar, tanto na escolha, na compra, quanto no uso das suas roupas. Essa autonomia ajuda a PCD visual a exercer o poder de expressão da sua identidade e, conseqüentemente, elevar a sua autoestima (Conceição & Nery, 2023).

A moda inclusiva e a experiência do vestir-se

As dificuldades enfrentadas pelas participantes em relação ao vestuário, tanto na compra, na escolha, quanto no ato de vestir-se, apontam caminhos para a acessibilidade na moda para pessoas cegas. Elas sugerem, para além das etiquetas em braile, alternativas como aplicativos de identificação de cores, modelos, tamanhos, bem como a discussão deste assunto nas empresas e na sociedade.

Neste sentido, Oliveira, Driéli Valério de. et al. (2015), confirmam a percepção das entrevistadas quando diz que apesar de toda tecnologia existente no mercado, ainda há muito a ser explorado e estudado no que diz respeito ao design de moda para pessoas com deficiência visual. Oliveira (2015), destaca também, que a maioria das empresas que inovaram, tiveram foco apenas em quesitos como etiquetas em braile que, além de não proporcionarem todas as informações necessárias, não atendem ao grande número de deficientes visuais que não dominam este sistema de escrita.

Para atender de forma mais adequada às necessidades e expectativas das pessoas com deficiência visual, Turcatto Andressa Santos; Silveira Icléia e Rech, Sandra Regina (2020), destacam a importância de a moda inclusiva considerar não apenas as questões estéticas da peça, mas também os aspectos práticos, melhorando suas condições de independência na escolha e no vestir, promovendo, assim, a autonomia e aumentando a autoestima da PCD visual, impactando positivamente suas condições de independência no dia a dia.

Além disso, aprofundar-se nas experiências e necessidades dos usuários e desenvolver produtos e serviços não apenas para as PCD visuais, mas junto com elas, conduz a equiparação de oportunidades, igualdades nas dimensões físicas, psicológicas e sociais e

promove a autonomia da pessoa com deficiência como consumidora, seja de maneira total ou assistida (Turcatto, et al 2020).

A participação de PCDs visual durante o processo e desenvolvimento dos produtos destinados às pessoas cegas também é defendida por Conceição e Nery (2023), que valoriza a colaboração constante e contínua entre profissional e público-alvo, ou seja, a pessoa que atua como designer de moda facilitando e estimulando a criatividade, a capacidade de percepção e a explicação das necessidades específicas das pessoas cegas.

A inclusão das PCDs visual nos processos de criação das suas roupas, além de aumentar a fidedignidade das peças às suas necessidades, faz com que se inspirem e se motivem ao autoconhecimento, sentindo-se presentes e atuantes neste processo (Conceição & Nery, 2023). Esse desenvolvimento colaborativo exige para muito além de um olhar técnico, envolve a sensibilidade humana dos profissionais da moda que pretendam torná-la verdadeiramente acessível e inclusiva.

O acesso a um produto voltado às necessidades específicas de cada pessoa com deficiência visual permite que ele se expresse pessoalmente por meio do vestuário. Assim, conforme Andrade, Marina Ramos de e Naka, Pâmela Yumi (2014), a moda inclusiva pode proporcionar às PCDs uma melhora da autonomia na escolha de seu vestuário, valorizando-as como consumidoras e como merecedoras dessa atenção como todas as outras pessoas.

Andrade e Naka (2014), destacam a necessidade de produtos, com os quais as PCDs possam interagir, sentindo, por exemplo, texturas, recortes, aplicações, estampas e combinações inusitadas de tecidos. Essas peças certamente estimulariam o sentido do tato e a curiosidade em descobrir novas possibilidades no momento de se vestir, resultando em ocasiões prazerosas e em aprendizados diários.

Então pensar na autonomia e autoestima das pessoas com deficiência visual na sua relação com o vestuário implica entender a pessoa cega como um ser humano integral, que está inserido no mesmo contexto histórico que os demais, partilhando dos avanços tecnológicos e científicos. Para Borges et al. (2020), assim como nas pessoas com acuidade visual plena, a vaidade e a preocupação com a aparência se manifestam nas roupas escolhidas pelas pessoas com deficiência visual, pois estas também encontram no vestuário uma forma de expressão, de identidade e, conseqüentemente, de elevação da sua autoestima.

Assim, traduzido na aparência, o desejo de causar uma boa impressão aos olhos dos outros é intrínseco a todo ser humano que desde a infância busca a aprovação dos adultos e de seus pares. Dessa forma, para Conceição e Nery (2023), poder sentir-se igual aos demais na sua diferença é essencial à autoestima de cada um, deficiente visual ou não.

Considerações finais

Este estudo procurou entender como a moda inclusiva pode contribuir no processo de recuperação da autonomia e autoestima da pessoa que perdeu a visão. A partir das entrevistas e da pesquisa bibliográfica foi possível perceber a importância da aparência, do vestuário para as PCDs visual, bem como identificar as dificuldades encontradas neste contexto. Paralelamente a este cenário, temos um horizonte de avanços tecnológicos que permitem à moda inclusiva facilitar a reconstrução da identidade e autoimagem, ressignificando a experiência de vestir-se.

