



O CORPO, A IMAGEM CORPORAL, A ADOLESCÊNCIA E A INSATISFAÇÃO CORPORAL FEMININA

THE BODY, BODY IMAGE, ADOLESCENCE AND FEMALE BODY DISSATISFACTION

Halley Victória de Almeida Lôbo Moreira. Licenciada em Educação Física (UEFS). Psicóloga (UNIFAN). Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Desenho, Cultura e Interatividade (UEFS).
hvalobo@gmail.com

Carla Borges de Andrade. Professora Adjunta (UEFS). Doutora em Educação (UFBA). Mestra em Desenho, Cultura e Interatividade (UEFS). Licenciada em Educação Física (UEFS). Líder NUPEFES (UEFS).
cbandrade@uefs.br

RESUMO

Este estudo é parte integrante de uma dissertação em andamento, no Mestrado em Desenho, Cultura e Interatividade, e tem por objetivo reunir os conceitos fundantes da pesquisa, bem como apresentar o estado do conhecimento que construímos sobre o objeto. Dentre esses conceitos, aqui nos reportamos aos de corpo, imagem corporal, adolescência e insatisfação corporal feminina, com base na literatura disponível. Assim, o estudo, possui abordagem qualitativa, utiliza o método da pesquisa bibliográfica e se classifica como explicativo.

Palavras-chave: corpo; imagem corporal; meninas adolescentes; insatisfação corporal.

ABSTRACT

This study is an integral part of an ongoing dissertation, in the Master's Degree in Design, Culture and Interactivity, and aims to bring together the founding concepts of the research, as well as present the state of knowledge we have built about the object. Among these concepts, here we refer to the body, body image, adolescence and female body dissatisfaction, based on the available literature. Thus, the study has a qualitative approach, uses the bibliographic research method and is classified as explanatory.

Keywords: body; body image; teenage girls; body dissatisfaction.

1 INTRODUÇÃO

“Ao pensar no corpo, a vida se apresenta como um fato intra e intersubjetivo, no qual o consciente e o inconsciente, o biológico e o psíquico, o individual e o social, a natureza e a cultura se miscigenam a fim de dar o mais pleno sentido à existência de cada indivíduo” (Costa, 2013, p. 24).

Este estudo se trata de um recorte da dissertação de mestrado em andamento, intitulada “Os desenhos do meu corpo: narrativas sobre o processo de construção da imagem corporal de adolescentes negras da Comunidade Quilombola do Poço em Antonio Cardoso-BA”, do Programa de Pós-Graduação em Desenho, Cultura e Interatividade, da Universidade Estadual de Feira de Santana, na Área de Concentração XXXX e Linha de Pesquisa XXXX, tendo a autora como Pesquisadora Principal e a coautora como Orientadora.

Objetivamos aqui, reunir os conceitos fundantes da nossa pesquisa, de modo a oportunizar uma leitura provocativa e, ao mesmo tempo, esclarecedora sobre as perspectivas e referências que estamos adotando para nos posicionarmos sobre o corpo e a imagem corporal. Vislumbramos também apresentar outros estudos que tematizam nosso objeto, construindo, assim, o estado do conhecimento.

Essa temática fora escolhida, inclusive, por ser decorrente da nossa formação inicial em Educação Física, que nos permitiu amplas e contundentes reflexões sobre a mesma, impactando não somente nossos estudos e produções acadêmicas, como, e sobretudo, influenciando nosso modo de ser e estar no mundo, modificando nossas concepções sobre nós mesmas, sobre quem somos e sobre os corpos que nos constituem.

Assim, no universo discursivo e conceitual do corpo e da imagem corporal, fizemos o recorte para o período da adolescência, período indubitavelmente mais marcante para as construções e reconstruções da imagem corporal. E isso principalmente para as meninas, por conta das características físicas que se manifestam a partir da puberdade, e que vão marcar fortemente suas questões subjetivas, podendo inclusive ser gatilho para transtornos decorrentes da

insatisfação corporal, e interferir em suas atividades cotidianas, na interação social e nas relações afetivas e psíquicas, dentre outras.

Para a realização deste estudo, utilizamos a pesquisa bibliográfica como estratégia metodológica, a partir de uma abordagem qualitativa. E, de acordo com o seu objetivo, trata-se de um artigo de caráter explicativo, pois visa a identificar os fatores que determinam ou que contribuem para a ocorrência do fenômeno, e permite o aprofundamento do conhecimento da realidade, havendo a explicação da razão e o porquê das coisas (Gil, 2002).

Destarte, o estudo encontra-se organizado em cinco sessões: esta introdução, que apresenta o contexto da pesquisa, além dos objetivos e da metodologia utilizada na escrita do texto; a seguir, uma sequência de três tópicos conceituais sobre o corpo, a imagem corporal e a adolescência e a insatisfação corporal – neste último apresentamos o estado do conhecimento produzido; e as considerações finais.

2 O CORPO

O corpo é o primeiro enigma da vida. Desde as primeiras horas de vida, há uma interação curiosa, um conflito com o desconforto de ocupar esse corpo e ocupar outros espaços, seja na tomada de consciência da mobilidade, no movimento da sustentação do próprio corpo, até mesmo a complexidade dos processos internos e pragmáticos que ocupam seu espaço, pois o corpo é o lugar onde há a quebra da simetria, e em que tudo pode acontecer e acontece (Barros, 2006). Dessa forma, Costa (2013) retrata que, ao pensar no corpo, a vida se apresenta como um fato intra e intersubjetivo, no qual o consciente e o inconsciente, o biológico e o psíquico, o individual e o social, a natureza e a cultura se misturam, agregando valor e formando a materialização da existência humana.

