

## DISCURSO ESTÉTICO DO CORPO O AUTO CUIDADO DE MULHERES

Deyliane Aparecida de Almeida Pereira  
Universidade Federal de Viçosa  
Graduanda em Educação Física  
deyliane\_245@yahoo.com.br

Leonice Aparecida Doimo  
Universidade Federal de Viçosa  
Professora Doutora  
ladoimo@ufv.br

Marizabel Kowalski  
Universidade Federal de Viçosa  
Professora Doutora  
belkowalski@ufv.br

### Resumo

Caracteriza-se metodologicamente por uma pesquisa bibliográfica que constam dos referenciais literários (Livros Científicos, Revistas, Jornais, Periódicos) e midiáticos (Televisão, Fotografias, Gravuras, Cinema) sobre o culto à beleza, a boa forma e o autocuidado, corpo magro e alto, malhado, sem gordura e sem celulite, ou seja, no julgamento entre o bom, o mau e o feio – a estética e a cultura corporal – está em alta neste momento. Produto social, cultural e histórico, o corpo que a sociedade atual fragmenta e compõe, regula seus usos, formas, normas e funções revelam questões dispares e extremas da construção do feminino - o corpo da mulher.

**Palavras - chave:** Mulher, Corpo, Autocuidado

### INTRODUÇÃO

O Discurso Estético do Corpo revela questões dispares e extremas da construção do feminino - o corpo da mulher. Consta dos referenciais sobre o culto à beleza e a boa forma, corpo magro e alto, malhado, sem gordura e sem celulite, ou seja, no julgamento entre o bom, o mau e o feio – a estética e a cultura corporal – está em alta neste momento. Produto social, cultural e histórico, o corpo que a sociedade atual fragmenta e compõe, regula seus usos, formas, normas e funções. Nos últimos anos, a mulher brasileira viveu diversas

transformações físicas. Mary Del Priori (2000) observa esta passagem da construção do corpo feminino como “obsessiva e carregada de ansiedade” em “Corpo a Corpo com a Mulher”. Segundo esta autora, o ponto culminante foi quando a mulher se despiu no decorrer do século XX – a roupa curta com as partes corporais mais amostra, as transparências e o nu na mídia, nas televisões, nas revistas e nas praias, incentivou o desvelar do corpo em público. Muitas soluções foram propostas e aceitas – cremes, vitaminas, silicones e colágenos – a pele tonificada, alisada, limpa, apresenta-se como uma nova forma de vestimenta, que não enruga nem amassa, a não ser pelo passar dos anos.

A transfiguração das imagens do corpo é a questão tratada neste estudo, abordada sociologicamente, visa a reflexão sobre os parâmetros sócio-cultural e histórico. Ser esteticamente perfeito parece impossível, tanto às mulheres quanto os homens, todos são extremamente insaciáveis e a forma física, muitas vezes, aparece como uma falsa medida de saúde. Ao observarmos a literatura vemos um corpo

transformado e transtornado por dietas e exercícios e perguntamos - quais são os limites entre a saúde e a doença? Enaltecemos também os usos e costumes modificados da alimentação, das maquiagens e adereços, ritos religiosos, tecnologias e facilidades, higiene, saúde, economia, socialização e política. A tirania da perfeição física empurrou a mulher não para a busca de uma identidade, mas de uma identificação, ao mesmo tempo, que se reconhece à importância da saúde como fonte de prazer, a medicina tem feito inúmeros avanços para aumentar o bem-estar, muito mais para dissolver a velhice e prolongar a vida. A transfiguração das imagens do corpo é a questão tratada neste estudo, abordada sociologicamente, visa a reflexão sobre os parâmetros sócio-cultural e histórico.

No **contexto sócio-cultural** a magreza é o vínculo à estética corporal como conceito de beleza e pontua os fatores culturais e sociológicos. O discurso estende-se desde as pequenas cidades às metrópoles ser “Top”, estar “Top”. Mas como chegar a perfeição estética? Este parâmetro conduz a algumas relevâncias como, por

exemplo: *o que é ser gordo ou ser magro no imaginário social!* Já o **parâmetro histórico** destaca o extremo da curva da construção do corpo feminino cuja pretensão é a análise do discurso estético que submete aqui a um questionamento – o estilo esguio; esbelto e o culto à magreza são modismos equivocados do mundo moderno na avaliação do auto-cuidado da mulher adulta?

