



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA GRANDE DOURADOS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
MESTRADO EM EDUCAÇÃO**

ALINE SILVA E SILVA

**“LAR DOCE LAR” NA REVISTA O CRUZEIRO (1944 A 1956) E AS
PRESCRIÇÕES DE HELENA SANGIRARDI PARA AS DONAS DE CASA**

**DOURADOS – MS
2026**

ALINE SILVA E SILVA

**“LAR DOCE LAR” NA REVISTA O CRUZEIRO (1944 A 1956) E AS
PRESCRIÇÕES DE HELENA SANGIRARDI PARA AS DONAS DE CASA**

Dissertação apresentada à Comissão Julgadora do Programa de Pós-Graduação em Educação da Faculdade de Educação da Universidade Federal da Grande Dourados (PPGEdu/FAED/UFGD), como requisito parcial para obtenção do título de mestre em Educação.

Linha de Pesquisa: História da Educação, Memória e Sociedade.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Kênia Hilda Moreira

**DOURADOS – MS
2026**

“Liberdade é pouco. O que eu desejo ainda não tem nome.” (Lispector, 1998, p.70) ainda desejamos algo que não tem nome, um mundo em que mulheres não precisem sobreviver à própria condição. E a essas mulheres dedico esta pesquisa.

AGRADECIMENTOS

Escrever agradecimentos é, de algum modo, admitir que ninguém atravessa um percurso sozinha. Uma dissertação é feita de arquivos, livros e teorias, mas é também feita de ausências, de noites mal dormidas, de dúvidas que ecoam alto demais e de mãos que sustentam quando as pernas fraquejam, há sempre uma rede invisível segurando aquilo que parece ser um trabalho individual. Esta pesquisa fala sobre mulheres, sobre prescrições, sobre normas que moldam corpos, afetos e destinos, fala sobre um passado que ainda respira no presente e talvez por isso, mais do que nunca, agradecer seja também um gesto político, reconhecer quem esteve ao lado enquanto eu estudava estruturas que atravessam nossas próprias vidas.

Primeiramente, agradeço a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo tempo que virou possibilidade, a bolsa não foi apenas um auxílio financeiro pois em um país onde pesquisar exige resistência, ter esse apoio foi essencial. Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), que a partir de “Os impressos que educaram no século XX: janelas interpretativas para a(s) cultura(s) do escrito”, aprovado na Chamada CNPq/MCTI nº 10/2023, Universal, possibilitaram a ampliação e a materialização de discussões decorrentes desta pesquisa. À Universidade Federal da Grande Dourados e ao Programa de Pós-Graduação em Educação, agradeço pelo espaço de formação, pelas aulas e pelos debates.

À minha orientadora, meu agradecimento ultrapassa as formalidades acadêmicas, registro aqui minha gratidão por uma trajetória que começou, desde 2021, no final da graduação, nas iniciações científicas e ao longo destes dois anos de mestrado houve acompanhamento, orientação e confiança. Recebi algo que nem sempre se encontra nos processos acadêmicos, aposta, aposta na pesquisa e na possibilidade de amadurecimento intelectual e por isso agora para mim, o trecho daquele poema de Fernando Pessoa (1993, p.148) “Sê todo em cada coisa. Põe quanto és no mínimo que fazes”, descreve o modo como sempre me instigou a fazer o trabalho com inteireza. Sou profundamente grata pelo que construímos ao longo desses anos, por confiar no meu

trabalho e pela condução que tornou possível a conclusão desta pesquisa e, sobretudo, por estar nas horas difíceis, por estar quando o temor parecia maior que a escrita.

Aos meus pais, minha base, minha origem, meu chão, porque tudo começa em vocês, a força que me trouxe até aqui foi construída muito antes de qualquer universidade, foi construída nos exemplos diários, na firmeza, no cuidado, na presença constante, no incentivo e nas palavras certas quando eu mais precisava, vocês são o fundamento de tudo o que consegui construir. À minha irmã Alessandra, que me ensina todos os dias como se enfrenta a vida com coragem e dignidade, que me lembra que firmeza é qualidade, que resistência é coragem, e à minha irmã Alice, que me lembra que, para além das teorias, dos prazos e das bancas, existe o afeto que nos sustenta e que nos mantém inteiras. Amo vocês!

Ao meu companheiro de vida, Edgar, que atravessou comigo cada etapa deste processo, dividiu noites, incertezas, prazos apertados e medos silenciosos, que sempre enxergou em mim algo maior do que eu mesma conseguia ver, agradeço por acreditar quando eu duvidava, por permanecer quando eu queria desistir e por fazer do amor um lugar de estabilidade em meio ao caos.

Às minhas amigas e amigos que, construíram uma máquina para parar o tempo, reorganizaram o mundo para que eu pudesse concluir disciplinas, leituras, prazos e escritas, que permaneceram mesmo quando eu estava ausente, ao Lucas, à Júlia, ao Renato, à Raíssa e à Laura que me cobrem de afeto, vocês me lembraram que crescer não precisa ser solitário.

À Jaíne e à Edna, preciso agradecer com muito amor, porque vocês foram fortaleza durante esse período, Jaíne esteve comigo nas horas em que o cansaço não era apenas físico, escutou quando eu precisava falar e me lembrou de respirar quando eu queria parar. Edna esteve presente com a mesma generosidade, trouxe clareza quando tudo parecia confuso, mesmo com o Vicente no forninho, me explicou com paciência o que me inquietava, revisou o que me tirava o sono, e graças a ela eu realmente deixei de ter pesadelos com as normas da ABNT. Vocês gastaram o tempo tão apertado de vocês comigo e isso é das coisas mais generosas que alguém pode oferecer, obrigada.

Ao Wesley, agradeço pelo impulso, pela conversa no momento certo, pela sugestão de que eu deveria fazer o mestrado quando talvez eu ainda estivesse hesitando, seu incentivo e sua amizade não têm preço.

Ao nosso Núcleo de Estudos e Pesquisas sobre Culturas Escritas (NEPCE), que compõe o GEPHEMES (Grupo de Estudos e Pesquisas em História da Educação, Memória e Sociedade), agradeço pelas conversas, leituras compartilhadas, trocas sinceras e pelos momentos em que um argumento meu era questionado e voltava melhor, o núcleo não foi apenas um grupo acadêmico, foi espaço de pertencimento.

Aos meus professores da graduação e da pós-graduação, que foram fundamentais em minha formação acadêmica e alicerces para que eu chegasse até aqui. De modo especial, agradeço ao professor Alcimar Silva de Queiroz e à professora Míria Izabel Campos, minhas bases na formação docente, o que sei hoje sobre educação é fruto da semente plantada nas suas aulas e na seriedade com que tratavam o conhecimento. Obrigada por, em diferentes momentos da minha trajetória, me entregarem carinho, apoio, orientação e cuidado.

À professora Rosemeire de Lourdes Monteiro Ziliani agradeço pela formação recebida na disciplina do mestrado e pelas contribuições, sua atuação como pesquisadora e docente marcou minha forma de compreender a pesquisa acadêmica. À professora Ana Maria de Oliveira Galvão agradeço pela profundidade do olhar e pelas contribuições que ampliaram minha percepção sobre a complexidade das mulheres analisadas nesta pesquisa, suas provocações me fizeram revisitar argumentos e repensar caminhos.

Mas este agradecimento não pode se encerrar no círculo íntimo, esta dissertação é dedicada às mulheres que viveram sob prescrições rígidas nas décadas de 1940 e 1950, às que hoje enfrentam prescrições reconfiguradas pelas mídias digitais, pelas redes sociais e pelos discursos que mudam de formato, mas mantêm estruturas semelhantes, vivemos em um país onde as taxas de feminicídio continuam alarmantes, mulheres seguem sendo mortas por serem mulheres, seguimos convivendo com estatísticas que não são apenas números, mas histórias interrompidas, enquanto escrevo sobre prescrições da década de 1940 sei que outras prescrições, mais sutis, mais digitais, mais silenciosas, continuam objetivando moldar as mulheres no que devem comer,

vestir, desejar, pensar. Mudam os impressos, mudam os algoritmos, mudam os veículos, mas a lógica de controle insiste.

Que esta dissertação seja, ainda que modestamente, uma forma de resistência, uma forma de dizer que nada disso é natural, que tudo isso foi construído e que, se foi construído, pode ser transformado, porque como nos fala Clarice Lispector (1998, p.26).

[...] Uma das coisas que aprendi é que se deve viver apesar de. Apesar de, se deve comer. Apesar de, se deve amar. Apesar de, se deve morrer. Inclusive muitas vezes é o próprio apesar de que nos empurra para a frente. Foi o apesar de que me deu uma angústia que insatisfeita foi criadora de minha própria vida.

Porque, apesar de tudo, as mulheres vivem, vivem apesar das violências, apesar das tentativas de controle, apesar das prescrições que insistem em dizer quem devem ser. É nesse viver, que insiste e permanece, que resiste a força de seguir.

“Que personagens singulares! (...) Exigir uma servidão a que eles mesmos não têm coragem de se submeter, (...) e querer que lhe sirvamos de ludibrio, nós, a quem eles são obrigados a fazer a corte e atrair em seus laços com as submissões as mais humilhantes.”

(Nísia Floresta, 1989, p.89)

RESUMO

A pesquisa proposta objetiva compreender as prescrições destinadas à formação da dona de casa ideal, veiculadas por Helena Sangirardi na coluna *Lar Doce Lar*, publicada na revista *O Cruzeiro* entre 1944 e 1956. Parte-se da compreensão de que os impressos não apenas refletem práticas sociais, mas participam de sua produção. O recorte temporal corresponde ao período de circulação dos impressos selecionados. Parte-se da concepção de que os impressos educam (Galvão; Moreira, 2021; 2024), entendendo-os como artefatos culturais que produzem e difundem bens simbólicos, organizando práticas, valores e expectativas sociais no interior de uma determinada ordem histórica. Helena Sangirardi foi autora, jornalista e radialista atuante a partir da década de 1940, assinava colunas voltadas ao público feminino em revista de circulação nacional. Na coluna *Lar Doce Lar*, respondia às leitoras e oferecia orientações relativas à economia doméstica, à alimentação, à organização da casa e à convivência conjugal. Dirigida majoritariamente a mulheres da classe média urbana, a coluna participava da construção de um modelo normativo de feminilidade. A investigação fundamenta-se na análise discursiva das prescrições, articulada à materialidade e à circulação dos impressos. Metodologicamente, dialoga com Michel de Certeau acerca da operação historiográfica e das práticas cotidianas; com Jacques Le Goff na problematização do documento como monumento; com Roger Chartier quanto às representações e à cultura escrita; e Pierre Bourdieu (2014) para compreender como determinadas disposições relativas à divisão sexual do trabalho e à organização das relações de gênero são naturalizadas no interior das práticas prescritas. Os resultados evidenciam a recorrência de orientações que associam a mulher à gestão do lar, à administração econômica da casa, à regulação das emoções e à manutenção da harmonia conjugal, configurando um modelo idealizado de dona de casa. As prescrições analisadas contribuem para reiterar disposições tradicionais de gênero, ainda que se identifiquem indícios de transformações no período. Conclui-se que a coluna de Helena Sangirardi contribuiu para a produção e circulação de um ideal normativo de feminilidade no Brasil das décadas de 1940 e 1950, considerando o alcance da revista para as leitoras diretas e indiretas.

Palavras-chave: História da Educação de Mulheres; Impressos; Imprensa.

ABSTRACT

This research aims to understand the prescriptions intended for the formation of the "ideal housewife," conveyed by Helena Sangirardi in the column *Lar Doce Lar* (Home Sweet Home), published in the magazine *O Cruzeiro* between 1944 and 1956. It is based on the understanding that printed media not only reflect social practices but actively participate in their production. The timeframe corresponds to the circulation period of the selected materials. The study is grounded in the concept that printed media educate (Galvão; Moreira, 2021; 2024), viewing them as cultural artifacts that produce and disseminate symbolic goods, organizing social practices, values, and expectations within a specific historical order. Helena Sangirardi was an author, journalist, and radio host active from the 1940s onwards, writing columns for female audiences in national magazines. In *Lar Doce Lar*, she responded to readers and offered guidance on home economics, nutrition, household organization, and marital life. Primarily aimed at urban middle-class women, the column participated in the construction of a normative model of femininity. The investigation is based on a discursive analysis of the prescriptions, articulated with the materiality and circulation of the media. Methodologically, it engages with Michel de Certeau regarding the historiographical operation and everyday practices; Jacques Le Goff on the problematization of the document as monument; Roger Chartier concerning representations and written culture; and Pierre Bourdieu (2014) to understand how specific dispositions regarding the sexual division of labor and gender relations are naturalized within prescribed practices. The results highlight the recurrence of guidelines associating women with household management, economic administration, emotional regulation, and the maintenance of marital harmony, shaping an idealized model of the housewife. The analyzed prescriptions reiterate traditional gender dispositions, even as signs of transformation are identified during the period. It concludes that Helena Sangirardi's column contributed to the production and circulation of a normative ideal of femininity in 1940s and 1950s Brazil, considering the magazine's reach among both direct and indirect readers.

Keywords: History of Women's Education; Printed Media; Press.

RESUMEN

La investigación propuesta busca comprender las prescripciones destinadas a la formación del "ama de casa ideal", transmitidas por Helena Sangirardi en la columna Lar Doce Lar (Hogar Dulce Hogar), publicada en la revista O Cruzeiro entre 1944 y 1956. Se parte de la premisa de que los impresos no solo reflejan las prácticas sociales, sino que participan en su producción. El recorte temporal corresponde al período de circulación de los impresos seleccionados. El estudio se fundamenta en la concepción de que los impresos educan (Galvão; Moreira, 2021; 2024), entendiéndolos como artefactos culturales que producen y difunden bienes simbólicos, organizando prácticas, valores y expectativas sociales en el marco de un orden histórico determinado. Helena Sangirardi fue autora, periodista y locutora activa desde la década de 1940, firmando columnas dirigidas al público femenino en revistas de circulación nacional. En la columna Lar Doce Lar, respondía a las lectoras y ofrecía orientaciones relativas a la economía doméstica, la alimentación, la organización del hogar y la convivencia conyugal. Dirigida mayoritariamente a mujeres de la clase media urbana, la columna participaba en la construcción de un modelo normativo de feminidad. La investigación se basa en el análisis discursivo de las prescripciones, articulado con la materialidad y la circulación de los impresos. Metodológicamente, dialoga con Michel de Certeau acerca de la operación historiográfica y las prácticas cotidianas; con Jacques Le Goff en la problematización del documento como monumento; con Roger Chartier respecto a las representaciones y la cultura escrita; y con Pierre Bourdieu (2014) para comprender cómo determinadas disposiciones relativas a la división sexual del trabajo y la organización de las relaciones de género se naturalizan en el interior de las prácticas prescritas. Los resultados evidencian la recurrencia de orientaciones que asocian a la mujer con la gestión del hogar, la administración económica de la casa, la regulación de las emociones y el mantenimiento de la armonía conyugal, configurando un modelo idealizado de ama de casa. Las prescripciones analizadas contribuyen a reiterar disposiciones tradicionales de género, aunque se identifiquen indicios de transformaciones en el período. Se concluye que la columna de Helena Sangirardi contribuyó a la producción y circulación de un ideal normativo de feminidad en el Brasil de las décadas de 1940 y 1950, considerando el alcance de la revista tanto para las lectoras directas como indirectas.

Palabras clave: Historia de la Educación de las Mujeres; Impresos; Prensa.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Helena Sangirardi como destaque na comemoração radiofônica em homenagem ao aniversário do Estado Novo.	29
Figura 2: Capa do livro <i>A alegria de Cozinhar</i> 20ª Edição.	31
Figura 3: Página da Revista do Rádio contendo entrevista de Helena Sangirardi com seu esposo Angelo Bourroul Sangirardi.	32
Figura 4: Página da Revista do Rádio contendo entrevista de Helena Sangirardi com seu esposo Angelo Bourroul Sangirardi.	34
Figura 5: Distribuição Dos Trabalhos Seleccionados Por Tipo De Produção.	40
Figura 6: Capa da revista <i>O Cruzeiro</i> , que traz a primeira publicação da coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	53
Figura 7: Capas da revista <i>O Cruzeiro</i> onde foram localizadas a coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	55
Figura 8: Primeira edição da coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	64
Figura 9: Página 2 da primeira edição da coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	65
Figura 10: Primeira publicação da subcoluna <i>Seção Para Ninguém</i> na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	67
Figura 11: Primeira publicação da subcoluna <i>Correspondência</i> na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	68
Figura 12: Propaganda na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	79
Figura 13: Trecho das normas para envio de cartas na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	105
Figura 14: Resposta a leitoras na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	106
Figura 15: Correspondências na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	108

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Localização e seleção dos trabalhos PIBIC (2022)	36
Quadro 2: Localização dos trabalhos na plataforma Google Acadêmico.	38
Quadro 3: Edições Disponíveis por Ano (1944-1956) da coluna <i>Lar Doce Lar</i>	42
Quadro 4: Edições selecionadas para análise.	68
Quadro 5: Percentual das subcolunas em <i>Lar Doce Lar</i> .	69
Quadro 6: Leitoras de <i>Lar Doce Lar</i> por Unidade Federativa (1944–1956)	70
Quadro 7: Correspondências das leitoras de <i>Lar Doce Lar</i> .	71
Quadro 8: Temas Recorrentes por Categoria.	73
Quadro 9: Publicidades na coluna <i>Lar Doce Lar</i> .	76

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BDTD	Biblioteca Digital de Teses e Dissertações
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CIHELA	Congresso Ibero-americano de História da Educação Latino-americana
CLT	Consolidação das leis do trabalho
GEPHEMES (NEPCE)	Grupo de Pesquisa História da Educação, Memória e Sociedade Núcleo de Estudos e Pesquisas Sobre Culturas Escritas
HDBN	Hemeroteca Digital da Biblioteca Nacional
IC	Iniciação Científica
PIBIC	Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica
PIBID	Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO: DO INTERESSE À PESQUISA.....	14
1 INTRODUÇÃO	1
1.1 Helena Bechuath Sangirardi na e pela imprensa.....	7
1.2 Publicações sobre Helena Sangirardi: uma revisão bibliográfica	16
1.3 Procedimentos metodológicos.....	22
1.3.1 Levantamento da fonte.....	24
2 AS PÁGINAS DE LAR DOCE LAR (1944 a 1956): questões em torno da materialidade	27
2.1 Alcance editorial de O Cruzeiro: condições de circulação da coluna Lar Doce Lar ..	29
2.1.1 O perfil da leitora visada em Lar Doce Lar	39
2.2 Disposição gráfica e conteúdos da coluna Lar Doce Lar	41
2.2.1 Uma análise proporcional dos conteúdos de Lar Doce Lar	48
2.3 Publicidade e consumo em Lar Doce Lar	56
3 PRESCRIÇÕES PARA O COTIDIANO: EDUCANDO A DONA DE CASA IDEAL	60
3.1 Cozinha e alimentação: práticas cotidianas ensinadas.....	62
3.2 “Para conservar o amor conjugal”: prescrições para o cotidiano da esposa	66
3.3 A mulher ideal e o “lar, doce lar”	74
4 A MULHER QUE NÃO É DE PAPEL: REPRESENTAÇÕES E EXPERIÊNCIAS FEMININAS EM LAR DOCE LAR.....	81
4.1 Correspondências da coluna Lar Doce Lar.....	83
4.2 Indícios da distância entre a mulher idealizada e as experiências das leitoras	87
4.2 As inconsistências da “mulher universal”	102
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	105
REFERÊNCIAS.....	110

APRESENTAÇÃO: DO INTERESSE À PESQUISA

Não escolhas os temas da tua investigação por catálogo ou por mera conveniência. Procura, dentro de ti, os problemas que te inquietam, aquilo que queres saber e compreender. A prática científica é sempre, de uma ou de outra maneira, um «ajuste de contas» com a nossa vida. Se não encontrarmos aquilo que nos inquieta, as perguntas a que queremos responder, se não nos implicarmos por inteiro, jamais produziremos um trabalho com sentido para nós e para os outros. - (Nóvoa, 2015, p. 24)

Mais do que um relato linear de experiências, procuro aqui evidenciar como determinadas vivências, escolhas e descobertas foram me aproximando, ao longo do tempo, de questões que hoje reconheço como centrais em minha formação como pesquisadora. O uso da escrita na primeira pessoa do singular nesta apresentação introdutória, foi utilizada como forma de aproximar o(a) leitor(a) do processo que deu origem a esta investigação, reconhecendo que toda pesquisa é atravessada pelas experiências e pelas posições de quem a conduz, pois, “A investigação histórica necessita de um certo distanciamento em relação aos objectos de estudo, mas isso não implica neutralidade ou indiferença” (Nóvoa, 2015, p. 32). É assim que compreendo minha aproximação com o objeto de pesquisa: como um exercício de problematização histórica da educação proposta às mulheres, a partir do incômodo provocado pela força normativa dessa formação e como um ajuste de contas com minha história, com o que herdei, vivi e questioneei.

O ingresso no mestrado, sob a orientação da minha orientadora, possibilitou reformular essa inquietação, deslocando-a de uma inquietação pessoal para uma investigação científica. Todo o percurso deste mestrado assumiu, assim, uma densidade distinta para mim enquanto pesquisadora e mulher, minha trajetória pessoal foi atravessada por essas reflexões, pela necessidade de compreendê-la historicamente, evidenciando seus efeitos, suas permanências e suas formas no cotidiano das mulheres. À medida que avancei na investigação das prescrições nas publicações de Sangirardi, em especial da coluna *Lar Doce Lar*, tornaram-se mais evidentes os mecanismos pelos quais essas prescrições operavam no cotidiano feminino, regulando comportamentos,

afetos, expectativas e formas de viver. Quanto mais a pesquisa se aprofundava, mais elementos surgiam para responder a perguntas antigas e outras novas se impuseram. A seguir, compartilho o percurso de como cheguei até a presente pesquisa e porquê o objeto de estudo escolhido não é apenas um tema acadêmico, mas um compromisso político, ético e pessoal.

Sou amazonense de nascença, criada em Boa Vista, Roraima, no extremo norte do país. Mudei para Dourados, Mato Grosso do Sul, em busca de formação na área da educação, ingressando no curso de Pedagogia da Universidade Federal da Grande Dourados. A partir das possibilidades de acesso e formação proporcionadas pela universidade pública, o interesse pela pesquisa acadêmica se consolidou, especialmente após a participação em programas institucionais como o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) e o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC). A inserção nesses espaços, aliada à condição de estudante oriunda da escola pública e contemplada com bolsas de formação ao longo da graduação, possibilitou que a pesquisa deixasse de ser apenas uma possibilidade e passasse a integrar o objetivo de formação, o que levou à continuidade dos estudos no mestrado, onde se constituiu o lugar a partir do qual esta pesquisa é construída.

O interesse por Helena Sangirardi não surgiu de forma imediata, ele é resultado de um percurso investigativo iniciado ainda na graduação, o primeiro contato com o objeto de pesquisa ocorreu na graduação em Pedagogia, na Faculdade de Educação da Universidade Federal da Grande Dourados (FAED/UFGD), durante a disciplina de História da Educação Brasileira, onde conheci minha orientadora, esse contato inicial foi decisivo para a definição do percurso formativo e investigativo que se seguiria. Passei a integrar o Grupo de Estudos e Pesquisas em História da Educação, Memória e Sociedade (GEPHEMES) e o Núcleo de Estudos e Pesquisas Sobre Culturas Escritas (NEPCE). Nesse contexto, tive acesso à obra *A Alegria de Cozinhar*, de Helena Sangirardi, por intermédio de minha orientadora, obra que me acompanharia durante três anos, em três projetos de Iniciação Científica¹ (IC) realizados entre os anos de 2021 e 2023, até a monografia de final de curso (Silva, 2023).

¹ Três anos de Iniciação Científica (PIBIC) com os temas: “Livro de culinária e educação feminina no Brasil, na década de 1950, pela cultura ordinária no espaço doméstico: educando sentidos e sensibilidades” (IC – 2021/22); disponível em

Na primeira iniciação científica, a partir da investigação de livros de culinária como instrumentos de educação feminina no Brasil da década de 1950, a pesquisa buscava compreender como, por meio de impressos não escolares, em particular os manuais culinários, produziam-se sensibilidades, normas e formas de organização da cultura ordinária no espaço doméstico. Com o livro *A alegria de cozinhar*, de Helena Sangirardi, pretendíamos investigar de que maneira os livros de culinária contribuíam com a formação de disposições, valores e práticas associadas ao feminino. Ao aprofundar a análise do livro, tornou-se necessário investigar a trajetória da autora, foi nesse movimento que se revelou um dado significativo: apesar da ampla circulação de sua obra e da presença de Sangirardi em mídias como revistas e rádio, não existia, até então, uma biografia de Helena Sangirardi².

O levantamento realizado a partir da *Revista do Rádio*, da revista *O Cruzeiro* e de outras fontes como o Acervo da *Rádio Nacional* e da *TV Paulista*, indicavam que Helena Sangirardi era uma figura pública de grande visibilidade. A autora trabalhou no rádio, atuando em programas como o consultório sentimental, na *Rádio Nacional*. Já na *TV Paulista* estreou o programa de culinária “Sirva-se de bons pratos”, e escreveu além do livro *A Alegria de Cozinhar* (1948?) e *Coleção Feminina* (1968) em seis volumes. Helena Sangirardi circulou entre nomes reconhecidos da cultura brasileira, como Vinicius de Moraes, que fez o poema “Feijoada à minha moda” (1962) dedicado “à amiga Helena Sangirardi”, que foi tema do Enem 2024³.

Os dados encontrados sobre as tiragens da revista *O Cruzeiro* e sobre o volume de cartas recebidas indicam que sua coluna *Lar Doce Lar*, possuía ampla repercussão junto ao público feminino urbano, ou seja, tratava-se de uma autora que não apenas escrevia prescrições para as mulheres, mas que escrevia a partir de uma posição estratégica em um dos maiores veículos de circulação impressa do país, nas décadas de

<https://eventos.ufgd.edu.br/enepex/anais/arquivos/5822.pdf>. “A Alegria de cozinhar, de Helena Sangirardi e a educação da mulher no Brasil dos anos 1950/1960” (IC 2021-2022) “Livro De Culinária E Educação Feminina No Brasil Na Década De 1950, Pela Cultura Ordinária No Espaço Doméstico: Educando Sentidos E Sensibilidades”(Ic – 2022-23)”A Alegria De Cozinhar, de Helena Sangirardi e a Educação das Mulheres nas Décadas de 1940-1960” “Conexões entre as obras de Helena Sangirardi e os programas do governo Vargas: uma análise sobre os impressos destinados a educar as mulheres no Brasil dos anos 1950/60” (IC – 2023-2024)

² Em 2025 foi publicado o primeiro esforço de biografar Helena Sangirardi. Cf Moreira (2025).

³ Questão 8, página 4. Disponível em: https://www.bernoulli.com.br/app/uploads/2025/09/Retrospectiva-ENEM_2024.pdf Acesso em: 2 fev. 2026.

1940 e 1950 e é nesse contexto de modernização urbana, expansão dos meios de comunicação que se insere a atuação de Helena Sangirardi.

Durante as investigações na iniciação científica, percebemos que ainda que suas leitoras fossem de várias partes e camadas sociais⁴, a autora se dirigia, como público alvo, às mulheres da classe média e alta. A imagem da mulher ideal a quem a autora se referia era a imagem de uma mulher burguesa, alinhada ao consumo de bens modernos como os eletrodomésticos e vestuário, mesmo que tais bens estivessem fora do alcance de grande parte da população feminina brasileira, produzindo uma representação social da mulher ideal para as mulheres da classe média. As prescrições de Helena Sangirardi corroboravam a consolidação de uma figura feminina única, normativamente apresentada como modelo desejável, ainda que outras mulheres consumissem a coluna, as trabalhadoras rurais, operárias, mulheres negras, mulheres das periferias urbanas, não eram elas as leitoras visadas das orientações publicadas na coluna, entretanto as prescrições criavam um processo aspiracional nessas mulheres.

Problematizando que não existe uma mulher abstrata e universal, questionamos como a autora Helena, a partir de espaços considerados não escolares, educava o cotidiano das mulheres, especialmente das classes médias urbanas, mas também das outras camadas sociais a partir de um processo aspiracional. O problema de pesquisa, assim reformulado, passou a ser: de que modo as prescrições de Helena Sangirardi atuaram na educação feminina e na produção de um modelo normativo e único de dona de casa no Brasil entre as décadas de 1940 e 1950?

No decorrer do desenvolvimento desta pesquisa, parte de seus resultados foi apresentada e discutida em diferentes espaços, entre essas atividades estão a publicação de um capítulo de livro (Moreira; Silva, 2024), duas apresentações no Congresso Ibero-Americano de História da Educação Latino-Americana (CIELA). A primeira ocorreu em outubro de 2023, na cidade de Villarrica, Paraguai, durante o XV CIELA, com o trabalho intitulado “Tecendo nexos: as reformas educativas da era Vargas e os impressos destinados às mulheres. Uma análise dos livros de Helena Sangirardi”⁵. A

⁴ A revista O Cruzeiro circulava na Europa e em vários países da América Latina. Isso demonstra a variedade do público de leitoras de O Cruzeiro apesar de suas edições evidenciarem mulheres da elite do país.

⁵ Programação disponível em: <https://museodelasescuelas.files.wordpress.com/2023/11/programacion-cihela-2023.pdf> Acesso em: 27 jan. 2026).

segunda ocorreu em outubro de 2025, em Santiago, Chile, com o trabalho “Contribuições das publicações de Helena Sangirardi para a educação das mulheres no Brasil entre as décadas de 1940 e 1950”⁶, compondo o painel “História da Educação das Mulheres no século XX: o papel dos impressos”. No âmbito das atividades de divulgação científica também foi realizada uma exposição sobre a temática da educação das mulheres a partir dos impressos, vinculada ao eixo “História da Educação de Mulheres pelos Impressos”, integrante do projeto financiado pelo edital Universal do CNPq intitulado “Impressos que educaram no século XX: janelas interpretativas para as culturas do escrito”. A exposição foi divulgada pelo jornal Notícias de Dourados em edição impressa e virtual⁷.

A escolha pelo objeto de pesquisa foi cultivada ao longo desses anos, como mais que um tema, como um lugar de implicação pessoal, como uma mulher que cresceu ouvindo, como tantas outras, que é preciso saber cuidar da casa, do corpo, do marido e da família. Portanto, a continuidade desse percurso investigativo, agora no mestrado, marca a continuação de uma trajetória iniciada ainda na graduação e um caminho de encontro comigo mesma, “encontrar-se consigo própria era um bem que ela até então não conhecia”. Como pondera Clarice Lispector (1998, p.43), “Em meio às leituras, arquivos e silêncios, encontrei o que me inquietava”, e como Macabéa, que rompe o silêncio com uma frase inesperada, também precisei transformar o que me atravessa em palavra porque “Quanto a mim, só me livro de ser apenas um acaso porque escrevo, o que é um ato que é um fato” (Lispector, 1998, p.54).

⁶ Programação Disponível em: <https://cihela2025.pro/programa-diario/> Acesso em: 27 jan. 2026).

⁷ Disponível em: <https://www.noticiasdedourados.com.br/post/exposic-a-o-destaca-viso-es-enraizadas-do-papel-da-mulher-na-sociedade>. Acesso em: 16 jan. 2026).

1 INTRODUÇÃO

A presente dissertação objetivou compreender as prescrições de Helena Sangirardi para as donas de casa, tendo como fonte principal a coluna⁸ *Lar Doce Lar* (1944 a 1956), assinada por Sangirardi na revista *O Cruzeiro*, onde a autora ganhou destaque como conselheira feminina ao propagandear os ideais e práticas associadas à figura da dona de casa⁹, oferecendo conselhos sobre culinária, administração do lar, atenção ao marido e boas práticas domésticas. Utilizamos o conceito de *prescrição* como orientações, conselhos e normas implícitas ou explícitas que visam modelar comportamentos considerados desejáveis para determinado grupo social. No campo da História da Educação, impressos como revistas e livros são compreendidos como dispositivos que contribuem para a produção de subjetividades e para a transmissão de padrões de conduta. Como afirmam Galvão e Moreira (2022, p. 18), “os impressos educam quando prescrevem, normatizam, recomendam ou sugerem comportamentos desejáveis ou indesejáveis, constituindo sujeitos para um tempo histórico”.

Para compreender o alcance educativo de *Lar Doce Lar* na revista semanal *O Cruzeiro*, questionamos sobre como os conselhos e o modelo ideal de mulher, promovido por Helena Sangirardi, enquanto autora da coluna, educavam as mulheres aos ideais de domesticidade e feminilidade, conforme pondera Pinsky (2012, p. 15), ao afirmar que “a ideologia da domesticidade projetava sobre a mulher um ideal de virtude, doçura, submissão e dedicação exclusiva à família, que se pretendia universal e atemporal”.

O recorte espacial concentra-se no Brasil, uma vez que a revista *O Cruzeiro* (1928-1985) foi uma revista de circulação nacional, chegando tanto nas capitais quanto em regiões mais afastadas, “lugares onde o Diário Oficial jamais chegou, *O Cruzeiro* chegava” (Barbosa *et al.* 2015, p. 8), o que ampliava o alcance das orientações de

⁸A autora Helena Sangirardi utilizava de forma indistinta os termos “coluna” e “seção” ao se referir a *Lar Doce Lar*. Nesta pesquisa, adotaremos o termo “coluna” para manter a uniformidade terminológica.

⁹ O projeto ora apresentado, financiado com bolsa CAPES de mestrado, compõem os projetos de pesquisa: “Cultura escrita e impressos que educam em perspectiva histórica no século XX”, aprovado pelo edital n. 9/2022 de Bolsa de Produtividade em Pesquisa do CNPq e “Os impressos que educaram no século XX: janelas interpretativas para a(s) cultura (s) do escrito” financiado pelo recurso do edital Universal do CNPq, 10/2023.

Helena Sangirardi. O ano de 1944 como recorte temporal inicial foi estabelecido com base na primeira publicação que localizamos da coluna *Lar Doce Lar*, no dia 11 de março de 1944, em meio a Segunda Guerra Mundial e discursos de modernização e reorganização da vida cotidiana como função estabilizadora. A coluna tem seu início uma semana após Sangirardi assumir a autoria da coluna *Da Mulher para a Mulher*, substituindo Maria Teresa, autora anterior da coluna *Da Mulher para a Mulher*, que se despede das leitoras e introduz sua sucessora.

Nessa tristeza da minha partida, há, porém, um raio de sol: não vou deixá-las sozinhas. Ficará com vocês uma criatura que tem longa prática do assunto, que criou o “Consultório Sentimental” no radio brasileiro — há muitos anos, em São Paulo. Que, nos seus programas, já realizou meia dúzia de casamentos e resolveu centenas de casos aparentemente insolúveis. Que já colaborou em vários jornais paulistanos, entre eles o “Diário de São Paulo”, no qual apresentou, durante muito tempo, além do “Consultório Sentimental”, uma crônica diária, dirigida à mulher. Essa criatura que continuará apresentando carinhosamente esta seção, procurando ajudar as suas leitoras em tudo que seja possível, é a senhora Helena B. Sangirardi. Ela lhes dará, estou certa, sempre bons conselhos, que as ajudarão a resolver os seus problemas. [...] Espero que as minhas leitoras se entendam com minha amiga Helena, essa moça inteligente e dinâmica que, eu sei, dará o máximo de si mesma para levar um pouco de conforto moral até a mais longínqua vila do Brasil, de onde lhe pica uma cartinha pedindo um conselho. E agora... acho que vou sair correndo, sem olhar para trás. É muito difícil deixá-las! De vez em quando — sempre que seja possível — escreverei uma crônica especialmente para esta página. Felicidades, minhas queridas leitoras. Até um dia! (*O Cruzeiro*, Rio de Janeiro, ano 17, 26 fev. 1944, p. 82).

A apresentação de Maria Teresa endossa que Sangirardi assumia a responsabilidade pela coluna *Da Mulher para a Mulher* a partir desse momento, mas não menciona a existência de *Lar Doce Lar*. A ausência de referência à coluna *Lar Doce Lar* no discurso de transição de Maria Teresa, reforça o indício (Ginzburg, 1989) de que *Lar Doce Lar* não existia antes de março de 1944, e que a coluna foi criada somente após a entrada de Sangirardi. Na edição seguinte, da coluna *Da Mulher Para Mulher*, de 4 de março de 1944, Sangirardi inicia sua participação na coluna com o texto intitulado “Cartão de Visitas”, no qual reforça sua presença e compromisso com a continuidade da seção:

VOCÊS já devem estar sentindo saudades de Maria Teresa... E talvez estejam preocupadas com as cartas que lhe escreveram e que não chegaram a ser respondidas. Infelizmente não lhes possa restituir Maria Teresa. Mas posso responder todas as consultas que enviaram a

ela, procurando assim, satisfazê-las, da melhor maneira que me for possível (Sangirardi, 4 mar. 1944, p.74).

Na edição de 11 de março de 1944 (p. 76) da coluna *Lar Doce Lar* não há uma apresentação às leitoras, como houve em *Da Mulher Para Mulher*. No entanto, os indícios, o “faro, golpe de vista, intuição” (Ginzburg, 1989, p. 179), indicam que essa é a primeira coluna de *Lar Doce Lar*. A primeira edição inicia-se na página 77 da revista, é interrompida e continuada na página 90, sem explicações editoriais. Com a chamada¹⁰ “...E o seu marido sorrirá satisfeito!”, a autora atribui a harmonia conjugal ao resultado da atenção feminina aos gostos e preferências do marido. Sangirardi se dirige a mulheres urbanas, de classe média e alta, que contavam com o auxílio de cozinheiras, mas que, conforme alerta a autora, deveriam manter a vigilância e a autoridade sobre o espaço doméstico. Nesse sentido, Sangirardi aconselhava:

MUITAS mulheres invejam outras, pela harmonia que estas conseguem em seus lares. Chegam a perguntar qual o segredo de viver bem — que não conseguem encontrar — qual a receita da felicidade conjugal. Esquecem, tanto, que o segredo pode ser muito simples e que em seu próprio poder, sem que desconfiem disso, está a chave de todas as portas que dão para o reino sereníssimo de uma perfeita vida em comum. E quanto à receita de felicidade, pode ser apenas uma receita ... culinária. Mesmo que a sua cozinheira seja excelente, não deixe de ir dar uma espiada na cozinha, sempre que for possível. Sua imaginação e bom gosto são indispensáveis. [...] Apresente um dia ou outro um prato diferente... e o seu marido sorrirá satisfeito. E você verá, então, como uma coisa aparentemente tão simples, pode contribuir para que o seu lar continue sendo um — ‘Lar, doce lar’... (Sangirardi, 11 mar. 1944, p.77, 90).