Reis (2011) cita que a ciência tende a entregar ao corpo um papel de objeto, despojando a subjetividade de sua essência encarnada, pois o pensamento ocidental é perpassado pela ideia de uma divisão entre corpo e mente, corpo e alma,

corpo e consciência. Esse pensamento é baseado no dualismo criado por alguns filósofos, como Descartes, que postulavam a separação do corpo e da mente e, conseqüentemente, o estabelecimento de um privilégio/supervalorização de um para com o outro, desencadeando conseqüências negativas no construto social.

Entretanto, Xavier (2021), a partir de outros filósofos, como Foucault, concebe o corpo como tecido histórico da biologia, sendo as duas substâncias cartesianas irreduzivelmente distintas, que contêm aspectos diferentes das mesmas substâncias e inseparáveis uma da outra, caracterizando a mente como ideia do corpo, na medida em que o corpo é uma extensão da mente. Dessa forma, a “[...] noção de corpo como objeto rompe a unidade fenomenológica do homem, cuja existência é corporal” (Reis, 2011, p. 37).

Contemporaneamente, o corpo tem sido socialmente elaborado, nele se materializando a relação entre os seres humanos e a sociedade. É ponte de ligação com o mundo ao conjugar os diversos aspectos subjetivos, religiosos, políticos, econômicos, científicos, afetivos, entre outros, não se deixando aprisionar por uma única abordagem, o que limitaria qualquer possibilidade de apreciação (Costa, 2013, p. 25).

Para Merleau Ponty (2006), o corpo, antes de ser um objeto, é o nosso modo próprio de ser-no-mundo, logo, é o corpo que realiza a abertura do homem ao mundo. Segundo Reis (2011), o teórico concebe o corpo como lugar que detém o conhecimento originário do mundo e de si próprio, um saber sensível que antecede o conhecimento reflexivo. Mas, paralelamente, oferta-lhe possibilidades, afirmando que “O corpo é nosso meio geral de ter um mundo” (Merleau-Ponty, 2006, p. 203). Ao compreender o corpo como potência ativa no processo da vida, tem-se o corpo como um espaço expressivo. O corpo, assim, não é uma capa exterior do ser, mas a sua expressão, pois “[...] a cada momento, o corpo exprime as modalidades da existência” (ibidem, p. 223).

Alinha-se o corpo a um fenômeno complexo que ultrapassa e muito o aspecto físico, mas engloba tudo aquilo que nos faz quem somos. Segundo Franco, Santos e Caminha (2020), o corpo é o conjunto das nossas vivências resultantes em expressão e realização de nossas intenções, desejos e projetos. É a partir das inúmeras relações que se constitui o processo de construção da subjetividade e

suas experiências corporais são caracterizadas como intersubjetividade em ação. Além disso, o corpo é social:

O corpo é sociedade, pois este é construído, transformado de acordo com os seus costumes, o corpo é imaginário, construído a partir de um ideal de cada sociedade, fazendo valer as suas crenças através de inúmeros saberes, que são adquiridos no processo de interação com o social e consigo mesmo (Bataglia, 2021, p. 13).

Dessa forma, reafirmamos Andrade (2012) na compreensão do corpo como sendo algo complexo, no sentido de *corpus*, que ultrapassa os limites do biofísico, e que agrega em si os produtos e influências do meio sócio-econômico, político e cultural. Um corpo dotado de significado, de valores, crenças e magias. Ademais, o corpo se constitui em meio às transformações ao longo do tempo, numa dada contextualização cultural, sendo agente passivo e ativo diante da sociedade, “[...] regulando e vigiando modos de ser e de agir, é produzido e reproduzido pelas várias instâncias sociais, em diferentes épocas, com discursos construídos de acordo com os valores, as exigências e os interesses de projetos da classe dominante” (Santos, 2008).

Ainda de acordo com Merleau-Ponty (2006), o corpo é a base sobre a qual se sustenta a existência e onde se revelam diversas manifestações, como as afetivas, intelectuais, eróticas, cognitivas e sensitivas, responsáveis pela relação do sujeito com o mundo, de modo que a consciência e o pensamento não possam atuar de maneira absoluta, mas sim em interdependência com essas outras potências. E é por meio da corporeidade e sua percepção que o indivíduo entra em contato consigo e com o mundo.

O corpo é produto de uma construção cultural, social e histórica sobre o qual são conferidas diferentes marcas em diferentes tempos, espaços, conjunturas econômicas, grupos sociais, étnicos etc. Ou seja, não é algo dado a priori, nem mesmo é universal: é provisório, mutável e mutante, suscetível a inúmeras intervenções consoante o desenvolvimento científico e tecnológico de cada cultura, bem como suas leis, seus códigos morais e sua linguagem, visto que ele é construído também a partir daquilo que dele se diz. [...] Educa-se o corpo na escola e fora dela: na religião, na mídia, na medicina, nas normas jurídicas, enfim, em todos os espaços de socialização nos quais circulamos cotidianamente (Coelliner, 2015, p. 135).