As observações preliminares do estudo estão presentes no controle de comportamento, da conduta e *do habitus* no processo de civilização de Norbert Elias cultuando o padrão estético imposto à cultura da mulher.

## **O DISCURSO SOCIAL E A ENFERMIDADE DO BELO**

Podemos compreender as atitudes dos seres humanos – suas condutas e comportamentos – no plano cultural, sociológico e antropológico pelo que interpretamos em seus corpos – ou seja – aquilo que é socialmente mostrado como forma corporal física. A imagem corporal e a forma de agir dos indivíduos são determinadas social e publicamente, o que ele como sujeito

social coloca amostra através da construção de seu próprio corpo, seja moldando, vestindo – prazerosamente ou não – introvertendo, extrovertendo, manipulando, cometendo excessos e práticas, influenciados pela mídia e pelos discursos dos modismos revelam que a busca da beleza e da forma física aceita socialmente nem sempre andam junto dos discursos da saúde. (Kowalski, 2005)

Dentre as várias interpretações que podem ser dadas à questão das práticas corporais e seus significados para a estética, os transtornos dismórficos se apresentam preocupantes com relação a busca da forma física colocando em xeque os limites entre a saúde e da doença. A influência da opinião pública, na cultura e na busca do belo físico magro ultrapassa conceitos até hoje aceitos como ideais e adequados para as dimensões do corpo de homens e mulheres. Esta influencia não se deu somente como definição de beleza e saúde, mas como padrão corporal, fazendo com que estes limites ultrapassados, desencadeassem doença da modernidade, como por exemplo, as que tratamos aqui – seus aspectos

antropológico, sociológico e psicológicos englobando de maneira geral a saúde – a anorexia nervosa e a vigorexia.

A anorexia e a vigorexia são consideradas lesões de dependência de exercícios incluindo o uso de esteróides e anabolizantes segundo Tristschler (2003, p. 482-3). Podemos também referir como desvio corporal de cunho estético, relacionado aos distúrbios alimentares os quais desencadeiam transtornos dismórficos de fundo psicológicos. Entretanto, os fatores sociais também são considerados como colaboradores na tomada de atitude desses casos, na influência da moda, estilo da vida, mídia e televisão (jornais e revistas), presentes na cultura atual. Metodologicamente, utilizaremos a análise do discurso estético do corpo na mídia e na literatura, respeitando a interdisciplinaridade que exige o levantamento teórico da apresentação crítica à indústria da beleza; clínicas e academias, sistemas utilizados para a busca do corpo idealizado na construção da análise teórica da conduta e comportamento dos indivíduos (homens e mulheres) midiáticos e no cotidiano.

Temos como provável hipótese a visão distorcida do que é beleza e um corpo esteticamente simétrico, assim como as práticas ideais de um corpo perfeito sugerido e propagado pela mídia, pela indústria da cosmetologia ultrapassa limites da saúde do corpo feminino e/ou masculino adequados à modernidade, evidenciando a relevância na desmistificação do corpo perfeito como construção cultural. Para isso é indispensável desconsiderar a história e o processo civilizador e controle das emoções inclusive do controle da conduta alimentar e do apetite. O conceito de “civilização” refere-se a uma grande variedade de fatos: ao nível da tecnologia, ao tipo de maneiras, ao desenvolvimento dos conhecimentos científicos, às idéias religiosas e aos costumes. Já a função geral do conceito de cultura, e que qualitativamente leva todas estas várias atitudes humanas a serem descritas como civilizadas, parte de uma descoberta muito simples: este conceito expressa a consciência que o Ocidente tem de si mesmo, a consciência nacional. Com isto, a sociedade Ocidental procura descrever o que lhe constitui o caráter especial, e

aquilo de que se orgulha: o nível de sua tecnologia, a natureza de suas maneiras e o desenvolvimento científico ou visão de mundo. Manifesta a autoconfiança de povos cujas fronteiras nacionais e a identidade nacional; foram estabelecidos<sup>1</sup>.