A partir da busca sistemática realizada na Hemeroteca Digital da Biblioteca Nacional, a análise das edições digitalizadas da revista *O Cruzeiro* disponíveis na referida plataforma, pela leitura integral das edições desde a fundação do periódico, em 1928, não foi possível identificar qualquer publicação anterior com o mesmo título ou com características semelhantes atribuíveis à autoria de Helena Sangirardi ou com as mesmas características textuais e visuais. Portanto, após esses critérios, reconhecemos a autoria de Helena Sangirardi na nova coluna *Lar Doce Lar*, em 11 de março de 1944 como marco inicial do corpus documental desta pesquisa, que se sustenta na cronologia

¹⁰Para a organização e análise do corpus, utilizamos os temas que antecedem cada edição da coluna *Lar Doce Lar* como marcadores temáticos. Esses “títulos”, inseridos no início de cada publicação, antecipam o conteúdo abordado, e orientam a categorização das prescrições segundo os temas recorrentes identificados ao longo das edições.

das edições disponíveis, na consistência temática e editorial observada desde essa data. O recorte final corresponde a sua última publicação, em 28 de abril de 1956, onde a autora se despede de suas leitoras:

Assim, despedimo-nos deste espaço querido, na certeza de que, em cada conselho e em cada dica aqui deixados, plantamos um pouco mais de harmonia e felicidade nos lares de tantas famílias que nos acompanharam. Que o lar continue a ser esse doce refúgio, onde cada um encontra a paz e o amor que sempre o aguardam (Sangirardi, 28 abr. 1956, p. 78).

A transição da autoria da coluna ocorre em 1957, com a substituição de Sangirardi por Teresa de Paula Pena, que passa a assinar a coluna em 5 de janeiro de 1957. Apesar da mudança de autoria, duas edições publicadas em janeiro de 1957 ainda trazem a assinatura de Helena Sangirardi na coluna: a de 12 de janeiro, composta apenas por uma receita de gelatina, e a de 19 de janeiro, na qual se apresenta uma receita de hambúrguer. O público de Helena Sangirardi era constituído por mulheres, a quem ela chama de “minhas amigas”. Como Buitoni (2009, p. 191) observa, o uso do vocativo feminino, o apelo à intimidade, que aproxima revista e leitoras, se torna uma “verdadeira armadilha”. A utilização do “você” e “amiga”, constrói uma narrativa que elimina a distância entre autora e leitora, reforçando uma relação de amizade, a utilização da “função conativa” (Buitoni, 2009, p. 191), que dirige a mensagem a um destinatário e, por meio do modo imperativo e do vocativo, estabelece um discurso prescritivo, normativo. Como explica Buitoni, “quando o tom impositivo prefere usar o pretexto de uma conversa amiga, então a função conativa é a escolhida” (2009, p. 192).

A identificação da leitora visada em *Lar Doce Lar* resulta da articulação entre texto e impresso. As estratégias discursivas de Sangirardi, combinadas às escolhas editoriais e à materialidade de *O Cruzeiro*, constroem o público alvo, a partir do discurso intimista, que reforça normas sociais relacionadas às mulheres. À mulher cabia seguir prescrições ligadas ao espaço doméstico e ao cuidado com a família, como analisa Buitoni (2009); a imprensa feminina do século XX reforçava representações socialmente construídas sobre os papéis femininos, operando a partir de uma lógica ideológica. Conteúdos “neutros”, como receitas, dicas para a casa, orientações de beleza, conselhos amorosos e cuidados com os filhos operam como dispositivos de manutenção de comportamentos esperados.

Esses impressos funcionavam como instrumentos de orientação e controle, direcionando as leitoras para um modo de ser e estar no mundo. Como aponta Bourdieu (2014), a eficácia desses discursos dependia do reconhecimento da autoridade de quem os profere e a sintonia dessas mensagens com a lógica dominante. Assim, os conselhos e as prescrições de *Lar Doce Lar* eram legitimados como verdades, conformando práticas que reforçam hierarquia de gênero a partir da dominação masculina que:

[...] são produto de um trabalho incessante (e, como tal, histórico) de reprodução, para o qual contribuem agentes específicos (entre os quais os homens, com suas armas como a violência física e a violência simbólica) e instituições, famílias, Igreja, Escola, Estado (Bourdieu, 2014, p. 46).

O autor reflete que a dominação masculina confinava as mulheres ao espaço doméstico e atribuía a elas trabalhos “[...] privados e escondidos, ou até mesmo invisíveis [...]”, instituindo um silenciamento dos seus corpos e vozes. As revistas ofereciam às mulheres dicas sobre como se comportar, como agradar o marido, como educar os filhos e organizar a casa, afirmando que a felicidade feminina estava ligada à preservação dos valores familiares e ao sucesso no ambiente doméstico. As funções domésticas, cozinhar, limpar, lavar, passar e cuidar dos filhos, eram vistas como uma responsabilidade natural das mulheres. Como aponta Bourdieu (2014, p. 42): “são elas que, encarregadas das preocupações vulgares da gestão quotidiana da economia doméstica, parecem comprazer com as mesquinharias do cálculo, das contas e dos ganhos que homem de honra deve ignorar”.

As revistas se alinhavam a esse modelo e consideravam a participação masculina nas tarefas domésticas como “uma delicadeza do marido em momentos muito especiais” (Pinsky, 2012, p. 378). Essa divisão reforçava as diferenças sociais para as mulheres pois como pontua Demeterco:

As revistas femininas exerceram forte influência sobre várias gerações de mulheres desde os anos 1920. É no período em análise, particularmente a partir dos anos 40, que se constrói um ideal da mulher moderna, que deveria comportar-se de acordo com as novas normas impostas pelo imaginário da época e incorporar os lançamentos em termos de utilidades domésticas, a maioria relacionada ao ato de cozinhar (Demeterco, 2003, p. 23).

Sendo assim, as questões que orientam nossa pesquisa foram: como os textos de Helena Sangirardi colaboraram para a formação de uma imagem idealizada e

universal da dona de casa, moldando comportamentos, valores e habilidades esperadas da mulher? Como as prescrições de Helena Sangirardi em *Lar Doce Lar* contribuíram para a construção e perpetuação da representação da dona de casa ideal no período analisado?

Antes, porém, parece-nos importante compreender quais foram as condições de produção e circulação da coluna *Lar Doce Lar* no contexto da revista *O Cruzeiro* entre 1944 e 1956. Para responder a tais questões, analisamos as entrelinhas do discurso nessas prescrições, nos guiamos pela História Cultural que “tem por principal objeto identificar o modo como em diferentes lugares e momentos uma determinada realidade cultural é construída, pensada, dada a ler” (Chartier, 1990, p. 17), pela importância de considerar os impressos de Sangirardi como artefatos culturais, mensagens que prescreviam modos de agir, sentir e viver.

A revista *O Cruzeiro* circulou de 1928 a 1977. Como destacam Barbosa et al. (2015), no Brasil das décadas de 1930, 1940 e 1950, a revista mais lida era *O Cruzeiro*, um periódico de publicação semanal, com circulação nacional e a principal revista ilustrada do Brasil no século XX. *O Cruzeiro* de Assis Chateaubriand¹¹ teve sucesso de vendas com mais de 720 mil exemplares vendidos, a revista abordava diversos temas como moda, família, esporte, cinema, estabelecia oposições políticas, como no caso da oposição direta a candidatura de Luís Carlos Prestes, ou apoio político ora para Getúlio Vargas, ora para a Aliança Liberal como evidenciado por Velasquez (2014, p.36):

“[...] o apoio político de *O Cruzeiro* à candidatura de Vargas-João Pessoa tornou-se evidente pela diferenciação entre a ampla cobertura (cerca de oito páginas ilustradas por fotos a cada edição) das atividades dos candidatos aliancistas, contra o espaço restrito da candidatura oficial, que tinha de pagar para estar nas páginas da revista”.

A atuação de Helena Sangirardi na coluna *Lar Doce Lar*, na revista *O Cruzeiro*, contribuiu para a constituição de um espaço de aconselhamento, ensino informal e educação das mulheres através de suas prescrições, essa perspectiva se ancora na compreensão dos impressos como dispositivos educativos, segundo o conceito de impressos que educam de Galvão e Moreira (2021), que, ainda que não

¹¹ Foi empresário, político, jornalista e um dos homens mais influentes do país nesse período e idealizador da revista *O Cruzeiro*.

vinculados a escola, atuam na formação de modos de ser, agir e sentir. Nesse sentido, Galvão e Moreira (2021, p. 22) argumentam que a presença de termos como “infantil”, “juvenil” ou “feminina” pode estar vinculada tanto à identificação de um público específico quanto a uma estratégia educativa editorial. A educação não se restringe ao espaço escolar, mas ocorre em diversos dispositivos culturais, em *Lar Doce Lar*, sua dimensão educativa não está em um projeto pedagógico formal, mas na construção de um modelo ideal de dona de casa, pautado por normas de conduta e padrões de comportamento. Na subseção seguinte, apresentamos Sangirardi e suas principais obras, apontando como sua figura pública foi construída como referência de autoridade feminina e mediadora entre normas sociais e práticas do cotidiano feminino.

1.1 Helena Bechuath Sangirardi na e pela imprensa

A colunista mais famosa de O Cruzeiro foi Helena Sangirardi, que escreveu por muitos anos na revista, divulgando receitas e dando conselhos às suas leitoras. (Demeterco, 2003, p. 23).

Helena Bechuath (1915-1989) nasceu em Ribeirão Preto - São Paulo, casou-se com Ângelo Bourroul Sangirardi, adotando o sobrenome Sangirardi, com o qual ficou conhecida nacionalmente. Teve duas filhas, Maria Lúcia e Silvia Helena Sangirardi¹². Foi radialista, apresentadora, jornalista, escritora e locutora. Assinava as colunas *Lar Doce Lar* (1944/1956) e *Da Mulher Para Mulher* (1944 a 1946) na revista *O Cruzeiro*, a principal revista ilustrada do Brasil no século XX, como pontuado por Tomé (2013, p. 58).

Na revista ‘O Cruzeiro’, [Helena Sangirardi] participou, na década de 1950, do quadro “Lar doce[1] lar”, dedicado a ensinar receitas culinárias às suas leitoras, e de um outro chamado “Da mulher para a mulher”, em que se escrevia sobre o casamento e a vida conjugal.

Antes de assinar colunas em *O Cruzeiro*, Sangirardi já possuía reconhecimento consolidado na rádio brasileiro, por programas como o Consultório Sentimental e o Bazar Feminino, no programa, a autora aconselhava as mulheres de todo o país em seus relacionamentos.

¹²Informações disponíveis em: <https://tvsaudades.com.br/item/1325/helena-sangirardi-84-anos/details?pageType=search> Acesso em: 2 fev. 2026.

Helena Sangirardi, autora consagrada de livros de cozinha na década de 1950, que escrevia em *O Cruzeiro*, assinava colunas de culinária em jornais, revistas e no rádio. “Seu livro já esgotado *A alegria de cozinhar* chegou a vender mais de 250 mil cópias. Essa obra, segundo as palavras da própria autora, ‘reaparece renovada’ em *A nova alegria de cozinhar*, em 1988.” (Demeterco, 2003, p.117).

Essa notoriedade é evidenciada na despedida de Maria Teresa, ao apresentar Sangirardi às leitoras da coluna *Da Mulher para a Mulher*, destacando sua experiência e sucesso no rádio.

[...] Helena B. Sangirardi está apresentando, há alguns meses, na Tupi do Rio de Janeiro, o seu famoso “Bazar Feminino” e, no dia 5 de Março em diante, na mesma emissora, lançará um novo programa: “O CRUZEIRO em Revista”, conjugado com novas seções que vocês vão encontrar em nossos próximos números. Impossível, portanto, encontrar pessoa melhor indicada para deixar no meu lugar [...] (*O Cruzeiro*, Rio de Janeiro, ano 17, 26 fev. 1944, p. 82).

O sucesso e a influência da revista *O Cruzeiro* impulsionou o reconhecimento nacional de Helena Sangirardi que, passou a assinar colunas voltadas ao público feminino, tornando-a uma figura importante no cenário brasileiro da comunicação, conforme frisa Tomé (2013, p. 58):

Na revista ‘O Cruzeiro’, [Helena Sangirardi] participou, na década de 1950, do quadro “Lar doce lar”, dedicado a ensinar receitas culinárias às suas leitoras, e de um outro chamado “Da mulher para a mulher”, em que se escrevia sobre o casamento e a vida conjugal.

No entanto, a análise das edições da revista indica que Sangirardi assinou a coluna *Da mulher para a mulher* entre 1944 e 1946, sendo sua atuação vinculada principalmente à coluna *Lar doce lar*. Antes de sua atuação na revista *O Cruzeiro*, Helena Sangirardi obteve notoriedade na Rádio Nacional do Rio de Janeiro¹³ onde apresentou o Programa *Consultório Sentimental* (1939/1955) na década de 1940 e na Rádio Tupi¹⁴ do Rio de Janeiro, com os programas: *Bazar Feminino* (segunda, quarta e sexta, 16h30) e *O Cruzeiro em Revista* (quinta e sábado 16h30). Sucesso entre o público feminino, o Consultório sentimental esteve no ar por mais de quinze anos, o programa

¹³A Rádio Nacional do Rio de Janeiro foi inaugurada em 12 de setembro de 1936, referência de programação a Rádio Nacional marcou a história da radiodifusão e da própria cultura brasileira. Ela é responsável pelas matrizes que formam hoje a Rádio brasileira. Outras informações sobre a história desta emissora de rádio, consultar <https://atlas.fgv.br/>

¹⁴A rádio Tupi foi inaugurada em 25 de setembro de 1935 como mais uma das iniciativas de comunicação das Emissoras e Diários Associados, empresa dirigida por Assis Chateaubriand. Outras informações sobre a história desta emissora de rádio, consultar <http://www.tupirio.com.br>.

oferecia orientações e conselhos sentimentais a mulheres de todo o país sobre questões relacionadas à relacionamento amoroso, as ouvintes enviavam suas dúvidas, problemas e perguntas relacionadas ao amor, namoro, casamento e família. Helena Sangirardi lia as cartas e mensagens das ouvintes ao vivo e, em seguida, respondia com conselhos e reflexões. Sangirardi foi destaque na semana comemorativa do aniversário do Estado Novo. O rádio participou dos festejos cívicos. A Rádio Educadora organizou programas especiais, apresentados das 21:30 às 22:30 horas com quadros radiofônicos e orquestrações, conforme a figura a seguir:

Figura 1: Helena Sangirardi como destaque na comemoração radiofônica em homenagem ao aniversário do Estado Novo.



Fonte: Revista do Rádio, 1943, ed.03.

O programa solidificou a popularidade de Helena Sangirardi como comunicadora e figura querida no rádio, como pontuam Moreira e Silva (2024, p. 78):

O sucesso no rádio e na revista nos anos 1940 proporcionaram o reconhecimento de Helena Sangirardi como conselheira feminina, que, através de dicas e conselhos para as donas de casa em suas seções/colunas, angariava um reconhecimento que, posteriormente, a destacaria como jornalista, radialista e autora. Em reportagem publicada anos mais tarde, a carteira da Associação Brasileira de Imprensa (ABI) de Sangirardi é mencionada como sendo de 1945, na categoria de jornalista.

A presença de Helena Sangirardi na programação da Rádio Nacional contribuiu para sua recorrente aparição na Revista do Rádio (1948-1970), periódico dedicado à cobertura do universo radiofônico brasileiro. A revista publicava entrevistas, reportagens, bastidores e informações sobre artistas e comunicadores do rádio, as matérias sobre vida amorosa, rivalidades, fofocas, propagandas, premiações dos artistas da rádio, segundo Faour (2002) tinham o necessário para o sucesso entre o público da elite social e também os trabalhadores.

[...] não bastassem as informações em geral sobre a vida pessoal e artística das celebridades do momento, havia fuxicos e um pouco de apelação em suas manchetes para atingir em cheio a curiosidade do povão. Um povo que tinha como principal veículo de diversão e informação o rádio. (Faour, 2002, p. 5).

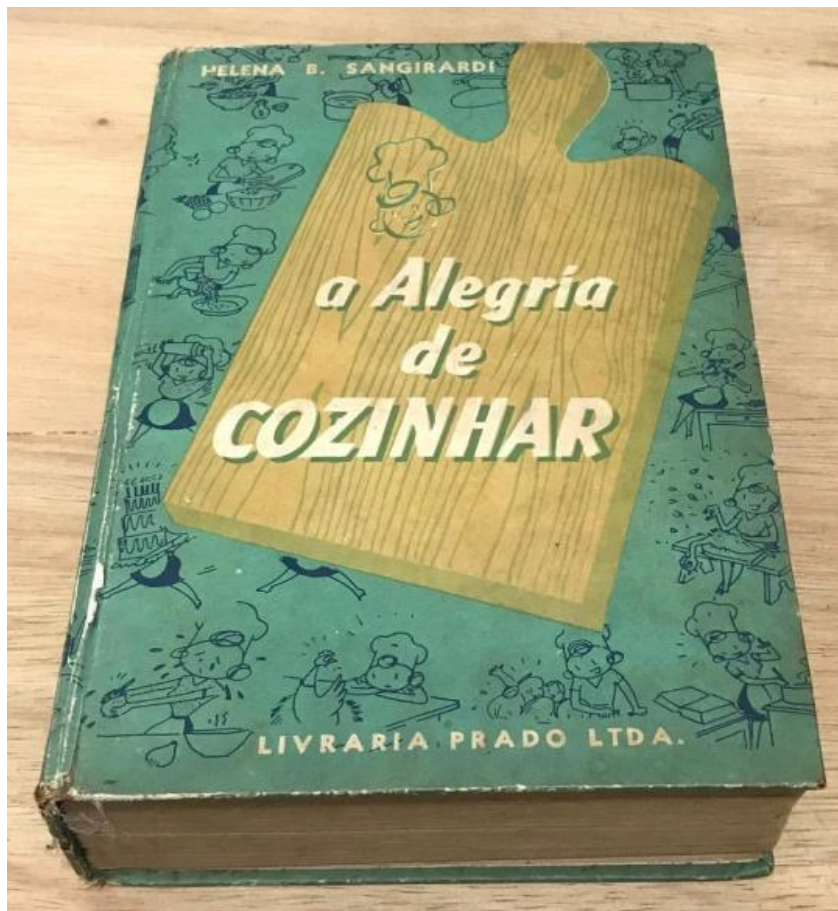
Ainda em 1940, Sangirardi publicou o livro de culinária *A Alegria de Cozinhar*, um compilado de receitas próprias e de suas leitoras, como indica:

Peço-lhes que me mandem receitas práticas, pouco dispendiosas e de fácil preparo, Receitas dos seus cadernos particulares. Receitas típicas, de Estados, regiões ou cidades do Brasil. Pretendo publicar um livro e gostaria imenso de contar com a colaboração das leitoras de O CRUZEIRO. Antecipadamente, aceitem meus agradecimentos. (Sangirardi, 25 mar. 1944, p. 72; 98).

A primeira edição, de acordo com alguns indícios discutidos ao longo de pesquisas anteriores, pode ser situada em 1948 [?]¹⁵.

¹⁵ Não podemos precisar a data da primeira edição de *A Alegria de Cozinhar*, de Helena Sangirardi, mas os indícios[...] levam a definir a primeira edição como sendo de 1948. Cf. Moreira e Silva (2024).

Figura 2: Capa do livro A alegria de Cozinhar 20ª Edição.



Fonte: Sangirardi 1952

De acordo com Moreira e Silva (2024, p. 78), *A Alegria de Cozinhar* se anunciava como a “solução para os problemas culinários da dona de casa”, a obra se propunha a “ensinamentos úteis, sugestões interessantes, conselhos práticos”. Foram cinco mil exemplares vendidos no primeiro ano, chegando a vender mais de 250 mil cópias, segundo Demeterco (2003, p. 117), constatando a continuidade de sua produção editorial, Helena Sangirardi publicou, no final da década de 1960, a *Coleção Feminina* (1968), organizada em seis volumes. A obra insere-se no conjunto dos manuais de instrução destinados à formação feminina que circularam no Brasil ao longo do século XX.

A presença de manuais voltados à economia doméstica e à formação das mulheres nos currículos escolares remonta às reformas educacionais das décadas de 1930 e 1940, particularmente à Lei Orgânica do Ensino Secundário (1942), que estruturou disciplinas diferenciadas para o público feminino. Conteúdos relacionados à

administração do lar, puericultura e economia doméstica passaram a compor a formação oferecida nas Escolas Normais e em outros espaços de escolarização feminina. Conforme aponta Tomé (2013), “A partir do século XX, eles passam a ocupar, com bastante frequência, as estantes das Escolas Normais ou a fazer parte dos currículos oficiais para a formação de professoras” (Tomé, 2013, p. 35). A Coleção Feminina é mencionada como material utilizado no âmbito da formação escolar, segundo Tomé e Machado (2013):

[...] dois manuais de instrução femininos publicados nas décadas de 1950 e 1960 e que foram utilizados como material didático em disciplinas da Escola Normal e que também fizeram parte do acervo pessoal de muitas mulheres. São eles: Economia Doméstica Puericultura, de Henrique Grechi, e Helena B. Rossi Penna (1954) e Coleção feminina, de Helena Sangirardi (1968). (Tomé; Machado, 2013, p. 111).

A referência à obra de Sangirardi indicia a circulação de suas obras em espaços formais de ensino, ultrapassando o campo da imprensa periódica e do rádio, até a escolarização formal. Nos programas de Economia Doméstica do ensino secundário aparecem conteúdos voltados à alimentação e ao cuidado com a saúde. O programa de 1951, estabelecia como conteúdo: “Preparo, Conservação e Uso dos Alimentos. A alimentação e sua importância. Subnutrição e estados de carência. Origem e preparo geral dos alimentos. Uso dos alimentos” (Brasil, 1951, p. 397). Esses conteúdos evidenciam a conexão entre as orientações dos programas escolares e as prescrições nos impressos de Helena Sangirardi.

Na edição nº 020 da Revista do Rádio (1954), Helena Sangirardi e seu esposo, Angelo Bourroul Sangirardi, foram tema de entrevista ilustrada com fotografias do casal e de suas filhas, Silvia Helena e Maria Lúcia. A matéria apresenta o casal em seu apartamento, destacando sua trajetória profissional e aspectos de sua vida familiar.

Figura 3: Página da Revista do Rádio contendo entrevista de Helena Sangirardi com seu esposo Angelo Bourroul Sangirardi.



Fonte: Revista do Rádio (1954, ed.020, p.18)

A Revista do Rádio inicia caracterizando a autora e associa a atuação de Helena Sangirardi no rádio ao volume de correspondência recebida pela emissora, mencionando a Rádio Nacional e o reconhecimento institucional por meio do “departamento especializado da PRE-8”¹⁶.

Helena Sangirardi é moça e bonita! Isto para desmentir uma afirmativa muito em voga de que apenas feia se mete a dar conselhos sobre beleza e elegância. Pois bem, Helena, que é na vida social a sra^a dr^a Sangirardi Júnior, dá conselhos pela Rádio Nacional e recebe a maior correspondência daquela emissora, conforme comprova o

¹⁶ A Rádio Nacional do Rio de Janeiro (frequentemente associada ao prefixo histórico PRE-8).

departamento especializado da PRE8. (Revista do Rádio, 1954, ed.020, p.18)

Na segunda página reservada para a entrevista, o casal aparece novamente acompanhado das filhas, com Helena interagindo com as crianças:

Figura 4: Página da Revista do Rádio contendo entrevista de Helena Sangirardi com seu esposo Angelo Bourroul Sangirardi.



Fonte: Revista do Rádio (1954, ed.020, p.19)

Na matéria, o casal relata que se conheceu na Rádio Difusora, onde foram apresentados. Segundo Angelo Sangirardi¹⁷ Helena é “inteligente” e que, “se havia

¹⁷ A reportagem também evidencia a trajetória profissional de Angelo Bourroul Sangirardi no meio radiofônico. O texto o apresenta como figura atuante na Rádio Nacional e menciona sua participação na

promovido tantos casamentos por meio de seu programa de rádio, poderia aplicar seus próprios métodos ao seu casamento”. Na matéria ele declarou estar “cansado de ficar solteiro” e considerava Helena “uma boa esposa”, mencionando também que ele gostava de comer e que ela apreciava preparar bons pratos. Ao ser questionada sobre o êxito de seus livros e colunas culinárias, Helena Sangirardi vincula a culinária à vida conjugal:

O homem se prende pelo estômago. Se assim não fosse, eu não teria feito a seguinte dedicatória no meu livro: ao meu marido, paciente cobaia dos meus experimentos culinários, esperando que me perdoe os quilos que engordou depois do casamento. (Revista do Rádio, 1954, ed.020, p.18)

Ao final da reportagem, concluem “É difícil a felicidade entrar porta adentro, mas na casa de Helena Sangirardi entrou. Ela e seu espôso formam o que se pode chamar um casal feliz”. A construção dessa narrativa articula três dimensões: o sucesso profissional no rádio e na imprensa, a competência culinária e a imagem de harmonia conjugal e a culinária como elemento central no sucesso da vida doméstica da autora, como recurso associado à manutenção do casamento. A recorrência dessas associações, aconselhamento sentimental, livros culinários, maternidade e imagem de felicidade conjugal, trazem indícios de como a figura pública de Helena Sangirardi é enquadrada dentro do modelo de feminilidade moderna. Trata-se de uma mulher inserida no mercado de trabalho e nos meios de comunicação, mas cuja legitimidade pública permanece vinculada ao êxito no espaço doméstico. Sua atuação profissional não se apresenta como ruptura do modelo conjugal, mas como extensão dele, onde é possível identificar o que Demarque (2023) denomina “pedagogias de lifestyle”, ou seja, ensinamentos sobre modos de viver a vida feminina ancorados na tríade aparência, performance e consumo. No caso de Helena Sangirardi, a aparência pública, a performance profissional no rádio e a produção de livros culinários articulam-se à manutenção de uma imagem de esposa e mãe bem-sucedida.

A revista do rádio apresenta Helena Sangirardi e seu marido como referência de vida conjugal, como um “casal feliz”, estável e bem-sucedido, alinhado com o

modelo de casamento que a autora difundia em suas publicações, porém essa representação não se mantém nos anos seguintes, conforme registra Moreira (2025):

No entanto, como anuncia a página de mexericos da Revista do Rádio: ‘A minha querida Helena Sangirardi, que sabe dar tantos conselhos bonitos sobre o amor, não foi feliz no seu!’ (Revista do Rádio, 1961, p. 18). Um ano depois, a mesma revista afirmou que ‘A pomba da paz está agindo entre Helena Sangirardi e seu marido Sangirardi Júnior que estão separados (as filhas estão torcendo para que dê tudo certo).’ (Revista do Rádio, 1962, p. 18). Não sabemos o motivo da separação, tampouco se houve, de fato, reconciliação. O que sabemos é que Helena continuou atuando como conselheira em ‘assuntos femininos’, incluindo a culinária, até a década de 1970, com a Coleção Feminina, em seis volumes, publicada em 1968, seus programas de televisão publicados pelo menos até 1977, e as reedições de A Alegria de Cozinhar, até a década de 1980. (Moreira, 2025, p. 20-21).

Anteriormente apresentada como exemplo de vida conjugal, a trajetória de Sangirardi é tratada de outra forma pela revista, que lamenta sua separação e a coloca em contradição com sua atuação como conselheira sentimental. A Revista do Rádio, a apresentava ao lado do marido como exemplo de esposa, essa representação reforça a autoridade da autora como conselheira feminina, quando a mesma revista noticia a separação, uma informação sobre sua vida pessoal, que é tratada como uma contradição com a posição que ela ocupava publicamente, ao lembrar que Sangirardi “sabia dar tantos conselhos bonitos sobre o amor”, a separação é lida a partir dessa contradição, a mulher casamenteira que ensinava outras a manter o casamento havia se separado, a saída da “paz” seria a reconciliação. Ainda assim, esses registros não interromperam sua atuação, pois Helena Sangirardi continuou vinculada à produção de conteúdos voltados ao cotidiano feminino nas décadas seguintes, até falecer em 7 de dezembro de 1989, na cidade do Rio de Janeiro.

1.2 Publicações sobre Helena Sangirardi: uma revisão bibliográfica

O levantamento bibliográfico realizado permitiu constatar que, embora Helena Sangirardi tenha ocupado um espaço significativo na imprensa brasileira do século XX, suas produções ainda não haviam sido utilizadas como fontes primárias para pesquisas sobre educação feminina. Essa constatação reforçou a pertinência da presente pesquisa. Nesse sentido, a revisão bibliográfica é necessária, pois, se bem conduzida, contribui com a construção de uma contextualização para a investigação e a análise das possibilidades presentes na literatura consultada para a concepção do referencial teórico

da pesquisa. Conforme afirmam Vosgerau e Romanowski (2014, p. 167), “[...] as revisões de literatura podem apresentar uma revisão para fornecer um panorama histórico sobre um tema ou assunto considerando as publicações em um campo”. Assim, a revisão de literatura auxilia na delimitação do problema de pesquisa, na busca por novas linhas de investigação, na identificação de trabalhos já realizados e na exploração de abordagens inéditas, evitando que a pesquisa se torne redundante e irrelevante. Conforme evidenciam Lima e Miotto (2007, p. 38):

[...] a revisão de literatura é apenas um pré-requisito para a realização de toda e qualquer pesquisa, ao passo que a pesquisa bibliográfica implica em um conjunto ordenado de procedimentos de busca por soluções, atento ao objeto de estudo, e que, por isso, não pode ser aleatório.

Nesse sentido, retomamos o levantamento já realizado no âmbito do PIBIC (2022), incorporando-o à dissertação pela continuidade representada. Esse levantamento anterior já havia evidenciado que, na pesquisa histórica sobre mulheres os trabalhos que dialogam diretamente com as questões aqui propostas são reduzidos, afinam quando se considera o uso dos textos de Sangirardi como fonte primária. O levantamento realizado na Iniciação Científica (PIBIC), para a localização dos trabalhos, foram utilizados os seguintes descritores: “impressos”, “manuais domésticos”, “livros culinários”, “economia doméstica” e “educação das mulheres”.

Foram considerados trabalhos que abordassem a relação com cozinha/culinária. Trabalhos que não dialogavam diretamente com esses eixos temáticos foram excluídos da análise. O levantamento foi incorporado de forma integral nesta dissertação, dado seu alinhamento teórico com a proposta atual. O catálogo de trabalhos identificados está registrado no quadro 1:

Quadro 1: Localização e seleção dos trabalhos PIBIC (2022)

Tipo de Trabalho	Título	Autor(a)	Foco Geográfico
Artigo	A Mocidade Portuguesa Feminina e a formação culinária em Menina e Moça (1947-1962)	Isabel M. R. Mendes Drumond Braga; Paulo Drumond Braga	Portugal
Artigo	Culinária no feminino: os primeiros livros de receitas escritos por portuguesas	Isabel M. R. Mendes Drumond Braga	Portugal
Artigo	Rosa Maria para a elite, Rosa Maria para o povo: Culinária brasileira e culinária portuguesa na primeira metade do século XX	Maria Cecília Barreto Amorim Pilla; Isabel M. R. Mendes Drumond Braga	Brasil/Portugal
Artigo	A educação alimentar como arte culinária: alimentação, gênero e sensibilidades na história (Natal, 1914-1945)	Vitória Diniz de Souza	Brasil (Natal)
Dissertação	Cozinhar e Decorar: mulheres entre panos, objetos e comidas (1967-1972)	Débora Pinguello Morgado	Brasil
Dissertação	Sabor e Saber: Livros De Cozinha, Arte Culinária E Hábitos Alimentares. Curitiba: 1902 - 1950	Solange Menezes Da Silva Demeterco	Brasil (Curitiba)
Artigo (Revista)	Evolução dos livros de culinária brasileiros e sua relação com o cozinhar na contemporaneidade	Ester Pinter Cordeiro	Brasil

Fonte: Elaborado pela pesquisadora

Para a construção desta revisão atualizada, foram realizadas buscas complementares em quatro bases consolidadas: Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD)¹⁸, a Scientific Electronic Library Online (SciELO), plataforma de teses e dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), a escolha das plataformas para a condução da investigação se deu a partir de critérios de abrangência, relevância e acessibilidade às informações. Essas bases reúnem teses, dissertações e artigos científicos, permitindo mapear a produção acadêmica relacionada à imprensa feminina e à educação das mulheres no século XX. A seleção dessas plataformas baseou-se em três critérios principais: (1) abrangência nacional e internacional dos acervos; (2) relevância para pesquisas acadêmicas em ciências humanas; e (3) acessibilidade das produções.

As buscas foram reformuladas a partir dos descritores: “imprensa feminina”, “educação das mulheres”, “revista O Cruzeiro” e “Helena Sangirardi”, delimitando-se os filtros por idioma (português), área de conhecimento (Ciências Humanas, História,

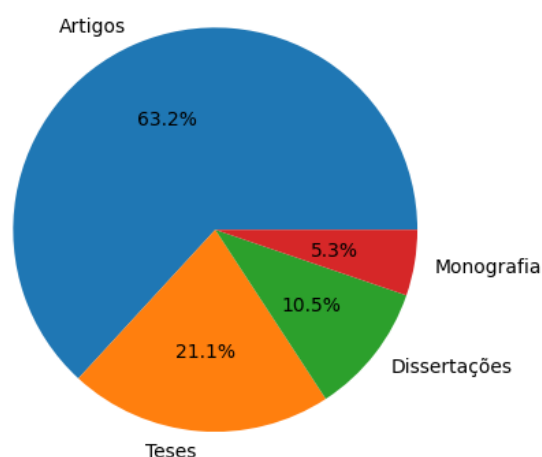
¹⁸A primeira ocorreu em 22 de maio de 2024, no início da construção da pesquisa, com o objetivo de mapear as produções sobre a autora. A segunda busca foi realizada em 26 de novembro de 2025, com a finalidade de atualizar o levantamento e verificar possíveis novos estudos publicados. Em ambas as buscas, utilizamos a mesma metodologia, com os mesmos descritores de pesquisa, o que resultou na repetição dos dados levantados.

Educação e Estudos de Gênero) e recorte geográfico (Brasil), esses filtros permitiram direcionar a busca para trabalhos que efetivamente dialogassem com os eixos desta dissertação, ainda que, como se reconhece, possam ter deixado de fora pesquisas relevantes de outros campos ou em outros idiomas. O recorte temporal permaneceu sem limite inicial, contemplando publicações até 2025. A ampliação dos descritores resultou em volume de registros nas bases consultadas, após aplicação dos filtros por idioma e área, realizou-se triagem por títulos, considerando apenas trabalhos que abordassem: (a) imprensa voltada ao público feminino; (b) circulação de impressos prescritivos; (c) discursos educativos direcionados às mulheres; e (d) análises da revista O Cruzeiro. A escolha dos descritores fundamentou-se na delimitação temática da pesquisa. A inserção do nome Helena Sangirardi como descritor específico teve como objetivo identificar trabalhos que tratassem diretamente da autora; entretanto, não foram encontrados registros indexados sob esse termo nas bases consultadas.

A busca inicial retornou 11.000 resultados para “revista O Cruzeiro”, 1.784 para “imprensa feminina”, 878 para “educação das mulheres” e 0 resultados para “Helena Sangirardi”. Esses números evidenciam a amplitude da produção acadêmica relacionada à revista O Cruzeiro e à imprensa feminina no Brasil, mas não indicam, por si, aderência ao recorte desta pesquisa. Diante do volume obtido, realizou-se triagem por títulos, mantendo-se trabalhos que abordassem imprensa voltada ao público feminino, circulação de impressos prescritivos e discursos educativos direcionados às mulheres. Em seguida, procedeu-se à leitura de resumos e introduções.

Após esse processo de refinamento, foram identificados 41 trabalhos com pertinência temática, dos quais 19 foram selecionados para compor esta revisão, os trabalhos selecionados distribuem-se entre 12 artigos, 4 teses, 2 dissertações e 1 monografia. Interessa-nos ressaltar que, a partir dos dados levantados, elaborou-se a Figura 1, que indica que a maioria dos trabalhos selecionados corresponde a artigos, no total de 12, seguidos por 4 teses, 2 dissertações e 1 monografia. A seguir, apresentam-se os tipos de documentos localizados nas plataformas, conforme os tipos de documentos localizados nas plataformas, separando entre teses, dissertações e artigos, conforme o gráfico:

Figura 5: Distribuição Dos Trabalhos Selecionados Por Tipo De Produção.



Fonte: Elaborado pela pesquisadora.

A revisão evidencia, portanto, a existência de produção acadêmica consistente sobre imprensa feminina e representações da mulher no século XX, ao mesmo tempo em que delimita o recorte desta dissertação, centrado na análise da coluna *Lar Doce Lar*. A inserção do nome Helena Sangirardi como descritor específico visa identificar trabalhos que, mesmo não classificando suas obras como manuais ou não utilizando os termos anteriormente citados, tratem direta ou indiretamente de sua produção. A distribuição dos trabalhos selecionados foi organizada conforme o quadro 2:

Quadro 2: Localização dos trabalhos na plataforma Google Acadêmico.

Título	Autor/Ano	Tipo de produção
Helena Sangirardi e a educação das mulheres no Brasil (1940-1970): uma biografia da autora a partir de suas obras	Kênia Hilda Moreira (2025)	Artigo
Da comida em versos: um pot-pourri de paladar pessoal	Gilda Santos (2014)	Artigo
Saúde e beleza do corpo feminino – algumas representações no Brasil do século XX	Sandra dos Santos Andrade (2003)	Artigo
“O mais popular dos doces brasileiros”: História crítica do brigadeiro.	Pedro von Mengden Meirelles (2020)	Artigo
Virada gastronômica: como a culinária dá lugar à gastronomia no jornalismo brasileiro	Renata Maria do Amaral (2019)	Artigo
“A coisa está ficando feia”: o consumo da carne de baleia no Brasil entre a História e Antropologia	Fernando Cauduro Pureza (2020)	Artigo

(1960-1963)		
Mobiliário doméstico e as apropriações do moderno: a divulgação dos interiores residenciais nos periódicos especializados e ilustrados (1930-1955)	Déborah Caramel Marques (2018)	Dissertação
Sabor e saber: livros de cozinha, arte culinária e hábitos alimentares. Curitiba: 1902-1950	Solange Menezes Da Silva Demeterco (2003)	Tese
Modas e modos domésticos: os manuais de instrução femininos e a educação da mulher – décadas de 1950 e 1960	Dyeinne Cristina Tomé (2013)	Dissertação
Feijoada: origem e considerações acerca de um patrimônio cultural imaterial	Fábio Molinari Bitelli (2019)	Artigo
Da mulher para a mulher: o papel feminino na revista O Cruzeiro	Natália Simanke Blumberg (2013)	Monografia
Pedagogias de Lifestyle: educação, aparência e performance feminina nas revistas O Cruzeiro (Brasil) e Ladies' Home Journal (EUA) – 1946-1953	Gislene Rodrigues Ferreira Demarque (2023)	Tese
Um impresso para mulheres e seus modos de apropriação: A Revista Grande Hotel e seus (supostos) leitores (Minas Gerais, 1947-1961)	Juliana Ferreira de Melo (2013)	Tese
A revista O Cruzeiro: os discursos sobre educação do corpo feminino e as memórias das leitoras pelotenses nas décadas de 1950 e 1960	Tânia Nair Alvares Teixeira (2023)	Tese

Fonte: Elaborado pela pesquisadora.