Segundo Costa (2013), o conceito de percepção corporal começou a ser construído e propagado em meados do Século XVI, tendo a inovação de Bonnier, em 1908, ao postular a noção de esquema corporal como a junção de todas as sensações oriundas de dentro ou fora do corpo. Corpo este que se encontra contemporaneamente sendo elaborado e marcado socialmente pelas interações e aspirações humanas, propagando identidades, individualidades e autoestima, refletindo questões atuais e atemporais, estruturando o consumo e insatisfações, dando voz à existência na ocupação de espaços e histórias.

Tavares (2003) cita que o corpo contém aspectos diversos – fisiológicos, sociais, psicológicos e ambientais – que se relacionam e se integram durante os processos de afetações e percepções da vida, e se constrói a partir da sua história, das memórias e de sua identidade corporal. Essas experiências externa e internamente impressas no corpo determinam as formas de sentir, perceber, aparecer, mostrar, ver e tocar (Nascimento *et al.*, 1998). Ao conceber o corpo como também um mecanismo social, Costa (2013, p. 31) reflete que “[...] o corpo é um espaço de inscrição de condutas familiares e de classes sociais, é o suporte de uma construção de identidade que se dá pelo social sobre o indivíduo em seu movimento pela sociedade e que acaba por sedimentar um habitus – num corpo socializado que agregou as estruturas imanentes de um mundo – relativo à sua história.”

E é à representação dessa identidade corporal, constituída por múltiplos sentidos (como visão, tato, olfato, audição, paladar) e sistemas relacionais, que chamamos de imagem corporal, que, por sua vez, pode ser assimilada de maneira positiva ou negativa, tornando-se dependente da aprovação do outro para se sentir dentro dos “padrões estéticos” (Oliveira, 2018). Assim, “O corpo é conectivo, ele me conecta com o outro e me (re)conecta comigo mesmo. Nele a subjetividade se expressa, se realiza e se (re)constitui a partir da intersubjetividade, pois como corpo estou atado ao mundo” (Reis, 2011, p. 43).

3 IMAGEM CORPORAL

A imagem corporal (IC) é um conceito multidimensional, que revela a percepção do sujeito sobre si, influenciada por padrões da sociedade, pelas representações comportamentais da personalidade e pelos estados emocionais (Silva, 2015). Ademais, a imagem corporal “[...] está ligada a uma organização cerebral integrada, influenciada por fatores sociais, processos de desenvolvimento, e aspectos psicodinâmicos (Tavares, 2003, p. 15). A autora não se desprende da figura orgânica, dito “corpo-humano”, mas afirma que se faz necessário pensarmos a imagem corporal como um fenômeno singular, desenvolvido a partir das experiências individuais e das inter-relações existenciais entre imagens corporais durante a vida.

Schilder (1999), autor que apresenta a IC em uma perspectiva sistêmica, conceitua a Imagem Corporal como a formação da percepção de si e do seu corpo imerso nas emoções de uma personalidade singular que se apresenta em ações; constitui-se como ponto de partida para a construção da identidade, sendo fator principal para o autoconhecimento e autoconceito do indivíduo, permitindo também a projeção da percepção corporal no meio social, pois é a partir das interações com o mundo externo que o nosso corpo se modifica.

A atitude em relação às várias partes do corpo pode ser determinada pelo interesse que as pessoas que nos cercam dão a nosso corpo. Elaboramos nossa imagem corporal segundo as experiências que obtemos através das ações e atitudes dos outros. As ações dos outros podem provocar sensações, quando estes nos tocam ou manipulam. Mas também podem nos influenciar através de palavras e ações que atraem nossa atenção para determinadas partes do seu corpo e do nosso (Schilder, 1999, p. 190).

De acordo com Costa (2013), desde o processo de desenvolvimento infantil, a imagem corporal é construída pelo reconhecimento corporal, pela percepção do movimento, pelo contato com o outro e pela influência da sociedade e da cultura. Maturana (2004) postula que a construção da IC é dinâmica, com origem no nascimento, e se desenvolve até a morte, constituindo-se como uma estrutura complexa e subjetiva, contendo modificações que implicam a construção contínua e

a reconstrução incessante do corpo, tornando-o produto dos processamentos e estímulos da experiência pessoal e das numerosas influências exteriores. Salienta-se o seu caráter singular e indivisível da construção da identidade do indivíduo: “A imagem Corporal possui um eixo pulsional, que sustenta de modo essencial a individualidade e é o ponto de partida para o desenvolvimento da identidade da pessoa” (Tavares, 2003, p. 16.)

Santos (2010) compreende a imagem corporal como uma construção mediante as experiências/descobertas que temos de nós mesmos, que se apresenta em um fluxo reagente às diversas inter-relações estabelecidas pelos mesmos corpos. Essa construção é pautada nas interferências diárias, interligadas a variáveis, quais sejam: “[...] sexo, idade, meios de comunicação, bem como pela relação do corpo com os processos cognitivos como crença, valores e atitudes inseridos em uma cultura” (Damasceno, 2005, p. 181 *apud* Santos, 2010, p. 39).

O conceito de imagem corporal, segundo Thompson (1996 *apud* Silva, 2015), caracteriza-se por três componentes: o primeiro é o perceptivo, que se relaciona com a percepção da própria aparência física e envolve a estimativa do tamanho corporal e do peso; o segundo se enquadra no subjetivo, pois envolve os parâmetros da aparência, o nível de preocupação e ansiedade a ela associadas; e o terceiro e não menos importante é o fator comportamental, que evidencia as situações que o indivíduo evita por experimentar desconforto associado à aparência corporal.