Verificou-se, também, que, para além das tecnologias assistivas ligadas à moda inclusiva, a participação das PDCs visual nos processos de criação das roupas é fundamental para que sejam atendidas as necessidades de maneira assertiva e individualizada. É o fazer não “para”, nem “sobre”, mas “com” a pessoa cega. Uma moda que se pretende inclusiva deve começar ouvindo, acolhendo e incluindo as demandas das pessoas que almeja atender.

Assim, acredita-se que através de uma moda verdadeiramente inclusiva é possível trazer mais independência e segurança, traduzidas na autonomia e, conseqüentemente, elevar a autoestima das PCDs visual, transformando a escolha e o vestir numa experiência de prazer e autoafirmação.

Então, diante do que foi possível perceber ouvindo as cinco mulheres portadoras de deficiência visual, sugere-se que outros estudos sejam realizados, incluindo mais pessoas cegas com suas experiências e necessidades em relação ao vestuário. Neste sentido, entende-se a importância de um aprofundamento do tema, na intenção de auxiliar na recuperação da autonomia e autoestima das PCDs visual, através dos recursos de acessibilidade da moda inclusiva.

REFERÊNCIAS

- Aciem, T. M., & Mazzotta, M. J. da S. (2013). Autonomia pessoal e social de pessoas com deficiência visual após reabilitação. *Revista Brasileira de Oftalmologia*, 72(4), 261–267. <https://doi.org/10.1590/S0034-72802013000400011>
- Andrade, M. R., & Naka, P. Y. (2014). *Design Inclusivo: independência a deficientes visuais*. (Trabalho de Conclusão de Curso), Universidade Federal do Paraná, Apucarana.
- Barczinski, M. C. de C. (2017). Reações psicológicas à perda de visão. *Psicanalítica*, 6(1), 165-181.
- Bardin, Laurence (2016). *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Edições 70.
- Borges, M. B., et al. (2020). Eu não vejo, mas sou vista - um estudo sobre o consumo de roupas por pessoas com deficiência visual. *Revista Brasileira de Marketing*, 19(1), 197-215.
- Bruno, M.M.G.& Mota, M.G.B. (2001) Programa de Capacitação de Recursos Humanos do Ensino Fundamental: deficiência visual vol. 1 fascículos I – II – III. Brasília, DF: *Ministério da Educação, Secretaria de Educação Especial*.
- Carvalho, C. A. (2010). *A vida de pessoas cegas em Aracaju*. (Tese de Doutorado), Pontifícia Universidade Católica de São Paulo PUC.
- Conceição, V. dos S. da, & Nery, M. S. de S. (2023). Pessoas com deficiência, roupa e autoestima: Quando a (falta de) representatividade toca os afetos. *Cadernos de Gênero e Diversidade*, 8(4), 108–133.
- Freire, P. (1996). *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. Paz e Terra.
- Garcia, M. R. S. (2014). *Cegueira Congênita e Adquirida: Implicações na Saúde Mental e Resiliência*. (Dissertação de Mestrado), Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.
- Haddad, Maria Aparecida Onuk, Sampaio, Marcos Wilson ; Costa Filho, Helder Alves da ; Alves, Milton Ruiz ; Góes, Maria de Fátima Neri; Carvalho, Keila Miriam Monteiro de. (2015). Deficiência Visual: medidas, terminologia e definições. *e-Oftalmo.CBO: Rev Dig Oftalmol*, 1(2), 1-7.
- Hirt, B., Niece, S. P., & Moreira, L. B. (2022). Qualidade de vida: análise do aspecto funcional, social e emocional em uma população com perda visual severa. *Revista Médica do Paraná*.
- Mendes, J. C. da S., Alcaldinho, D., & Alcaldinho, M. (2019). Autoconsciência e investimento esquemático da aparência em indivíduos com deficiência visual. *Revista Portuguesa De Investigação Comportamental E Social*, 5(1), 1-13.

- Oliveira, D. V., et al. (2015). Aspectos Inclusivos da Moda com Foco nas Pessoas com Deficiência Visual. *ModaPalavra e-periódico*, 115-139.
- Ribeiro, N. C. (2018). *Autoestima para pessoas com deficiência visual: análise qualitativa do constructo e fatores influenciáveis.* (Dissertação de Mestrado), Universidade de Brasília.
- Santos, M. (2015). A autoimagem de quem não vê: recepção, produção e mediação de sentidos por mulheres cegas numa sociedade visual. In M. Santos, M. Júlio Serogl, & L. Silva (Eds.), *Comunicação, mídia e sociedade* (pp. 169-202). Editora Intermeios.
- Teixeira, A. M. (2006). *Vida revirada: o acontecer humano diante da deficiência adquirida na fase adulta.* (Dissertação de Mestrado), Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-CAMP).
- Turcatto, A. S., Silveira, I., & Rech, S. R. (2020). A acessibilidade dos deficientes visuais com o vestuário por meio das etiquetas têxteis. *Projetica*, 11(1supl), 195–218.
- Winnicott, D. W. (1983). *Distorção do ego em termos de falso e verdadeiro self.* Artes Médicas