O conjunto das pesquisas evidencia que há produção consolidada sobre imprensa feminina e sobre a revista *O Cruzeiro*, especialmente no que se refere às representações do corpo, do consumo e da modernidade feminina. Entre os trabalhos com menção à autora, destacam-se os estudos de Solange Demeterco (2003) e Dyeinne Cristina Tomé (2013) pois possuem análises sobre livros de culinária, consumo e representações da mulher na imprensa ilustrada, relevantes para a discussão da domesticidade e educação feminina. O artigo de Kênia Hilda Moreira (2025) elabora uma biografia de Helena Sangirardi. As pesquisas analisam, predominantemente, a imprensa feminina enquanto espaço de circulação de representações sociais, discursos sobre o corpo feminino, consumo, domesticidade e educação no século XX. Estudos como os de Juliana Melo

(2013), Gisllene Demarque (2023) e Tânia Teixeira (2023) abordam discursos sobre corpo, modernidade e pedagogias de estilo de vida.

Além dessas buscas, realizou-se um levantamento complementar no Google Acadêmico, com o objetivo de confirmar a ausência de produções que utilizassem os textos de Sangirardi como fonte primária de análise. O levantamento identificou, inicialmente, 58 trabalhos, distribuídos entre artigos, dissertação, tese e monografia. Após a leitura dos resumos, verificou-se que os trabalhos faziam alguma menção direta ao nome da autora, no entanto, essas menções estão concentradas, em discussões sobre culinária e história da alimentação, sem análise das prescrições.

Apesar da produção consolidada sobre imprensa feminina, não foram identificadas pesquisas que utilizem a coluna *Lar Doce Lar* como fonte principal de análise, considerando sua materialidade, suas prescrições e sua circulação como prática educativa. O descritor “Helena Sangirardi” não retornou resultados nas bases consultadas, indicando ausência de trabalhos indexados a partir do nome da autora. Mesmo no levantamento complementar realizado no Google Acadêmico, as menções à autora concentram-se em estudos sobre culinária e história da alimentação, sem exame sistemático da coluna. Em síntese, embora o número de trabalhos selecionados possa parecer limitado no macro do campo, ele reflete um esforço metodologicamente consistente, centrado na análise da domesticidade, da educação feminina e da materialidade dos impressos como agentes de formação de subjetividades no contexto histórico investigado.

1.3 Procedimentos metodológicos

Quanto aos caminhos metodológicos adotados para o levantamento da fonte para a análise das prescrições destinadas à construção da figura da dona de casa ideal, veiculadas na coluna *Lar Doce Lar*, publicada na revista *O Cruzeiro* entre os anos de 1944 e 1956, considerando que a fonte é um impresso periódico, optou-se por uma abordagem de natureza documental, orientada pela análise de conteúdo (Bardin, 1979). A catalogação das prescrições dirigidas ao público feminino exigiu o levantamento, organização e categorização do material textual publicado na coluna ao longo dos anos selecionados. Para sistematizar o processo de catalogação da fonte seguiu os critérios metodológicos propostos por Bardin (1979) na constituição do *corpus*: de representatividade, homogeneidade, pertinência e exaustividade.

Em relação à representatividade, para a seleção das edições consideramos o conjunto dos documentos disponíveis no acervo da Hemeroteca Digital, priorizando a diversidade de temas da coluna e a cobertura de diferentes anos do recorte temporal como *Homogeneidade* selecionamos apenas os textos pertencentes à coluna *Lar Doce Lar*, garantindo uniformidade quanto à autoria (Helena Sangirardi), ao suporte (revista *O Cruzeiro*) e ao tipo de conteúdo (prescritivo, doméstico e educativo), para a regra da *Pertinência* as citações foram selecionadas com base na relevância em relação ao objetivo central da pesquisa, ou seja, compreender como era veiculada a imagem da dona de casa ideal e para *Exaustividade* foram incluídos todos os textos da coluna *Lar Doce Lar* que puderam ser localizados nas edições da revista disponíveis na Hemeroteca Digital. O *corpus* textual extraído foi posteriormente submetido a uma leitura flutuante e à classificação em eixos temáticos: casamento, maternidade e cuidado com o lar. As categorias emergiram tanto da leitura do material quanto da imersão teórica no campo da história da educação das mulheres.

A pesquisa estrutura-se sobre os procedimentos teórico-metodológicos de Certeau (2008, p.?), em “A Operação Historiográfica” ao afirmar que “Em história, tudo começa com o gesto de separar, de reunir, de transformar em “documento” certos objetivos distribuídos de outra maneira. Esta nova distribuição cultural é o primeiro trabalho, ela consiste em produzir tais documentos, “pelo simples fato de recopiar, transcrever ou fotografar estes objetivos mudando ao mesmo tempo o seu lugar e o seu estatuto”. Este gesto consiste em “isolar” um corpo, como se faz em física, e em “desfigurar” as coisas para constituí-las como peças que preencham lacunas de um conjunto. Após a separação dos materiais é preciso investigá-los, questioná-los, problematizá-los. As fontes não falam por si; é preciso que o historiador (a) as questione, as interroge, formule problemas para que possa retirar dali o material efetivo de sua narrativa, processo que implica “produzir tais documentos”. A análise empreendida será apresentada nas subseções seguintes, nas quais descreveremos o processo de catalogação das fontes, a constituição das categorias temáticas, e os procedimentos de leitura e interpretação aplicados ao corpus documental.

1.3.1 Levantamento da fonte

O levantamento da fonte realizado por meio do trabalho sistemático de catalogação das colunas *Lar Doce Lar*, foi realizado a partir da consulta aos exemplares digitalizados da revista *O Cruzeiro*, disponíveis na Hemeroteca Digital¹⁹. As fontes selecionadas e catalogadas foram as publicações de Helena Sangirardi na coluna *Lar Doce Lar*. O acesso aos dados de interesse envolveu o rastreamento manual das edições da revista, com o intuito de localizar as publicações da coluna e garantir que as ausências não fossem decorrentes de falhas nos mecanismos de busca por palavra-chave no acervo digital. Inicialmente, a estimativa era de que houvesse cerca de 52 publicações por ano, seguindo a lógica de periodicidade semanal da revista, totalizando aproximadamente 600 publicações no período (1944/1956). Contudo, ao final da catalogação, foi identificada uma quantidade reduzida de edições da coluna, o acervo da revista *O Cruzeiro*, situado na Hemeroteca Digital, indicou um total de 1.289 ocorrências da autora²⁰, das quais foram extraídas 419 publicações da coluna *Lar Doce Lar*. Esse processo de catalogação será apresentado na tabela a seguir:

Quadro 3: Edições Disponíveis por Ano (1944-1956) da coluna Lar Doce Lar

Ano	Número de colunas localizadas
1944	29
1945	34
1946	36
1947	37
1948	33
1949	33
1950	31
1951	30
1952	34
1953	41
1954	36
1955	48
1956	46
TOTAL	419

Fonte: elaborado pela pesquisadora.

¹⁹A Hemeroteca Digital Brasileira é uma plataforma online disponibilizada pela Biblioteca Nacional que reúne periódicos históricos e outros impressos digitalizados. Disponível em: <https://memoria.bn.gov.br>.

²⁰Utilizamos como filtro o nome Helena Sangirardi e Helena.

Houve o crescimento gradual nas publicações durante os primeiros anos, passando de 29 colunas em 1944 para 36 em 1946, 30 a 35 publicações anuais entre 1947 e 1954. O ápice ocorreu entre 1955 e 1956, com 46 e 47 publicações, respectivamente, o auge da presença da coluna em *O Cruzeiro*. Correlacionadas ao contexto editorial da revista, essa intensificação coincide com o período de maior projeção da revista, cuja ascensão, conforme destacado por Velasquez (2014, p. 8), se deu tanto em termos de circulação quanto de tiragem:

De 1944 a 1959, a revista teve significativa ascensão, de circulação e de tiragem, que atingiu 720.000 exemplares, em 1954, com o suicídio de Getúlio Vargas. Nesse período, considerado o de maior expansão do periódico, contava com sucursais em Paris, Nova York, Roma e Tóquio.

As edições localizadas foram organizadas e catalogadas em um arquivo em PDF, com identificação do número da revista, data da publicação, número de página e planilha com os temas da coluna. Essa organização permitiu construir um banco de dados que facilitou o mapeamento dos temas e a sistematização das análises. O procedimento de coleta dos dados textuais foi realizado a partir das imagens obtidas na Hemeroteca. O uso do OCR²¹ foi necessário para possibilitar a leitura através das ações seguintes de organização dos materiais. É importante frisar os cuidados tomados durante a captura das imagens para a catalogação da fonte, tais como, enquadramento e adequação de zoom. O levantamento, que compreende o período de 1944 a 1956, encontra-se integralmente no apêndice A.

A coluna *Lar Doce Lar* localiza-se, de forma recorrente, na segunda metade da revista, após a coluna *Da Mulher para Mulher*, ocupando duas páginas por edição. A edição de 26 de maio de 1951 (n. 32, p. 136) corresponde à última publicação da coluna com duas páginas, com exceção das edições especiais de Natal. A partir desse ano observamos uma mudança em sua estrutura: a coluna passa a ocupar apenas uma página, frequentemente dividida entre receitas culinárias e propagandas. Houve a ausência de padronização editorial ao longo dos anos, com variações na diagramação, na numeração das páginas e na estrutura gráfica, o que exigiu um procedimento rigoroso

²¹ OCR, ou Reconhecimento Óptico de Caracteres (do inglês Optical Character Recognition) é uma ferramenta que converte imagens de textos, como documentos digitalizados, PDFs, fotos ou manuscritos, em texto editável e pesquisável.

de identificação baseado em critérios como título, data, localização na revista e recorrência de seções. Se, em seus primeiros anos, *Lar Doce Lar* dedicava-se à formação moral da dona de casa, a partir de 1951, a coluna concentra-se exclusivamente na apresentação de receitas, com redução substancial do conteúdo textual e predomínio de imagens ilustrativas, mantendo esse formato até 1956, nosso recorte final.

Nos propomos a analisar os discursos inscritos nos textos de Sangirardi a partir de um *habitus* de feminilidade marcado pela reprodução da ordem simbólica masculina, em diálogo com os conceitos de violência simbólica, conforme formulados por Bourdieu (2014). Ao mesmo tempo, foram mobilizadas as contribuições de Michel de Certeau (1998) para pensar o cotidiano. A análise que se segue busca, portanto, articular essas duas perspectivas teóricas a fim de lançar luz sobre os modos pelos quais os impressos de Sangirardi contribuíram para a produção e a regulação de um modelo de dona de casa ideal, sem, contudo, ignorar os possíveis movimentos sutis de agência presentes na recepção e vivência desses discursos pelas leitoras.

A presente dissertação está organizada em três seções, subsequentes à introdução. Seção 2 “Entre páginas e lares: a coluna *Lar Doce Lar* (1944–1956)” analisa a coluna em sua materialidade, detalha o alcance editorial de *O Cruzeiro* e as condições de circulação, examina as relações entre publicidade e consumo. Seção 3 “Prescrições para o cotidiano: educando a dona de casa ideal” investiga as prescrições de Helena Sangirardi na conformação do modelo ideal de dona de casa, discute a educação dos afetos no cotidiano conjugal e explora as práticas do lar, incluindo limpeza, alimentação e eficiência cotidiana e na seção 4 “A mulher que não é de papel: representações e experiências femininas em *Lar Doce Lar*” discutimos as “resistências” das leitoras sobre as prescrições. Ao final, são apresentadas as considerações finais da pesquisa, onde se retomam as principais conclusões, os limites das análises e as possibilidades de desdobramentos futuros.

A pesquisa dialoga com Michel de Certeau ao compreender que toda a análise histórica se inscreve em um terreno já ocupado, marcado por camadas sucessivas de interpretações, silenciamentos relativos e escolhas teóricas.

O caminhar de uma análise inscreve seus passos, regulares ou ziguezagueantes, em cima de um terreno habitado há muito tempo. Somente algumas dessas presenças me são conhecidas. Muitas, sem

dúvida mais determinantes, continuam implícitas – postulados ou dados estratificados nesta paisagem que é memória e palimpsesto. Que dizer desta história muda? Ao menos, indicando os sítios onde a questão das práticas cotidianas foi articulada, vou marcar já as dívidas e também as diferenças que possibilitaram um trabalho nestes lugares (Certeau, 1998, p. 35).

A análise aqui proposta se insere nessa perspectiva de um “palimpsesto”, reconhecendo os impressos como artefatos que registram práticas culturais, as modelam e perpetuam. Desse modo, a partir da análise das obras de Helena Sangirardi, nos referimos a seus impressos como veículos de um projeto pedagógico voltado à formação da dona de casa ideal, a partir da perspectiva de Galvão e Moreira (2021, 2024) dos *impressos que educam*, que, mesmo sem um caráter explicitamente escolar, se inscreve em uma tradição de textos voltados à orientação e formação de determinados sujeitos sociais. Essa dimensão formativa não se restringe ao conteúdo prescritivo dos textos, mas se manifesta também na materialidade dos impressos, na maneira como são organizados, nos suportes em que circulam e nas estratégias editoriais que buscam interpelar suas leitoras.

2 AS PÁGINAS DE LAR DOCE LAR (1944 a 1956): questões em torno da materialidade

Esta seção tem como objetivo analisar as condições de produção e circulação da coluna *Lar Doce Lar* na revista *O Cruzeiro*, compreendendo que o suporte e o contexto editorial são elementos constitutivos dos impressos. Nos fundamentamos na compreensão de que os textos publicados não podem ser dissociados dos meios que os veiculam, pois carregam consigo marcas materiais e simbólicas que informam seu conteúdo, alcance e sentidos. Segundo Chartier (1990, p. 127), “[...] é necessário recordar vigorosamente que não existe nenhum texto fora do suporte que o dá a ler, que não há compreensão de um escrito [...] que não dependa de formas através das quais ele chega ao seu leitor”. Propomos, portanto, apresentar a materialidade e os modos de circulação da coluna *Lar Doce Lar*, observando sua composição editorial, frequência, estrutura e transformações ao longo do tempo. A partir da materialidade dos impressos e dos recursos editoriais mobilizados, pretendemos compreender as dinâmicas que sustentavam a presença e a permanência da coluna ao longo dos anos analisados, pois:

Materialidade do texto significa os formatos diferentes das obras publicadas. Significa também a inscrição e a disposição do texto sobre as páginas [...]. Significa igualmente as escolhas do autor, do corretor, do operário tipográfico ou do tipógrafo, na Primeira Modernidade, no que se refere às grafias ou às pontuações. Então, isso é um conjunto de elementos que define a materialidade [...], que produz uma possibilidade de recepção da obra para os leitores que pensam sua apropriação isoladamente em relação ao texto lido, mas que é, ao mesmo tempo, uma apropriação guiada, constrangida, organizada pela materialidade [...], que o leitor não necessariamente tem presente na sua consciência (Chartier, 1990, p. 417).

O objetivo é delinear que, ao mesmo tempo em que informa, prescreve, educa e constrói modelos de comportamento feminino. Ao considerar os textos como expressões e registros de práticas culturais, almejamos demonstrar como a coluna operou enquanto dispositivo educativo, comunicando-se com suas leitoras por meio de uma combinação de conselhos, receitas, crônicas e imagens, que contribuem para a normatização de condutas e para a construção da figura da dona de casa ideal.

Para a análise proposta, optamos por delimitar o corpus documental a partir da identificação do que chamamos de “temas da coluna”. A construção de um banco de dados próprio auxiliou nas decisões sobre a escolha dos materiais que compõem o corpus. Com base na leitura e indexação das edições disponíveis, em torno do qual organizamos a análise, compreendendo que os textos da coluna são fontes de expressão e comportamentos sob determinado contexto social, o método empregado sistematiza a análise dos dados levando às inferências que permitem estabelecer sentidos entre tais textos. Portanto, a análise de conteúdo permite “produzir inferências de um texto focal para seu contexto social de maneira objetivada” (Bauer, 2002, p. 191).

Para isso, esta seção foi organizada em quatro subseções. Na primeira, intitulada Alcance editorial de O Cruzeiro: condições de circulação da coluna *Lar Doce Lar*, analisamos a localização de *Lar Doce Lar* na revista, discutimos os dados referentes à circulação do periódico, sua inserção na imprensa ilustrada brasileira e as condições que possibilitaram a ampla difusão da coluna. Na segunda, O perfil da leitora visada em *Lar Doce Lar*, examinamos a construção discursiva da destinatária ideal da coluna, considerando os marcadores de classe, consumo e feminilidade mobilizados no texto. Na terceira subseção Disposição gráfica e conteúdos da coluna *Lar Doce Lar* examinamos a organização da coluna, suas subcolunas, os elementos visuais, as

imagens, a frequência e as transformações ao longo dos anos, em Uma análise proporcional dos conteúdos de *Lar Doce Lar*, apresentamos a sistematização dos dados das edições analisadas, evidenciando a recorrência das subcolunas e dos temas, como economia doméstica, relações conjugais, educação dos filhos e comportamento. Por fim, em Publicidade e consumo em *Lar Doce Lar*, analisamos a presença dos anúncios, as mudanças na configuração da coluna a partir da década de 1950 e o modo como esse espaço passa a ser ocupado por conteúdos voltados ao consumo.

2.1 Alcance editorial de O Cruzeiro: condições de circulação da coluna Lar Doce Lar

Nesta subseção analisamos a circulação da coluna *Lar Doce Lar* dentro da revista *O Cruzeiro*, compreendendo que é necessário considerar o conteúdo da revista em sua totalidade e situá-la dentro do projeto editorial da revista *O Cruzeiro*. *O Cruzeiro* (1928-1985) foi um periódico de ampla circulação nacional que marcou a imprensa ilustrada brasileira, editada pela Empresa Gráfica O Cruzeiro S.A., a revista começou sendo dirigida por Antonio Accioly Netto e teve Geraldo de Freitas como secretário, como consta no editorial do primeiro número, sua proposta editorial apostava na articulação entre textos curtos, temas do cotidiano, visualidade e apelo comercial, consolidando um modelo de revista voltado ao entretenimento, à informação e à formação de comportamentos. A sofisticação editorial consolidou o prestígio da publicação e sua penetração entre diferentes camadas sociais, inclusive nos lares da classe média urbana, público preferencial da revista. Campos (2007, p. 102) destaca que “[...] a disposição gráfica e o uso de ilustrações reforçavam os conteúdos educativos, tornando-os mais atraentes e acessíveis ao público feminino”. No caso de *O Cruzeiro*, a popularização da revista esteve atrelada à sua diagramação inovadora e ao uso de imagens que conferiam maior dinamismo à leitura, diferenciando-a dos jornais tradicionais, como *O Diário*. Ao longo dos anos, *O Cruzeiro* ampliou seu número de páginas e sua estrutura editorial. Entre os anos 1930 e 1940, a revista contava em média com 64 páginas por edição. A partir da década de 1950, esse número foi ampliado para cerca de 130 páginas²², refletindo o crescimento da demanda editorial e o aumento do volume de anúncios. As capas sempre foram elementos centrais da revista. A circulação

²² Revista *O Cruzeiro*, a partir de 1950.

da revista era semanal e sua distribuição alcançava todo o território nacional, favorecendo seu papel como formadora de opinião e mediadora de valores sociais. O valor de capa de CR\$ 1,50 em 1946 para CR\$ 100,00 em dezembro de 1956, último ano de publicação da coluna *Lar Doce Lar*. Esses dados indicam o impacto da inflação no período e a permanência da revista como produto acessível a uma parcela da população, a classe média urbana.

A Enciclopédia dos Municípios Brasileiros, publicada pelo IBGE no início da década de 1960, mostra que o país possuía mais de 4.600 municípios em 1950, com infraestrutura mínima de circulação de imprensa e acesso a jornais e revistas nas sedes municipais, essa distribuição indica que, uma revista semanal como *O Cruzeiro*, mesmo com valores de capa não tão acessíveis, encontrava um espaço amplo de circulação, principalmente nas áreas urbanas e centros regionais:

[...] O Cruzeiro não apenas foi um veículo de comunicação importante no país, como foi intencionalmente criado para ser porta-voz de uma nova ordem: a modernidade nacional. Surgiu, ainda, para atingir todo o território brasileiro e dar uma idéia de nação hegemônica. (Serpa, 2003, p.29).

A partir da ampliação do público consumidor, a revista direciona progressivamente sua comunicação ao público feminino, entendido como um segmento com grande potencial ainda pouco explorado pela mídia da época, capaz de difundir desejos de consumo para outras camadas sociais. Como pontua Buitoni (2009, p.29):

[...] provavelmente, o surgimento de periódicos (jornais e revistas) femininos estava relacionado com a ampliação dos papéis femininos tradicionais, circunscritos, até então, ao lar ou ao convento. Assim como decorrente da evolução da economia, que implicava novas necessidades a serem satisfeitas.

A estratégia editorial articula forma gráfica, ilustrações, colunas e fotografias a um discurso que associa feminilidade e modernidade, representando a figura feminina como uma mulher urbana, inserida na modernização da vida privada, uma mulher que deveria acompanhar as mudanças, consumir produtos de beleza, seguir tendências de moda e incorporar ao espaço do lar os novos objetos e aparelhos que passavam a compor o universo doméstico das cidades, eletrodomésticos e utensílios modernos que prometiam facilitar o trabalho doméstico e transformar a rotina feminina dentro de casa. A revista divulgava sobretudo mulheres da classe média, abordando temas como

comportamento, moda e política, “[...] a imagem de ‘mulher moderna’ era uma forma mascarada da modernidade, que tinha como finalidade apenas levar a leitora ao consumo” (Leoní Teresinha Vieira Serpa, 2003, p. 19). Para Michele Perrot (2003), as revistas femininas do século XX desempenharam papel importante na difusão de novos modos de comportamento nas sociedades urbanas:

[...] a higiene, a água, as abluções desnudaram os corpos, os quais o espelho e a luz elétrica permitiram que fossem mais bem vistos, na sua integralidade.(. . .) Lavar-se, estar limpas, cheirar bem, cuidar de cabelos mais curtos passam a ser desejos compartilhados pela maioria das mulheres. No século XX, as revistas femininas tiveram um papel na difusão desses novos modos de comportamento que afetam as sociedades urbanas. (Perrot, 2003, p. 24).

Nesse processo, diferentes mídias passaram a atuar como difusoras de modelos de comportamento e aparência, induzindo para a consolidação de padrões estéticos e culturais direcionados ao público feminino. Embora *O Cruzeiro* fosse um periódico de circulação geral, destinado tanto ao público masculino quanto ao feminino, a “revista da família brasileira”, mostrava apelo ao público feminino. A estrutura visual da revista e da coluna, o conteúdo editorial, modelavam comportamentos, prescreviam práticas de consumo e reforçavam a centralidade da figura feminina no projeto do periódico, segundo Serpa (2003):

[...] O *Cruzeiro* não era uma revista essencialmente feminina, mas dedicava mais de 50% das páginas a esse público, em colunas especializadas e publicidade, ou em espaços que mostravam a realidade social das “senhoras” e das “moças” das classes mais privilegiadas da época: os salões, as recepções e, especialmente, os concursos das mais belas do Brasil e do mundo. (Serpa, 2003, p. 40)

A figura feminina nas páginas da revista articulava-se a um conjunto de representações sociais ligadas às elites urbanas e às formas de sociabilidade dessas camadas sociais, a representação das mulheres difundida pela revista referia-se principalmente a classe média, distante da realidade vivida por grande parte das mulheres brasileiras desse período, mulheres que lavavam roupas em cortiços, que conviviam em espaços apertados e pobres, a mulher operária, que passa a ocupar espaços como mão de obra nas fábricas nas cidades, não constituía o público-alvo nem o objetivo informativo da revista, do mesmo modo, a agricultora e a dona de casa pobre são perfis femininos ausentes nas reportagens e colunas do periódico. A cada edição, rostos femininos ocupavam as páginas em ilustrações e fotografias, mulheres sem

identificação, compondo um modelo visual que reforçava padrões estéticos e comportamentais em que “[...] o comportamento das classes sociais mais altas, aliado ao conceito do moderno vindo do ideário hollywoodiano, contribuía para a construção da mulher moderna pra Revista O Cruzeiro” (Serpa, 2003, p. 61). Essa estratégia editorial se consolidou com a direção de Alceu de Alcioly Netto, um dos idealizadores da revista, cuja gestão buscou ampliar a presença de temas de interesse das leitoras, evidenciando como a figura feminina era mobilizada como elemento central em o *Cruzeiro*:

Explorávamos também bastante a figura feminina em diferentes situações, nas festas da alta sociedade ou nos desfiles de moda que se realizavam periodicamente no Golden Room do Copacabana Palace. Os desfiles mais importantes eram os de Miss Elegante Bangu e também os da Glamour Girl, que despertavam grandes polêmicas entre os colunistas sociais. (Netto, 1998, p. 48).

Durante o processo de catalogação da fonte notamos o padrão visual, nas capas do corpus documental que delimitamos, há a presença de mulheres, seja por meio de ilustrações ou fotografias. A capa da revista, em que a coluna *Lar Doce Lar* tem sua primeira edição, apresenta a imagem de uma mulher jovem, com a postura relaxada, sentada, com expressão sorridente e olhar direcionado para o leitor (a), maquiada, com batom vermelho destacado, cabelos presos e adornados com flores, uma guirlanda floral que envolve o pescoço e os ombros, usando um vestido com tecido estampado que remete a um traje de praia com o fundo formado por uma estrutura trançada semelhante à palha, compondo uma imagem de leveza e descontração, conforme a figura a seguir:

Figura 6: Capa da revista O Cruzeiro, que traz a primeira publicação da coluna Lar Doce Lar.



Fonte: Revista *O Cruzeiro*, 11 mar. 1944, capa.

Desde a sua primeira edição, *O Cruzeiro* apresenta uma “nova mulher”, uma representação relacionada às mudanças de um país que se urbanizava, nesse contexto, as capas funcionavam como vitrines da moda e da beleza, projetando imagens femininas associadas à modernidade e ao consumo, como observa Serpa (2003, p. 45) “Foi nas propagandas de produtos que enalteciam a beleza e que reforçavam a ideia de uma nova mulher, agora mais consumista, que a revista vendia o sonho de mudanças.” O padrão estético divulgado pela revista dialogava com influências internacionais de beleza e comportamento, sendo o moderno frequentemente associado às manifestações artísticas e às transformações econômicas e sociais que marcaram o período, contudo, como observa Serpa:

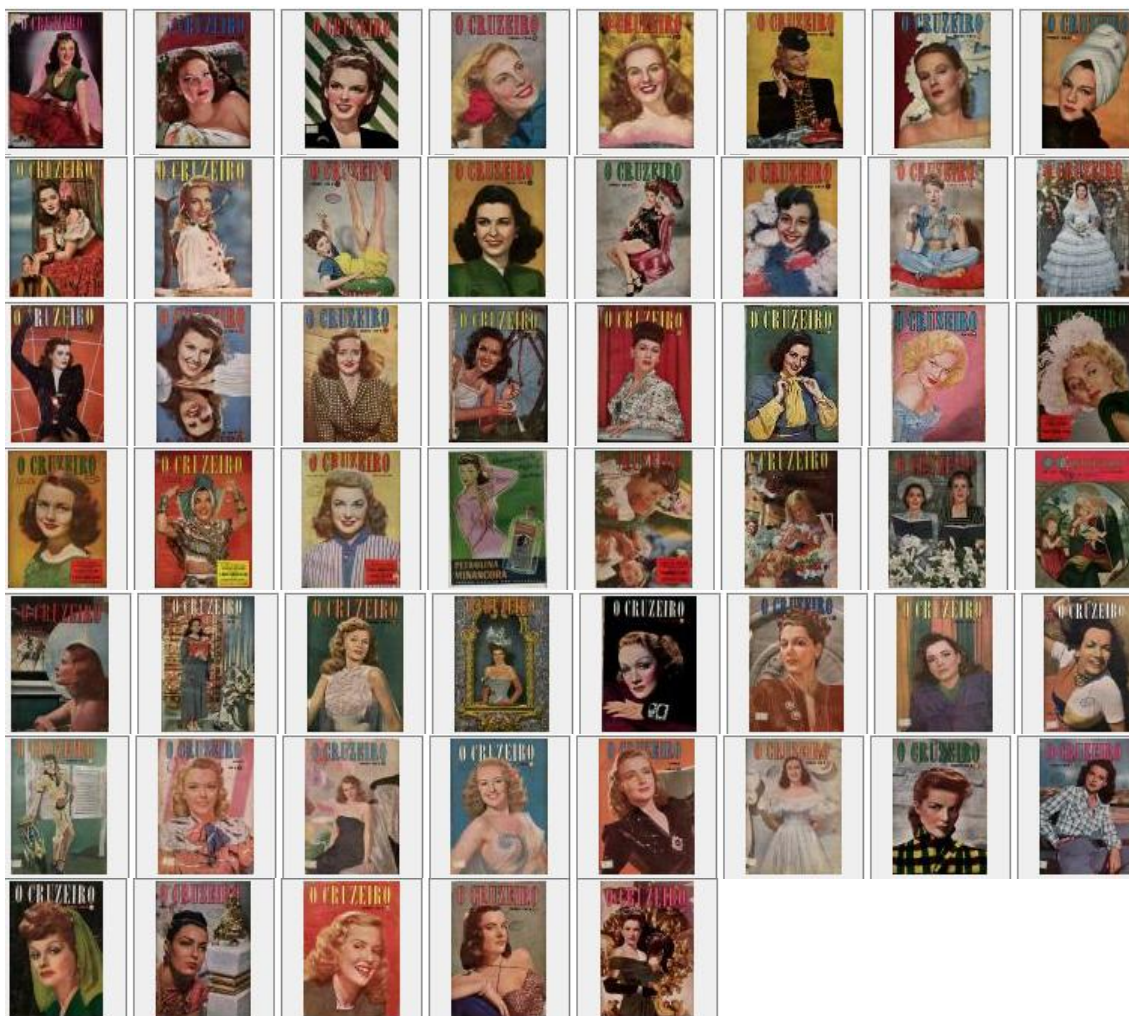
[...] manifestações desmerecendo as mulheres e a sua capacidade de voto, como a transcrita, são apenas um dos exemplos das discussões que eram feitas nesse período em *O Cruzeiro* sobre o voto feminino. Apesar de a revista abordar o universo feminino e trazer belas mulheres nas capas, não proporcionou muito espaço para este debate, demonstrando dessa forma que interessava para o magazine apenas que as mulheres consumissem. (Serpa, 2003, p. 52).

Conforme observa Guacira Lopes Louro, os homens e as mulheres possuíam formas distintas de poder, sendo que aos homens estaria associado “o poder de Estado, o poder político, o poder das decisões e do espaço público, e as mulheres teriam os poderes informais, os poderes domésticos, dos bastidores, das influências, etc” (Louro, 1995, p. 118), assim, difundia-se a ideia da mulher como rainha do lar, cujo espaço de atuação se concentrava na casa, ambiente que deveria ser administrado e organizado por ela, dedicando-se ao trabalho doméstico, ao cuidado com o marido e com os filhos e contribuindo, dessa forma, para o sucesso da família. A valorização da beleza, da magreza, do bem vestir e do bom gosto passa a constituir parâmetros importantes para a definição da autoridade e do valor social feminino, o mito da beleza, discutido por Naomi Wolf (1992, p.77) indica que a aparência passa a ocupar lugar central na definição do valor social feminino pois “desde o século XIV, a cultura masculina silenciou as mulheres decompondo-as maravilhosamente”, ou seja, a construção simbólica da feminilidade esteve frequentemente associada à valorização da aparência, reforçada pelos meios de comunicação, como indica a autora “Uma mulher lendo Glamour está segurando nas mãos a cultura de massa orientada para a mulher” (Wolf, 1992, p.92).

Após verificarmos a capa das 149 edições da coluna, selecionadas como *corpus* documental desta pesquisa, como explicaremos melhor na próxima subseção, confirmamos que em todas as capas, das edições que localizamos, a figura feminina está presente, essa recorrência reforça que a escolha gráfica é uma estratégia editorial para associar a imagem da mulher ao universo da modernidade e do consumo. Nessas edições, a mulher foi posicionada como central da narrativa visual e discursiva da revista, como leitora visada, nas imagens e nas estratégias comerciais que compunham a revista. Nas capas, as mulheres aparecem em diferentes enquadramentos, em poses elegantes, em ambientes internos, com vestimentas da moda ou em cenas cotidianas, reforçando ideais estéticos e comportamentais que dialogam diretamente com os conteúdos internos, entre eles a coluna *Lar Doce Lar*, conforme ilustra a Figura abaixo, criada a partir das capas selecionadas para a análise dessa dissertação:

Figura 7: Capas da revista O Cruzeiro onde foram localizadas a coluna Lar Doce Lar.





Fonte: Elaborado pela pesquisadora.

No conjunto das capas selecionadas, 10 não possuem scan²³ disponível na Hemeroteca Digital. Entre as demais, 57 apresentam mulheres loiras, 77 mulheres morenas²⁴, há 3 capas com representações de caráter religioso, incluindo uma com a imagem de Nossa Senhora, outra com a representação de uma mãe com uma criança no colo e uma terceira com uma Santa e 2 capas com figuras de crianças.

A escolha por representar uma figura feminina nas capas evidencia a centralidade da mulher como figura simbólica da modernidade, da beleza e da renovação estética e cultural que a revista pretendia veicular. Essa representação,

²³ “Scan refere-se à existência de digitalização da capa na Hemeroteca Digital Brasileira. As edições sem scan são aquelas cuja imagem não está disponível para visualização na plataforma.

²⁴ Para fins de análise das imagens, consideramos como “morena” as representações de mulheres com cabelos escuros, independentemente de outras variações fenotípicas e consideramos como “loiras” as representações de mulheres com cabelos claros, adotando o mesmo critério operatório utilizado para a classificação das mulheres morenas. Trata-se de uma classificação operatória, adotada com o objetivo de sistematizar a leitura das capas e permitir a organização dos dados visuais.

reiterada ao longo dos anos nas capas e nos conteúdos, conecta-se à estratégia editorial de modelar comportamentos e desejos, como evidenciado por Serpa (2003, p. 17), ao destacar que *O Cruzeiro* impunha “[...] novos padrões de comportamentos, por meio de uma infinidade de formas, como moda, roupas, eletrodomésticos, maquiagens [...]”. Reforça a centralidade da mulher não apenas como leitora, mas como objeto simbólico do projeto editorial. A presença recorrente da mulher nas capas atua, portanto, como elemento revelador das estratégias editoriais que buscavam captar e moldar esse público, conformando um campo de disputas simbólicas no qual a revista participava ativamente da educação dos corpos, dos desejos e das práticas cotidianas das mulheres brasileiras.

Compreendendo que as revistas operam também como dispositivos culturais de orientação e prescrição de comportamentos, constatamos que *Lar Doce Lar* a partir da revista *O Cruzeiro* cumpre papel semelhante, como pondera Demarque “Todavia, apesar de a revista ser produzida para um público amplo, grande parte de seus conteúdos destinado para atrair, especialmente, as mulheres brancas e de classe média. Prova disso é a recorrente presença feminina em diferentes imagens e gêneros textuais que compunham o periódico semanal, entre eles: anúncios publicitários, seções, colunas e reportagens sobre eventos sociais.” (Demarque, 2023, p. 64), e ainda que “Em relação ao público feminino, a proposta do impresso, por meio da primeira página, era gerar identificação e proximidade com sua audiência, de modo que as leitoras, ao olharem para a(s) modelo(s) da capa, poderiam vê-las como espelho e influências a serem seguidas. Seja com base na admiração ou na comparação, eram incentivadas a comprarem a revista, para consumirem seus conteúdos e até mesmo, quem sabe, se tornarem parecidas com aquelas mulheres em evidência nas capas.” (Demarque, 2023, p. 63).

A coluna *Lar Doce Lar* dialogava com o projeto editorial da revista, temas considerados “do universo feminino” estavam presentes em diferentes seções da revista e frequentemente se destacavam pelo uso de cores vibrantes, efeitos gráficos e tipografias estilizadas, charges ocupavam as primeiras páginas, abordando o cotidiano urbano, os avanços tecnológicos e os comportamentos sociais, entre eles, o papel da mulher, o consumismo e questões morais relacionadas ao corpo feminino. Alinhada ao projeto editorial da revista, a coluna de Sangirardi discutia a tradição e a modernidade, orientando, aconselhando e prescrevendo comportamentos para que as leitoras se

adequassem às transformações do mundo ao seu redor, a partir de um lugar seguro, o lar. A revista possuía ampla circulação nacional, com a estimativa de leitura para cerca de 4 milhões de pessoas, o que conferia a *Lar Doce Lar*, amplo alcance de circulação nacional. A coluna atingia um público vasto e diverso, como destaca Accioly Netto (1998, p. 32), “[...] cada exemplar era lido por cinco pessoas, o que elevaria o número de leitores para 4.000.000, num país de 50.000.000 de habitantes”, o que representa quase 10% da população. O projeto gráfico e editorial de *O Cruzeiro* constituía, portanto, um espaço estratégico para a veiculação de discursos sobre a vida cotidiana e os papéis sociais. *Lar Doce Lar* compunha o conjunto da revista, tanto em termos gráficos quanto simbólico.