Nesse contexto, a Imagem Corporal, segundo Shilder (1999) e Tavares (2003), é caracterizada como um fenômeno complexo, multifacetado, que deve ser visto sob múltiplas perspectivas, não sendo somente uma construção cognitiva, mas vulnerável às influências das atitudes, desejos e interações sociais, e dos processos dinâmicos internos e externos que se encontram em relação a cada instante, e dispostos a transformações.

Sabe-se que a Imagem Corporal é a forma como o indivíduo se percebe e se sente em relação ao próprio corpo (Tavares, 2003), pois se trata da figura do corpo que é construída na mente. Dessa forma, Tavares (2015) afirma que a avaliação da imagem corporal é feita pela dimensão perceptiva, voltada para a fidedignidade no julgamento dos corpos. Mas, também, por meio da dimensão atitudinal, que se classifica de acordo com os pensamentos e crenças sobre a aparência de alguém.

Há também a questão afetiva, que se dá por meio das compreensões das experiências emocionais com o corpo, além do investimento que está ligado à importância que o indivíduo dá para a aparência e seu nível de manutenção ou modelação (Cobelo, 2008).

A avaliação realizada pelo indivíduo pode vir a ser qualificada de forma negativa, desenvolvendo uma insatisfação em relação ao corpo, e essa insatisfação pode ser caracterizada como a diferença entre o corpo percebido e aquele considerado ideal para o indivíduo, sendo categorizada como componente atitudinal na construção da imagem corporal (Cobelo, 2008). Russo (2005) comenta que sempre existirá um modelo de imagem corporal dominante a ser seguido em meio à sociedade, e quando não há o alcance dessa identificação, demanda alto risco para a Insatisfação Corporal, causando sofrimento para o indivíduo.

4 ADOLESCÊNCIA E INSATISFAÇÃO CORPORAL

Ao falar de processos corporais, tem-se a fase da Adolescência, que é um período vital que se inicia aos 10 (dez) anos e se finda aos 19 (dezenove) anos de idade, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). Não há, entre os estudiosos, um consenso que abarque a adolescência, e por isso o mais adequado seria denominá-la de “adolescências”, pois contém múltiplas realidades, sendo caracterizada por ser um período sensível, com constantes mudanças biológicas, físicas, emocionais, cognitivas e psicossomáticas. Marques *et al.* (2016) citam que, nessa fase, muitas transformações biopsicossociais acontecem, desenvolvendo o fortalecimento da construção da identidade e autonomia do indivíduo.

Sabe-se que o processo do corpo durante a maturação, até chegar à adolescência, passa por algumas mudanças identitárias, pois, desde que deixa de ser um bebê, o corpo do ser humano mantém uma identidade, e essa identidade sofre uma desorganização com a emergência dos caracteres sexuais secundários (Campgna; Souza, 2006). Concomitantemente, nesse período, há um maior nível de cobranças e responsabilidades, como também um maior reconhecimento do próprio corpo, sendo afetado pelas interações familiares, sociais e midiáticas, o que pode

desencadear o aumento da preocupação com o corpo e influenciar negativamente a autopercepção da Imagem Corporal (Adami *et al.*, 2008; Marques *et al.*, 2016).

Campagna e Souza (2006) trazem a preocupação de se ter uma internalização de um modelo corporal a ser seguido nessa etapa da vida sem ao menos ser questionado, pois, sem o apoio social, não há uma valorização da subjetividade e da singularidade diante da sociedade. O estudo de Marques *et al.* (2016) traz que, em relação à satisfação com a imagem corporal, 64,6% dos adolescentes se sentem insatisfeitos com a mesma, tendo uma maior prevalência para o sexo feminino. As meninas apresentam uma tendência maior de desejo de diminuir a silhueta corporal, enquanto os meninos demonstram tanto o desejo de aumentar quanto o de diminuir sua silhueta: “A insatisfação corporal que todas as mulheres vivenciam a partir da puberdade tem um significado muito mais profundo, do que uma simples busca pela beleza: tem a ver com se descobrir mulher e não saber lidar com todos os significados intrínsecos” (Altheia, 2019, p. 40).

Por meio da Insatisfação Corporal, é desencadeado um sedentarismo ou urge a busca pela Atividade Física como ponte para lapidar esse corpo indesejado, em busca de um padrão de beleza inalcançável. Dessa forma, a prática de atividade física que deveria trazer benefícios à saúde acaba associada a aspectos negativos relacionados à saúde (Adami *et al.*, 2008).

De acordo com Adami *et al.* (2008), são diversos os fatores que levam o indivíduo a estar insatisfeito com o seu corpo, entre os quais se encontram: internalização do ideal de beleza corporal; influências do próprio meio em que o adolescente convive, incluindo pessoas próximas, como familiares, amigos e outras pessoas que fazem parte do cotidiano; e índice de massa corporal. Salienta-se, a partir disso, que as mudanças corporais oriundas da puberdade e as influências de pessoas próximas e da mídia tornam a adolescência um processo de vida sensível para o desenvolvimento da insatisfação corporal.

O reforço dado pela mídia em mostrar corpos atraentes faz com que uma parte de nossa sociedade se lance na busca de uma aparência física idealizada (Russo, 2005). Sendo assim, com o avanço dos anos e da força das interações midiáticas/sociais relacionadas ao modelo do corpo magro a ser seguido, têm-se cada vez mais frustrações e inadequações referentes à IC.