O Cruzeiro passou a enfrentar dificuldades diante das transformações do mercado editorial brasileiro. De acordo com Raquel Ferreira (2020, p. 114):

[...] com a concorrência de outras revistas mais modernas, como Manchete - (1952-2000) e Fatos & Fotos (1961-1984), ambas de Adolpho Bloch, gradualmente a revista perde seu peso no cenário midiático nacional: não consegue renovar seu modelo editorial, mantém publicidade excessiva em suas páginas - em algumas ocasiões chegando a mais de 40% do total de páginas da revista -, muitos dos seus jornalistas migram para outros veículos de comunicação. O golpe final foi o falecimento de Chateaubriand, em 1968, e a perda de qualidade dos padrões editoriais dali em diante. Em 1975, descontinuam-se as atividades da revista. Posteriormente, em 1977, os Diários Associados retomam a publicação, mas, sem o mesmo glamour de antes, a revista *O Cruzeiro* foi definitivamente encerrada em 1985 (*O Cruzeiro*).

Esse processo de esvaziamento editorial impactou a coluna *Lar Doce Lar*, que, a partir de 1951, passa a ocupar apenas uma página na revista, os textos com conselhos e a correspondência com as leitoras, antes centrais, foram sendo substituídos por receitas, notas práticas e conteúdos essencialmente culinários. Sangirardi comunica às leitoras a alteração do espaço editorial:

[..] Quando entramos para o corpo de redatores de O CRUZEIRO, a tiragem era de 45.000 exemplares e hoje já é de 320.000, pretendendo a direção aumentá-la mais ainda. Anunciando só produtos de qualidade, é claro que os anunciantes também se interessam cada vez mais por uma revista de qualidade. E com isso, Moças, nosso espaço vai se tornando escasso. Daí ficamos reduzidas em “LAR, DOCE LAR”, a uma página, naturalmente conservaremos tôdas as seções: No Mundo da Criança — Receitas Estrangeiras — Espírito Infantil — A Bebida da Semana — Trivial Simples ou Fino e Pratos que Todos Repetem. Mas esta última tem que sofrer uma ligeira modificação, que

será uma volta aos nossos primeiros tempos: ao invés de repetir algumas receitas tantas vezes quantas são pedidas, teremos que nos reportar à última data em que estas foram publicadas. De fato, há receitas que moram permanentemente em nossas páginas, como êsse bendito pavê, êsse arroz de Braga, essa feijoada, êsse peru de Natal, etc. Até me canso de revê-las. publicadas! (Sangirardi, 2 jun. 1944, p.77, 90).

Em 1952 a coluna permaneceu ocupando apenas uma página da revista, reorganizando sua estrutura em função da redução de espaço, mantendo apenas as receitas de “pratos que todos repetem” e dicas em “No mundo da criança”. A coluna passa a apresentar predominantemente receitas a partir de 1953, quando passa a concentrar majoritariamente conteúdos de culinária e dicas práticas de economia doméstica e a maior parte da única página disponível é ocupada por anúncios publicitários ou por imagens dos pratos apresentados, configurando uma retração diante do modelo de edições anteriores, em que dispunha de duas páginas ilustradas.

2.1.1 O perfil da leitora visada em *Lar Doce Lar*

A revista *O Cruzeiro*, como aponta Demeterco (2003), contribuiu para a difusão de um ideal de mulher moderna articulado ao consumo de utensílios domésticos, eletrodomésticos e novos padrões de organização do espaço privado, a materialidade da revista, rica em fotografias e anúncios, ampliava o alcance desse modelo para além da leitura textual, permitindo que o repertório visual produzisse identificação e desejo. As orientações dirigem-se à mulher casada responsável pela administração da casa, pela condução das relações familiares e pela formação moral dos filhos, entretanto, a condição de “dona de casa”, tal como construída na coluna, não corresponde à totalidade das mulheres, como problematizado por bell hooks²⁵ (1984), o ideal de feminilidade dominante no século XX foi formulado a partir da experiência da mulher branca de classe média, invisibilizando mulheres negras e trabalhadoras, hooks enfatiza que nem todas as mulheres partilhavam das mesmas condições materiais e simbólicas associadas ao ideal doméstico.

²⁵ bell hooks opta por grafar seu nome em letras minúsculas como um gesto político, deslocando a centralidade da autoria para as ideias. O pseudônimo, adotado em referência à sua bisavó, também expressa uma concepção de sujeito que não se reduz ao individual, mas que incorpora experiências coletivas, familiares e comunitárias, como a própria autora indica (hooks, 1984, p. 69).

A leitora esperada a quem Sangirardi se dirigia pressupõe determinadas condições materiais, como possuir residência fixa, organização nuclear da família, presença do marido como provedor principal e a possibilidade de contar com empregada doméstica, trata-se, portanto, de um ideal dirigido majoritariamente a mulheres da classe média situadas em segmentos urbanos. Ao normatizar práticas de consumo, organização do lar e gestão afetiva do casamento, a autora delimita o perfil social de sua leitora, a “dona de casa” ali construída é a mulher casada, inserida em um arranjo familiar heterossexual, com acesso a bens de consumo e a impressos periódicos, condições que não eram a de todas as mulheres brasileiras.

Em *Lar Doce Lar*, Sangirardi (1955, p. 278) afirma que ao marido “[...] cabe o trabalho externo de onde virão os bens materiais que cobrirão os gastos da casa; a você caberão, no desempenho de seu papel de dona de casa, as responsabilidades de bem administrar êsse capital”, a divisão sexual do trabalho é apresentada como princípio organizador da vida conjugal, mas as mulheres das camadas populares sempre participaram do trabalho produtivo, contribuindo para a subsistência familiar assim, enquanto a coluna se dirige à mulher que administra o lar, parte das mulheres brasileiras trabalhava fora de casa, especialmente nas camadas sociais mais baixas. Ao mesmo tempo, a materialidade da revista amplia o alcance dessas prescrições. Como aponta Demeterco (2003, p. 23):

as revistas femininas exerceram forte influência sobre várias gerações de mulheres desde os anos 1920. É no período em análise, particularmente a partir dos anos 40, que se constrói um ideal da mulher moderna, que deveria comportar-se de acordo com as novas normas impostas pelo imaginário da época e incorporar os lançamentos em termos de utilidades domésticas, a maioria relacionada ao ato de cozinhar.

As fotografias, os anúncios de eletrodomésticos, os ambientes domésticos representados e os modelos de vestuário compõem um repertório visual que extrapola a leitura textual, mesmo mulheres com diferentes níveis de escolarização podiam acessar os sentidos produzidos pelas imagens. A coluna, portanto, apresenta modelos de organização da vida doméstica e padrões de consumo que passam a integrar o horizonte de expectativas das leitoras. Portanto, apesar da leitora esperada por Sangirardi, a coluna não se comunica com uma mulher abstrata ou universal. Como problematizado por Melo (2013, p. 255):

As seções, cujo objetivo era oferecer a seu Leitor-Modelo, conselhos de comportamento, saúde, cuidado com os filhos, assim como os anúncios de produtos para mulheres indicam-nos que a revista, no Brasil, foi se tornando uma revista feminina, tendo em vista a feminilidade elaborada, ao menos no cinema e em alguns periódicos dirigidos a elas, considerando as representações ‘clássicas’ do que era ‘ser mulher’ no anos 1950, no País. Palavras e expressões utilizadas pelos autores nos textos, destinados ‘às’ mulheres, assim, inteiras, homogêneas, a-históricas, sem variações quanto à origem social ou ao pertencimento étnico-racial, indicam-nos uma ‘Leitora-Modelo’ aí construída.

Dessa forma, embora a revista circule entre leitoras diversas e receba cartas de múltiplas localidades, a “leitora esperada” delineada na coluna corresponde majoritariamente à mulher branca, urbana e de classe média, com acesso ao impresso e a determinados bens de consumo. A homogeneização da destinatária, conforme problematiza Melo (2013), opera como estratégia discursiva que naturaliza um modelo universal de mulher.

2.2 Disposição gráfica e conteúdos da coluna *Lar Doce Lar*

Conforme Alceu de Alcioly Netto (1998, p. 37), a revista *O Cruzeiro*, onde constava a coluna *Lar Doce Lar*, era impressa em formato 330 x 244 mm, “luxo editorial jamais visto no Brasil” com o uso de rotogravura e, posteriormente, cromo-rotogravura, com papel couchê. Como observou Serpa (2003, p. 39) “ao analisar a produção d’*O Cruzeiro*, a qualidade gráfica, o uso da rotogravura e o papel de alta definição associavam imagem e texto de forma eficiente, consolidando uma estética moderna, informativa e visualmente apelativa”. A coluna *Lar Doce Lar* ocupava duas páginas por edição, recorrentemente, disposta na segunda metade da revista, logo após a coluna *Da Mulher para Mulher* e seguida de propagandas de moda. Os elementos textuais eram organizados em blocos e acompanhados de ilustrações ou fotografias. As 419 edições catalogadas continham imagens. Como destacam Galvão e Melo (2019, p. 242): “a imagem, em muitos casos, pode, ao lado do texto, ser o principal elemento para instituir determinado efeito de sentido”. As imagens mobilizam representações de família, domesticidade e feminilidade, sendo a figura da mulher a mais recorrente. A partir do ano de 1951, as edições passaram a ocupar uma página que dividia espaço com

propagandas. Registramos 488 ilustrações e 160 fotografias vinculadas às edições da coluna, além de 152 propagandas ²⁶.

No período de 1944 a 1952, as páginas de *Lar Doce Lar* foram ilustradas por Orlando Mattos, conforme os créditos e assinaturas localizadas. Em algumas publicações de 1951, é possível observar a participação de outros ilustradores do Departamento Artístico da revista, como Moura, Jerônimo Ribeiro e André Le Blanc, responsáveis por vinhetas e detalhes gráficos que compunham a diagramação da seção. A partir de 1953, houve a transição para o uso de fotografias coloridas, com crédito para Ed Keffel, integrante do Departamento Fotográfico da revista, utilizando a tecnologia Ektachrome, marca da Kodak que produzia imagens com cores mais saturadas e definição superior, adequadas para reprodução impressa.

A primeira coluna, ornamentada por ilustrações de um fio decorativo vermelho é ligado pelas margens das duas páginas, conectando visualmente os conteúdos editoriais e delimitando o espaço da coluna. Esse fio é adornado com pequenos motivos florais e figuras infantis, como os bebês nus com asas (anjos), próximos da seção “No mundo da criança”, figuras tradicionalmente associadas ao feminino e materno. A presença da cegonha como símbolo do nascimento integra um repertório cultural amplamente difundido na imprensa e na literatura infantil do século XX, funcionando como signo de pureza, cuidado e destino feminino ligado à reprodução. Nesse sentido, a iconografia da coluna reforça, no plano visual, o que o texto prescreve no plano discursivo: a centralidade da maternidade na formação da dona de casa ideal.

A proximidade dessas figuras com a seção “No mundo da criança” participa da construção visual de um ideal materno que antecede e orienta a leitura do texto, a maternidade, nesses artefatos culturais, não aparece apenas como experiência biológica, mas como destino socialmente organizado e reiterado por imagens que a apresentam como natural e desejável. Conforme apontam estudos sobre representações femininas na cultura impressa, a materialidade dos impressos, incluindo imagens, ornamentos e

²⁶ Entre 1944 e 1951, a coluna manteve-se com maior densidade textual e diversidade temática, tanto em extensão quanto em variedade editorial. A partir de 1952, houve uma redução progressiva do espaço destinado à coluna, com diminuição de textos opinativos e aumento de receitas e propagandas, como já identificado na análise material.

disposição gráfica, participa da construção de sentidos e da naturalização de papéis sociais. Assim, a cegonha e os anjos operam como indícios visuais de um modelo de feminilidade orientado pela maternidade, antecipando e legitimando as prescrições dirigidas às leitoras. A maternidade não é apresentada apenas como conteúdo textual, mas incorporada na configuração da identidade feminina proposta pela coluna. Conforme podemos identificar na imagem apresentada a seguir, da primeira edição da coluna:

Figura 8: Primeira edição da coluna *Lar Doce Lar*.

Lar Doce Lar

...E O SEU MARIDO SORRIRÁ SATISFEITO!
De HELENA SANGRARDI

MUITAS mulheres desejam outras, pela harmonia que estas conseguem em suas lares. Chegam a perguntar qual o segredo de viver bem — que não conseguem encontrar — qual a receita da felicidade conjugal. Esqueçam, entretanto, que o segredo pode ser muito simples e que em sua própria poder, sem que desconfiem disso, têm a chave de todas as portas que dão para a mais sereníssima de uma perfeita vida em comum. É quanto à receita de felicidade, pode ser apenas uma receita... culinária.

Mas acontece que muitas senhoras e senhoritas consideram toda a atividade no setor da arte culinária como incompatível com a sua elegância ou capaz de romper o seu requinte de "finessa". Para estas, poderíamos citar centenas de exemplos de mulheres célebres que tiveram a alegria de preparar bons pratos, como por exemplo essa admirável madame Curie, que interrompia o manuseio dos aparelhos de laboratório que a levavam à descoberta de "radium" para marcar as escumadeiras a colheres da sua cozinha modesta e sem mecanização. Mas esses exemplos, no mundo feminino, são em tão grande número que chegamos a se tornar banais. O interessante é que muitos grandes homens se dedicaram, com entusiasmo, a esta grande arte. Chateaubriand não confundiu com o famoso jornalista Assis Chateaubriand? fez passar à celestidade um "filot" que preparava como ninguém. Rossini, que foi tão ilustre cozinheiro como compositor, criou a batata com o seu nome: uma boa moça daria de pratos deliciosos. Zola, mestre de romances, também a usou em arte refinada de preparar uma legião. Homero, o Poeta — segunda um escritor francês citado por Dona Santa — "foi o primeiro no mundo que colheu os pontos da arte culinária". Era antes os banquetes — enquanto elogiava o saber de uma sopa incomparável — que Platão expunha os pontos espirituais da sua filosofia. E mesmo o velho Sócrates, seu mestre, no interlúdio de suas máximas severas, considerava, com seriedade, a importância de um molho divino, no preparo de um peixe digno da deusa.

É foi pensando um pouco em tudo isso, que respondemos esta vez a uma consultante que não podia recordar a sua amargura e a sua revolta diante desse problema cotidiano. A nossa consultante aderava o plano, os concursos, os res-

(Continua na pág. 90)

NO MUNDO DA CRIANÇA

O MUNDO da criança — esse "bichinho" que nos dá tanto trabalho, mas que é também a coisa das nossas maiores alegrias — é agora bem diverso do de antigamente. S. M., o Guri, é hoje o monarca de um reino bem mais "civilizado", em que uma infinidade de recursos são mobilizados ao seu serviço. A ciência — nos diversos setores da higiene, da alimentação, da pediatria — e a educação — utilizando a psicologia e mesmo a psicanálise — tudo isso nos oferece maiores facilidades, no trabalho de planejar o futuro da criança.

Essa infinidade de recursos novos, utilizados com bondade e inteligência, ajuda poderosamente a desfazer dúvidas, a remover dificuldades, a clarear o caminho que a criança deve percorrer, levada pela nossa mão. E quando ela transpuser o limiar do seu mundo encantado para o nosso mundo de realidades, por vezes amargas, estará mais apta a se tornar uma criatura útil, saudável e feliz.

Você, querida leitora, que é a mãe mandante e inteligente, sabe que a mandria adulta de suas filhas já passou, completamente. Devemos nos fazer suas principais amigas, criando mesmo uma atmosfera de intimidade entre nós e elas, para que não creiam desmoldadas, mentissem, esquivem e eternamente amedrontados. O regime do quarto escuro, da palmatória e da vara de marmelo pertence já à pré-história da educação infantil. Vivemos atualmente a época educacional de Perissolzi e Decroly, em que a escola é uma diversão, o aprender um prazer e o educar depende muito mais de compreensão do que propriamente de energia.

De agora em diante, nesta página, devemos de converter muito sobre os seus filhos e os problemas complexos que eles costumam apresentar no correr dos anos. Abordaremos aqui todos os assuntos que se relacionam com a criança: educação física e moral, alimentação adequada, roupas infantis, cuidados com o bebê, em suma — uma grande variedade de assuntos, especialmente dedicados às mães.

A CRIANÇA E O RIDÍCULO

QUANDO uma criança possui alguma coisa capaz de provocar zombaria por parte dos colegas, tem todas as possibilidades de ser reforçado os seus traços mais. Em defesa própria, assume uma atitude de antagonismo para com os seus perseguidores. Os pais devem observar as filhas quando elas se acham em companhia de outras crianças para detectar se têm algum traço físico ou mental que possa encorajar ridicular para os mesmos, partindo do grupo a que estão ligadas. Todos os esforços devem ser feitos para evitar que o grupo ridicularize um defeito que o seu portador não pode corrigir. Raramente pode um menor adquirir boa vontade se for sempre ameaçado, maltratado, importunado e ridicularizado pelos companheiros. É preferível não ter companheiros a tê-los e viver sempre de provação com os mesmos.

De "Como educar meu filho" — Dr. O' Shaughnessy

O CRUZEIRO

— 76 —

11 de março de 1944

Fonte: Coluna *Lar Doce Lar*, 11 mar. 1944, p. 76.

À esquerda, um casal com uma criança ocupa o centro da composição, em uma cena de harmonia familiar. O homem, de terno, oferece uma fruta à mulher sentada com a filha, ambas sorridentes. A representação de um lar ideal, feliz. O título da coluna aparece integrado à ilustração, em letras cursivas e arredondadas.

Confira a segunda página da primeira edição:

Figura 9: Página 2 da primeira edição da coluna *Lar Doce Lar*.

PRATOS QUE TODOS REPETEM

Receitas gostosas, pouco dispendiosas e fáceis de preparar

A DONA de casa de verdade jamais deixa de se preocupar com a cozinha. E nestes tempos de guerra — em que alguns gêneros e produtos alimentícios desapareceram do mercado, enquanto de preços de outros sobem vertiginosamente — essa preocupação se torna ainda mais necessária. Necessária para a economia, para a variedade da alimentação, para que sejam oferecidos, em cada prato, os vitálicos e calóricos necessários à alimentação.

Para ajudá-la, gentis leitores, iniciamos hoje uma série de receitas de "pratos que todos repetem". São receitas que concedendo a uma cozinha gostosa, pouco dispendiosa, e fáceis de preparar. Oferecemos, por outro lado, receitas próprias para determinadas épocas do ano. Nas vésperas do São João, São Pedro, Santo Antônio, os doces e salgados caprichados, para as festas à beira das fogueiras. No Natal e fim-de-ano, indicamos uma série de pratos deliciosos, que a auxiliarão na preparação dos jantares e das festas tradicionais. No verão, uma infinidade de alimentos leves, frescos e saudáveis, próprios para a quadra em que o termômetro sobe e o organismo não recebe bem a alimentação copiosa ou excessivamente emendada. E assim por diante.

Para principiar, iniciamos hoje uma série de receitas próprias para a Quaresma. E, independentemente dos pratos próprios para determinadas épocas, apresentamos também aos pedidos de receitas. Escrevem-nos, portanto, pedindo as que tiverem vontade de aprender e serão publicados aqui as suas respostas.

PEIXE COM PIÃO

Ingredientes: — Meio quilo de peixe; chaves verdes; uma folha de louro; um limão; meia cabeça de cebola; três dentes de alho; quatro tomates; sal e pimenta; querosene; uma xícara, dois de café, de vinho branco; meio quilo de farinha de mandioca.

Maneira de fazer: — Limpe o peixe — picadinho, corrim, gatilho ou outro qualquer — e junte-lhe o caldo de limão, os tomates e chaves verdes picados, o fígado e o vinho, deixando-o nessa molho uma ou duas horas. Lave depois ao fogo com quatro ou cinco xícaras de água. (A água varia conforme a quantidade de peixe que se preparar). Quando o peixe estiver cozido, retire-o com cuidado para uma travessa e junte ao caldo a farinha de mandioca, misturando sempre para não endurecer. O peixe poderá ter a consistência que se preferir, jogando, para isso, a quantidade de farinha de mandioca. O caldo poderá ser passado por peneira antes de se junte a farinha. (Há pessoas que gostam de sentir o tempero, mas desistem de lá-lo). Deixando repouso, o peixe fica mais decorativo.

OVOS DOURADOS

Ingredientes: — Três ovos; uma colher, das de chá, de azeite; sal e cebola verde picada; sal à vontade.

Maneira de fazer: — Cozinhe os ovos e descasque-os depois de frios, tendo o cuidado de não machucá-los. Parta-os ao meio, no sentido horizontal, e retire cuidadosamente as gemas. Amasse as gemas com azeite, o sal e os chaves verdes e, com essa mistura, recheie as claras. Passe então cada pedaço por farinha de trigo e frite-os em gordura bem quente. É preciso cuidar ao fritá-los, porque saltam na frigideira. (Em Portugal chamam esse prato de Ovos Verdes, devido à grande quantidade de salta que levam).

SOUFFLÉ DE MANDIOQUINHA

Ingredientes: — Um quilo de mandioca; duas colheres, das de sopa, de manteiga; quatro colheres, das de sopa, de queijo flocado; sal à vontade.

Maneira de fazer: — Cozinhe as mandiocinhas e amasse-as. Enquanto queima, junte-lhe a manteiga, o queijo e o sal. Quando a massa estiver morna, adicione as claras batidas em neve e depois as gemas. Misture tudo muito bem e despeje a metade numa forma untada com manteiga e polvilhada com farinha de arroz. Solte essa massa, coloque fatias de queijo fresco, cobrindo com o resto da massa. Vá ao forno para dourar.

ROCAMBOLE DE BATATAS

Ingredientes: — Meio quilo de batatas; quatro colheres, das de sopa, de farinha de trigo; quatro colheres, das de chá, de leite; quatro gemas; quatro claras em neve; sal, e que basta; uma colher de queijo ralado. Recheio: — Uma cebola; dois dentes de alho; 500 gr. de camarão fresco; chaves verdes; oito tomates; sal.

Maneira de fazer: — Faça o rocambole de camarão com todos os ingredientes do recheio e reserve. Cozinhe as batatas descascadas com água e sal, e passe-as pela peneira. Junte duas gemas e leite bem. Adicione aos poucos o leite e a farinha de trigo, alternadamente; depois as claras em neve e o sal, e misture bem, levando ao forno em assadeira retangular ou quadrada. Depois de cozida a massa, vire-a num guardanapo ou num papel. Espalhe por ela todo o recheio que demos acima, enrola-a como um "rocambole", pinche com as duas gemas que sobraram, polvilhe com queijo ralado e leve ao forno mais alguns minutos, para dourar. (Querendo, pode enrolar, cobrir com um pouco do molho do recheio, polvilhar queijo e servir sem voltar ao forno).

(Continua na pág. 82)

PEQUENA ENCICLOPEDIA DOMÉSTICA

Existem um grande número das dicas de casa para uma série de pequenas coisas que se não podem esquecer. Este interesse se revela pela preocupação constante para as indicações de páginas de assuntos femininos. Respostas e dicas são frequentemente para mais coisas especializadas — uma série de perguntas. Como tirar manchas das roupas? Como tirar manchas das roupas? Como tirar manchas das roupas? Para estudar essa curiosidade, publicamos a partir de hoje a Pequena Enciclopédia Doméstica. Uma série feita com a experiência das dicas de casa de todo o mundo, para as nossas leitoras dicas de casa. Escrevem-nos, pois, para tirarmos, tirando-nos as suas dúvidas!

1. Não se pode de lavar de leite e não faz sempre, devido ao trabalho de lavar constantemente? Mas existe um doce de leite que se faz por si, sem dar o menor trabalho. Compre uma lata de leite condensado, de boa qualidade, leve-a bem, tire-lhe o rótulo e envelope-o — enrolado, naturalmente — na água em que se está cozinhando o feijão. Quando o feijão estiver cozido, o doce de leite está pronto. É delicioso! Basta abrir a lata e servir.
2. As manchas de tinta roxa, perfeitasmente das dedos, com um pouco de amoníaco dissolvido em água. Isto a pintura poderá entrar no seu feijão que está e que vive com os dedos manchados de tinta.
3. Para quando de cozinhar, aqui está uma coisa recente, de uma cozinheira experiente: Bata uma pouco, muito bem batida. Junte-lhe uma colherada de óleo de alho e uma de rúcula e bata novamente. Passe esse misto no óleo coberto, uma hora antes de lavar o coque.
4. Entramos recentemente em péssimo estado e os meus de não vou lá a ser unidos nos terraços. Afim de que esse meu amigo adquira uma bondade cor durável, passo-lhe uma leve solução de ólio de girassol. Não fure, além disso, uma única vez.
5. Os meus amigos costumam deixar suas manchas impressas sobre a superfície lisa e polida das móveis. Retirando-as com manchas com pólvora e, depois de algumas horas, passando um pano novamente, as manchas desaparecem.

11 de Março de 1944

O CRUZEIRO

Fonte: Coluna *Lar Doce Lar*, 11 mar. 1944, p. 77.

Na segunda página, dedicada a *Pratos que Todos Repetem* e a *Pequena Enciclopédia Doméstica*, reaparece o fio decorativo que une as margens, agora conduzindo até uma ilustração de uma casa cercada por flores, em uma imagem que simboliza o espaço doméstico, ao “Lar, doce lar” (Sangirardi, 11 mar. 1944, p.77, 90).

Ao apresentar o espaço dedicado à infância, *No Mundo Da Criança*, a autora anuncia que:

De agora em diante, nesta página, havemos de conversar muito sobre os seus filhos e os problemas complexos que eles costumam apresentar no correr dos anos. Abordaremos aqui todos os assuntos que se relacionem com a criança: educação física e moral, alimentação adequada, modas infantis, cuidados com o bebê, em suma — uma grande variedade de assuntos, especialmente dedicados às mães (Sangirardi, 11 mar. 1944, p.76).

Na área dedicada à culinária e alimentação, intitulada *Pratos que todos repetem*, a autora apresenta o início da subcoluna e reforça seu compromisso com a praticidade, a economia e o bem-estar da família:

A dona de casa de verdade jamais deixa de se preocupar com a cozinha. E nestes tempos de guerra — em que alguns gêneros e produtos alimentícios desaparecem do mercado, enquanto os preços de outros sobem vertiginosamente — essa preocupação se torna ainda mais necessária. Necessária para a economia, para a variedade dos cardápios, para que sejam oferecidas, em cada prato, as vitaminas e calorias necessárias à alimentação. Para ajudá-la, gentil leitora, iniciamos hoje uma série de ‘pratos que todos repetem’. São receitas que obedecerão a uma norma: gostosas, pouco dispendiosas e fáceis de preparar (Sangirardi, 11 mar. 1944, p. 77).

Pequena Enciclopédia Doméstica é acompanhada do subtítulo: “A seção feita com a experiência das donas de casa de todo mundo, para as nossas leitoras dona de casa” (Sangirardi, 25 jan. 1944, p. 77). Continha dicas práticas de limpeza, economia doméstica e pequenos “[...] truques domésticos, como resfriar rapidamente uma travessa com sal grosso e água; eliminar o brilho da roupa preta com café quente”. Inaugurada também na primeira edição, Sangirardi introduz um espaço destinado ao compartilhamento de soluções práticas para o lar, valorizando as experiências cotidianas das leitoras:

Existe um grande interesse das donas de casa para uma série de pequenos problemas que parecem preocupá-las bastante. Esse interesse se revela pela correspondência enviada para as irradiações ou páginas de assuntos femininos. [...] Para satisfazer essa curiosidade, publicamos a partir de hoje a Pequena Enciclopédia Doméstica, uma sessão feita com a experiência das donas de casa de todo o mundo para as nossas leitoras donas de casa. Escrevam-nos, pois, gentis leitoras, mandem-nos as suas colaborações (Sangirardi, 11 mar. 1944, p.77).

Duas outras seções passam a compor a estrutura da coluna *Lar Doce Lar* nas edições seguintes e tornam-se recorrentes ao longo da coluna. A primeira foi a *Seção para Ninguém*, publicada na edição de 18 de março de 1944, conforme demonstrado na figura a seguir:

Figura 10: Primeira publicação da subcoluna Seção Para Ninguém na coluna Lar Doce Lar.



Fonte: Coluna *Lar Doce Lar*, 18 mar. 1944, p. 68.

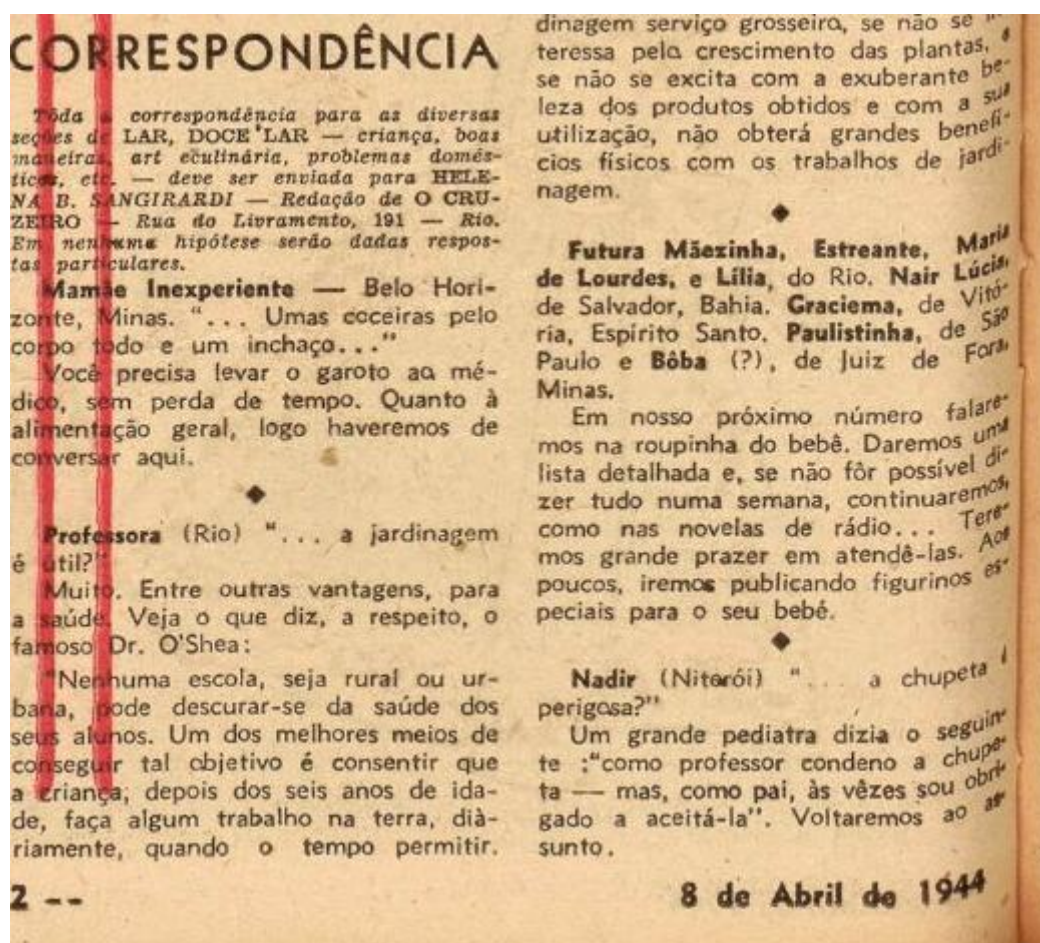
A *Seção Para Ninguém* discutia "casos reais das leitoras", incluindo questões como o relacionamento com empregadas domésticas, conflitos com vizinhas ou sugestões de etiqueta. As situações apresentadas pressupõem uma leitora que administra o lar e coordena o trabalho doméstico realizado por outra mulher, nesse sentido, a "mulher" a quem a autora se direciona, trata-se da mulher de classe média urbana, responsável pela organização da casa e pela supervisão da empregada doméstica. Quando Sangirardi orienta a leitora sobre como "lidar" com a empregada, a leitora é interpelada como aquela que ensina, corrige e determina o modo adequado de realizar as

tarefas do lar. A trabalhadora doméstica, embora também seja mulher, aparece no texto como subordinada no interior da organização doméstica. O espaço da seção é pequeno, mas fixo, com conselhos diretos e instrutivos. Sangirardi apresenta a subcoluna como:

Ela, mais uma sessão feminina desta revista e que talvez não a interesse durante muitos dias... Mas lá, uma vez ou outra, talvez você encontre nela o que aproveitar. São pequenos conselhos que ajudarão as moças nos seus embaraços: em casa, na rua, na sociedade. Entretanto, não nos leve a mal. Mesmo porque este canto de página nunca será diretamente para você. Não é o 'don't'. Não tem a pretensão de ser uma página de manual de boas maneiras (Sangirardi, 11 mar. 1944, p.77).

Em 8 de abril de 1944, aparece a seção *Correspondência*, onde Helena Sangirardi começa a responder às cartas enviadas pelas leitoras. Organizada como um espaço de diálogo entre a autora e suas leitoras através da troca de cartas ou bilhetes. Sua estrutura é simples, direta e mantém um padrão de respostas rápidas, normalmente em tópicos ou parágrafos breves. Como podemos identificar na figura a seguir:

Figura 11: Primeira publicação da subcoluna Correspondência na coluna Lar Doce Lar.



Fonte: Coluna *Lar Doce Lar*, 8 abr. 1944, p. 78.

A seção *Correspondência* é precedida de um enunciado editorial que orienta as leitoras sobre o envio de suas cartas: “Toda correspondência para qualquer das sessões de *Lar Doce Lar* deve ser dirigida para Helena B. Sangirardi, Redação de *O Cruzeiro*, Rua do Livramento, 191 – Rio de Janeiro” (Sangirardi, 25 jan. 1944, p. 77). A formulação direta e institucional desse trecho evidencia a estrutura de mediação estabelecida entre a autora e seu público, bem como a dimensão nacional de circulação da revista. As cartas publicadas são assinadas por leitoras de diferentes localidades. Em resposta, Sangirardi antecipa que todos os pedidos serão respondidos em edições futuras e, de modo descontraído, recomenda o consumo de banana, observando que: “embora o preço da fruta não ande animador ultimamente” (Sangirardi, 25 jan. 1944, p. 77). Essa troca epistolar revela o esforço da autora em construir uma relação de intimidade com suas leitoras, conforme apontado por Buitoni (2009, p. 103), ao caracterizar a escrita das colunas femininas como um “jeito coloquial, que elimina a distância”. A correspondência, portanto, funciona como legitimação e continuidade do vínculo afetivo estabelecido entre colunista e leitoras, além de reforçar o espaço da coluna como espaço feminino de escuta e reciprocidade.

Em síntese, podemos afirmar que *Lar Doce Lar*, desde a primeira edição, estruturou-se em subcolunas fixas, quais sejam: *Pratos que todos repetem*, *Pequena Enciclopédia Doméstica*, *No Mundo da Criança* e *Correspondência*, a regularidade e formato das subcolunas contribuíram para consolidar uma identidade editorial e estabelecer diálogo com as suas leitoras. Ao apresentar cada nova subcoluna, redigia convites afetivos às leitoras, convocando-as à participação ativa na coluna. Sangirardi estabelece um vínculo com a leitora, tratado com afetividade e familiaridade. A autora não se posiciona como especialista distante, mas como uma interlocutora próxima, capaz de compreender os dilemas cotidianos da vida doméstica e de aconselhar suas leitoras com base na experiência e no bom senso.

2.2.1 Uma análise proporcional dos conteúdos de Lar Doce Lar

Considerando que no período de 1944 a 1956 foram localizadas 419 edições da revista *O Cruzeiro*, com a coluna *Lar Doce Lar*, e em todas são tratados da temática relacionada a dona de casa, somada à impossibilidade de contemplar todas as

publicações nesta pesquisa, optamos por selecionar uma edição de cada mês. A distribuição das edições analisadas por ano evidenciou a regularidade da coluna ao longo de mais de uma década.

Quadro 4:Edições selecionadas para análise.

Ano	Nº de Edições Analisadas	Meses das edições ²⁷
1944	10	mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1945	10	jan, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1946	11	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, nov, dez
1947	12	jan, fev, mar, abr, mai, jul, ago, set, out, nov, dez
1948	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1949	11	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov.
1950	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1951	11	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov
1952	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1953	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1954	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1955	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
1956	12	jan, fev, mar, abr, mai, jun, jul, ago, set, out, nov, dez
Total	149	

Fonte: elaborado pela pesquisadora.

Pratos que todos repetem constituiu a seção mais recorrente, presente em 98% das 149 edições analisadas, com destaque em todos os anos de circulação, essa regularidade dá indícios da centralidade da alimentação na construção da dona de casa ideal, associando a culinária ao cuidado afetivo com a família e à manutenção da harmonia conjugal. Seguida da *No mundo da criança* com 89,9, onde Sangirardi oferecia orientações sobre educação, saúde e comportamento infantil, sempre dirigidas às mães. Como argumenta Campos (2007, p. 115), “os periódicos enfatizavam a importância da mulher como mãe e esposa, centralizando sua identidade na esfera privada”. *Pequena Enciclopédia Doméstica* esteve presente em 59,7% das edições entre

²⁷ O catálogo completo das edições da coluna Lar Doce Lar, elaborado para esta pesquisa, encontra-se disponível no Apêndice.

1944 e 1951, trazendo respostas a dúvidas práticas sobre o cotidiano da casa. *Correspondência* ocupou 49,7% das edições de 1944 a 1950, estabeleceu interlocução direta com o público, por meio da leitura e resposta de correspondências enviadas à revista. A *seção para ninguém* (30,2%) e os “Menus” (19,5%) apresentaram sugestões semanais de refeições, articulando economia, saúde e criatividade. Já a subcoluna “Espírito infantil”, mais rara (8,1%), trazia observações sensíveis sobre o universo da infância. Conforme evidenciamos no quadro a seguir:

Quadro 5: Percentual das subcolunas em *Lar Doce Lar*.

Subcoluna	²⁸ Frequência % (N./149)	Anos de Destaque
<i>Pratos que todos repetem</i>	90,6% (135/149)	Presente em todos os anos
<i>Pequena enciclopédia doméstica</i>	59,7% (89/149)	1944-1951
<i>Correspondência</i>	49,7% (74/149)	1944-1950
<i>A seção para ninguém</i>	30,2% (45/149)	1944-1950
<i>No mundo da criança</i>	89,9% (134/149)	1944-1948
<i>Menus (parte de Pratos que todos repetem)</i>	19,5% (29/149)	1947-1951
<i>Espírito infantil (parte de no mundo da criança)</i>	8,1% (12/149)	1949-1951

Fonte: elaborado pela pesquisadora

A seção de Correspondência evidencia o amplo alcance geográfico e simbólico da coluna, registrando a participação ativa de leitoras de diferentes regiões do Brasil. Embora haja uma maior concentração de cartas provenientes de capitais e cidades do interior de estados como São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais, o levantamento sistematizado no quadro a seguir demonstra que a interação com a coluna extrapola esses locais, alcançando leitoras de diversas regiões do país. Essa presença nacional reforça a circulação da revista como parte do cotidiano doméstico e confirma a interlocução de Sangirardi com as leitoras por meio da correspondência, compartilhava

²⁸ As porcentagens foram calculadas a partir da razão entre o número de ocorrências de cada categoria e o total de 149 registros, multiplicada por 100.

experiências, dúvidas e expectativas relacionadas ao universo da domesticidade. Como evidenciamos no quadro a seguir:

Quadro 6: Leitoras de *Lar Doce Lar* por Unidade Federativa (1944–1956)²⁹

Estado	Nome da Leitora	Cidade	Edição
Amazonas	Maria Augusta	Manaus	Edição 47: 15 de setembro 1944
Pará	Ana das Graças	Belém	Edição 47: 14 de setembro 1946
Amapá	Celina Moreira	Macapá	Edição 43: 16 de agosto 1947
Tocantins (GO à época)	Dona Iracema	Porto Nacional	Edição 21: 17 de março 1944
Rio Grande do Norte	Tereza Cavalcanti	Natal	Edição 15: 1 de fevereiro 1947
Paraíba	Zuleica Nóbrega	Campina Grande	Edição 02: 30 de outubro 1948
Pernambuco	Lourdes de Melo	Recife	Edição 47: 14 de setembro 1946
Bahia	Rita de Cássia	Salvador	Edição 19: 1 de março 1947
Minas Gerais	Amância de Souza	Juiz de Fora	Edição 32: 2 de junho 1944
Espírito Santo	Alda Rocha	Vitória	Edição 11: 4 de janeiro 1947
Rio de Janeiro	Maria Isabel, Olga Veloso	Rio de Janeiro	Edição 21: 17 de março 1944
São Paulo	Paulistinha, Cozinheira Paulista	Araraquara / São Paulo	Edição 21: 17 de março 1944
Paraná	Glória Helena	Jacarezinho	Edição 33: 4 de junho 1949
Santa Catarina	Judith Alves	Blumenau	Edição 39: 16 de julho 1949
Rio Grande do Sul	Lis (professora)	Porto Alegre	Edição 29: 11 de maio 1946
Goiás	Carmina Borges	Goiânia	Edição 36: 1 de dezembro 1946
Mato Grosso (MT+MS)	Nícia Ferreira	Cuiabá	Edição 11: 4 de janeiro

Fonte: Elaborado pela pesquisadora

O quadro abaixo, por sua vez, apresenta a diversidade regional das leitoras que interagiram com a coluna, entre 1944 e 1956. Para os 149 exemplares da coluna, foram levantadas todas as localidades citadas nas correspondências, identificadas por meio dos pseudônimos das leitoras, acompanhados da cidade ou estado de origem. Identificamos

²⁹O quadro representa uma amostra, de que haviam leitoras de outros estados.

leitoras de quase todos os estados brasileiros, com exceção do Acre, Roraima, Sergipe, Alagoas, Maranhão, Piauí e Ceará, nos quais não foram localizadas cartas. Essa circulação reflete a abrangência nacional do periódico, que não apenas atingia grandes centros urbanos, como Rio de Janeiro e São Paulo, mas também localidades interioranas como Araraquara (SP), Jacarezinho (PR) e Porto Nacional (então Goiás). O fato de todas as regiões do país estarem representadas por meio do recebimento das cartas da revista, aponta indícios do longo alcance que a revista tinha pelo território nacional se tornando popular e um importante meio de circulação do pensamento social da época (Barbosa et al. 2015). Com relação à procedência das cartas das leitoras, mais da metade localiza-se na região Sudeste (74,93%) concentrando-se em correspondências recebidas do Rio de Janeiro, São Paulo e Minas Gerais, conforme dados do quadro a seguir:

Quadro 7:Correspondências das leitoras de Lar Doce Lar.

Região	% de Correspondência	N de Correspondência
Sudeste (SE)	74,93%	269
Nordeste (NE)	5,57%	20
Sul	9,47%	34
Centro-Oeste	4,46%	16
Norte	2,51%	9
Desconhecida	3,06%	11
Total	100%	359

Fonte: Elaborado pela pesquisadora

Para fins de organização e visualização dos dados, as correspondências foram classificadas segundo a divisão regional atualmente adotada pelo IBGE (Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul), ressalta-se, contudo, que, no período analisado, vigorava outra divisão regional oficial, na qual estados como Minas Gerais e Bahia integravam a Região Leste. A adoção da divisão contemporânea tem caráter exclusivamente metodológico, visando padronização analítica e comparação estatística sobre o período analisado.

O apelo da coluna como espaço de interlocução e partilha de saberes domésticos evidencia sua inserção nos cotidianos femininos em diferentes realidades regionais. Sangirardi frequentemente reconhecia e estimulava essa colaboração, como se vê no pedido veiculado na edição de 7 de outubro de 1944:

Peço-lhes que me mandem receitas práticas, pouco despendiciosas e de fácil preparo. Receitas dos seus cadernos particulares, receitas típicas de estados, regiões e cidades do Brasil. Pretendo publicar um livro e gostaria imenso de contar com a colaboração das leitoras de O Cruzeiro. Antecipadamente, aceitem meus agradecimentos (Sangirardi, 7 out. 1944).

No que se refere à distribuição temática, a categorização dos conteúdos revelou que as prescrições de Helena Sangirardi estavam concentradas em torno da economia doméstica (61% das edições) e das relações conjugais (50,36%). Esses dois núcleos temáticos evidenciam os conteúdos de administração do lar e à harmonia da vida a dois, pilares da construção da dona de casa ideal naquele contexto. Destaca-se a presença de textos sobre educação dos filhos (45%) e comportamento/etiqueta (40%), que sugerem que para a autora, o papel da mulher se baseia na formadora moral e mediadora das relações sociais no ambiente familiar. Os temas de saúde e higiene aparecem em 25% das edições, geralmente associados à alimentação saudável, cuidados com gestantes e nutrição infantil. A partir de 1953, a coluna passa a publicar majoritariamente receitas culinárias, sem a presença de textos com prescrições sobre comportamento, afetos ou organização doméstica.

Por fim, ainda que com menor frequência, o grupo de edições sobre atualidades demonstram que a autora utilizava a coluna para abordar eventos políticos como a guerra, eleições e celebrações públicas. O quadro a seguir apresenta as seis grandes categorias definidas para a análise de conteúdo pretendida:

Quadro 8:Temas Recorrentes por Categoria.

Categoria	Temas Frequentes	Frequência
Economia Doméstica	Receitas culinárias, planejamento de menus, redução de custos, organização do lar.	61% (85/ 139)
Relações Conjugais	Papéis de gênero, “conservar o amor conjugal”, submissão feminina, conflitos com sogras.	50,36% (70 / 139)
Educação Filhos	Higiene, alimentação infantil, vacinas, comportamento ("crianças não são animais de luxo").	32,37% (45 / 139)
Comportamento/Etiqueta	Boas maneiras, receber visitas, "não reeducar o marido", elegância.	23,2% (32 / 139)
Saúde/Higiene	Alimentação racional, vitaminas, cuidados com gestantes.	28,77% (40 / 139)
Dimensão pública	Reflexões sobre guerra (1945), eleições, datas comemorativas (Natal).	8,63% (12 / 139)

Fonte: elaborado pela pesquisadora

A concentração dos conteúdos nas categorias de economia doméstica e relações conjugais confirma a hipótese da pesquisa, segundo a qual *Lar Doce Lar* operava como um instrumento de formação da mulher para o espaço privado, oferecendo conselhos, normas e saberes práticos voltados à manutenção do lar e das relações afetivas que o compõem.

Os dados sistematizados apontam a relevância e a estabilidade da estrutura editorial da *Lar Doce Lar* no período compreendido entre 1944 e 1956. A frequência das subcolunas, Pratos que todos repetem e Pequena Enciclopédia Doméstica mostram um padrão de publicação mantido. A predominância de conteúdos ligados à economia do lar e às relações conjugais, em articulação com orientações sobre comportamento, saúde e educação infantil, indicam que o conteúdo da coluna educa para o modelo da dona de casa eficiente, afetuosa e atenta aos deveres cotidianos, enquanto uma estratégia, fornece um conjunto de normas e prescrições que visam organizar o espaço doméstico. Essas normas operam dentro de um contexto em que se espera que as leitoras sigam padrões preestabelecidos.

Ao privilegiar temas como culinária, organização doméstica e cuidado com os filhos, a coluna reafirma que o modelo ideal de dona de casa é sustentado no aprendizado de habilidades práticas e posturas morais. A análise quantitativa dos dados reforça a centralidade dos conselhos para a economia doméstica e a organização do lar, a recorrência desses temas deixa *pistas* da intencionalidade editorial em moldar e reiterar esses papéis femininos nas páginas da revista. Com isso, a coluna não apenas dialogava com o escopo geral da revista, mas reafirmava sua função como instrumento de e para a educação das mulheres em seu cotidiano.

2.3 Publicidade e consumo em *Lar Doce Lar*

Esta subseção analisa os anúncios e conteúdos publicitários na coluna *Lar Doce Lar*. Para tanto, consideramos as mudanças na composição editorial da revista O Cruzeiro, as transformações nas práticas de consumo da classe média brasileira e os discursos de modernidade difundidos nos impressos da época. A análise parte da compreensão de que, como afirma Campos (2007, p. 21), “[...] o caráter publicitário de uma propaganda pode ser visto como tão convincente junto ao público quanto um texto prescritivo”. Para a construção desta subseção, foram analisadas as colunas *Lar Doce Lar* publicadas entre 1951 e 1956. A escolha por esse intervalo temporal justificou-se pela mudança na configuração da coluna, que passa a ocupar apenas uma página a partir de 1951 e, nos anos seguintes, apresenta aumento de anúncios e propagandas, sobretudo voltados ao universo doméstico. A sistematização dos dados dessas edições possibilitou compreender como o espaço editorial da coluna foi progressivamente reconfigurado, deslocando-se de um lugar de aconselhamento e comunicação com as leitoras da revista, voltado ao consumo e à difusão de padrões modernos de domesticidade.

A década de 1950 foi marcada por mudanças no padrão de consumo, no cotidiano e nos discursos direcionados às mulheres. Helena Sangirardi também citava “dicas” para donas de casa e certas normas a serem seguidas, em uma sociedade onde prendas domésticas eram consideradas imprescindíveis no currículo de qualquer moça que desejasse se casar, reforçando a responsabilidade pela organização da vida doméstica à figura feminina. Como cozinhar, como limpar, como planejar festas, como agradar. A mulher continuava a ser educada para ser uma boa dona de casa, esposa e mãe. As representações publicitárias em *Lar Doce Lar* associavam a imagem da dona de

casa ao zelo, à organização e ao cuidado com a família, a participação da mulher fora do ambiente doméstico podia prejudicar sua função dentro do lar, como pontua Demeterco (2003, p. 154):

Se antes ela [a mulher] foi chamada a ‘colaborar com o país’ no momento da guerra, agora ela é ‘demais’ e deveria ‘voltar para o seu lugar’. Este lugar era o espaço do lar, onde a mulher retomava sua função de mantenedora da paz doméstica, a partir da tríade mãe-esposa-dona de casa. Na ideologia dos ‘anos dourados’, maternidade, casamento e dedicação ao lar faziam parte da essência feminina. Ser mãe, esposa e dona de casa era considerado o destino natural das mulheres.

A transformação industrial que ocorria durante os anos dourados (1950-1960), nos quais a expansão do parque industrial possibilitou a produção de diversos produtos “facilitadores” do trabalho doméstico, equipamentos mais modernos, armários, utensílios e eletrodomésticos.

O aumento do consumismo, impulsionado pela proliferação das indústrias de bens de consumo, pela melhoria do salário mínimo e pela ascensão da classe média. Após a II Guerra Mundial, os Estados Unidos, passaram a influenciar, ainda mais, comportamentos no Brasil. As mudanças nas regras de sociabilidade, que se intensificavam nesse período, permitiram principalmente à classe média um maior convívio entre homens e mulheres, com novas ofertas de lazer em ambientes públicos. Essa nova forma de socialização também repercutiu nas relações amorosas.

Algumas das novas formas de sociabilidade marcaram maneiras mais próximas de relacionamento entre os casais, como a ida aos cinemas, teatros, hábitos como o “footing”, estreitamento de contatos físicos, beijos mais prolongados, namoros em carro e uma grande assimilação da cultura norte-americana através do cinema e das revistas, onde multiplicavam as cenas de relacionamentos apaixonados e onde os “beijos eram sinônimos de final feliz” (Bassanezi, 1997, p. 283).

Essas novas práticas, influenciadas pelos moldes estadunidenses, ao mesmo tempo em que nas revistas propagandeou-se eletrodomésticos, veículos, rádio, televisão, telefone e o acesso a novos produtos que prometiam transformar o cotidiano das famílias.

Em 1953, entre os anúncios que passam a ocupar a coluna, destacam-se produtos como o liquidificador Arno, com o slogan:

Em dois tempos, prepara maravilhas na copa e na cozinha. Cremes, refrescos, maioneses, sopas, coquetéis. E é o único que permite adaptar esses acessórios exclusivos: misturador de massas, descascador de batatas, centrífuga e picador de legumes. Que outro lhe oferece tantas vantagens? (Sangirardi, 8 set. 1953, p. 78).

Propagandas de cosméticos, alimentos, produtos de higiene e móveis modernos passam a dividir a página da coluna, ao lado das receitas de Sangirardi:

Veja o conforto e a beleza destes ambientes! Os móveis artísticos Z, pela linha elegante de seus desenhos funcionais, dão a todo o conjunto uma nota de refinamento, bom gosto e definição. Por seu preço razoável, são móveis de classe ao alcance da maioria (Sangirardi, 14 abr. 1954, p. 79).

Em 1952, houve o aumento de propagandas, ocupando, em alguns casos, metade da única página da coluna, evidenciando a reconfiguração do espaço editorial. O que antes era um espaço de aconselhamento pautado na afetividade e na autoridade doméstica, instrumentalizado para reforçar práticas de consumo, conforme explicitamos no quando abaixo:

Quadro 9: Publicidades na coluna *Lar Doce Lar*.

Ano	Características Editoriais	Propagandas e Conteúdos	Mudanças Observadas
1951	Passa a ocupar 1 página fixa	Ainda mantém dicas e orientações domésticas.	Redução do espaço editorial..
1952	Predomínio de receitas culinárias	Propagandas começam a ocupar até metade da página.	Espaço de aconselhamento diminui, foco em consumo.
1953	Conteúdo limitado a receitas práticas e propagandas.	Eletrodomésticos: Liquidificador Arno, batedeira. Higiene: Johnson & Johnson (lenços, talco, óleo para bebê, Bombril). Alimentos: Pudim Royale. Cosméticos: Perfeito Makeup, esmaltes.	Discurso de modernidade (eletrodomésticos, higiene).
1954	Propagandas associadas a mobiliário moderno e padrões de consumo.	- Móveis Z: “Linha elegante, preço acessível, refinamento”.	Consolidação da coluna como espaço publicitário.

Muito mais do que um simples liquidificador, o Walita pode também transformar-se num misturador de massas. Com ele, você prepara panquecas, maioneses, refrescos... e tudo isso com metade do custo de uma batedeira comum. Com ou sem espremedor de laranjas, quem tem Walita tem tudo (Sangirardi, 15 jan. 1944, p.77).

A funcionalidade do produto é enfatizada, mas ela vem acompanhada de um discurso que simplifica e estetiza o trabalho do lar, ao reduzir a complexidade da rotina doméstica à aquisição de utensílios eficazes e “inteligentes”. As três categorias de produtos anunciados no espaço da coluna: produtos de higiene pessoal e cuidados com o corpo, produtos de beleza, utensílios domésticos e eletrodomésticos estão voltados ao universo feminino, sendo veiculados em um espaço já consolidado para as mulheres.

3 PRESCRIÇÕES PARA O COTIDIANO: EDUCANDO A DONA DE CASA IDEAL

Esta seção teve como objetivo analisar como a coluna *Lar Doce Lar* contribuiu para a construção e consolidação de um perfil ideal de dona de casa, entre as décadas de 1940 e 1950, no Brasil. Considerando a coluna como um dispositivo de orientação, indicando comportamentos, práticas, habilidades e afetos prescritos como desejáveis para o desempenho adequado de como ser uma boa dona de casa. A análise foi conduzida a partir da leitura dos temas recorrentes nos textos de Sangirardi, e dos conselhos para o cotidiano, onde o conjunto de práticas, valores e saberes associados ao espaço do lar, é atribuído às mulheres, a feminilidade é construída como um conjunto de comportamentos, disposições e expectativas que orientam a atuação feminina nesse espaço, vinculando a mulher ao cuidado, à organização da casa e à manutenção das relações familiares, relações permeadas pela dominação masculina que opera na naturalização dessas atribuições, fazendo com que determinadas funções e papéis sejam percebidos como próprios das mulheres, e é no cotidiano que esses elementos se concretizam, por meio de práticas repetidas, gestos, rotinas e prescrições que organizam a vida doméstica e reforçam essas estruturas, para isso, esta seção dialoga com os conceitos de dominação masculina (Bourdieu, 2014) e cotidiano (Certeau, 1998).

Certeau (1998, p. 37) descreve essas práticas cotidianas como uma “arte do fazer” na qual os indivíduos, ao lidarem com imposições, criam maneiras de operar que asseguram sua própria existência dentro de limites estruturais. Compreendemos o papel

ocupado pelos conteúdos destinados ao público feminino na imprensa periódica como lugares estruturados de normatização de condutas. O “espaço é um lugar praticado”, onde os sujeitos não apenas ocupam lugares pré determinados, mas os transformam a partir de práticas cotidianas, reconfigurando suas funções e usos, *Lar Doce Lar* propõe um espaço doméstico organizado e eficiente, que se alinha com valores culturais, como a harmonia familiar, a economia doméstica, e o cuidado com o ambiente. O lugar é como uma estrutura fixa onde os elementos são organizados de maneira ordenada, enquanto o espaço é produzido por ações, um movimento que só existe na prática:

Um lugar é a ordem (seja qual for) segundo a qual se distribuem elementos nas relações de coexistência. Aí se acha, portanto, excluída a possibilidade, para duas coisas, de ocuparem o mesmo lugar. Aí impera a lei do “próprio”: os elementos considerados se acham uns ao lado dos outros, cada um situado num lugar “próprio” e distinto que define. Um lugar é, portanto, uma configuração instantânea de posições. Implica uma indicação de estabilidade (Certeau, 1998, p. 201).

Para o proposto, essa seção foi organizada em quatro subseções, a fim de examinar as diferentes dimensões das prescrições formuladas por Helena Sangirardi, para a realização desta análise, consideramos as colunas selecionadas como corpus da pesquisa, correspondentes às edições previamente definidas. A seção foi organizada em três subseções, a partir dos temas recorrentes nas publicações e das formas pelas quais as prescrições aparecem no cotidiano. Na subseção “Cozinha e alimentação: práticas cotidianas ensinadas”, analisamos as orientações voltadas à alimentação, à organização das refeições e à gestão da cozinha, observando como esses elementos estruturam o cotidiano doméstico e se articulam à construção da dona de casa ideal. Em “Para conservar o amor conjugal: prescrições para o cotidiano da esposa”, examinamos os conselhos direcionados ao casamento, especialmente aqueles relacionados à regulação dos afetos, à condução das relações conjugais e à responsabilização feminina pela manutenção da harmonia no casamento. Por fim, em “A mulher ideal e o “lar, doce lar” analisamos, de modo abrangente, a construção normativa da figura feminina apresentada na coluna, destacando os códigos de conduta, as hierarquias de gênero e os valores morais indicado para a leitora.

3.1 Cozinha e alimentação: práticas cotidianas ensinadas

A centralidade da alimentação na coluna *Lar Doce Lar* constitui um eixo estruturante da própria coluna, cozinhar bem, alimentar adequadamente a família e organizar a rotina das refeições aparecem como condições para a manutenção da harmonia doméstica. A felicidade do lar, reiterada ao longo das edições, é associada à capacidade da dona de casa de nutrir o marido e os filhos com regularidade, economia e variedade. Não por acaso, a subcoluna “Pratos que todos repetem” permanece na coluna em todas as suas edições, indicando a culinária como um dos pilares da identidade editorial construída ao longo dos anos, a redução de conteúdos opinativos em 1951 e a concentração no preparo de pratos é explicada pela autora.

Redução: Não minha amiga gorduchinha, não vamos falar sobre redução de peso! Longe de nós a intenção de incorrer no sagrado terreno da Medicina. Vamos falar apenas na redução de espaço... Nossa revista cresce dia a dia e cada vez mais vertiginosamente. Quando entramos para o corpo de redatores de O CRUZEIRO, a tiragem era de 45.000 exemplares e hoje já é de 320.000, pretendendo a direção aumentá-la mais ainda. Anunciando só produtos de qualidade, é claro que os anunciantes também se interessam cada vez mais por uma revista de qualidade. E com isso, Moças, nosso espaço vai se tornando escasso. Daí ficamos reduzidas em “LAR, DOCE LAR”, a uma página. Naturalmente conservaremos todas as seções: No Mundo da Criança — Receitas Estrangeiras — Espírito Infantil — A Bebida da Semana — Trivial Simples ou Fino e Pratos que Todos Repetem. Mas esta última tem que sofrer uma ligeira modificação, que será uma volta aos nossos primeiros tempos: ao invés de repetir algumas receitas tantas vezes quantas são pedidas, teremos que nos reportar à última data em que estas foram publicadas. De fato, há receitas que moram permanentemente em nossas páginas, como esse bendito pavê, esse arroz de Braga, essa feijoada, esse peru de Natal, etc. Até me canso de revê-las publicadas! (Sangirardi, 2 jun. 1951, p. 113).

A publicação de 1951 explica a redução de espaço editorial, de duas páginas para uma e menciona que conservará todas as seções, porém não é o que ocorre, a única seção que permanece é a com receitas, como a autora menciona, receitas que “moram permanentemente” nas páginas, como o pavê, o arroz de Braga, a feijoada e o peru de Natal, reforçando que cozinhar, administrar e manter a boa forma fazem parte de ser a dona de casa ideal e não a “gorduchinha”.

A associação entre sucesso conjugal e competência culinária aparece de forma recorrente nos textos de Sangirardi, na Revista do Rádio, ao comentar o êxito de seus

livros e colunas, a autora relaciona sua trajetória pública à cozinha, retomando a ideia de que “o homem se prende pelo estômago”. A construção dessa imagem vincula sua autoridade profissional à sua performance doméstica, a autora é a comunicadora que ensina, mas também a esposa que cozinha, a mulher que organiza o lar e que, justamente por isso, teria legitimidade para aconselhar outras mulheres. A alimentação, portanto, não é apenas um conteúdo recorrente, mas um fundamento simbólico da própria autoridade da Helena Sangirardi. Esse mesmo caráter normativo se acentua na publicação que prescreve uma rotina alimentar de 24 horas, apresentada como um mapa a ser seguido:

Sem fugir ao tradicional, embora errado, dejum brasileiro, a nossa leitora poderá ter um mapa de alimentação racional para as 24 horas, iniciando o dia com o:

CAFÉ DA MANHÃ — Se possível, comece o dia com um copinho de suco de laranja. Leite ou queijo ou coalhada. Pão, manteiga e café.

ALMOÇO — Bife. (Se houver carne... Não se esqueça, porém, das substituições. Os elementos para fazê-las estão nos sete grupos de alimentos). Salada de tomates. Batatas fritas. Cenouras aferventadas e passadas na manteiga ou no azeite, Pão. Uma fruta qualquer.

LANCHE — 1 copo de suco de laranja ou 1 copo de leite, ou 1 sanduíche qualquer, ou uma fruta, ou um sorvete. (Inúmeras são as pessoas que não lancham. Para completar as 24 horas de alimentação racional, o lanche não é indispensável, porquanto os elementos que contêm o que sugerimos nessa pequena refeição já estão citados nas outras).

JANTAR — Sopa de macarrão. Lentilhas cozidas. Salada de repólho cru. Pão. Omelete de espinafre. (O espinafre é uma verdadeira mina de ferro; se não encho o bolso de dinheiro, como as outras minas, pelo menos enriquece o sangue). Bananas fritas com açúcar.

No entanto, apesar dessa nossa análise, nada lhe impede de acrescentar arroz duas refeições principais. E' bom saber, porém, que arroz só contém calorias em grande quantidade, sendo portanto excelente para fazer engordar. Bôlos e bolinhos, doces e salgados, tortas, pastéis e compotas de toda a espécie, também podem ser acrescentados às 24 HORAS DE ALIMENTAÇÃO RACIONAL, dependendo de gosto e... de não ter tendência para engordar, Bem, mas isso de engordar já é assunto para uma outra conversa. (Sangirardi, 7 abr. 1945, p. 72).

Sangirardi indica o que deve ser servido, quando, como e por quê, reforça a ideia de que a mulher é responsável por gerir racionalmente o orçamento e a saúde

familiar, essas instruções são incorporadas na rotina, transformando o tempo em uma sequência programada de atos com cuidado, disciplina e previsibilidade, para organizar o dia em sequências, integrando nutrição, economia e disciplina. O detalhamento das refeições pressupõe acesso regular a carne, frutas, laticínios e variedade de vegetais, e ainda que a autora mencione substituições e reconheça restrições, o modelo alimentar descrito corresponde a uma dieta de quem tem condições financeiras de manter a dispensa com diversidade de alimentos, o que evidencia que a leitora visada se trata de uma mulher de classe média, que tem, por vezes, o orçamento apertado

Ao referenciar às calorias e o risco de “engordar” o conselho da autora dá indícios de que a alimentação não se limita à nutrição da família, ela envolve a atenção à aparência da própria mulher, esse sentido, o cuidado com o corpo passa a integrar as práticas do cotidiano, sendo incorporado às responsabilidades da dona de casa. Essa associação entre magreza, aparência e valor feminino aparece em outros impressos voltados às mulheres. Como aponta Demarque (2023), ao analisar a revista *Ladies’ Home Journal*, a magreza é apresentada como elemento que contribui para a beleza e para a aceitação social, relacionando-se à possibilidade de ser amada e reconhecida. Esse tipo de orientação aproxima o controle do corpo das expectativas sobre o papel feminino, reforçando a ideia de que a aparência também deve ser administrada no interior da vida doméstica.

Em uma de suas respostas as cartas, Sangirardi consulta as leitoras sobre publicar menus completos ou receitas avulsas, menciona os “orçamentos de todas as nossas leitoras”:

[...] Agora, eu quero contar uma coisa a todas vocês: desde que faço estas seções — março de 1944 — esta é a primeira vez que me aparece um pedido assim. [...] Será que os orçamentos de todas as nossas leitoras permitem obedecer a menus estabelecidos por uma estranha aos seus problemas domésticos, embora amiga de vocês? [...] Peço-lhes fineza de responderem se querem que eu continue a publicar as receitas como até aqui, ora em sérios, ora avulsas, ou se preferem que elas aqui apareçam em menus completos. (Sangirardi, 12 maio 1945, p. 68).

Quando Sangirardi pergunta se “os orçamentos de todas as nossas leitoras permitem obedecer a menus estabelecidos por uma estranha aos seus problemas domésticos”, os indícios indicam as receitas e sugestões da coluna não alcançavam da

mesma forma todas as mulheres que liam a coluna, sobretudo no custo dos ingredientes, na possibilidade de seguir cardápios com determinados alimentos e nas condições de consumo das leitoras. A autora por fim, passa a publicar receitas avulsas, comentários sobre rotina alimentar, apresentando a mesa como um dos lugares em que a esposa deve produzir variedade e evitar monotonia, mantendo o marido como referência principal.

[...] Bem, mas se seu marido não a aborrece com exigências, se se satisfaz com qualquer coisa que aparece ao jantar, nem por isso você deve se descuidar. É bom lembrar sempre que à monotonia deve ser evitada à mesa como em outro qualquer terreno, E uma mulher com boa vontade pode mesmo com pouco dinheiro apresentar pratos diferentes, variados, apetitosos. (Sangirardi, 8 jul. 1944, p. 76).

A autora denomina o marido como “o hóspede mais importante”, segundo a autora a ausência de exigência masculina não é motivo para relaxamento, mas para reforço do dever feminino, pois a esposa “não deve se descuidar”. A monotonia alimentar aparece como problema que deve ser evitado “como em outro qualquer terreno”, criando equivalência entre repetição à mesa e repetição em outras dimensões conjugais, e a boa esposa é definida pela “boa vontade” de produzir variedade mesmo “com pouco dinheiro”, assim, a cozinha e a mesa funcionam como instrumentos de manutenção conjugal, transformando preparo de pratos em prática de cuidado orientada ao marido. A relação entre o cozinhar como atribuição feminina reaparece quando a coluna, apoiando-se em pesquisas de nutricionistas, ensina como dividir a verba de alimentação:

Depois de acompanhar detidamente as pesquisas feitas por nutricionistas de reconhecida competência, podemos trazer às nossas leitoras uma divisão mais ou menos relativa do dinheiro destinado à compra de alimentos [...] com o orçamento de uma família que despenda Cr\$ 1.000,00 por mês com a seu alimento. Temos que dividir tudo o que se consome à mesa em cinco grupos e ver quanto em dinheiro corresponde a cada grupo. (Sangirardi, 23 maio 1945, p. 76).

Mesmo diante de mudanças no formato, redução de espaço ou ampliação da tiragem da revista, a seção “Pratos que todos repetem” permaneceu como núcleo fixo da coluna, reiterando a centralidade da alimentação na construção da dona de casa ideal. As constantes referências aos pedidos das leitoras, às receitas solicitadas e às adaptações feitas a partir da correspondência recebida demonstram como a culinária era eixo central

entre autora e leitoras. A cozinha, nesse contexto, consolida-se como eixo de interlocução privilegiado, por meio do qual se organizam as orientações sobre economia, saúde, casamento e administração doméstica, reafirmando o cozinhar como prática cotidiana central na formação do modelo ideal. No registro do cotidiano, Certeau (1996) evidencia como essas receitas, apresentadas como “maneiras de fazer”, codificam micropráticas que estruturam o dia a dia, transformando a gestão da cozinha em um exercício contínuo de disciplina e eficiência, essas prescrições operam na produção de sentidos: o texto não apenas oferece receitas, mas institui um protocolo de leitura-prática, em que cozinhar é um dever moral e um sinal de competência feminina.

3.2 “Para conservar o amor conjugal”: prescrições para o cotidiano da esposa

Se, na esfera da economia doméstica, a mulher era moldada como gestora do lar, no âmbito das relações conjugais, a coluna *Lar Doce Lar* prescrevia normas igualmente rígidas sobre o comportamento feminino no casamento. A repetição dos conselhos reforçava um código de conduta que naturalizava e legitimava a centralidade da mulher na manutenção da harmonia conjugal, como evidenciado por Sangirardi em “Para conservar o amor conjugal”, de março de 1944:

Nada no mundo enfurece mais certas mulheres do que os argumentos daqueles que pretendem convencê-las da necessidade de conservarem o amor de seus esposos. [...] Até que um dia aparece a rara e providencial amiga que faz as vezes de conselheira, esclarecendo pontos até então obscuros. E essa amiga diz: — Naturalmente que nada disso é justo. Mas as coisas sempre foram assim e a revolta das mulheres nada conseguirá mudar. [...] É verdade que sobre ela recai a parte mais pesada da responsabilidade de tornar sossegada a vida do casal, sem grandes atritos ou atribulações. E justamente por isso, dadas algumas qualidades mais desenvolvidas no chamado sexo fraco — quais sejam sensibilidade, a delicadeza de sentimentos, a paciência, a boa vontade, a tolerância — ela deve saber desincumbir-se brilhantemente dessa responsabilidade. [...] O casamento costuma resumir, para a mulher, os sonhos e devaneios dos primeiros anos de adolescência [...]. Mas o casamento não é apenas a realização desses sonhos. Com ele, a moça assume inúmeras obrigações. E o papel que virá desempenhar no lar constitui a mais bela ‘carreira’ que possa aspirar (Sangirardi, 25 mar. 1944, p. 72; 98).

A autora reconhece que “nada disso é justo”, mas imediatamente neutraliza qualquer possibilidade de contestação ao afirmar que “as coisas sempre foram assim” e que a revolta feminina nada mudaria, a autora afasta a discussão do campo da

transformação possível e a insere na ideia de permanência, como se essa organização fosse estável e incontornável, introduz a figura da “amiga” que aconselha, a autora constrói uma mediação que orienta a leitora, mas sem assumir diretamente essa posição de imposição, essa “amiga” funciona como uma voz que organiza e legitima o conselho, a partir da experiência e do cotidiano.

Ao afirmar que sobre a mulher recai “a parte mais pesada da responsabilidade”, Sangirardi não questiona essa distribuição, a reafirma a partir daquilo que define como características do “sexo fraco”, como sensibilidade, paciência e tolerância. Essas qualidades são apresentadas como naturais, como se fossem próprias da natureza das mulheres, e a partir delas se justificam as obrigações atribuídas à dona de casa. Nesse sentido, não se trata de uma escolha, mas de uma forma de organizar os papéis, em que características entendidas como biológicas passam a sustentar expectativas sociais e a divisão das responsabilidades no interior do casamento.

O casamento é descrito como “a mais bela carreira”, com dedicação integral e disciplina, em outra resposta a autora aconselha suas “amigas” a não abrirem mão da felicidade conjugal em detrimento de uma possível carreira pois:

Um dia, quando menos esperava, passados já 365 dias de lua-de-mel chegou um ofício do referido ministério, informando que ela fora admitida e poderia tomar posse de lugar dentro de um determinado prazo. Conhecedora da maneira de pensar do marido, com relação a senhoras casadas que trabalham sem precisar, a nossa ouvinte e amiga estava desolada. Não se conformava em perder um emprego de G\$ 1.200,00 mensais, — brilhante perspectiva para muita moça que necessita ganhar para viver. Para ela, entretanto, esse ordenado representaria apenas dois ou três vestidos a mais por mês... um bom pretexto para sair todos os dias... e a perspectiva de aborrecimentos talvez sérios na vida do casal, dada a intransigente relutância do espôso.

E a minha resposta franca e sincera num caso dêsses, é, antes de mais nada: — seguir o marido, ouvir os seus pontos de vista, aceitar os seus argumentos. Porque a oportunidade de um passeio diário de casa para a repartição e da repartição para casa, além de duas ou três novas “toilette” no fim do mes, nada representa diante de uma felicidade que está presente e que poderá fugir de um momento para outro, por causa de uma decisão que, afinal de contas, tem muito de um capricho. (Sangirardi, 8 abr. 1944, p. 72; 90).

Para Sangirardi, o trabalho não é uma possibilidade caso ameace à “felicidade” conjugal, o desejo de trabalhar é nomeado como “capricho” por parte da mulher, e

contribui com as estruturas da dominação masculina (Bourdieu 2014) ao orientar que a leitora deve “seguir o marido”. A autora define o homem como autoridade e consolida a divisão entre espaço público masculino e espaço doméstico feminino, a preservação da harmonia conjugal e familiar é apresentada como superior a qualquer aspiração individual, deslocando a responsabilidade pela estabilidade do casal para a decisão feminina de abdicar as suas vontades, Sangirardi coloca o casamento como “a mais bela carreira”, articula a domesticidade como destino inevitável, essas práticas repetidas no cotidiano tornam-se rotinas internalizadas. Sob a ótica de Bourdieu (2014), há a internalização de um sistema de hierarquias que molda disposições femininas de obediência.

Na coluna, a autora aconselhava que uma boa esposa é compreensiva em qualquer situação, principalmente em situações de crise. Sangirardi reforça que cabe à esposa administrar a dor e reconduzir o lar à harmonia:

A mulher triste daquela rua perdeu o paraíso na terra, que é a paz de espírito. [...] Entretanto, se ela percebesse que êle sofre mais ainda por sentir a falta do carinho da companheira, então haveria de se aproximar do marido e deixaria de lado as acusações injustas, feitas com palavras que ferem mais do que chicotadas. Esse é apenas um exemplo de que a tolerância e a compreensão, ao lado da capacidade de repartir as mesmas alegrias e tristezas, de resistir de mãos dadas a tôdas as tempestades da vida — é o que ajuda um lar a se tornar, verdadeiramente, um lar, doce lar... (Sangirardi, 22 abr. 1944, p. 68).

A autora atribui à mulher o papel de mediadora dos conflitos conjugais. A metáfora do “paraíso na terra” associa a paz conjugal à recompensa máxima, enquanto a tristeza feminina é interpretada como falha na manutenção desse estado ideal, a dor da mulher é relativizada pela suposição de que o marido “sofre mais ainda”, deslocando novamente a centralidade da experiência masculina. A recomendação para abandonar “acusações” e aproximar-se do esposo reforça a expectativa de que cabe à mulher absorver conflitos e recompor a unidade afetiva. A harmonia não é concebida como responsabilidade compartilhada, mas como tarefa feminina de recomposição constante. Essas prescrições constroem um espaço que define os comportamentos aceitáveis, na prática dessas “pequenas” táticas de reconciliação no cotidiano conjugal. Sangirardi indica que a boa dona de casa deve cuidar do lar como um espaço de hospitalidade voltado ao marido, para a autora:

[...] Com boa vontade e naturalidade, você resolverá qualquer problema doméstico, por mais complicado que seja. E, principalmente, nunca se envergonhe da falta deste ou daquele móvel, deste ou daquele tipo de talheres para servir, etc. E não se esqueça que o verdadeiro segredo da felicidade e da alegria de viver consiste em procurar conviver o mais possível com pessoas amigas, pessoas que procuram se encontrar com você pelo prazer de vê-la e ouvi-la, e não pelo que vão beber ou comer em sua casa...” (Sangirardi, 7 jul. 1945, p. 72).

Ao orientar que “com boa vontade e naturalidade” a mulher resolverá “qualquer problema doméstico”, Sangirardi indica a resolução dos conflitos para as mulheres, já que a harmonia do lar depende da forma como a esposa se posiciona no cotidiano do casal. A recomendação de não se envergonhar da ausência de determinados bens e de valorizar a convivência com pessoas “pelo prazer de vê-la e ouvi-la” indica que, mesmo diante de limitações materiais, cabe à mulher sustentar a sociabilidade e o ambiente doméstico. A organização da casa, a recepção de visitas e a manutenção das relações aparecem como práticas que devem ser conduzidas por ela, no dia a dia, a partir de disposições como “boa vontade” e “naturalidade”, que vão sendo incorporadas como forma adequada de agir.