Apesar do processo de construção da imagem corporal parecer ser algo subjetivo e solitário, é também constituído socialmente. As pessoas são ensinadas a avaliarem seus corpos através da interação com o ambiente: “[...] é sobre as representações, as aprendizagens que envolvem o corpo, os rituais e as experiências que o sujeito com seu corpo apreendem junto ao meio social, cultural e relacional que o tange” (Vieira, 2021). Sendo assim, sua IC é construída e reavaliada continuamente durante a vida inteira, mas as necessidades individuais são veladas pelas necessidades de ordem social. Tavares (2003) cita em seus escritos que somos pressionados em numerosas circunstâncias a concretizar em nosso corpo o corpo ideal de nossa cultura.

Surgem, conseqüentemente, os excessos e frustrações por conta do alto nível de aspiração, delimitando o movimento humano e a IC como partes de forças econômicas (Adami *et al.*, 2005). Ao se estabelecer o estereótipo do belo, do magro e do musculoso, obtém-se a estratégia da prática de exercícios físicos com o objetivo de rendimento, de medida, de ter um corpo adequado aos padrões impostos. Para os autores, isso ratifica as analogias do corpo humano e do movimento como uma máquina, na qual exercício e alimentação são executados de um modo irrefletido e irresponsável, repetitivo e mecânico.

Alguns adolescentes, mesmo dentro dos parâmetros de peso considerados normais para a idade e sexo, podem se perceber acima do peso. Tal percepção pode conduzi-los, muitas vezes, a comportamentos inadequados, como a prática excessiva de atividade física e a restrição alimentar auto imposta (Iampsen; Silva, 2012).

4.1 INSATISFAÇÃO CORPORAL: UM PROCESSO CULTURAL

“O corpo está em alta! Alta cotação, alta produção, alto investimento... Alta frustração” (Fernandes, 2003, p. 13).

Desde os primórdios, a cultura da beleza é valorizada e incessantemente buscada, em meio a um formato dinâmico, pois os padrões de beleza se

modificaram. Altheia (2019), ao pensar no Padrão de Beleza Paleolítico (2 milhões até 10.000 anos atrás), apresenta aos leitores uma referência de padrão de beleza chamada Vênus de Willendorf, que é uma representação feminina, sinônimo de fartura para as colheitas: é caracterizada sendo bastante gorda, detentora de seios grandes e caídos, quadris, ventre, genitália e barriga extremamente fartos, um corpo de uma deusa, uma mulher, com movimento e abundância, um corpo totalmente contrário ao que é valorizado hoje. Assim, entendemos que “O corpo fala desde que o mundo é mundo” (Altheia, 2019, p. 27).

Wolf (2021) cita que a “Beleza”, tão quista e procurada por tantas mulheres, não é universal, mas sim um sistema monetário que, como qualquer outro sistema, é determinado pela política e por um conjunto de crenças que buscam manter intacto o poder masculino. Ela diz também que a “Beleza” não é imutável, embora o mundo ocidental finja que todos os ideais de beleza feminina se originam de uma mulher ideal platônica.

Sobre o processo da cultura do belo e dos padrões de belezas disseminados na sociedade e suas mudanças ao longo do tempo, vale pensar que, na Idade Média, flagelava-se ou mutilava-se o corpo para dominá-lo: “[...] muitas pessoas faziam farto uso das sanguessugas para realizar as sangrias e remover sangue do corpo de forma mecânica, também era comum o consumo de arsênio, numa dose não letal, mas que garantisse uma pele mais pálida do que o usual” (Altheia, 2019, p. 28), pois a pele pálida era sinônimo de nobreza e *status* social. No Século XVI, as pessoas mais bronzeadas pelo sol, magras, com musculaturas definidas e mãos calejadas eram camponesas pobres que tinham carga horária de trabalho excessiva sob o sol. Logo, ter um corpo branco e flácido era sinônimo de prestígio.

O padrão de beleza é estabelecido por Altheia (2019) como um fenômeno contra-hegemônico, pois normalmente age contra a maioria dos corpos no período histórico e no lugar que estivermos considerando. A autora faz uma comparação temporal: quando estabelece a relação do Século XXI, cita que hoje as pessoas mais pálidas e gordas trabalham nos escritórios e em caixas de supermercados, sendo que a maioria que realiza trabalho intelectual detém comportamentos sedentários. Ao contrário, hoje em dia, as pessoas bronzeadas de sol, magras, definidas e mãos calejadas são praticantes do *crossfit*, pois poder se dedicar à

atividade física é um privilégio para poucos e recai também sobre uma questão socioeconômica.

Por conseguinte, nos dias de hoje, Século XXI, urge a necessidade de corpos magros e malhados, pois o padrão de beleza associado ao consumo se fortalece a partir do que é ditado pela sociedade, e acarreta uma dependência referente às exigências do mercado, que definem as regras e comportamentos (Costa, 2013). Russo (2005, p. 82) traz a reflexão do culto ao belo fazendo uma pergunta pertinente: “prazer ou sofrimento?” E faz pensar sobre a mercantilização da beleza e seus inúmeros produtos criados e publicados destinados ao consumo compulsório, que tornam as pessoas escravas de um ideal.