Se forma a construção de um imaginário no qual a esposa ideal é aquela que se dedica inteiramente ao bem-estar do marido, a representação do ser uma boa esposa se estende à organização dos espaços e das preferências masculinas. A harmonia do lar era construída por meio de pequenas ações, como pontua a autora, o gosto masculino é colocado como parâmetro legítimo, e qualquer desvio é narrado como falha feminina, a partir da naturalização da autoridade masculina.

‘Meu marido há de ser um paciente, dócil e bem remunerado “animal doméstico”. Um animalzinho doméstico que faça todas as minhas vontades, razoáveis ou não. Que não discuta para pagar minhas compras. Que procure adivinhar os meus desejos. Que não me negue nada. Que jamais ouse me perguntar como gastei meu dia. E que seja delicado, fino, bem educado. Que me ofereça bombons e flores, mesmo muito tempo depois de casados. Que fique com minha mão na sua nos cinemas e teatros. Enfim, que continue o marido perfeito, mesmo conhecendo todos os meus defeitos e suportando todas as minhas exigências...’ Isso deve ter pensado madame, ao se casar. Mas Madame se esquece que os homens também são criaturas humanas, que têm sob a pele — clara ou morena — não só carne e ossos, mas nervos também, nervos e mais nervos que funcionam direitinho. Às vezes o desgaste desses nervos se processa lentamente, durante muito tempo. Mas acontece que um descontentamento simples, bem menor que outros que não tiveram consequências, poderá ser a causa da

explosão. E só então, quando o animal doméstico fizer as suas reivindicações, é que se compreenderá que fracassou, e por sua culpa, o seu ‘lar, doce lar’... (Sangirardi, 4 ago. 1945, p. 72).

A autora constrói uma situação em que as expectativas femininas em relação ao marido são apresentadas como excessivas e, em seguida, afirma que o homem também possui limite, a autora descreve o marido como alguém que pode reagir ao acúmulo de descontentamentos, a autora afirma que o fracasso do “lar, doce lar” decorre da conduta da esposa, a crítica não se dirige ao casamento, mas à forma como a esposa administra suas expectativas e suas ações no cotidiano conjugal. As orientações incidem sobre a maneira de pedir, de reagir e de se posicionar, indicando que cabe à mulher ajustar sua conduta para evitar conflitos e que é dela a responsabilidade pela manutenção do vínculo nas situações mais ordinárias do cotidiano. Esse tipo de organização se sustenta na incorporação de disposições que passam a ser percebidas como naturais (Bourdieu, 2014), o casamento é apresentado como espaço no qual o homem encontra a realização de expectativas pessoais, e a mulher aparece como parte constitutiva desse cenário idealizado. A identidade feminina é construída em função do que o homem “esperou ter”. Essa centralidade das obrigações da mulher reaparece nos conselhos de julho de 1944:

É bom lembrar sempre que à monotonia deve ser evitada à mesa como em outro qualquer terreno, E uma mulher com boa vontade pode — mesmo com pouco dinheiro — apresentar pratos diferentes, variados, apetitosos. (Sangirardi, 8 jul. 1944, p. 76).

A monotonia à mesa é associada à monotonia conjugal. A criatividade culinária torna-se meio de preservação do vínculo afetivo, reforçando a ideia de que a satisfação do marido é responsabilidade da esposa. Mesmo “com pouco dinheiro”, a boa vontade feminina é convocada como solução, reafirmando que as limitações materiais não justificam falhas na dedicação conjugal. A autora ensinava que não cabia à mulher “reeducar” o marido pois:

Quando suas amigas ou conhecidas tiverem tendência para reeducar o marido, aconselhe-as a não procederem assim. [...] Explique lhes que, sem condescendência e boa vontade, elas nunca conseguirão fazer do casamento um sucesso e do seu lar, verdadeiramente, um — lar, doce lar... (Sangirardi, 5 ago. 1944, p. 88).

Os conselhos atuam como um manual prescritivo de condutas, essas normas se materializam em práticas cotidianas de silêncio e de autocontenção, o conjunto dessas

publicações, a mulher ideal delineada na coluna é aquela que aceita a responsabilidade pela paz conjugal, que abdica de projetos próprios quando estes ameaçam a estabilidade do casamento, que regula suas emoções e as do marido, que adapta sua conduta às preferências masculinas e que assume o cuidado integral como dever moral, como campo de disciplina afetiva e simbólica. A manutenção do amor conjugal, a paciência diante das frustrações, a condescendência frente às limitações do esposo e a disposição permanente ao cuidado compõem o retrato dessa mulher ideal, que aparece associada à responsabilidade pela manutenção da paz conjugal, à regulação das emoções no casamento e à adaptação de sua conduta às expectativas do marido. A afetividade é apresentada como um elemento central dessa organização, cabendo à mulher sustentar o vínculo por meio do cuidado, da paciência e da condução das relações no cotidiano, que passam a integrar as atribuições femininas no lar.

Se a coluna *Lar Doce Lar* constrói a esposa ideal como responsável pela harmonia conjugal e pela administração do espaço doméstico, é na seção “No mundo da criança” que se consolida uma dimensão central dessa identidade feminina, a maternidade como exercício moral e disciplinar. A mulher é a esposa dedicada, mas também a mãe que deve conhecer, vigiar, organizar e prever. O cuidado com os filhos é apresentado como extensão natural dos afazeres das mulheres, Sangirardi pontua que:

De agora em diante, nesta página, havemos de conversar muito sobre os seus filhos e os problemas complexos que eles costumam apresentar no correr dos anos. Abordaremos aqui todos os assuntos que se relacionem com a criança: educação física e moral, alimentação adequada, modas infantis, cuidados com o bebê, em suma — uma grande variedade de assuntos, especialmente dedicados às mães. (Sangirardi, 11 mar. 1944, p. 76).

A infância é apresentada como “problema complexo” e dever da mulher, exigindo acompanhamento constante ao longo dos anos, com a educação física e moral, alimentação, modas infantis, cuidados com o bebê, para a autora a maternidade não se restringe ao afeto, mas envolve atualização permanente. A referência às “mães” delimita que a formação infantil é responsabilidade feminina, não compartilhada simetricamente com o pai. Ao anunciar que conversará “muito” sobre os filhos, a autora estabelece a importância da educação das suas leitoras de forma contínua sobre questões da maternidade, a autora estabelece para suas leitoras que a mãe é aquela que deve aprender para ensinar, que precisa ser instruída para instruir, a infância é compreendida

como fase espontânea do desenvolvimento e como etapa que requer vigilância e condução constantes. Essa dimensão disciplinar foi trazida por Sangirardi:

Diante dessas coisas, lembrei-me de conversar um pouco com você, minha querida leitora. Você já pensou em explicar um dia a seus filhos as razões de saúde pelas quais eles não devem comer fora de hora? Já expôs, por acaso, as vantagens de se obedecer a um horário para café, almoço, lanche e jantar? Bem, mas... embora você já tenha feito tudo isso, não vai esperar que as crianças raciocinem como gente grande e que ponderem sobre a verdade de suas palavras... Portanto, além dessa precaução, tome outra, também importante: ou tranque as guloseimas a chave, em armários baixos, que não exijam prodígios de equilíbrio ou... arranje, para à cozinha, uma escadinha sólida que possa servir para as crianças alcançarem as prateleiras altas... É preferível que elas estraguem apenas o estômago, sem correr o risco de quebrar os dentes ou a perna. (Sangirardi, 30 set. 1944, p. 72).

A dona de casa ideal, quando se torna mãe deve explicar racionalmente os horários das refeições, mas também deve reconhecer que a criança não raciocina como adulto. Esse reconhecimento desloca o foco da persuasão para a prevenção, a disciplina não depende apenas da palavra, mas da estrutura do ambiente. Trancar guloseimas, reorganizar prateleiras, prever quedas são tarefas que integram a administração cotidiana da casa, a infância aparece como espaço de risco permanente, e a mãe é a mediadora entre o perigo e a segurança. A alimentação, novamente, não é apenas nutrição, mas parâmetro de uma mulher ideal para um “lar, doce lar”, convertendo a rotina alimentar em prática de formação moral, se a criança cai, adoece ou se machuca, se dá por falha na organização doméstica. As prescrições para a maternidade não admitem descuido, a vigilância constante transforma-se em virtude, e a antecipação do risco é apresentada como atributo da boa mãe.

A presença do pediatra introduz a legitimação científica, mas não desloca a mãe do centro da responsabilidade com a criança, ao contrário, reforça a necessidade da maternidade caracterizada para as orientações sobre alimentação e economia doméstica, a figura da mãe, assim, não é apenas afetiva, a mãe deve conhecer normas de higiene, princípios nutricionais e noções de desenvolvimento infantil. A autoridade médica legitima o conteúdo, mas a execução permanece no âmbito doméstico, sob responsabilidade feminina. A ciência não substitui a mãe, ela a instrumentaliza. Um movimento parecido com a da modernização da cozinha.

Essas prescrições para a mulher em relação a maternidade articulam-se ao ideal de mulher-mãe amplamente difundido nas décadas de 1940 e 1950, quando, como aponta Bassanezi (2010), a vocação para a maternidade era concebida como destino natural feminino. A mulher era vista como regeneradora da sociedade por meio da educação dos filhos, sendo responsável pela formação moral das futuras gerações. Ao tratar da presença de crianças na praia, Sangirardi desloca a atenção para a conduta materna, indicando que o cuidado com a criança deve orientar a ação da mulher no cotidiano:

“MUITA coisa absurda a gente vê por aí, servindo de assunto para muita gente escrever. Mas o que se vê com certas crianças na praia é p’ra lá de absurdo. Por exemplo...: Durante meses vejo diariamente uma senhora muito moça, dos seus 19 ou 20 anos, com sua filhinha de menos de três anos, até meio-dia, e meio-dia-e-meio, sem barraca, brincando e correndo ao sol. A referida senhora — que costuma deixar o juízo em casa — gosta também de ajeitar a criancinha nas barracas das conhecidas e desconhecidas, para ter maior liberdade de brincar com rapazes de sua idade... E quando as conhecidas e desconhecidas desarmam suas barracas e deixam a praia, a meninazinha fica ao sol do meio-dia, chamando, chamando a mãe, que lhe faz um agradinho e volta a jogar peteca ou ‘medicine-ball’. Em que estado estarão o fígado e os rins dessa criança? Quanto tempo mais ela suportará essa vida? Ainda até depois do meio-dia vejo, não raro, crianças de todas as idades — principalmente de 6, 7 ou 8 anos — expostas ao sol, brincando e correndo. Nem sob a barraca é aconselhável deixar crianças, mesmo dessa idade, depois das 10 e meia da manhã.” (Sangirardi, 11 maio 1946, p. 72).

A autora chama a atenção do comportamento da criança para a atuação da mãe, indicando que cabe a ela organizar o tempo, o espaço e as condições em que a criança permanece. A exposição ao sol, a ausência de supervisão constante e a priorização de outras atividades são apresentadas como inadequadas, o que orienta a conduta materna no cotidiano. O cuidado com a saúde da criança aparece como responsabilidade direta da mulher, que deve ajustar suas ações, seus deslocamentos e suas escolhas a partir dessa função. Nesse sentido, as práticas relacionadas à maternidade se inserem no conjunto de orientações que regulam o cotidiano feminino, indicando que a presença da criança reorganiza a atuação da mulher nos diferentes espaços, a condução do cuidado, a vigilância e a atenção contínua passam a estruturar essas práticas, sendo reiteradas em situações ordinárias como a ida à praia.

A seção “No mundo da criança” dialoga diretamente com esse imaginário, ao apresentar a maternidade como missão e competência, ao longo das edições, percebe-se que o cuidado com os filhos não se limita à esfera biológica, mas envolve disciplina, organização do tempo, gestão do espaço e incorporação de saber técnico. A mãe ideal deve regular horários, controlar alimentação, prevenir acidentes, acompanhar crescimento e orientar comportamentos, essa multiplicidade de funções amplia o campo de atuação feminina, mas mantém sua circunscrição ao espaço privado. O que se constrói, portanto, é uma maternidade totalizante, em que a dona de casa ideal é aquela esposa dedicada, administradora eficiente e mãe vigilante. A infância torna-se prova concreta da competência feminina. A saúde, a disciplina e o comportamento dos filhos funcionam como indicadores do êxito da mulher no desempenho de sua “carreira” doméstica.

3.3 A mulher ideal e o “lar, doce lar”

A figura da “dona de casa ideal” é construída nas páginas da *Lar Doce Lar*, a partir de um conjunto de prescrições para as mulheres, a mulher ideal é aquela que administra com competência a economia doméstica, planeja cardápios, organiza a rotina da casa e garante, de maneira eficiente, a harmonia familiar. Na primeira publicação da coluna, Sangirardi se dirige diretamente à leitora, indicando-a como responsável pelo equilíbrio do lar, a cozinha é descrita como espaço central do lar doce lar, e a mulher, como sua gestora legítima, responsável por este lugar.

[...] E quanto à receita de felicidade, pode ser apenas uma receita ... culinária. Mesmo que a sua cozinheira seja excelente, não deixe de ir dar uma espiada na cozinha, sempre que for possível. Sua imaginação e bom gosto são indispensáveis. [...] Apresente um dia ou outro um prato diferente... e o seu marido sorrirá satisfeito. E você verá, então, como uma coisa aparentemente tão simples, pode contribuir para que o seu lar continue sendo um — ‘Lar, doce lar’... (Sangirardi, 11 mar. 1944, p.77, 90).

A divisão sexual do trabalho, naturalizada e inscrita nas disposições femininas como um destino inquestionável, é uma forma de violência simbólica, Bourdieu (2014, p. 23). O ideal da mulher disciplinada e vigilante, reforça o *habitus* construído socialmente, no qual o cuidado, a prudência e a eficiência são apenas esperadas e celebradas como virtudes. A orientação de Sangirardi revela um indício importante da construção da dona de casa ideal, ao pressupor a presença de uma cozinheira no

cotidiano doméstico, quando a autora afirma que, “mesmo que a sua cozinheira seja excelente, não deixe de ir dar uma espiada na cozinha”, a autora reforça a centralidade da mulher na organização do lar e delimita o perfil social da leitora a quem se dirige. Trata-se de uma mulher que, embora não execute diretamente todas as tarefas domésticas, é responsável por supervisioná-las, orientá-las e garantir o bom funcionamento da casa, o cotidiano não se define apenas pelo fazer, mas pelo gerir.

Nos conselhos de Sangirardi, a mulher ideal é aquela que desempenha com excelência os papéis de esposa dedicada, dona de casa organizada e mãe zelosa, instruída a buscar o equilíbrio entre a estética do lar, a harmonia conjugal e a educação dos filhos, compondo, assim, um repertório de práticas que definem a sua respeitabilidade. Essa normatividade aparece em orientações que se aproximam de um verdadeiro “manual de conduta” para as mulheres. Esse disciplinamento moral e afetivo se expressa na edição de 30 de dezembro de 1950, quando Sangirardi propõe um teste, que se aproxima de um catecismo doméstico. Ali, a autora delimita as expectativas sociais sobre a mulher e hierarquiza comportamentos que deveriam ser cultivados para atingir a perfeição, ainda que esta fosse declarada inatingível:

Apresentamos hoje um teste para a nossa leitora e amiga, a fim de dar um balanço na sua vida no ano que está findando. Tome lápis e papel e anote cinco pontos a seu favor, tôdas as vêzes que a resposta fôr certa. Seja sincera consigo mesma. Faça o teste quando estiver sózinha, e conforme o resultado, procure sanar as falhas...

1.º — Neste ano você foi generosa com os defeitos de suas amigas e conhecidas, procurando, por outro lado, valorizár as qualidades?

2.º — Lembra-se de ter tratado bem os criados, considerando-os como criaturas humanas que são, ou tratou-os como sub-humanos, só porque com o seu trabalho vêm poupar suas lindas unhas, suas mãos, séus rins, seus cabelos, sua pele?

3.º — E os fornecedores estão satisfeitos com você? Pagou suas contas em dia? Lembrou-se que o dinheiro dos fornecedores merece o seu respeito, pois quase sempre vem de um trabalho árduo e difícil?

4.º — Lembrou-se alguma vez de ‘Quem dá aos pobres empresta a Deus’? Negou-se a dar esmolas, sem procurar saber se as pessoas que recorriam a você precisavam de fato do seu auxílio?

5.º — E em casa, como foram as coisas? Deixou seu filho com febre algumas vêzes, só para não perder a “première” de algum dêsses espetáculos de elegância e exibicionismo?

6.º — Negou-se a ajudá-lo nalguma lição, para não chegar atrasada ao cinema e foi responsável por algum exame de segunda época que êle teve que fazer?

7.º — Ou, quem sabe, fêz tôdas as vontades do seu filho, ao ponto de transformá-lo numa criança insuportável, detestada por todos...

8.º — Espero que não tenha colocado seu marido na ordem do título de uma de nossas últimas crônicas “Mulher, criança, cachorro e... marido!...” Ele mereceu as mesmas considerações do tempo em que eram noivos e você ainda não tinha a certeza de ter agarrado o “peixe”?

9.º — Lembra-se de ter respeitado mesa ou gostos de seu marido, preparando de vez em quando algum pratinho gostoso especialmente para êle?

10.º — Discutiu com seu companheiro diante dos criados e das crianças?

11.º — Finalmente, lembra-se de não ter insistido nenhuma vez com êle para que a levasse a passear, nas noites em que chegou cansado e preferiu ficar em casa?

Responda honestamente a tôdas essas perguntas minha amiga. [...] Se conseguir 55 pontos, é perfeita! Mas perfeição não existe. Procure ver se chega aos 45 pontos. Será então uma excelente espôsa. Se fizer só 35 poderá ser considerada boazinha, sem superlativos... Com 25 pontos, só receberá o título de sofrível. Com menos... com menos... não falemos nisso (Sangirardi, 30 dez. 1950, p. 88).

O teste proposto por Sangirardi não é uma autoavaliação moral genérica, ele delimita o campo social no qual a leitora visada está situada, pois quando a autora pergunta se a leitora tratou bem os “criados”, “considerando-os como criaturas humanas que são, ou tratou-os como sub-humanos”, evidencia a existência da presença de empregados na residência, que não aparece como exceção, mas como parte constitutiva da vida cotidiana da leitora, e a mulher a quem se dirige a coluna é aquela que administra trabalho alheio dentro de sua casa. Ao mesmo tempo, as “criadas” mencionadas são também mulheres, inseridas em outra posição da estrutura social, e a prescrição não questiona essa desigualdade, orientando apenas que ela seja exercida com humanidade e moderação, de modo que a diferença de classe é naturalizada como parte da ordem doméstica das leitoras visadas. Quando o teste aborda o pagamento de fornecedores, introduz-se outro marcador social, pois a leitora é alguém que realiza compras a crédito e gerencia contas mensais, e a responsabilidade moral pelo pagamento em dia associa-se à ideia de honra e respeito ao “trabalho árduo” de quem vende, convertendo o controle financeiro do lar em dimensão ética da feminilidade.

Na pergunta “Lembrou-se alguma vez de ‘Quem dá aos pobres empresta a Deus’?” ao abordar a relação com a pobreza, a esmola aparece como prática individual, mediada pelo juízo moral da dona de casa, não se tratando de discutir as condições da pobreza, mas de avaliar a disposição para a esmola, por parte da leitora. A formulação pressupõe que a mulher ocupa posição de quem pode conceder ou negar auxílio, o que

chama a atenção de que entre “os pobres” também há mulheres, que, no entanto, não aparecem como destinatárias da coluna, figurando como objeto de caridade e não como leitoras, já que a interlocutora da coluna é aquela que doa, não aquela que necessita. As perguntas relativas ao filho e à “première” reforçam esse poder aquisitivo, pois frequentar espetáculos de estreia, cinemas ou eventos de “elegância e exibicionismo” não era, e ainda hoje não é, prática acessível às mulheres de todas as camadas sociais, e a possibilidade de escolher entre cuidar do filho febril ou comparecer a um evento social indica que a autora fala com a mulher urbana, com acesso a circuitos culturais pagos, frequentados por uma elite socioeconômica. O dilema proposto não é entre trabalho e maternidade, mas entre lazer e dever doméstico.

O mesmo ocorre nas perguntas dirigidas ao relacionamento conjugal, pois ao indagar se a leitora insistiu para que o marido a levasse a passear ou se discutiu diante dos criados, Sangirardi delimita uma estrutura familiar nuclear, composta pelo marido provedor que retorna da “luta diária”, e da esposa responsável pela atmosfera emocional do lar e presença de empregados e filhos que assistem às interações conjugais. A organização afetiva da casa é atribuída à mulher, a quem cabe suavizar, adaptar-se e evitar conflitos públicos, enquanto o marido é descrito como sujeito do trabalho externo, no espaço público, e a esposa como gestora da harmonia interna do espaço doméstico. Essa educação era conduzida pelo cotidiano, que, como lembra Certeau (1996, p. 31), se sustentava no que “nos é dado cada dia”, numa repetição que reforçava e naturaliza padrões de comportamento. Sangirardi orienta “sua amiga” a buscar o equilíbrio entre a estética do lar, a harmonia conjugal e a educação dos filhos, compondo, um repertório de práticas que definia sua respeitabilidade social. As orientações evidenciam que a formação da dona de casa ideal se ancorava em um conjunto de práticas que iam muito além da esfera doméstica. A mulher deveria gerir afetos, organizar a casa, educar os filhos e, sobretudo, zelar pelo equilíbrio emocional do lar, internalizando a responsabilidade pela harmonia familiar. Como observa Bourdieu (2014), essas práticas operam como mecanismos de incorporação do *habitus*, naturalizando a subordinação feminina e transformando-a em uma disposição socialmente legitimada. Essa perspectiva se entrelaça também com o que Certeau (1998) aponta sobre o cotidiano: práticas que parecem banais, mas que, ao se repetirem, conformam um espaço normativo que regula corpos e condutas. A mulher ideal, nesse

contexto, não era apenas um modelo, era um conjunto de práticas internalizadas, reiteradas no dia a dia, que constituíam a “ordem do lar” e projetavam para o espaço doméstico um ideal de feminilidade e moralidade.

Essa apropriação de um discurso técnico legitima a especialização feminina na esfera privada. No que se refere à organização do espaço, Sangirardi orientava sobre como dispor os objetos, as cores e até o tamanho adequado de um tapete:

[...] E assim você conseguirá uma salinha-de-estar bastante agradável e simpática, onde poderá ser imprimido o seu toque pessoal com pequenos vasos de flóres [...] E, para completar, use um tapete que não encoste nos móveis, que fique no mínimo meio metro menor que a sala, à volta toda, podendo também ser até muito menor. (SANGIRARDI, 13 abr. 1946, p. 71).

Nas orientações sobre decoração e utensílios domésticos aparece o campo social do consumo, já que o tamanho do tapete, a disposição de vasos e a quantidade de talheres e louças são apresentados como critérios de adequação, e a preocupação em não “tomar emprestado” da vizinha ao receber convidados, evidencia a centralidade da aparência e da reputação, convertendo a casa em vitrine de respeitabilidade, na qual a eficiência doméstica projeta status. Os conselhos ensinam a ver, a sentir e a ordenar o espaço doméstico, essas pequenas regulagens convertem o cotidiano em um exercício permanente de ordenação. Esse controle sobre os objetos é reforçado quando Sangirardi elenca utensílios necessários para evitar o constrangimento de “tomar emprestado” objetos de vizinhas ao receber visitas:

[...] Citei as quantidades acima porque sei que, de vez em quando você há-de receber amigos e parentes. Nessas ocasiões você não querará tomar emprestados à vizinha talheres e louça para servir o jantar, não é mesmo?” (Sangirardi, 2 fev. 1948, p. 72).

Para Sangirardi a organização da casa e a disponibilidade de utensílios adequados projetam uma imagem social valorizada, reiterando a associação entre moralidade e eficiência doméstica. Na edição de 29 de abril de 1944, Sangirardi orienta:

[...] E não se esqueça de algumas flores, uma ou duas vezes por semana, na sua salinha de estar. As flores sempre revelam a boa dona de casa que, mesmo preocupada com os maiores problemas do lar, ainda se lembra da boa aparência do lugar onde recebe as pessoas de sua amizade. (Sangirardi, 29 abr. 1944, p. 80).

O hábito de manter flores em casa aparecem como sinal de competência feminina, a boa dona de casa é aquela que, mesmo diante de “maiores problemas do lar”, mantém também a estética do espaço, receber visitas implica demonstrar ordem, cuidado e distinção. O lar, portanto, não é apenas espaço privado, mas lugar de exposição social regulada. A autora acrescenta:

[...] Outro detalhe importante — que naturalmente você nunca se esquece — é a poltrona dêle, do seu mais-que-tudo. Todos os homens têm um cantinho em casa onde preferem se sentar, ao voltar do trabalho. E a você não será difícil, ao receber visitas, acomodá-las, reservando para o seu companheiro a sua poltrona. Creia que êle compreenderá sempre êsse seu gesto silencioso de carinho. E lhe sorrirá agradecido, porque você compreende suas pequeninas preferências e as respeita, ensinando seus filhos a respeitá-las também. E o seu lar há de continuar, verdadeiramente um lar, doce lar... (Sangirardi, 29 abr. 1944, p. 80).

A poltrona do marido é apresentada como território simbólico, a esposa deve reconhecê-lo, preservá-lo e ensiná-lo aos filhos, a distribuição dos lugares, passa a projetar a hierarquia doméstica. Essa organização da casa, aproxima o lugar, como uma ordem que distribui posições e estabiliza relações (Certeau, 1998), a poltrona, mais do que um objeto, marca uma posição dentro dessa ordem, definindo quem ocupa, quem preserva e quem deve se ajustar a ela. Seguindo o pressuposto de que a mulher portanto, deve reconhecer esse lugar, e atuar para que ele seja mantido no cotidiano, ensinando também aos filhos essa forma de organização. O homem retorna do trabalho e encontra seu espaço reservado, o gesto é descrito como “silencioso”, pois a manutenção da harmonia conjugal deve ser primordial para as mulheres, mesmo que isso cause desconforto físico ou emocional a ela. Sangirardi evidencia na “Seção Para ninguém” e ensina as leitoras que o bem estar do marido vem primeiro que o próprio bem-estar, a autora inicia a subcoluna com o título “Esta seção não é feita para você!”, a autora altera o tom adotado em outras partes da coluna e apresenta uma resposta mais direta e dura, reforçando que determinadas condutas devem ser seguidas, mesmo quando não são confortáveis para a mulher e responde uma leitora, sem o carinho com sua “amiga”:

Essa nossa leitora ‘Assustada’ — por exemplo — conta-nos que adora o marido mas, tôdas as vêzes que êle a beija ou abraça, mesmo ao se despedir ou voltar do escritório, ela o repele, trata-o mal, não acredita na sinceridade dos seus carinhos. E, no entanto, são casados só há um ano! Mas é indispensável que nossa amiga — e todas as outras mulheres em situação idêntica — lembrem-se que uma das principais

armas da mulher, para conservar o amor do espôso, é o carinho, a doçura. Algumas vezes a mulher sente-se constrangida em tomar qualquer iniciativa, mesmo que seja para um simples gesto de afago. Isto não tem importância. O papel da mulher, afinal, não é de tomar iniciativas: é de esperar, apenas. Diz nossa amiga que não consegue receber seus carinhos com confiança absoluta. Mas, num caso desses, nosso único conselho seria receber os carinhos, mesmo sem confiança, se não quiser que esse gelo aumente, cresça, chegando mesmo a formar uma parede entre ambos.” (Sangirardi, 20 maio 1944, p. 72).

A “arma da mulher” associa o afeto à estratégia de preservação do vínculo conjugal, o amor do marido aparece como algo a ser conservado acima de sua vontade, a mulher deve cultivar doçura, mas não iniciativa, afinal, a espera, aliada a disponibilidade, é definida como função feminina, a autora orienta que a iniciativa na relação deve partir do homem, enquanto à mulher cabe aguardar e corresponder. O conflito conjugal é apresentado como consequência da reação feminina, o “gelo” e a “parede” são metáforas que atribuem à mulher a responsabilidade pela distância afetiva. A recomendação é clara, ainda que haja insegurança, e desconfiança por parte da mulher, em relação a fidelidade do marido, a esposa deve corresponder, o que se estabelece nesse conselho é a responsabilização feminina pela manutenção da intimidade conjugal, a recusa do contato físico é tratada como risco para o casamento, o afeto, inclusive em sua dimensão corporal, aparece como dever, a mulher deve corresponder, ainda que não deseje, para evitar o distanciamento do marido. A intimidade conjugal é organizada como campo de disciplina emocional feminina, à mulher cabe acolher, suavizar, evitar o conflito e impedir o esfriamento da relação, o corpo feminino é integrado ao conjunto de práticas que sustentam a estabilidade do lar.

Essas prescrições se articulam à organização do espaço, gestão do orçamento, educação dos filhos, controle da aparência e modulação das emoções. A referência ao marido que retorna do escritório, à recepção de visitas, à existência de uma salinha de estar e à organização de utensílios são indícios de que a mulher ideal faz parte do espaço urbano, Sangirardi projeta uma experiência social particular como norma geral. Ao longo das edições analisadas, a mulher amiga, a quem a autora se dirige, o modelo ideal de mulher ideal que deve se alcançar, é aquela que internaliza a responsabilidade pelo equilíbrio do lar. Ela administra a alimentação de forma racional, organiza o tempo doméstico em sequências programadas, cuida da aparência da casa, preserva a autoridade do marido, regula os próprios afetos e educa os filhos para respeitar a ordem

estabelecida. Trata-se de uma mulher cuja identidade se constrói na articulação entre aparência, performance e consumo a partir do ideal de saber servir, esperar, calar, decorar, economizar e corresponder. Essas prescrições se inscrevem no cotidiano, convertendo gestos repetidos em ordem normativa. A mulher ideal não é apresentada como exceção, mas como resultado de exercícios constantes de autocontrole e conformidade.

4 A MULHER QUE NÃO É DE PAPEL: REPRESENTAÇÕES E EXPERIÊNCIAS FEMININAS EM LAR DOCE LAR

Dos papéis usados para a impressão, aos papéis atribuídos à mulher, chega-se ao papel da imprensa feminina- diluir os conflitos sociais (...) realidade escondida sob papéis (...) uma embalagem aparentemente frágil, mas de uma força imensa faz essa mulher de papel. Rasgar é mudança e passagem. Passagem-libertação. Rasgar o papel e descobrir a pessoa: veremos o dia? (Buitoni, 2009, p. 212).

O desenvolvimento da história das mulheres acompanha o “movimento” das mulheres em direção à emancipação, trata-se da tradução e do efeito de uma tomada de consciência ainda mais vasta: a dimensão sexuada da sociedade e da história (Perrot, 2003, p. 15). Quando *Lar Doce Lar* sugere às leitoras um tipo de organização de espaço, as leitoras a moldam conforme suas necessidades e recursos. Esse espaço vivido, portanto, é permeado de significados pessoais, emergindo da constante negociação entre a prescrição da coluna e as práticas cotidianas das leitoras. A partir das contribuições de Certeau (1998), compreende-se que as leitoras não ocupam passivamente o lugar que lhes é atribuído, ao lerem a coluna, transformam o “lugar” prescrito em “espaço” praticado, cada leitura implica uma operação de adaptação, seleção e ajuste às próprias condições de vida, quando a coluna sugere determinada organização da casa, um padrão alimentar ou uma postura conjugal, as leitoras moldam essas orientações segundo seus recursos, seus limites e suas possibilidades, o espaço vivido emerge, assim, da negociação entre norma e realidade concreta.

Partindo dessa perspectiva, esta seção pretende separar o olhar da figura normativa da “dona de casa ideal” para as contradições produzidas entre a mulher

representada nas páginas da coluna e as mulheres concretas que a liam. Helena Sangirardi prescreve o ideal da dona de casa ideal, apresenta a experiência feminina como única para todas as mulheres. A mulher construída pela coluna aparece como se fosse “a mulher” a “querida leitora”, sem qualificações quanto à sua posição social, racial ou econômica, a leitora construída por Sangirardi, trata-se de uma mulher apresentada como universal, com um marido provedor, residência fixa, organização nuclear da família, acesso a gêneros alimentícios variados, possibilidade de receber visitas e, em alguns casos, contar com empregada doméstica. Esse modelo de mulher não inclui as mulheres que trabalhavam fora por necessidade econômica, as trabalhadoras domésticas que eram objeto de orientação disciplinadora, ou as mulheres inseridas em contextos de vulnerabilidade social.

Considerando que as vozes das leitoras aparecem na coluna, mediadas pela autora, seja por meio de trechos de cartas ou de respostas, por indícios presentes nos conselhos ou por situações descritas, objetivamos nesta seção identificar pistas (Ginzburg, 1989) das formas de uso, adaptação e negociação das orientações no cotidiano dessas leitoras, situações descritas, as dúvidas apresentadas e as respostas construídas pela autora, revelar indícios que indicam desconfortos e contradições entre o ideal proposto e a experiência vivida, os silêncios e as ausências, isto é, aquilo que não aparece ou que é tratado como exceção. O que destacamos nessas manifestações é o caráter contestador que elas apresentam em relação às prescrições e as contradições produzidas entre a mulher representada nas páginas da coluna e as mulheres reais que a liam. Para isso, serão mobilizadas principalmente as respostas às cartas das leitoras publicadas entre 1944 e 1950 na coluna *Lar Doce Lar*, a análise buscou identificar “transgressões” corrigidas ou reorientadas que indiquem a “mulher que não é de papel”.

As reflexões de Buitoni (2009), Beauvoir (1949) e hooks (1981) foram mobilizadas para esta seção por permitirem problematizar a construção da figura feminina apresentada na coluna. Para a análise desta seção, foram consideradas as 149 edições previamente selecionadas como *corpus* da pesquisa, sendo selecionada às ocorrências da subseção de correspondência entre os anos de 1944 e 1950. Desse conjunto, foram identificadas 359 ocorrências de cartas, das quais 13 foram selecionadas para análise, por apresentarem questionamentos, conflitos ou posicionamentos que tensionam as orientações da coluna. O critério de seleção não se

pautou pela frequência, mas pela presença de indícios de desajuste entre o prescrito e o vivido, em situações em que as leitoras expressam incômodo, recusa ou dúvidas.

Esta seção foi estruturada em três subseções, com o objetivo de problematizar a distância entre a mulher idealizada na coluna e as experiências concretas de suas leitoras. Na primeira, *A mulher universalizada: a construção da “mulher de papel”*, discutimos como a escrita de Sangirardi produz uma figura feminina homogênea, descolada de marcadores sociais como classe e raça, ainda que direcionada a um público específico. Na subseção *Classe, consumo e limites da leitora visada*, analisamos as tensões entre o modelo proposto e as condições materiais das mulheres que tinham acesso à revista, considerando o caráter aspiracional das representações. Por fim, em *Matrimônio e a distância entre norma e experiência*, examinamos as cartas das leitoras e os conflitos nelas expressos, evidenciando como as experiências vividas revelam fissuras, negociações e limites em relação às prescrições normativas da coluna.

4.1 Correspondências da coluna *Lar Doce Lar*

Lar Doce Lar através do recurso das cartas das leitoras, permite observar interações entre leitoras e autora, a linguagem utilizada nessas correspondências é direta e pessoal, estabelecendo uma comunicação que, embora mediada, se apresenta como diálogo. As cartas raramente são publicadas na íntegra, aparecem por meio de trechos, acompanhadas do nome ou pseudônimo da leitora, da localidade e de uma síntese do problema apresentado. A resposta da autora organiza o sentido da carta, orientando a interpretação e propondo soluções, permitindo nesse formato, que seja possível identificar indícios das experiências vividas pelas leitoras. Considerando o conjunto das 149 edições do corpus analisadas, foram identificadas correspondências entre os anos de 1944 e 1949, com 2 recorrências em 1950, totalizando 269 ocorrências.

O envio de cartas era direcionado diretamente para Helena Sangirardi, com sede na redação de *O Cruzeiro*, no Rio de Janeiro. Conforme a figura a seguir:

Figura 13: Trecho das normas para envio de cartas na coluna *Lar Doce Lar*.

Toda correspondência para a seção "Lar, doce lar", em qualquer de seus setores — criança, decorações, boas maneiras em sociedade e culinária, devem ser dirigidas para Helena B. Sangirardi. Redação de O CRUZEIRO. Rua do Livramento, 191, Rio de Janeiro. Podem ser assinadas com nome ou pseudônimo, mas devem trazer sempre a cidade e estado de origem. Em nenhuma hipótese serão dadas respostas particulares.

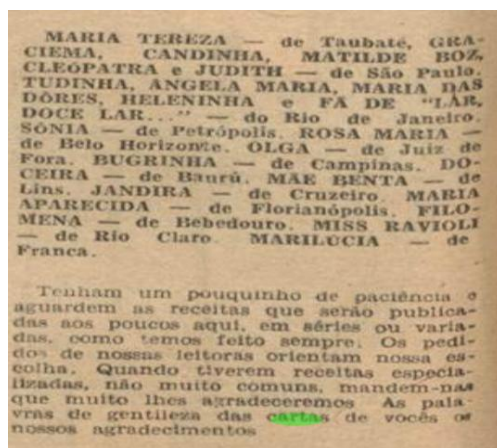
Ouçã todas as quintas e sábados, na onda da RADIO TUPI, a seção de Helena Sangirardi "O CRUZEIRO EM REVISTA" — Das 16,30 às 17 horas.

Fonte: Coluna *Lar Doce Lar*, 18 mar. 1944, p. 69.

As normas de interação estipulavam a obrigatoriedade da indicação de procedência (cidade e estado) e permitiam o uso de pseudônimos, garantindo o anonimato das remetentes, a gestão desse conteúdo excluía respostas de caráter particular, convertendo as consultas individuais em textos publicados para o público geral da revista. A dinâmica de comunicação estendia-se ao rádio, por meio do programa *O Cruzeiro em Revista* na Rádio Tupi, configurando uma estrutura de transmissão de informações entre o suporte impresso e o radiofônico. As cartas aparecem, em sua maioria, identificadas por pseudônimos e acompanhadas da localidade de origem, sendo predominantes aquelas provenientes da região Sudeste, especialmente dos estados de São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais.

Considerando o recorte de 1944 a 1950, foram identificadas 269 ocorrências de correspondência, a partir do qual, realizamos uma seleção qualitativa, identificando aquelas situações em que a autora responde diretamente à leitora, especialmente quando há questionamentos, conflitos ou posicionamentos mais explícitos em relação às orientações da coluna, desse total, foram selecionadas apenas 13 correspondências que apresentam esse tipo de interação mais direta. Tanto respostas individuais quanto trechos em que a autora reúne mais de uma leitora em uma mesma intervenção, essas correspondências não aparecem de forma padronizada, em algumas edições há apenas uma leitora mencionada, enquanto em outras Sangirardi responde a várias cartas em sequência, às vezes em poucas linhas, o que faz com que uma única edição concentre múltiplas correspondências, que foram contadas individualmente chegando no número de 269 no total. Como no exemplo a seguir:

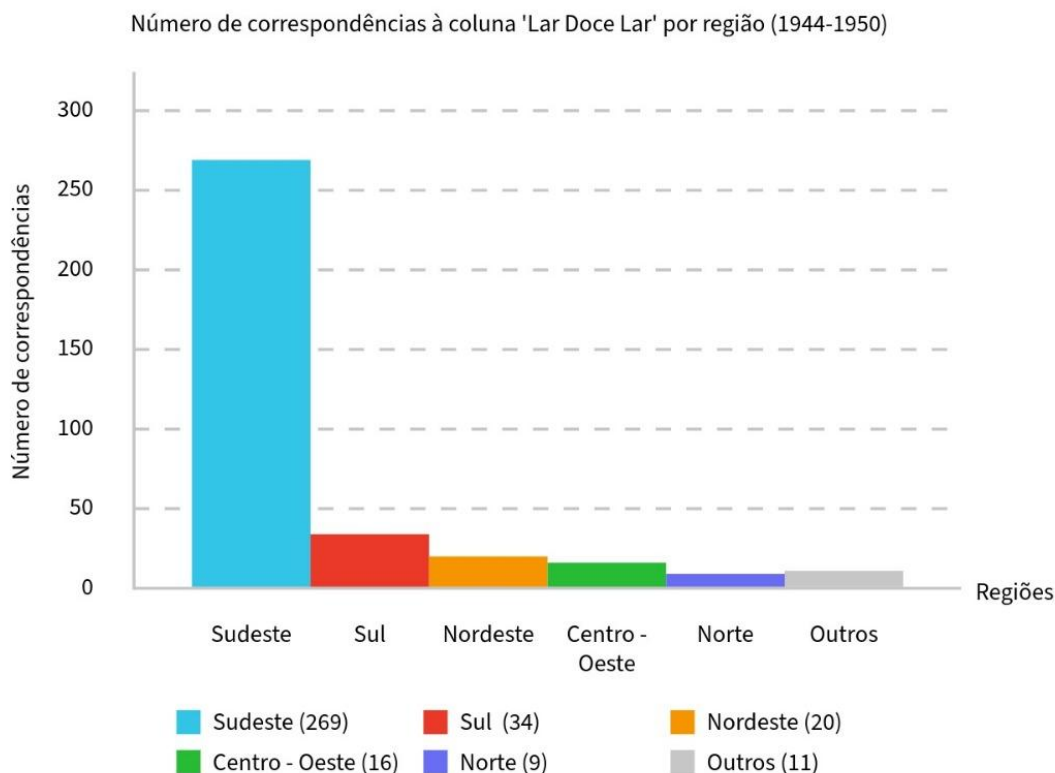
Figura 14: Resposta a leitoras na coluna Lar Doce Lar.



Fonte: Coluna *Lar Doce Lar*, 18 jul. 1944, p. 76.

Desse conjunto, foram selecionadas para análise aquelas correspondências em que é possível identificar trechos mais desenvolvidos das falas das leitoras ou situações que envolvem questionamentos, conflitos ou posicionamentos mais diretos. As demais correspondências, em sua maioria, se concentram em respostas breves, com orientações práticas sobre o cotidiano doméstico, como preparo de alimentos, organização da casa e solução de problemas pontuais, como tirar manchas ou ajustar receitas, o que não permite o mesmo tipo de análise em relação às tensões entre o prescrito e a experiência. Conforme a figura a seguir:

Figura 15: Correspondências na coluna *Lar Doce Lar*.



Fonte: elaborado pela pesquisadora.

Nessas situações, a resposta da autora segue um padrão recorrente de orientação, frequentemente reforçando comportamentos associados à manutenção do lar e à convivência com o marido, sendo comum a finalização com expressões que remetem à construção de um “verdadeiro lar doce lar”.

No conteúdo das correspondências aparecem cartas de agradecimento pelas receitas e pelos conselhos já publicados, mas se concentra em temas relacionados aos problemas domésticos e conjugais, entre as situações mais recorrentes, destacam-se dúvidas sobre preparo de alimentos, organização da casa e condução da vida conjugal, sendo frequentes os agradecimentos pelas receitas publicadas e pelos conselhos oferecidos. As leitoras recebem pseudônimos como jovens “donas de casa”, ou nomes inventados, para preservar a identidade das leitoras. Sangirardi oferece conselhos para lidar com dificuldades práticas, o que evidencia a centralidade do espaço doméstico na experiência dessas mulheres. Há situações em que a autora opta por transcrever cartas de forma integral, incorporando no “tema da coluna”, nestes casos, o conteúdo apresentado ultrapassa a dúvida prática e passa a evidenciar questões mais amplas,

relacionadas a conflitos, insatisfações e expectativas em torno do casamento e da vida no lar, as situações descritas indicam diferentes formas de lidar com as exigências do cotidiano doméstico, revelando ajustes, dificuldades e, em alguns casos, questionamentos em relação às orientações propostas., nesse sentido, mesmo mediadas pela autora, essas cartas constituem um conjunto de indícios que permite acompanhar como esse modelo é apropriado, adaptado ou tensionado no cotidiano.

4.2 Indícios da distância entre a mulher idealizada e as experiências das leitoras

Ao defender a ideia de que a esfera doméstica constitui o espaço socialmente legitimado para as mulheres, Helena Sangirardi responde às cartas que colocam em tensão essa norma, sobretudo quando as leitoras questionam a divisão sexual do trabalho, a autonomia feminina e o sentido do casamento. No conjunto das 269 correspondências identificadas entre 1944 e 1950, apenas 13 apresentam esse tipo de questionamento mais direto, sendo a carta assinada “Futurista”, publicada na coluna *Lar Doce Lar* em 9 de junho de 1945, a mais extensa e a única reproduzida integralmente pela autora:

“Recebi uma carta de Curitiba, Paraná, de uma leitora que se assina ‘Futurista’. Não resisto à tentação de transcrever alguns trechos da mesma, antes de responder: ‘Por que o homem chama a mulher de “cara metade”? Isso rebaixa a mulher, reduzindo-a a simples parcela dêsse poderoso homem’. ‘Por que à mulher são conferidos os misteres da servidão (lavar, passar, cozinhar, engomar, cuidar dos filhos) e o homem — senhor absoluto — pode escolher livremente a sua profissão? Explicarei melhor: uma moça, para se casar, tem que abandonar qualquer profissão ou carreira artística. Se é violinista, por exemplo, mas se quer se casar, deve submeter-se a tôda a sorte de humilhações, como escrava do homem, cozinhando, lavando, remendando, até renegando a própria personalidade. No entanto, o homem, com uma única ocupação na vida, trabalha algumas horas despreocupadamente e tem as outras horas livres, não sendo obrigado a fazer trabalho de escravo... Ao invés de armas e munições de guerra — invenção diabólica dos homens, que só traz destruição e morte — os homens deveriam ter piedade das mulheres e trabalhar o mais breve possível para melhoramentos no lar, para maior facilidade dos afazeres domésticos. Neste maravilhoso século XX os aparelhos domésticos são antiquados e anti-higiênicos, como se estivéssemos na Idade Média. E os aparelhos elétricos, que existem à venda, têm preços exorbitantes. Só as famílias abastadas podem adquiri-los. Grandes forjas industriais que tratam dêste ramo dão-nos grandes esperanças de melhora, de conforto, de serviço facilitado para as donas de casa. Será realidade, Helena, ou apenas fantasia para o após-guerra? Creio que não só eu, mas tôdas as outras donas de casa

esperam por êsses melhoramentos. Helena, procure colher a opinião das mulheres a respeito dos serviços domésticos. Se encontrar uma única que desempenhe suas funções de dona de casa de espontânea vontade, com prazer, de todo o coração, é uma tola medrosa, submissa ao marido, obediente como uma criança. Andei investigando com minhas conhecidas. Tôdas se queixam dos trabalhos domésticos. Cheguei a interrogar a minha lavadeira que me disse: “Estou cansada de lavar, passar, engomar e ganhar uma bagatela. Das minhas unhas, só tenho os sinais. Foram de tanto eu esfregar as roupas e devido à potassa do sabão”. Os afazeres de dona de casa aborrecem: mal se acaba de preparar o almoço é hora do lanche. Terminado êste, é hora de começar a fazer o jantar. A mulher vive presa nesta jaula fumegante que é a cozinha com fogão a lenha, com pia antiquada para lavar pratos, etc. E ainda por cima disso tudo ouvimos sempre o mesmo refrão: “Não se consegue uma boa criada!” Para a mulher ser feliz, deveria ser sócia do marido: direitos iguais, obrigações iguais, livre escolha de profissão. Para o lar, deveríamos possuir os mais ultramodernos utensílios e móveis que um cérebro humano possa conceber. Assim e só assim poderíamos viver no nosso ‘Lar, doce lar’. Um abraço pela vitória das causas femininas.” (SANGIRARDI, 2 jun. 1945, p. 68).

A carta rompe com o padrão predominante da coluna e ao ser publicada, é incorporada ao impresso e, portanto, pode dar a ele um caráter contestador, que se concentra em dúvidas práticas, agradecimentos e pedidos de orientação sobre receitas e organização do lar, ao colocar em questão a própria estrutura que organiza o cotidiano feminino. Ao tratar o trabalho doméstico como sobrecarga, repetitivo e imposto, a leitora recusa a ideia de que essas atividades sejam realizadas por escolha ou por prazer, ao mesmo tempo em que aponta a desigualdade na distribuição do tempo e das responsabilidades entre homens e mulheres. Ao mencionar a ausência de equipamentos domésticos acessíveis e a permanência do fogão a lenha, mesmo em um contexto urbano, indica que a leitora visa, e o modelo de dona de casa ideal encontrava a barreira das limitações econômicas, referência à lavadeira, assim como o uso do termo “criados”, no plural, indica a diferenças entre mulheres, entre a leitora que reivindica melhores condições e divisão de responsabilidades e a lavadeira que executa essas responsabilidades com o casa. Na resposta, Sangirardi responde de maneira ríspida as considerações propostas pela leitora, nomeia a “Futurista” como feminista, atribui ao termo um sentido negativo, associado ao exagero, ao nomear a leitora como “feminista”, a autora não está se referindo a um movimento político organizado, mas a um comportamento que ela associa ao excesso, ao conflito e à recusa da feminilidade, como marca de desvio, algo a ser evitado, a autora reforça que “sempre se fugiu dessa

classe”, e que as tarefas domésticas decorrem dessa condição feminina, como extensão natural do ser mulher.

“Na semana passada esgotei o espaço, nesta seção, transcrevendo a carta de FUTURISTA. Hoje, preciso lhe responder. É muito difícil a gente se dirigir a uma feminista — confessa ou incubada — quando sempre se fugiu dessa classe, como o diabo foge da cruz. Sim, porque acho que seria penosíssimo para mim conviver com feministas, eu que me considero e sou a mais feminina que uma mulher pode ser. Às vezes, sinto à minha volta uma nuvem querendo tapar o meu sol, êsse sol que nasce comigo quando acordo e que só se põe quando adormeço. Êsse sol pode ser traduzido em alegria de viver, em paz com meus semelhantes e em respeito às idéias e opiniões dos outros, assim como as minhas opiniões e idéias são respeitadas. Depois de afastar a nuvem que quer me roubar o sol, consigo defini-la: quase sempre se traduz na proximidade de alguma feminista. E agora, vejam vocês, tenho que conversar com uma feminista, que se assina FUTURISTA. Quem botou na sua cabecinha, minha prezada leitora FUTURISTA, que o carinhoso cognome de “cara-metade” é pejorativo para a mulher? Não pode rebaixar a mulher, como você afirma, porquanto só se pode ser metade de outra metade. Mesmo quando nos chamam de “apêndice”, isso ainda não deve ser considerado ofensivo. Há muito de carinho nesses tratamentos e muito de acentuação de nossa feminilidade. É devido a essa mesma feminilidade que à mulher foram conferidos os misteres da servidão doméstica, como diz você. Mais árduos e pesados são quase todos os afazeres fora do lar. Ora, havendo sinceridade e franqueza, a moça casa-se de olhos abertos. Sabe, antes, se terá criados ou se arcará sózinha com a responsabilidade de todo o serviço caseiro. Você não sabia disso antes, FUTURISTA? Casou-se enganada? Ou pensou que as coisas fôssem mais simples? Ou, quem sabe, está no caso da espôsa cujo marido perdeu tudo o que tinha e que se viu a braços, de repente, com tôda a responsabilidade doméstica e agora não consegue se conformar com a “virada”? Ou ainda teria casado iludida por promessas de conforto e comodidade, promessas que não foram cumpridas? Enquanto isso, minha amiga, sugiro-lhe conformação, mais feminilidade e um sorriso nos lábios. Sorrindo, as dificuldades serão menores e a vida lhe parecerá mais fácil, até que possa melhorar de verdade.” (Sangirardi, 9 jun. 1945, p. 68).

A resposta se articula com o que Swain (2001, p.67) define como “ato retórico de inversão”, no qual a responsabilidade pela situação vivida é deslocada para a própria mulher. A crítica apresentada na carta, que se dirige à desigualdade entre homens e mulheres, é reconfigurada como um problema de comportamento feminino, cabendo à mulher ajustar sua postura diante da realidade, a orientação final não propõe mudança nas condições descritas, mas reforça a necessidade de conformação, controle e adaptação, sugere que a mulher deveria ter consciência prévia das condições do casamento, inclusive em relação à presença ou não de “criados”, quanto a escolha

conjugal, como se fosse possível às mulheres decidir livremente sobre. A carta da “Futurista” tensiona o modelo apresentado como mulher ideal na coluna, evidencia seus limites, traz uma experiência que não se ajusta à ideia de “lar doce lar”, obrigando a autora a reafirmar, com mais intensidade, os valores que sustentam esse modelo.

Quando Sangirardi retoma “cara-metade”, ela redefine o termo como sinal de “carinho” e “acentuação” da feminilidade, e, na sequência, afirma que é essa mesma feminilidade que “tem conferido os misteres da servidão doméstica”, a feminilidade aparece como justificativa para a atribuição do trabalho doméstico às mulheres, e essa atribuição, em vez de ser colocada como problema, é apresentada como decorrência do lugar feminino. O trabalho fora do lar é mencionado para comparação, descrito como “mais árduo e pesado”, compondo uma hierarquia na qual o espaço doméstico se mantém como lugar preferencial e adequado, ao mesmo tempo em que a rotina exaustiva narrada pela leitora é neutralizada, pois deixa de ser argumento para revisão do arranjo conjugal e se torna parte de um regime considerado coerente com a ordem do casamento.

Sangirardi recorre ao vocabulário da escolha individual, “a moça casa-se de olhos abertos”, e afirma que a sinceridade e a franqueza deveriam garantir que a mulher soubesse, antes do casamento, se teria criados ou se “arcará sozinha” com a responsabilidade do serviço caseiro. Para a autora, a mulher que “tem criados” e a que trabalha sozinha, e, em ambos os casos, a responsabilidade doméstica permanece atribuída à mulher. Ao perguntar “Você não sabia disso antes Futurista?” transforma a crítica em falha de previsão, como se o problema central fosse o “enganar-se” sobre a simplicidade do lar, e não o regime que distribui as tarefas de modo opressor, desse modo, a queixa da leitora é recolocada como inadequação de expectativa, não como questionamento legítimo da norma.

A resposta também opera pela administração das alternativas disponíveis, ao sugerir, para a solteira “revoltada”, a possibilidade de “morrer solteirona”, e, para a casada “inconformada”, o encerramento do diálogo, “pouco temos que conversar”. A eventual insatisfação feminina é reinterpretada como erro de cálculo ou ilusão pessoal.

Em outra carta Sangirardi responde à leitora “Assustada” e apresenta uma norma acerca de iniciativa feminina e dinâmica afetiva no casamento:

Essa nossa leitora “Assustada” — por exemplo — conta-nos que adora o marido mas, tôdas as vêzes que êle a beija ou abraça, mesmo ao se despedir ou voltar do escritório, ela o repele, trata-o mal, não acredita na sinceridade dos seus carinhos. E, no entanto, são casados só há um ano! Mas é indispensável que nossa amiga — e todas as outras mulheres em situação idêntica — lembrem-se que uma das principais armas da mulher, para conservar o amor do espôso, é o carinho, a doçura. Algumas vêzes a mulher sente-se constrangida em tomar qualquer iniciativa, mesmo que seja para em simples gosto de afago. Isto não tem importância. O papel da mulher, afinal, não é de tomar iniciativas: é de esperar, apenas.

Diz nossa amiga que não consegue receber seus carinhos com confiança absoluta. Mas, num caso dêesses, nosso único conselho seria receber os carinhos, mesmo sem confiança, se não quiser que esse gelo aumente, cresça, chegando mesmo a formar uma parede entre ambos.” (Sangirardi, 20 maio 1944, p. 72).

O excerto define o campo conjugal como lugar em que o afeto funciona como “arma” feminina para “conservar” o amor do marido, e não como dimensão recíproca. A leitora relata desconforto ao beijo e ao abraço, descrevendo recusa diante da aproximação do marido ao sair ou voltar do trabalho, mas a resposta não se organiza por investigação de causas, desconfortos ou limites, e sim por prescrição de conduta. O texto estabelece que é “indispensável” lembrar que a principal arma é “carinho” e “doçura”, e quando menciona que a mulher pode sentir-se constrangida em tomar iniciativa, a autora encerra a questão afirmando que isso “não tem importância”, porque “o papel da mulher” não é tomar iniciativas, mas “esperar”. A orientação final, “receber os carinhos, mesmo sem confiança”, reconduz a experiência da leitora para o campo do dever conjugal, e o risco apontado é o crescimento do “gelo” e a formação de “parede entre ambos”. O casamento é descrito como estrutura que exige administração feminina do afeto, e a recusa feminina é tratada como falha a ser corrigida em nome da preservação do vínculo, consolidando uma norma em que a manutenção do casamento se sobrepõe à vontade expressa pela leitora, o questionamento é convertido em “apenas um exemplo” de uma regra geral, segundo a qual tolerância, compreensão e capacidade de repartir sentimentos são condições para o lar tornar-se “verdadeiramente” um lar doce lar. O desconforto não abre espaço para negociação ou para reconhecimento de conflitos, é um comportamento a ser ajustado em direção ao cuidado afetivo e à recomposição do vínculo a qualquer custo, a autora não abre espaço para a desconfiança, o ciúme ou a insegurança trazidos pela leitora, ao afirmar que a mulher

deve “receber os carinhos, mesmo sem confiança”, o texto mantém a ausência de confiança como algo que não altera a conduta.

Sangirardi se dirige a uma leitora que relata dificuldades no casamento após mudanças nas condições de vida, especialmente a perda de conforto e a adaptação a um padrão mais modesto, a situação não é tratada como problema da relação mas como consequência da escolha da própria leitora, vinculada ao casamento e ao sentimento amoroso. A partir disso, a autora organiza sua orientação no sentido de reconduzir a experiência para o campo da conduta feminina, como se observa no trecho a seguir:

“Minha querida: Antes de mais nada, preciso lhe falar a respeito do seu exagero e do de tôdas as moças e senhoras que só se vêem às voltas com pequeninos problemas. A mulher, em geral, qualquer que seja a sua idade, grau de cultura ou classe social, adora ter com que se preocupar. Quando a vida é simples e normal, ela mesma cria complicações, só para ter em que pensar. E quando um caso está se resolvendo, começa a perder o interesse, porque outro vem vindo para preocupá-la. Se você, minha amiga, deixou seus pais, sua casa, perdeu parte do conforto a que estava habituada, ingressou num nível mais modesto, conheceu dificuldades e aflições, foi simplesmente porque quis. Seu marido não lhe deve obrigações por isso tudo. Considere bem o assunto. Lembre-se de que nada do que você fez foi só por êle, mas principalmente por você. Sim: pensando no seu amor, sentimento capaz de fazê-la feliz, fôssem quais fôssem as vicissitudes que tivesse que enfrentar. Nada constituiu um sacrifício para você se, no fundo, com uma finalidade também pessoal, sua atitude visava à sua própria felicidade. Sacrifício seria se você tivesse desposado um homem de quem não gostasse. Mas o seu caso é bem diferente. Sacrifique um pouco suas vontades. Evite discussões. Sofreie algumas vêzes seus ímpetos. Procure dominar o mau gênio. Reconheça que, de vez em quando, seu marido é quem está com a razão. Comece a se controlar. E, em poucos dias, sua vida reflorirá de novo. O sorriso lhe voltará, espontâneo. Tudo ficará diferente, melhor. Haverá a repetição, a continuação da lua-de-mel... E você dará graças a Deus por ter um marido tão bom e por ser muito amada e feliz. E quando a primavera voltar ao seu coração, trate de conservá-la para sempre.” (Sangirardi, 19 abr. 1948).

Na resposta à leitora, o problema apresentado não é tratado a partir das condições vividas no casamento, mas a partir da conduta da própria mulher, a autora não considera a mudança de padrão de vida, a perda de conforto ou as dificuldades materiais como fatores que produzem o conflito, e sim como consequência de uma escolha feita pela leitora, vinculada ao sentimento amoroso, ao afirmar que a leitora “quis” essa situação, a responsabilidade pelo que é vivido é atribuída à decisão individual, e não à relação estabelecida. Aquilo que aparece como dificuldade passa a

ser entendido como parte do próprio amor, o sacrifício deixa de ser reconhecido como tal e passa a ser incorporado como elemento esperado da vida conjugal, a relação não é colocada em questão, mesmo quando envolve renúncia, perda de condições materiais e adaptação. A orientação da autora indica mudança na situação, mas controle da conduta, a solução recai sobre a mulher, que deve sacrificar vontades, evitar conflitos, conter reações e ajustar seu comportamento ao do marido.

O casamento, como indica repetidamente a autora, aparece como uma estrutura que se mantém a partir da regulação feminina, em que a estabilidade depende da capacidade da mulher de conter tensões e reorganizar a convivência a partir de si mesma, a mudança esperada não envolve alteração das condições vividas, mas adequação do comportamento. Essa orientação mantém o modelo da “mulher de papel”, conforme definido por Buitoni, porque a experiência da leitora não altera o padrão apresentado pela coluna, apenas exige que ela se ajuste a ele, a perda de conforto, as dificuldades, os conflitos, fazem parte do cotidiano da vida conjugal. Outra leitora questiona que seu namorado sempre quer deixá-la no lado de “dentro” da calçada, Sangirardi insere uma prescrição de comportamento público que funciona como extensão da norma conjugal para o espaço da rua.

“MARY GLAY — Florianópolis, Santa Catarina — É Ele é que está certo: deve lhe dar sempre a direita. No entanto, na rua, qualquer que seja a calçada em que estejam, você deverá ficar do lado de dentro. No Interior costumam dizer, do moço que fica do lado de dentro, que está “vendendo verdura” .. não consigo entender a razão...” (Sangirardi, 22 abr. 1944, p. 68)

A orientação define a etiqueta de circulação do casal, regulando posições e estabelecendo precedência masculina como padrão correto, a prescrição não é apresentada como negociação, mas como acerto e erro, “é ele que está certo”, e assim transforma a convivência em código de conduta. O cotidiano, nesse sentido, é organizado por pequenas regras que, somadas, definem modos de respeito e deferência, funcionando como aprendizado incorporado. Na edição de 9 de dezembro, a autora responde a uma leitora recém casada e insatisfeita com o marido, Sangirardi alerta que os primeiros meses do casamento como fase de acomodação em que conflitos devem ser prevenidos e neutralizados por meio da contenção feminina:

Nos primeiros meses do casamento é quando se torna mais imprescindível. Não é raro ouvir-se uma sênhora dizer ao marido que, quando solteiro, êle era diferente. Que se soubesse que êle iria sofrer tal mudança não se teria casado, etc. E o pior nisso tudo é que há mulheres que começam a dizer essas coisas ao companheiro aos cinco ou seis meses de casados e só deixam de atormentar o pobre homem com... a morte de um dos dois. uma boa dose de paciência e compreensão, de parte a parte.

Considere como uma obrigação evitar choques, diferenças e modificações entre você e êle, na sua convivência diária, nessa doce convivência que une mais o casal fazendo dos problemas de um os problemas do outro. E assim você conseguirá fazer passar quase despercebido êsse período natural de reajustamento, onde termina a cerimônia e a intimidade principia. E isso constituirá uma grande vitória para você e a certeza de que o seu lar será, verdadeiramente, um lar, doce lar..." (Sangirardi, 9 dez., p. 76).

A ênfase da responsabilidade sobre o lar doce lar é exclusiva da mulher, ou seja: a paciência e compreensão deve vir da mulher; e é ela que precisa compreender e compartilhar os problemas do marido, sem espaço para "as crises" das esposas, embora a autora mencione paciência e compreensão "de parte a parte", o desenvolvimento do argumento concentra a responsabilidade na mulher, pois o texto constrói a figura da esposa que "atormenta o pobre homem" ao mencionar mudanças percebidas no marido. A frustração é indicada como excesso por parte da leitora, e a orientação central é "considerar como obrigação evitar choques, diferenças e modificações", isto é, administrar o cotidiano de modo a minimizar conflitos e tornar o período de adaptação "quase despercebido". A mudança é enquadrada como "período natural", e a "vitória" é definida como resultado da capacidade feminina de atravessá-lo sem perturbação, reafirmando a norma de que o bom casamento depende da contenção feminina, da pacificação cotidiana e da supressão de tensões como forma de assegurar que o lar seja "verdadeiramente" um lar doce lar. Para a autora, a expectativa de que o homem encontre no casamento um espaço "seu" e que a esposa deve organizar a casa a partir disso, subordinando escolhas femininas e vaidade ao gosto do marido.

VOCÊ — minha leitora e amiga — não deve ignorar que o homem é levado ao casamento por várias raízes mas, uma delas, é a de encontrar, nalgum lugar seu, só seu, alguma coisa do que êle tôda a vida esperou ter, uma sala confortável, uma poltrona sob um abat jour amigo, um recanto acolhedor, uma estante com os livros prediletos e... uma mulherzinha compreensiva e amiga, completando êsse quadro encantador de Home, Sweet Home...

Muitas vêzes à mulher é responsável pelas constantes saídas do marido, por ser deixada em casa tantas e tantas noites. E muitas vêzes

à causa disso tudo está na maneira pela qual começaram à vida a dois, o homem não conseguiu realizar o que queria, não conseguiu acomodações a seu gosto, em sua própria casa, porque a mulherzinha que tem mania de cinema, por exemplo achou que determinadas poltronas combinariam mais com o tipo de cortinas que vira em fotografias da casa de Ann Sheridan³⁰. E, sendo assim, o marido que se dane, desde que ela possa dizer às amigas que hão de olhá-la com uma pontinha de inveja: Esta sala está inteiramente decorada pelo mesmo decorador de Ann Sheridan. Copiei a todinha! E madame sorri, satisfeita, vendo aumentar sua alegria ante os olhares invejosos das amigas, esquecendo-se da tristeza do marido que, muito cedo, vê quão fútil é a mulher que escolheu para companheira. Tão fútil que acima dos gostos do espôso põe a sua vaidade e a sua opinião pessoal. Uma criatura assim pode gabar-se de ter contribuído, em grande parte, para que seu lar nunca seja, verdadeiramente, um lar. doce lar...” (Sangirardi, 29 jul. 1944, p. 68).

A casa é descrita como projeto feminino para agradar e acolher o marido, prova da competência feminina enquanto esposa, o marido é apresentado como sujeito que busca no casamento um espaço “só seu”, e o texto lista objetos que compõem esse cenário: sala confortável, poltrona, abat-jour, estante com livros, associando conforto material e identidade masculina ao interior doméstico, quando a mulher escolhe a decoração a partir de referências de cinema e do olhar das amigas, a autora interpreta isso como vaidade e causa de conflitos, atribuindo à esposa a responsabilidade por “constantes saídas do marido” e pela infelicidade conjugal. A norma coloca a opinião do marido acima da escolha da mulher, e define como falha a tentativa de produzir distinção social por meio do consumo e da exibição. Sangirardi reforça a ideia de que o casamento é destino e finalidade feminina, e que a ausência de habilidades domésticas não abre a possibilidade de recusa, mas reforça a necessidade de aprendizagem:

“Nossa amiga “Inexperiente”, de Goiânia, Estado de Goiás, escreve nos, muito aflita, pedindo que a ajudemos a sair do maior embaraço de toda sua vida, sua grande inexperiência com relação a coisas do casamento e do lar. Inicialmente, ela diz que não sabe cozinhar, não sabe pôr uma mesa, não sabe dispor os móveis, não sabe escolher fazenda para as cortinas, não sabe receber, etc. Seria mais fácil para nós aconselhá-la a que desistisse de se casar, mas isso seria querer desviá-la da verdadeira finalidade da mulher, o casamento, o lar e essa suave existência de uma família unida e feliz” (Sangirardi, 12 ago. 1944, p. 76).

³⁰ Ann Sheridan (1915–1967) foi uma atriz e cantora norte-americana, de Hollywood entre as décadas de 1930 e 1950, conhecida como a “Oomph Girl”.

A autora evidencia que as competências domésticas são apresentadas como condição de adequação ao casamento, e que o casamento é descrito como “finalidade da mulher”, em sua resposta a autora pondera que:

“E se eu tivesse algum aborrecimento com as seções domésticas que venho fazendo há tanto tempo, pelo rádio e por esta revista, bastaria, para dissipá-lo, uma carta como a de SYONÁRA. E é sem falsa modéstia que vou transcrever aqui alguns trechos dessa carta, para o que peço licença à nossa querida leitora. Sei que as palavras de SYONÁRA servirão para muitas e muitas donas de casa desanimadas e cansadas da cozinha.

‘... e voltei a enfrentar a célebre cozinha! Com meu estado de ânimo contra ela e revoltada com êsses racionamentos e dificuldades, pode você fazer uma “pálida” idéia do que passei... Além de tudo, as criadas cada vez piores, sem iniciativa, tudo conspirava contra mim e eu mais abominava a cozinha. Eis que surge você, com seu jeitinho especial de elevar e dignificar justamente êste prisma do lar que eu, confesso agora, detestava. À princípio, não lhe prestei atenção; fiquei revoltada contra você, pois achei injusto de sua parte dar tanta importância a um assunto tão secundário... Mas... o tempo tudo muda e cá estou eu, mais animada do que nunca, graças a você, exclusivamente, a experimentar receitas, fazer pastas, catalogar, colar, buscar livros de receitas antigas, preciosas relíquias de família, enfim, verdadeiramente identificada com a minha cozinha!’” (Sangirardi, 29 set. 1944, p. 77).

A autora considera “mais fácil” aconselhar a desistência, mas descarta essa hipótese como desvio. A construção associa casamento, lar e “suave existência” à ideia de família unida e feliz, e as dificuldades práticas da leitora são resolvidas dentro do horizonte normativo da aprendizagem e do ajustamento, não pela abertura de escolhas ou por reformulação do destino feminino. Em 1945, no texto “Entre o lar e o Pif-Paf...”, Sangirardi organiza o conflito conjugal de uma leitora em termos de escolha moral entre o casamento e um lazer, enquadrando hesitação como indicador de falha nas funções maternais e domésticas.

“Entre o lar e o Pif-Paf...

E vocês, o que acham, minhas amigas? Vitorinha Desesperada deve se separar do marido? Talvez o Pif-Paf seja mesmo mais importante para ela do que seu marido, seu lar e sua filha de poucos anos. Se ela se separar agora, mais tarde terá uma “linda” história para contar à filha. Uma criatura que hesita entre o marido, o lar, a filhinha e... o Pif-Paf, deve ser uma “excelente” mãe, uma esposa “perfeita”, uma dona de casa “exemplar”... E vocês poderão me dizer como Vitorinha incutirá um dia bons sentimentos no espírito da filha? Poderá ela moldar essa criança para o bem, ministrando lhe os ensinamentos cristãos que tôdas as mães sonham um dia poder transmitir aos filhos? E como essa senhora explicará à moça de amanhã o verdadeiro sentido da palavra

LAR? Acho que as minhas perguntas não devem ser respondidas por vocês, mas, sim, por Vitorinha Desesperada. Temo, porém, que essa nossa leitora não se dará mais ao trabalho de me escrever. No entanto, se ela quiser meditar sobre as minhas perguntas, talvez ela própria encontre solução para o seu problema...

Permita Deus que Vitorinha se acalme e encontre de novo a receita de felicidade que parece perdida, mas ainda não está, de todo que, de posse da “receita”, ela ainda consiga fazer de seu lar verdadeiro lar, doce lar...” (Sangirardi, 21 abr. 1945, p. 72).

A autora estrutura o conflito em termos de alternativa entre lar e lazer e, ao fazê-lo, torna o entretenimento um marcador de ameaça à função conjugal e materna, a hesitação é convertida em argumento contra a leitora, Sangirardi coloca em dúvida a capacidade da leitora em ser “mãe”, “esposa” e “dona de casa”. A autora não debate condições concretas do casamento, nem descreve reciprocidade de deveres, mas reordena a situação em direção à restauração da ordem do lar, concebida como “receita de felicidade”, que a leitora deve reencontrar para tornar o lar “verdadeiro” lar doce lar. A norma aparece como solução e como medida de avaliação da mulher.

Ainda em 1945, em “Meu marido é doente...”, a autora responde a uma leitora que relata conflitos conjugais e descreve como “vingança” chamar o marido de doente, e a resposta reconduz a situação ao campo da moral, da caridade e do dever feminino de cuidado.

“Meu marido é doente...”

“...e se zanga quando eu lhe digo isso, Nas nossas brigas e discussões, minha maior vingança é chamá-lo de doente. Você não acha que faço bem? Pois se nós brigamos quase que exclusivamente porque ele é doente! Sofre terrivelmente do fígado, fica de mau humor e implica comigo. Diante disso, não posso deixar de dizer que ele briga comigo porque é doente. Estou lhe escrevendo porque tenho certeza que você — amigas de suas amigas — vai me dar razão”.

E', mas desta vez a amiga de suas amigas não pode lhe dar razão. Você deve ter se esquecido das lições que recebeu na vida sobre caridade. Não posso acreditar que nunca tenham lhe ensinado a não caçoar de cegos, aleijados, doentes. .. Não posso acreditar que nunca tenham lhe explicado que todos nós estamos sujeitos às mesmas doenças e defeitos que vemos em tantos infelizes por aí, e que, portanto, temos que considerar isso como um infortúnio e não um defeito. Não posso acreditar que não a tenham ensinado a ter compaixão dos outros. Em crônicas leves e despretensiosas como as que apresentamos aqui, não cabe propriamente uma lição que deveria ter sido aprendida na infância, e aperfeiçoada depois, com o correr dos anos. Cabe, no entanto, uma sugestão: nunca pense, minha amiga (que tão acertadamente se assina “Contraditória”), que os males dos outros não podem atingi-la também. Nunca tenha tanta certeza nem tanta segurança de que sua vida será sempre um mar de rosas, de que o seu organismo será sempre moço, de que suas funções orgânicas jamais se desorganizarão, de que o seu fígado continuará a ser um relógio.

Porque, assim como você vai, no dia em que tiver a primeira dorzinha de cabeça será capaz de pensar em suicídio...

Você acha muito forte eu lhe dizer que devia se envergonhar do que vem fazendo ao seu marido, durante tanto tempo? Acha forte se eu lhe disser que, além de falta de caridade é também... falta de educação jogar no rosto dos outros não só as suas fáltas, como as suas doenças? Acha forte se eu lhe disser que assim vocês acabarão se separando, por quanto paciência é uma coisa que se esgota como outra coisa qualquer?

Depois disso, não preciso mais lhe dar nenhum conselho, não é? Você deve saber que, mesmo que seu marido fôsse aleijado, cego ou paralítico, você teria obrigação moral de cuidar dêle, nos mínimos detalhes, banhá-lo, alimentá-lo, vesti-lo... Dê, portanto graças a Deus diáriamente por ter um marido quase são, porque sofrer do fígado é uma coisa tão comum hoje em dia, que quase nem mais chega a constituir doença. E quando você aprender a valorizar tudo de bom que a vida lhe tem proporcionado, há de tratar muito melhor seu companheiro e só então seu lar poderá ser, verdadeiramente, um lar, doce lar..." (Sangirardi, 27 de jan. 1945, p.76).

A resposta reorganiza a situação conjugal inteiramente sob a chave do dever moral feminino, a autora rejeita "dar razão" à leitora e afirma que o problema não é o conflito conjugal, mas a conduta da esposa, descrita como falta de caridade e falta de educação. A doença do marido é enquadrada como infortúnio, e a crítica da esposa se torna moralmente condenável, no conselho a autora trata como princípio absoluto de cuidado, ao afirmar que a esposa teria "obrigação moral" de cuidar do marido nos mínimos detalhes, mesmo se ele fosse "aleijado, cego ou paralítico". O casamento é apresentado como vínculo que exige da mulher cuidado irrestrito, e o risco de separação é mobilizado como advertência, associando a manutenção do lar à paciência feminina, concebida como recurso que pode se esgotar. Assim, o conflito conjugal não é tratado como relação entre partes com demandas e limites, mas como cenário em que a esposa deve gerir comportamento, linguagem e cuidado em nome da continuidade do lar.

Na carta dirigida a Muriel, o casamento como resposta a uma dúvida como objeto de convencimento, a leitora afirma não acreditar na felicidade conjugal, e a resposta de Sangirardi não parte dessa descrença como experiência possível, mas como erro de julgamento, ligado à idade, à dor vivida e à falta de conhecimento.