Destarte, as consequências históricas ao longo do processo tornaram o processo de emancipação da mulher cada dia mais complexo: a mulher que era do lar fez a travessia para o trabalho fora de casa, ocupou outros espaços, tendo mais direitos adquiridos. Entretanto, ainda assim foram estabelecidos mecanismos para controlar esses corpos que já não são tão controlados politicamente, e fazem com que sejam mantenedores do consumismo, o que ressalta o narcisismo e impõe para si mesmas uma disciplina extremamente severa, por vezes dolorosa e imersa em frustrações.

O homem vive o seu corpo não a sua maneira e vontade. Experimenta a todo momento uma aprovação social de sua conduta. O corpo tem que aprender a comportar-se conforme regras e técnicas estabelecidas pela sociedade e a beleza corporal também é definida por modelo estético padronizado comercialmente (Russo, 2005, p. 83).

Tavares (2003, p. 18) desenvolve em seus estudos que “[...] somos pressionados por numerosas circunstâncias a concretizar em nosso corpo o modelo de corpo ideal de nossa cultura, somos impelidos para essa representação por meio de castigos (desprezo, críticas etc.) ou gratificações (dinheiro, poder, admiração)”. Segundo o autor, o indivíduo é pressionado a formar o próprio corpo em um corpo que a sociedade dita ser ideal. A sociedade, portanto, é produtora de estereótipos e modelos de comportamento que se registram no corpo, diferenciando-se em cada época e cultura, o que pode certamente ocasionar altos índices de insatisfação corporal.

Marleau-Ponty (2006), por sua vez, desenvolve a relação sobre o processo do corpo objeto que, diante das interações e percepções no âmbito social, constrói subjetividades que se expressam como um corpo sujeito, e transcende significados que se perpetuam em outros corpos.

Os corpos vão formando comunidades discursivas de aprendentes. Corpos experimentam o mundo e declaram verdades, que são tomadas como válidas para o grupo social que eles habitam. Corpos reconhecem que outros fazem parte de sua comunidade de convivência. Criamos horizontes de convivências por meio de relações intercorpóreas. Assim, o subjetivo pressupõe o intersubjetivo; o pessoal, o interpessoal; o corporal, o intercorporal. Nossas experiências corporais não são apenas pessoais ou singulares, mas também coletivas ou públicas (Caminha, 2012b, p. 25).

E quando se trata de significados transmitidos por corpos, há uma grande divergência entre as informações do mundo atual, principalmente as ditadas e repercutidas pelas mídias, que muitas vezes silenciam as imagens corporais reais dos indivíduos, carregadas por questões de ordem biológica, afetiva e social. Consequentemente, esse fenômeno gera demandas referentes à construção da própria imagem corporal por falta de identificação, ocasionando insatisfação corporal, a qual tem sido associada a fatores como: sexo, cor da pele, massa corporal, atividade física, alimentação e local de moradia, entre outros (Iepsen; Silva, 2014).

Ao desenvolver a IC, paralelamente, surge o desejo incessante de realizar mudanças no próprio corpo, acarretando fortes mudanças de hábitos: práticas alimentares e exercícios físicos são movimentos que implicam readaptações à imagem corporal dos indivíduos, redefinindo dessa forma a sua maneira de se colocar no mundo. Ademais, o processo de Insatisfação Corporal é uma questão de gênero, pois há um nível alto de cobrança para o gênero feminino, tendo um padrão de beleza a ser perseguido que, por vezes, é inalcançável, e gerador de cansaço emocional e físico.

Altheia (2019) traz em seu livro “Não sou exposição, questionamentos sobre a imagem corporal, autoestima e saúde”, o conceito de insatisfação normativa, caracterizado por uma insatisfação corporal extremamente intensa presente na população feminina. É como se “[...] não gostar do corpo que você tem é uma norma. Uma regra” (Altheia, 2019, p. 9). A autora ainda cita que não gostar e

maltratar o próprio corpo, não gostar dele, não deveria ser a norma, pelo contrário; deveríamos ser ensinadas a amá-lo e admirá-lo, cuidando realmente desse nosso habitat.

Wolf (2021) diz que quando as mulheres invadiram em massa as esferas masculinas, sufocaram o prazer e liberdade de ser por um “[...] dispositivo social que transformasse o corpo feminino na prisão que o lar já não era” (Wolf, 2021, p. 268). A autora diz que existe uma “subvida” no cotidiano dessas mulheres do mundo ocidental que trabalham, têm sucesso, são atraentes; entretanto, as suas liberdades são envenenadas, pois são impregnadas de conceitos de beleza, o que potencializa o ódio a nós mesmas, gerando obsessões com o físico, pânico de envelhecer e pavor de perder o controle.

Imersas na insatisfação, desenvolvem vários processos, técnicas e modelos de disciplina para abarcar a busca incessante da melhoria desse corpo. Na pesquisa de Oliveira *et al.* (2003 *apud* Silva, 2015), ficou evidenciado que há um número cada vez maior de mulheres que, desde a adolescência, fazem o uso de dietas para controle do peso corporal, bem como excesso de exercícios físicos, uso indiscriminado de laxantes, diuréticos, drogas anorexígenas e procedimentos cirúrgicos com finalidades estéticas. Em meio a essa realidade, tem-se uma situação crítica referente ao desenvolvimento de transtornos alimentares (TA), pois o número de pessoas com TA e comportamentos relacionados à vigorexia, bulimia e anorexia tem aumentado (Silva, 2015).

A distorção de IC é uma das características mais marcantes dos TA, pois se apresenta como um sintoma central dos mesmos, caracterizada por uma autoavaliação negativa de si e influenciada pela experiência com seu peso e forma corporal (Coutinho, 2018).

São distorções cognitivas relacionadas à avaliação do corpo: pensamento dicotômico – o indivíduo pensa em extremos com relação à sua aparência ou é muito crítico em relação a ela; comparação injusta – quando o indivíduo compara sua aparência com padrões extremos; atenção seletiva – focaliza um aspecto da aparência e erro cognitivo, o indivíduo acredita que os outros pensam como ele em relação à sua aparência (Coutinho, 2018, p. 13).

Sendo assim, ratifica-se a Distorção da Imagem como um fator muito comum em pessoas que sofrem de algum tipo de TA, pois focaliza e potencializa um tipo de desconforto em relação ao seu “defeito”, propriamente exagerado ou equivocado, pois se encontram fragilizadas em relação a sua imagem (Coutinho, 2018).

O estudo realizado por Marques *et al.* (2016) traz em seus resultados que há um número elevado de jovens insatisfeitos com a sua imagem corporal, tendo uma maior prevalência no sexo feminino. Os dados corroboram a pesquisa de Bezerra *et al.* (2020), que encontrou maiores índices de insatisfação corporal em adolescentes do sexo feminino, com maior ocorrência da insatisfação por excesso de peso.

Esse processo de construção e reconstrução cíclica da imagem corporal acontece em todas as fases da vida, mas é na adolescência que se dá um processo de luto do corpo infantil, o que leva a uma mudança significativa no reconhecimento de si próprio (Costa, 2013), sobretudo entre as meninas. As adolescentes não se reconhecem mais com o corpo infantil e nem com o de adulto, pois estão imersas em modificações contínuas e significantes em seus corpos, acarretando uma inadequação que pode se perpetuar por toda a vida.

Segundo Adami *et al.* (2005), o sentido de beleza corporal atual interfere no conceito de imagem do corpo de tal forma que a não adequação ao estereótipo está relacionada à etiologia de patologias e práticas enviesadas. Tais práticas e até a imagem corporal acabam, muitas vezes, por perder suas relações positivas com o ser humano e podem lhe causar aspectos negativos. A sociedade atual tende a instigar as pessoas a buscarem uma imagem corporal que se enquadre nos anseios estereotipados de corpo, acionando corridas desenfreadas para terem “modelos” de padrões de beleza inatingíveis.

O corpo propagado e desejado pelo consumo passa distante da realidade da maioria: é disseminada uma imagem corporal distante da normalidade, que tem uma virilha sem pelos, um corpo sem manchas, uma bunda redondinha e empinada sem nenhuma marca, barriga chapada, costas definidas e rosto bem harmonizado, mas o que seria realmente harmonia? E não para por aí! Incentiva-se a exibição dos dentes alinhados e extremamente brancos, cílios grandes, roupas que mudam o tempo inteiro na moda, fotos com os melhores ângulos para venderem a ideia do perfeito, do “intragamável”, passando a ideia da perfeita ordem e alimentando a busca pelos

mecanismos de modulação desses corpos que não se sentem pertencentes – que são a maioria – e desenvolvem um sentimento de inadequação.

No anseio e busca incessante por controle, esquecemo-nos de que não temos o controle de tudo, inclusive dos nossos corpos; esquecemos de que somos totalmente orgânicos e passíveis de deterioração. Há milhares de processos orgânicos sendo realizados neste momento em nosso corpo involuntariamente, como também nascem rugas em lugares que não podemos controlar; engordamos, envelhecemos, músculos são atrofiados, dentes amarelados, pele com flacidez. Tudo isso, entre outras coisas, é a vida mostrando a ação do tempo; tudo isso é história, que também é contada por meio do nosso corpo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando falamos sobre o corpo, firmamos um compromisso com sua epistemologia, que não pode ser circunscrita apenas na esfera biológica ou material. O corpo é um complexo, uma rede de interconexões que constituem aquilo que somos, incluindo as subjetividades, emoções, desejos, relações, discursos, comportamentos, atitudes, imagens etc. Diante do que apresentamos até aqui, evidencia-se que o modo como nos percebemos e nos concebemos constitui a nossa imagem corporal. E que ela se dá de modo processual, ao longo de toda a vida, sendo diretamente influenciada por questões e relações intra e interpessoais.

Em toda a vida, nenhum momento é mais decisivo para a IC do que a adolescência, pois a transição da infância para a fase adulta é demarcada pelas redescobertas de si, pelo luto do que já se foi quando criança e pelo desconhecimento sobre o que há de se tornar com a maturidade. E quando isso é pensado em relação às meninas, vários são os estudos que atestam sua predominância, ocasionando, conseqüentemente, recorrentes episódios de insatisfação corporal, sob as mais diversas justificativas.

Seja pelo desejo de manutenção de estereótipos corporais veiculados midiática e socialmente, seja pela especulação em torno de um corpo feminino sexy e atraente, que ratifique comportamentos e discursos machistas, seja pela

constatação de que o seu biotipo jamais poderá se encaixar em certos padrões, apesar de todos os esforços e intervenções a que se submeta com esse fim, a mulher, desde a adolescência, é cobrada a tornar seu corpo o mais próximo possível daquela imagem que é idealizada.