"MINHA querida MURIEL: Como é que uma criança, na sua idade, pode pensar tão mal do casamento, pode ter idéias tão amargas e cruas a respeito dessa coisa maravilhosa que é viver a vida a dois, dividindo alegrias e tristezas? Como é que você pode ter a pretensão de afirmar que sabe que nunca se é feliz no casamento, que isso é uma coisa impossível de acontecer, que mais cedo ou mais tarde sobrevém a

infelicidade na vida de qualquer casal? Você não acha que é muito cedo para querer emitir uma opinião sobre um assunto que você mal conhece? Você não acha que só se deve dar palpites sobre isso ou aquilo depois de ver de perto, se não pessoalmente, pelo menos com pessoas de nossas relações e mais ou menos de nossa idade? O que é que você — pobre criança ferida pela vida — pode saber do casamento? Amarguraram sua vida com maus tratos, com pequenas mas repetidas injustiças, com mesquinhas desagradáveis, e você pensa que em tudo há de haver essa amargura e essa sordidez de atitudes. Você, que tão confiantemente se acolhe na minha amizade, não é capaz de levantar o queixinho a meu pedido e acreditar no que lhe digo? Se eu lhe pedir, você é capaz de crer que a felicidade no casamento é uma coisa possibilíssima, apesar de rara? Você acreditará se eu lhe disser que conheço no mínimo vinte casais felizes entre as minhas relações? Você deve ter percebido que eu não minto, MURIEL. Deve compreender também que não estou apenas interessada em defender uma coisa da qual sou partidária quase incondicional: o casamento. Deve compreender que meu interesse é despertar o seu interesse para alguma coisa de muito bom e muito agradável, que poderá lhe acontecer de uma hora para outra. Meu interesse é que você consiga reencontrar a paz de espírito perdida há dois anos. Meu interesse é que você não misture uma dor natural e profunda, como a de perder a mãe, com a possibilidade de felicidade que poderá atingi-la de uma hora para outra, por intermédio do amor, esse amor que nasce entre um homem e uma mulher e que, se não substitui o que você perdeu, pelo menos poderá encher tanto a sua vida que esse desespero, essa angústia e essa solidão fiquem bem para trás, perdidos no passado. E então um sentimento muito doce substituirá a dor que você sente hoje: a saudade, que poderá se fazer sentir mesmo dentro de um lar feliz, formado sobre os sólidos alicerces de um casamento de amor. E você, como tantas outras, terá também o seu — lar, doce lar...” (SANGIRARDI, 9 mar. 1946, p. 68).

A autora não toma a fala de Muriel como formulação legítima sobre o casamento, mas como efeito de uma “amargura”, a leitora questiona um dos princípios de Sangirardi nos conselhos na coluna, quando afirma que nunca se é feliz no casamento, Muriel rompe com a imagem estável do “lar, doce lar” e com a associação entre casamento, felicidade e realização feminina. A resposta busca conter esse rompimento, recolocando o casamento no lugar de horizonte desejável, mesmo quando reconhece que a felicidade conjugal seria “possível, apesar de rara”, ou seja, a própria autora admite a raridade dessa experiência, mas ainda assim a mantém como referência para a leitora. A carta mostra que a experiência da leitora não se ajusta ao modelo universalizado que a coluna procura sustentar, Muriel não escreve a partir de uma expectativa positiva em relação ao amor. A resposta da autora, no entanto, busca extinguir a visão negativa do casamento, indicando como obstáculos que precisam ser superados para que a leitora volte a acreditar no amor, na felicidade do casamento. Com

isso, a experiência da leitora é reconhecida, mas apenas para ser reordenada. A autora insiste que o amor entre homem e mulher poderia preencher a vida da leitora. A distância entre a mulher idealizada e a mulher, porque a leitora não escreve como futura esposa convencida do valor do casamento, mas como alguém que não vê nele a promessa de felicidade que a coluna sustenta. A autora trata Muriel como “criança” e, ao mesmo tempo, projeta sobre ela o destino conjugal, a pouca idade é usada para desautorizar sua fala, mas não para afastá-la do horizonte do casamento.

Na resposta à leitora “Bisuquinha Triste”, Sangirardi não mantém o mesmo padrão de orientação que aparece nas demais cartas, ela não insiste na manutenção do casamento, nem reconduz a situação para o campo do dever conjugal. Sangirardi admite que não pode aconselhar a mulher a “prolongar seu cativeiro só por ser casada”. A autora reconhece a condição de sofrimento da leitora, que não é relativizada nem transformada em problema de conduta feminina, a autora a trata com carinho genuíno e aconselha:

BISUQUINHA TRISTE — Algum lugar do Paraná — ‘...se a senhora encontrar algum defeito em mim, pelo que lhe conto nesta carta...’ Não, minha querida amiga. Os defeitos não são seus, mas do seu companheiro. E o seu caso só pode ser resolvido por você mesma; ou continuar suportando tudo ou separar-se. Vê que é uma decisão muito difícil para eu dar conselhos, não acha? Não sou do tempo nem da classe de mulheres que aconselham as outras a tudo suportar, pelo amor do casamento. Respeito muito essa instituição, sou fã incondicional da vida de casada, da vida do lar, não sou feminista, mas não posso aconselhar mulher nenhuma a prolongar seu cativeiro só por ser casada. A dignidade cabe na vida de qualquer mulher, qualquer que seja o seu estado civil. Mas a saída deve ser resolvida só pelas pessoas interessadas. É isso, portanto, o que lhe aconselho: resolva sozinha o seu problema, sem dar ouvidos a ninguém, nem mesmo aos seus próprios pais. Desejando que Deus a ampare, inspire e proteja, quero que creia que estou sempre às suas ordens. Se algum dia fôr à sua cidade — que está bem anotadinha, assim como seu nome verdadeiro e seu enderêço — hei-de procurá-la. E o seu enderêço será aproveitado para a remessa do retrato, assim que isso seja possível. Felicidades! Ah! o cruzeiro que você mandou em sua carta, para que a resposta fôsse direta, foi dado de esmola em sua intenção. Está bem assim?” (Sangirardi, 3 ago. 1946, p.78).

Diferente das outras respostas, em que a solução recai sobre o ajuste do comportamento da mulher, aqui Sangirardi não questiona a fala da leitora, não minimiza a situação e não propõe estratégias para preservar o vínculo. Ao contrário, admite a separação como uma possibilidade, indicia que a experiência apresentada pela leitora

ultrapassa o limite do que pode ser resolvido dentro do modelo de “lar, doce lar”. A mulher nas linhas de *Lar Doce Lar*, a “mulher de papel” (Buitoni, 2009) apresentada como referência para todas as mulheres por Sangirardi, sustentada como modelo por meio de orientações que organizam o comportamento feminino, reforçando a manutenção do casamento como eixo central na vida mulher, encontra na experiência apresentada pela leitora uma ruptura, a leitora não é orientada para caber nesse padrão de comportamento. Ao contrário, Sangirardi acolhe a situação e reconhece que a permanência no casamento pode não ser possível.

A autora reconhece que os defeitos não são da leitora, mas do companheiro, a autora não devolve a responsabilidade à mulher, como ocorre nas outras respostas, a orientação para que a decisão seja tomada “sem dar ouvidos a ninguém, nem mesmo aos seus próprios pais” indica que a decisão pode enfrentar resistência, mas que a autora legitima essa escolha, ainda que com ressalvas. Essa resposta de Sangirardi dá pistas, indícios, de um limite da própria construção que sustenta a coluna. A “mulher de papel”, tal como definida por Buitoni, não comporta a possibilidade de ruptura do casamento, mas, diante de uma situação concreta de sofrimento, a própria Sangirardi não consegue manter esse modelo, é nesse ponto que a distância entre a mulher idealizada e a mulher concreta se torna mais visível.

As prescrições permitem observar um padrão que se repete em diferentes registros, seja na resposta longa, seja na resposta breve ou na carta comentada. A assimetria conjugal é reconhecida em alguns momentos, como quando as perguntas da mulher revoltada denunciam o duplo código de conduta, mas essa visibilidade não produz ruptura, e sim recondução, pois a autora organiza a solução como aceitação e como ajuste do comportamento feminino. O trabalho fora do lar, quando aparece, é restringido por meio da autoridade do marido e reconfigurado como risco à felicidade conjugal. O sofrimento, mesmo em situações extremas, é narrado como campo em que a esposa deve administrar acusações e oferecer carinho ao marido. O espaço doméstico, nas suas materialidades, flores, sala, poltrona, utensílios e arranjos, é mobilizado como linguagem da hierarquia conjugal, ensinando deferência e centralidade masculina. A sexualidade e o afeto, quando surgem sob a forma de aproximação do marido, são tratados como obrigação de recebimento, em nome da manutenção do vínculo, e não como lugar de consentimento e negociação. A moral religiosa aparece como

fundamento para reorganizar decisões e censuras, especialmente quando maternidade e lar são associados a ensinamentos cristãos e quando o cuidado do marido doente é convertido em dever absoluto. As respostas de Sangirardi as traduz para dentro de um repertório normativo que preserva a ordem do casamento, atribuindo à mulher a função de conter conflitos, evitar choques, renunciar a escolhas, organizar a casa em torno do marido e, quando necessário, absorver dores e encargos como parte da “carreira” do lar. A evocação da possibilidade de separação funciona como advertência, reforçando que a paciência feminina é requisito para a manutenção do casamento.

4.2 As inconsistências da “mulher universal”

A mulher de papel, apresentada pela coluna como universal, corresponde a uma mulher urbana, branca, alfabetizada, figura funcional ao equilíbrio doméstico e conjugal, ela existe para servir, organizar, harmonizar e preservar. Serve ao marido, garantindo-lhe conforto, reconhecimento e estabilidade emocional, serve aos filhos, assegurando alimentação, higiene e formação moral, serve ao lar, serve ao orçamento doméstico, administrando gastos com racionalidade, serve à ordem social, ao aceitar a hierarquia de gênero como natural. A ampla circulação de *O Cruzeiro* permitia que mulheres de diferentes regiões e camadas sociais tivessem contato com o conteúdo, contudo o acesso à leitura não implica equivalência de condições materiais, as mulheres reais que recebiam o conteúdo das prescrições podiam aspirar, adaptar, negociar ou reconhecer a distância entre prescrição e prática, a universalização, não elimina a diferença, mas a esconde. A representação feminina da leitora da coluna eram mulheres brancas das classes médias e altas, ligadas ao universo artístico, político ou empresarial. A autora divulgou o ideal de modernidade para as mulheres associado à inovação dos eletrodomésticos, cosméticos e moda europeia e norte-americana, e essa modernidade era apresentada como desejável, ainda que a maioria das mulheres não tivesse acesso a eletrodomésticos ou a estabilidade financeira.

O Brasil dos Censos de 1940 e 1950 indica que essa universalização era distante da realidade da maioria das mulheres brasileiras. Em 1940, o país possuía aproximadamente 41,2 milhões de habitantes e, desse total, cerca de 36% a 40% da população era classificada pelo IBGE como “Preta” ou “Parda”, categorias que, à época, eram utilizadas separadamente, mas que posteriormente seriam politicamente

articuladas sob a identidade negra. Além disso, 68,8% da população brasileira vivia no campo e, em 1950, ainda que o processo de urbanização tivesse avançado, 63,8%³¹ dos brasileiros permaneciam em áreas rurais. Isso significa que a maioria das mulheres brasileiras vivia fora dos grandes centros urbanos e fora da infraestrutura moderna frequentemente representada nas páginas da revista.

No espaço urbano, a modernização promovida pelo Estado Novo impulsionou a industrialização e fortaleceu a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), em 1943, contudo essa modernização foi seletiva, pois a CLT excluiu trabalhadores domésticos e rurais, os dois setores que concentravam a maior parte da força de trabalho feminina negra. Os censos (1940/1950) indicam que, nas cidades, mais de 70% das mulheres negras ocupadas estavam inseridas no setor de serviços domésticos, como lavadeiras, cozinheiras ou empregadas domésticas, sendo a mão de obra que possibilitava a estabilidade das casas de outras mulheres, como pontuado por Davis (2016, p.24):

Proporcionalmente, as mulheres negras sempre trabalharam mais fora de casa do que suas irmãs brancas. O enorme espaço que o trabalho ocupa hoje na vida das mulheres negras reproduz um padrão estabelecido durante os primeiros anos da escravidão. Como escravas, essas mulheres tinham todos os outros aspectos de sua existência ofuscados pelo trabalho compulsório. Aparentemente, portanto, o ponto de partida de qualquer exploração da vida das mulheres negras na escravidão seria uma avaliação de seu papel como trabalhadoras.

Enquanto a mulher de papel organiza o lar, milhões de mulheres negras organizaram lares que não eram seus e, enquanto a coluna ensina a dividir a verba de “Cr\$ 1.000,00 mensais em 4 grupos alimentares” (Sangirardi, 4 de ag. 1945, p. 72) muitas não tinham controle sobre seu próprio orçamento, as mulheres da classe média podiam dedicar-se à gestão doméstica, enquanto as outras mulheres realizavam o trabalho doméstico remunerado ou informal.

Evidencia-se que a coluna não falava a partir da experiência da maioria das mulheres brasileiras, a educação da “mulher de papel” reside na neutralidade e universalidade, pois ao não nomear classe, raça ou posição econômica, o modelo se apresenta como natural, e é nesse ponto que a análise histórica intervém para recolocar

³¹ Os dados demográficos e ocupacionais utilizados nesta seção foram extraídos dos Censos Demográficos de 1940 e 1950 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), especialmente das tabelas relativas à distribuição por sexo, cor, ocupação e localização rural/urbana.

as diferenças apagadas e reintroduzir as mulheres reais no lugar da figura abstrata que lhes foi atribuída. As prescrições de Sangirardi reiteram um conjunto de expectativas sobre paciência, tolerância, cuidado e contenção emocional, ao mesmo tempo, as cartas enviadas à coluna, por leitoras, revelam contradições que questionam essas prescrições, expondo conflitos, ressentimentos e questionamentos que emergem da experiência cotidiana. Considerando que tais leitoras aqui expostas sejam verdadeiras, é interessante analisar que mesmo entre as mulheres leitoras da coluna *Lar Doce Lar*, havia um conjunto delas que questionavam as prescrições de Sangirardi. Mas sejam elas verdadeiras ou criadas pela colunista, o fato é que tais questionamentos existiam entre as mulheres e precisaram ser contrapostos, respondidos, acalmados, e essa era a função social da coluna em questão, propagar o apaziguamento e reforçar o valor da mulher na família, para a criação e manutenção do lar doce lar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A história da educação não é o «passado», o que esmaeceu e desapareceu e não volta, mas sim a continuidade que vem ao agora e até ao amanhã, um passado que se prolonga em presente e em projecto: a história é um modo — o mais pertinente, o mais adequado — de bem pôr os problemas de hoje graças a uma indagação científica do passado. Novóia (2015, p.23)

O valor das mulheres é medido pela capacidade de sustentar silenciosamente a estrutura familiar. Ao considerar o passado como continuidade que se projeta no presente, buscamos compreender de que modo as prescrições presentes na coluna *Lar Doce Lar*, de Helena Sangirardi, publicadas na revista, colaboraram para a construção e consolidação de uma imagem idealizada da dona de casa, moldando comportamentos, valores e expectativas dirigidas às mulheres. Partimos da hipótese de que as prescrições e conselhos domésticos da autora na coluna, educavam no cotidiano, articulando dicas domésticas, regulações afetivas e normas morais, contribuindo para a consolidação de um modelo universal de mulher. A análise do corpus, composto por edições selecionadas da coluna, permitiu demonstrar que a figura da “dona de casa ideal” é imposta por meio de um conjunto sistemático de conselhos e prescrições, na coluna a autora ensina a cozinhar, a organizar o espaço, a administrar o orçamento, a receber visitas, a tratar empregados, a educar filhos, a conter impulsos, a evitar conflitos conjugais, a controlar emoções e a preservar a centralidade masculina no interior do lar a partir da repetição dessas orientações, ao longo de mais de uma década.

A partir do referencial da História Cultural compreendemos a coluna como artefato cultural que participa da construção de realidades sociais ao oferecer representações do que significa “ser mulher”, “ser esposa” e “ser mãe”, a coluna descreve um ideal, o produz discursivamente, organiza um repertório de práticas que vinculam as mulheres a esses papéis. Ao propor o casamento como “carreira”, a maternidade como missão e a administração doméstica como campo legítimo de atuação feminina, o discurso contribuiu para reforçar a dominação masculina, nesse sentido, as prescrições de Sangirardi funcionam como dispositivos educador para o mundo social, ensinando às leitoras como interpretar suas experiências e como se portar diante da divisão de papéis entre homens e mulheres, apresentando-a como evidente e legítima (Bourdieu, 2014). Ao atribuir à mulher a responsabilidade pela organização do

lar, a autora não formula essas funções como imposição, mas como decorrência da própria natureza feminina. Nesse processo, práticas e comportamentos são incorporados como disposições esperadas, fazendo com que a própria mulher reconheça e reproduza essas expectativas como parte de sua identidade, assim, as prescrições operam para a interiorização de uma ordem que organiza o cotidiano, reforçando a posição masculina como referência e a feminina como responsável pela adaptação e pela continuidade das relações.

O diálogo com o referencial teórico permitiu analisar como a imprensa feminina constrói essa figura universalizada da mulher, que apaga as diferenças estruturais e apresenta como norma aquilo que é um modelo criado para ser seguido. As mulheres aparecem como “a mulher”, única das prescrições, mesmo que milhões de brasileiras vivessem realidades diferentes, o modelo de mulher não inclui as mulheres que trabalhavam fora ou as trabalhadoras domésticas. a universalização do feminino opera, como mecanismo de silenciamento das diferenças. Esse reconhecimento se alinha à hipótese central da pesquisa, que buscou compreender como as prescrições de Helena Sangirardi colaboraram para a construção de um modelo de dona de casa ideal, Buitoni (2009) denomina essa operação de produção da “mulher de papel”, isto é, uma mulher construída no texto, descolada de marcadores sociais, apresentada como universal, homogênea e atemporal, uma figura que não carrega classe ou cor, mas é a síntese de um conjunto de atributos morais e comportamentais reiterados como naturais as mulheres.

Em *Lar Doce Lar*, Helena Sangirardi dirige-se à “leitora e amiga” como uma mulher única, como se todas as mulheres compartilhassem a mesma estrutura familiar, o mesmo orçamento, a mesma organização doméstica e o mesmo horizonte de expectativas conjugais, a mulher ali construída é sempre responsável pela gestão do lar. Essa operação dialoga com a formulação de Simone de Beauvoir, para quem “nenhum destino biológico, psíquico, econômico define a forma que a fêmea humana assume no seio da sociedade; é o conjunto da civilização que elabora esse produto intermediário [...] que qualificam de feminino” (Beauvoir, 1949, p. 42). A feminilidade não é natural, mas construída socialmente, a universalização da “mulher de papel” opera, portanto, como mecanismo de regulação simbólica, estabelece um padrão apresentado como medida legítima, delimita o campo do possível para as leitoras, o que não se ajusta ao

modelo é desqualificado ou silenciado. Assim, a mulher construída no impresso representa um ideal a ser alcançado, participa da reprodução das estruturas que organizam a divisão sexual do mundo social. Sensibilidade, paciência, doçura e tolerância são descritas como qualidades femininas, a mulher ideal de um “lar doce lar”, a partir de atributos associados à “verdadeira mulher” a modéstia, pureza sexual, submissão, historicamente vinculados às mulheres brancas (hooks, 1981), já que mulheres negras “carregavam um ressentimento amargo por não serem consideradas ‘mulheres’ na cultura dominante e, portanto, não receberam a consideração e os privilégios dados às mulheres brancas” (hooks, 1981, p. 89).

A análise das cartas das leitoras, enviadas à coluna que eram respondidas por Sangirardi, especialmente da carta assinada “Futurista”, evidenciaram a existência de tensões e desconfortos, de queixas relativas à divisão desigual do trabalho doméstico, à sobrecarga da cozinha, à limitação da autonomia profissional e às condições materiais precárias revelaram indícios sobre os questionamentos das leitoras sobre o trabalho feminino, sobre a autoridade masculina e sobre a divisão das responsabilidades no casamento. No entanto, as respostas de Sangirardi eram no sentido de reconduzir essas inquietações, reafirmando o casamento como destino, a felicidade feminina como fundamento da servidão doméstica e a contenção das suas queixas como virtude.

A coluna abre espaço para responder, ainda que duramente, a manifestação de dúvidas e conflitos, reorganiza essas experiências de modo a preservar a estrutura hierárquica, a desigualdade conjugal é reconhecida como existente, mas apresentada como imutável, a responsabilidade pela harmonia do lar recai reiteradamente sobre a mulher, convertendo a administração dos afetos em obrigação moral, a maternidade como núcleo constitutivo da identidade feminina, atribuindo à mulher a função de garantir a formação moral e física dos filhos e, conseqüentemente, a continuidade da ordem social. Cozinhar bem, administrar substituições em tempos de escassez, controlar calorias, evitar monotonia à mesa e satisfazer o marido por meio da comida compõem uma pedagogia que associa competência culinária, estabilidade conjugal e respeitabilidade social. A cozinha não é apenas espaço físico, é o local em que no cotidiano pode se ser provada e legitimada a feminilidade, a felicidade do “lar, doce lar”. Do mesmo modo, a organização do espaço doméstico, a disposição dos móveis, a poltrona do marido, as flores na sala e a recepção de visitas constituem práticas que

reforçam a centralidade masculina e a função feminina de suporte, pequenos gestos reiterados constroem uma coreografia cotidiana que naturaliza a ‘dominação masculina. A dominação não aparece como imposição, mas como equilíbrio a ser mantido, harmonia a ser preservada.

Retomando as questões que orientaram a pesquisa: “como os textos de Helena Sangirardi colaboraram para a formação de uma imagem idealizada da dona de casa? De que modo suas prescrições contribuíram para a construção e perpetuação dessa representação?” Podemos compreender que a coluna operou como instrumento de consolidação simbólica de um modelo ideal de dona de casa, ao articular práticas, disposições afetivas e expectativas morais em um repertório reiterado, a repetição ao longo de mais de uma década conferiu estabilidade ao modelo, favorecendo sua naturalização. Encontramos indícios de que as mulheres não internalizaram passivamente essas prescrições, mas que a coluna ofereceu um conjunto estruturado em que Helena Sangirardi prescreve o ideal da dona de casa ideal, a mulher construída pela coluna aparece como “querida leitora”, sem qualificações quanto à sua posição social, racial ou econômica.

A pesquisa demonstrou que *Lar Doce Lar* foi um espaço de produção e circulação de normas sociais, inserida no contexto da modernização conservadora do Estado Novo e da expansão da imprensa ilustrada, a coluna dialogava com o ideário desenvolvimentista ao promover consumo, organização racional do orçamento e incorporação de utensílios modernos, sem romper com a estrutura que mantinha a mulher vinculada ao espaço privado, a “mulher de papel” construída a partir das prescrições de Helena Sangirardi na coluna *Lar Doce Lar*, se refere como uma mulher branca, de classe média, jovem, orientada estruturalmente para servir ao marido, à família, ao lar. Essa mulher universal é apresentada como responsável pela manutenção da harmonia doméstica, pela administração eficiente da casa, pela qualidade da alimentação, pela economia dos recursos e pelo equilíbrio emocional do ambiente conjugal, sua existência está vinculada ao cuidado, à organização, à previsão e à abnegação, garantindo estabilidade ao lar. Essa mulher executa tarefas, internaliza a responsabilidade pela ordem doméstica como dimensão constitutiva de sua identidade.

Em síntese, os resultados confirmam a hipótese inicial: as prescrições de Helena Sangirardi colaboraram para a construção e perpetuação de um modelo de dona de casa ideal que ultrapassava o âmbito doméstico e operava como pedagogia cotidiana de gênero, a mulher ideal escrita na coluna é paciente, conciliadora, economicamente dependente, moralmente responsável pela estabilidade do lar, competente na administração da casa e na formação dos filhos, e orientada a reconhecer e preservar a esse espaço de dona de casa ideal. A formação feminina não se restringe ao espaço escolar formal, as prescrições em *Lar Doce Lar* serviram como impressos que educaram mulheres, ensinaram modos de agir, sentir e viver. Ao analisar essas representações, esta pesquisa objetivou evidenciar como tais formulações participam de uma lógica que permanece, que ultrapassa o período analisado e contribui para a compreensão de questões que ainda se colocam no presente.

A dona de casa ideal foi uma construção histórica sustentada por discursos que participaram da organização simbólica da vida privada das mulheres no Brasil, assim, a partir do problema de pesquisa proposto, compreendemos que as prescrições de Helena Sangirardi refletiram expectativas sociais para as mulheres das décadas de 1940 e 1950, contribuindo para a naturalização da violência de gênero, mesmo que as contradições, nas entrelinhas das respostas as cartas e dos desconfortos expressos, as fissuras e tensões que atravessavam a trajetória da autora, como sua própria separação, não diminuíram as prescrições reiteradas semana após semana, contribuindo para fixar esse modelo como referência legítima, ainda que as leitoras reais, situadas em contextos sociais distintos, reinterpretassem tais orientações a partir de suas próprias condições, as respostas de Sangirardi, reforçavam a ideia de que esses pensamentos e ações representariam uma perigosa subversão da ordem estabelecida.

REFERÊNCIAS

ALVES, G. R. A.; MECKER, E. L. S. Manuais de etiqueta e civilidade e sua influência na condução social feminina no Brasil (1940-1960). *Revista Latino-Americana de Geografia e Gênero*, v. 10, n. 2, p. 42-65, 2020.

AZEVEDO, Nara; FERREIRA, Luiz Otávio. Modernização, políticas públicas e sistema de gênero no Brasil: educação e profissionalização feminina entre as décadas de 1920 e 1940. *Cadernos Pagu*, Campinas, n. 27, p. 213-254, 2006.

BARBOSA, Virgínia; SANTOS, Bárbara Maria Jupirajara Barbosa dos; SILVA, Humberto Rafael de Andrade; SANTOS, Sandra Saldanha. *Revista O Cruzeiro: catálogo da coleção do acervo da Fundação Joaquim Nabuco (1929-1974)*. Recife: Fundação Joaquim Nabuco, 2015.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. Tradução de Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011.

BASSANEZI, Carla. Mulheres dos anos dourados. In: DEL PRIORE, Mary; BASSANEZI, Carla (org.). *História das mulheres no Brasil*. São Paulo: Contexto, 2004. p. 607-639.

BAUER, Martin W. Análise de conteúdo clássica: uma revisão. In: BAUER, Martin W.; GASKELL, George (org.). *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. Tradução de Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis: Vozes, 2002. p. 189-217.

BOURDIEU, Pierre. *A dominação masculina*. 12. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2014.

BITTONI, Dulcília Schroeder. *Mulher de papel: a representação da mulher pela imprensa feminina*. 2. ed. São Paulo: Summus, 2009.

BRASIL. Ministério da Educação e Saúde. *Programa de economia doméstica: terceira e quarta séries*. Portaria n. 996, de 2 de outubro de 1951. Rio de Janeiro, 1951.

CAMPOS, Raquel Discini de. *Mulheres e crianças na imprensa paulista (1920-1940): representação e história*. 2007. 216 f. Tese (Doutorado em Educação Escolar) – Faculdade de Ciências e Letras, Universidade Estadual Paulista, Araraquara, 2007.

CERTEAU, Michel de. *A invenção do cotidiano*. 3. ed. Petrópolis: Vozes, 1998.

CERTEAU, Michel de. *A escrita da história*. 2. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2008.

CHARTIER, Roger. *A história cultural: entre práticas e representações*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1990.

CHARTIER, Roger. O mundo como representação. *Estudos Avançados*, São Paulo, v. 5, n. 11, p. 173-191, abr. 1991.

CHARTIER, Roger. *O que é um autor? Revisão de uma genealogia*. São Carlos: EdUFSCar, 2012.

DE VARGAS, Juliana Ribeiro. Mais educadas do que instruídas: recortes sobre a escolarização feminina. *Diversidade e Educação*, Rio Grande, v. 6, n. 2, p. 18-25, 2019. Disponível em: <https://periodicos.furg.br/divedu/article/view/8676>. Acesso em: 10 jul. 2024.

DEMETERCO, Solange Menezes da Silva. *Sabor e saber: livros de cozinha, arte culinária e hábitos alimentares. Curitiba: 1902-1950*. 2003. 272 f. Tese (Doutorado em História) – Setor de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2003.

FLORESTA, Nísia. *Direitos das mulheres e injustiça dos homens*. São Paulo: Cortez, 1989.

GALVÃO, Ana Maria de Oliveira; MELO, Juliana Ferreira de. Análise de impressos e seus leitores: uma proposta teórica e metodológica para pesquisas em história da educação. In: VEIGA, Cynthia Greive; TABORDA DE OLIVEIRA, Marcus Aurélio (org.). *Historiografia da educação: abordagens teóricas e metodológicas*. Belo Horizonte: Fino Traço, 2019. p. 223-259.

GASPARELLO, Arlette; VILLELA, Heloisa de Oliveira Santos. O Colégio Pedro II e a construção da escola secundária no Brasil. In: NUNES, Clarice; SÁ, Nicanor Palhares (org.). *Instituições educativas na sociedade disciplinar brasileira*. Cuiabá: EdUFMT, 2006. p. 37-59.

GATTI, Bernadete A. Estudos quantitativos em educação. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 11-30, jan./abr. 2004.

GINZBURG, Carlo. Micro-história: duas ou três coisas que sei a respeito. In: GINZBURG, Carlo. *O fio e os rastros: verdadeiro, falso, fictício*. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

GINZBURG, Carlo. Sinais: raízes de um paradigma indiciário. In: GINZBURG, Carlo. *Mitos, emblemas e sinais: morfologia e história*. São Paulo: Companhia das Letras, 1989.

GOMES, Edna Maria Rangel de Sá. *Adelle de Oliveira: trajetória de vida e prática pedagógica (1900-1940)*. 2009. 209 f. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.

HOBSBAWM, Eric. O que a história tem a dizer-nos sobre a sociedade contemporânea. In: HOBSBAWM, Eric. *Sobre história*. São Paulo: Companhia das Letras, 2013. p. 44-60.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Recenseamento geral do Brasil (1º de setembro de 1940): série nacional*. Rio de Janeiro: Serviço Gráfico do IBGE, 1950. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br>. Acesso em: 19 jan. 2026.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). VI *Recenseamento geral do Brasil – 1950: censo demográfico*. Rio de Janeiro: IBGE, 1956. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br>. Acesso em: 19 jan. 2026.

KOBAYASHI, Elizabete Mayumy. A saúde via consumo: a representação idealizada das donas de casa, mães e esposas nos manuais de economia doméstica e nos anúncios das revistas *O Cruzeiro* e *Manchete*, 1940-1960. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 3, p. 743-761, set. 2018.

LE GOFF, Jacques. Documento-monumento. In: LE GOFF, Jacques. *História e memória*. Campinas: Editora da Unicamp, 2013.

LIMA, Telma Cristiane Sasso de; MIOTO, Regina Célia Tamaso. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. *Revista Katálisis*, Florianópolis, v. 10, n. esp., p. 37-45, 2007.

LISPECTOR, Clarice. *A hora da estrela*. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

LOURO, Guacira Lopes. Gênero, história e educação: construção e desconstrução. *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 101-132, 1995.

MOREIRA, Kênia Hilda; GALVÃO, Ana Maria de Oliveira. *Impressos que educam?* Campinas: Mercado de Letras, 2021.

MOREIRA, Kênia Hilda; SILVA, Aline Silva e. A alegria de cozinhar de Helena Sangirardi: prescrições para as mulheres no espaço doméstico (1940 a 1960). In: SILVA, Fabiana Sena da; FARIA FILHO, Luciano Mendes; BARRETO, Raylane Andreza Dias Navarro (org.). *Educação na história: mulheres, intelectuais e política*. Campina Grande: EDUEPB, 2024. p. 70-93.

MOREIRA, Kênia Hilda. Helena Sangirardi e a educação das mulheres no Brasil (1940-1970): uma biografia da autora a partir de suas obras. *Cadernos de Pesquisa*, v. 32, p. 1-26, 2025. DOI: 10.18764/2178-2229v32n2e25923.

NETTO, Antônio Accioly. *O império de papel: os bastidores de O Cruzeiro*. Porto Alegre: Sulina, 1998.

NÓVOA, António. Carta a um jovem historiador da educação. *Historia y Memoria de la Educación*, Madrid, v. 1, n. 1, p. 23-34, 2015.

PERROT, Michelle. Os silêncios do corpo da mulher. In: MATOS, Maria Izilda Santos de; SOIHET, Rachel (Orgs.). *O corpo feminino em debate*. São Paulo: Editora UNESP, 2003.

PINSKY, Carla Bassanezi. A era dos modelos rígidos. In: PINSKY, Carla Bassanezi; PEDRO, Joana Maria (org.). *Nova história das mulheres no Brasil*. São Paulo: Contexto, 2012. p. 469-512.

PRADO, Maria Ligia Coelho. *Mulheres, história e poder*. São Paulo: Brasiliense, 1979.

REVISTA DO RÁDIO. Rio de Janeiro, n. 262, p. 34, 1954. Disponível em: https://hemeroteca-pdf.bn.gov.br/144428/per144428_1954_00262.pdf. Acesso em: 22 jan. 2026.

RIBEIRO, B. de O. L.; SOUZA, S. T. de. Educação de mulheres nas páginas de manuais de história da educação (1930-1970). *Cadernos de História da Educação*, Uberlândia, v. 13, n. 2, 2014. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/che/article/view/29197>. Acesso em: 10 jul. 2024.

SERPA, Leoni. *A máscara da modernidade: a mulher na revista O Cruzeiro (1928-1945)*. Passo Fundo: UPF, 2003.

SILVA, Aline Silva e; MOREIRA, Kênia Hilda. Livro de culinária e educação feminina no Brasil, na década de 1950, pela cultura ordinária no espaço doméstico: educando sentidos e sensibilidades. In: *16º Encontro de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFGD (ENEPE)*. Dourados, 2022. Disponível em: <http://eventos.ufgd.edu.br/enepex/anais/arquivos/5257.pdf>. Acesso em: 1 dez. 2023.

SILVA, Fabiana Sena da; FARIA FILHO, Luciano Mendes; BARRETO, Raylane Andreza Dias Navarro (org.). *Educação na história: mulheres, intelectuais e política*. Campina Grande: EDUEPB, 2024.

SOUZA, Vitória Diniz de. A educação alimentar como arte culinária: alimentação, gênero e sensibilidades na história (Natal, 1914-1945). *Revista História e Cultura*, v. 9, n. 2, p. 205-226, 2020.

SWAIN, Tânia Navarro. Feminismo e recortes do tempo presente: mulheres em revistas femininas. *São Paulo em Perspectiva*, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 67-81, 2001.

TEIXEIRA, Tania Nair Alvares. *A revista O Cruzeiro: os discursos sobre educação do corpo feminino e as memórias das leitoras pelotenses nas décadas de 1950 e 1960*. 2023. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2023. Disponível em: https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UFPL_8c21874898b5455a74a6a65b3ac8c6bd. Acesso em: 22 jan. 2026.

TOMÉ, Dyeinne Cristina. *Modas e modos domésticos: os manuais de instrução e a educação da mulher – décadas de 1950 e 1960*. 2013. 145 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2013.

TOMÉ, Dyeinne Cristina; MACHADO, Cristina Gomes. A arca da noiva: a composição do enxoval. In: SIMILI, Ivana Guilherme; VASQUES, Rita de Souza (org.). *Indumentária e moda: caminhos investigativos*. Maringá: Eduem, 2013.

VELASQUEZ, Muza Clara Chaves. Cruzeiro, O. In: *Dicionário Histórico-Biográfico Brasileiro (DHBB)*. Rio de Janeiro: CPDOC/FGV, [s.d.]. Disponível em: <https://cpdoc.fgv.br/sites/default/files/verbetes/primeira-republica/CRUZEIRO,%20O.pdf>. Acesso em: 11 jun. 2025.

VOSGERAU, Dilmeire Sant'Anna Ramos; ROMANOWSKI, Joana Paulin. Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas. *Revista Diálogo Educacional*, Curitiba, v. 14, n. 41, p. 165-189, jan./abr. 2014.

WOLF, Naomi. *O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres*. Rio de Janeiro: Rocco, 1992.

SANGIRARDI, Helena Bechuath. **A alegria de cozinhar**. 12. ed. São Paulo: Livraria Martins Editora S/A., 1952. Primeira edição em dois volumes de 1948;1949.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 20, 11 mar. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 21, 18 mar. 1944, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 22, 25 mar. 1944, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 24, 8 abr. 1944, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 26, 22 abr. 1944, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 27, 29 abr. 1944, p. 80.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 30, 20 maio 1944, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 31, 27 maio 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 32, 3 jun. 1944, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 36, 1 jul. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 37, 8 jul. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 38, 15 jul. 1944, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 39, 22 jul. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 40, 29 jul. 1944, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 41, 5 ago. 1944, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 42, 12 ago. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 43, 19 ago. 1944, p. 80.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 45, 2 set. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 46, 9 set. 1944, p. 80.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 48, 23 set. 1944, p. 80.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 49, 30 set. 1944, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 50, 7 out. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 1, 28 out. 1944, p. 87.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 2, 4 nov. 1944, p. 80.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 5, 25 nov. 1944, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 6, 2 dez. 1944, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 17, n. 7, 9 dez. 1944, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 13, 20 jan. 1945, p. 80.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 14, 27 jan. 1945, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 24, 7 abr. 1945, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 26, 21 abr. 1945, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 27, 28 abr. 1945, p. 84.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 28, 5 maio 1945, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 29, 12 maio 1945, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 30, 19 maio 1945, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 31, 23 maio 1945, p. 76.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 1, 27 out. 1945, p. 84.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 2, 3 nov. 1945, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 3, 10 nov. 1945, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 4, 17 nov. 1945, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 5, 24 nov. 1945, p. 84.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 6, 1 dez. 1945, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 7, 8 dez. 1945, p. 84.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 8, 15 dez. 1945, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 18, n. 10, 23 dez. 1945, p. 90.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 19, n. 11, 5 jan. 1946, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 19, n. 12, 12 jan. 1946, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 19, n. 13, 19 jan. 1946, p. 73.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 19, n. 14, 26 jan. 1946, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 19, n. 15, 2 fev. 1946, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 19, n. 16, 9 fev. 1946, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 20, n. 11, 4 jan. 1947, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 20, n. 12, 11 jan. 1947, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 20, n. 14, 25 jan. 1947, p. 68.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 20, n. 15, 1 fev. 1947, p. 72. 946, p. 72.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 23, n. 10, 30 dez. 1950, p. 88.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 23, n. 12, 7 jan., p. 112. (*data conforme doc*)

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 23, n. 14, 21 jan., p. 104. (*data conforme doc*)

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 23, n. 16, 4 fev., p. 112. (*data conforme doc*)

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 24, n. 32, 26 maio 1951, p. 136.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 24, n. 33, 2 jun. 1951, p. 113.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 24, n. 34, 9 jun. 1951, p. 129.

SANGIRARDI, Helena. *Lar Doce Lar*. **O Cruzeiro**. Rio de Janeiro, ano 24, n. 35, 16 jun. 1951, p. 129.

APÊNDICE

O catálogo das edições da coluna *Lar Doce Lar* foi organizado e disponibilizado em: [Catálogo](#).