As perguntas que não querem calar são: até quando isso? Quantas meninas chorarão diante do espelho? Quantas ainda nem ao menos conseguirão se olhar no espelho? Quando irão nos aceitar como somos e entenderão que a verdadeira beleza está justamente nas nossas diferenças e diversidades corporais? Quando iremos dar um basta e não mais nos abateremos diante das pressões e discursos alheios? Quando nos amaremos plenamente? Até quando a insatisfação corporal se fará tão presente, quase como uma regra? Até quando isso? Até quando?

REFERÊNCIAS

ADAMI, Fernando *et al.* Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física. **Lecturas, Educación Física y Deportes**, v. 83, n. 10, 2005. Disponível em <https://www.efdeportes.com/efd83/imagem.htm>. Acesso em: 10 abr. 2022.

ADAMI, Fernando *et al.* Insatisfação corporal e atividade física em adolescentes da região continental de Florianópolis. **Psicologia: Teoria e pesquisa**, v. 24, p. 143-149, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/QNqRNxrvf49FgTmzXcNsTDy/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 10 abr. 2022.

ALTHEIA, Paola. **Não sou exposição**: questionamentos sobre imagem corporal, autoestima e saúde. Belo Horizonte: Quintal Edições, 2019.

ANDRADE, Carla Borges de. **1980/1990—infâncias seduzidas pelos desenhos animados**: implicações comportamentais sobre a formação da imagem corporal. Feira de Santana: UEFS Editora, 2012.

CAMPAGNA, Viviane Namur; SOUZA, Audrey Setton Lopes de. Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina. **Boletim de psicologia**, v. 56, n. 124, p. 9-35, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432006000100003&script=sci_arttext. Acesso em 09 maio de 2022.

COSTA, Sandra de Matos Botelho da. **O corpo e a imagem corporal em adolescentes**: um estudo numa escola pública no bairro de Jurujuba. Niterói, RJ: 2013.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisas**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

REIS, Nayara Borges. O Corpo como expressão segundo a filosofia De Merleau-Ponty. **Kínesis-Revista de Estudos dos Pós-Graduandos em Filosofia**, 2011, 3.06: 137-153. Disponível em; <https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/kinesis/article/view/4429>. Acesso em; 22 de ago 2022.

RUSSO, Renata. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, v. 5, n. 6, p. 80-90, 2005. Disponível em: <https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjQpcyW4sH4AhXFnpUCHUx7AYsQFnoECAkQAQ&url=http%3A%2F%2Fferramentas.unipinhal.edu.br%2Fmovimentoepercepcao%2Fviewarticle.php%3Fid%3D39&usg=AOvVaw33cRWICNkJaXIDqxFoj3RD>. Acesso em: 10 maio 2022.

MARQUES, Maria Inês *et al.* (In) Satisfação com a imagem corporal na adolescência. **Revista Nascer e Crescer**, v. 25, p. 217-221, 2016. Disponível em: <https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjQpcyW4sH4AhXFnpUCHUx7AYsQFnoECAkQAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.revistanascerecrescer.com.br%2Fartigo%2Fsatisfacao-com-a-imagem-corporal-na-adolescencia>. Acesso em: 28 mar. 2022.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

NASCIMENTO, Estelina Souto; DE ASSIS MEDINA, Anamaria Vaz; DE LACERDA TEIXEIRA, Cláudia Dias. O corpo da mulher no período colonial: algumas reflexões. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 2, n. 1, 1998.

OLIVEIRA, Juliana Tomaz de. **Percepção da imagem corporal de alunas do Ensino Médio de escolas públicas de Sousa-PB**. Trabalho de Conclusão de Curso.. Campus Souza, Instituto Federal da Paraíba, 2018Disponível em: <https://repositorio.ifpb.edu.br/handle/177683/2201>. Acesso em: 01 nov. 2022.

OLIVEIRA, Michelle Rodrigues de; MACHADO, Jacqueline Simone de Almeida. O insustentável peso da autoimagem:(re) apresentações na sociedade do espetáculo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 2663-2672, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2021.v26n7/2663-2672/>. Acesso em: 08 ago de 2022.

SCHILDER, P. (1886-1940). **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique**. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SILVA, Andressa Melina Becker da et al. Jovens insatisfeitos com a imagem corporal: estresse, autoestima e problemas alimentares. **Psico-USF**, v. 23, p. 483-495, 2018.SILVA, G. P. A. et al. Estética e imagem corporal de mulheres jovens. 2015. Disponível em <https://www.scielo.br/j/pusf/a/HSP7zqggvW8D54QYcXvhzrK/?lang=pt> . Acesso em: 06 abr 2022.

SILVA, Greicielle Pereira Arruda *et al.* **Estética e imagem corporal de mulheres jovens.** Faculdade de Educação Física, Cuiabá, 2015. Disponível em: <https://ri.ufmt.br/handle/1/683> . Acesso em: 02 abr. 2022.

TAVARES, Maria da Consolação Cunha. **Imagem Corporal: conceito e desenvolvimento.** São Paulo: Manole, 2003.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres.** 16 ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2021.

XAVIER, Elódia. **Que corpo é esse?: o corpo no imaginário feminino.** Oficina Raquel, 2021. Disponível em <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=snojEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=xavier+2021+imagin%C3%A1rio+feminino&ots=0pNAcsYGIX&sig=kyDjww2saXSZeWSjdjz5icCBEIQ>. Acesso em; 08 set de 2022.