Uma civilização é percebida pelos fenômenos culturais nela existentes. Desta maneira, utilizaremos para dar sentido a nossa abordagem, a cultura entendida como produto da sociedade, da coletividade a qual os indivíduos pertencem, e que são produzidos como seres humanos, cujos sistemas organizados dão origem aos símbolos e valores, compreendendo o mundo e modificando-o. Tendo em vista a definição de cultura, torna-se condição essencial para a existência humana, a existência de padrões culturais e sistemas de símbolos significantes e valores que possam guiar o comportamento humano. A consideremos que, com o passar dos anos a sociedade construiu a cultura, onde tudo tem significado e valor, e essas características que ela se desenvolve diz respeito que o estipulado como valor refere-se a qualquer ato,

atitude, sentimento, qualidade ou objetivo humano, dentro do contexto estudado. Podemos ainda dizer que o valor tem correspondência com a qualidade e que não deixa de ser um objetivo. Com essa conceituação de valor torna-se mais próxima a idéia de cultura e como ela é criada e transformada. Imagina-se algo construído, possível de ser modificado, com valores sociais, ou seja, esse sistema é desencadeado onde existe uma sociedade, onde indivíduos atuam de forma coletiva, respeitando regras e uma tradição que é passada de geração para geração sendo adaptada de acordo com as necessidades da época. (Mata: 1984, p.50).

Se os seres humanos criaram a cultura, de forma semelhante, e muito significativamente, sem cultura os homens não conseguiriam viver em sociedade. Vemos assim, o homem que de diversas formas apreende um ao outro pela prática cultural. Entretanto, o sentido da construção corporal e os atuais padrões de beleza foram criados e/ou transformados e, para justificar a existência destes diferentes padrões corporais em todos os tempos, grupos e

sociedades específicas compreendem como sendo este tipo de construção cultural, como imaginal à vida cotidiana e as práticas existentes que buscam a satisfação corporal, tendo um valor e um caráter simbólico na sociedade. Atualmente, algumas práticas corporais vêm sendo justificadas pelo desejo de se ter um “corpo ideal”. A aparência física parece ser forte elemento nas relações sociais, pois a ela são atribuídos significados e, ao buscar esses modelos corpóreos, o resultado é transmitido também no caráter de transformação pessoal. Cinthia Lopes da Silva, diz o seguinte a respeito;

Os fenômenos culturais, compreendidos como formas simbólicas, são cotidianamente interpretados pelos sujeitos sociais. E por meio desses sujeitos e de suas práticas que podemos compreender o conjunto de significados expressos por suas ações. As práticas corporais estão inseridas em determinado contexto estruturado e fazem parte do repertório simbólico dos sujeitos desse meio social.” (Silva: 2003, p.89)

Podemos dizer que as pessoas em sociedade adquirem normas,

padrões, crenças e valores que resultam em comportamento, ou seja, adaptam-se a uma cultura. Daólio (2003, p.25), indica o corpo (...) como instância primária de contato do indivíduo com o meio que o cerca”. Já que o corpo é o que determina o primeiro contato com o mundo, é através dele que as características culturais se desenvolvem para que o indivíduo sintam-se sociabilizado dentro da sociedade a qual ele está inserido. Lovisollo chamaria de pertencimento. Nesta concepção de que o homem não existe sem natureza ou cultura, sendo itens inseparáveis, e verificáveis na sua atitude corpórea, podemos dizer que qualquer prática realizada em qualquer aspecto físico, torna-se compreensível se relacionarmos que esse resultado de *corpo = natureza + cultura*, muda de uma sociedade para outra. Idéias de Hoebel, sintetizam essa diferenciação:

Cada sociedade humana possui sua cultura própria e característica, de maneira que o comportamento dos membros de uma sociedade difere, sob aspectos importantes, do comportamento dos membros de qualquer outra sociedade.

Verificamos, por exemplo, que o insular andamanês, no oceano Índico, chora cerimoniosa e copiosamente quando cumprimenta um amigo ou parente que não vê a muito tempo; o francês beija seu companheiro nas duas faces, enquanto o americano apenas aperta a sua mão direita movimentando-a como se estivesse bombeando água.” (Hoebel: 1982, p.134)

Esta colocação torna-se clara como a mudança de padrão cultural, afinal podemos observar a diferença de comportamento numa região e em outra, diante da mesma situação. Elias, fala que padrões de conduta e comportamentos que eram proibidos em algum tempo, com o passar deste tornaram-se aceitáveis, e outros aceitáveis agora são reprovados, tudo isto faz parte dos processos civilizadores e des-civilizadores, no balanço do pêndulo das culturas. Assim como para nós um gesto pode não fazer muito sentido, em outra localidade pode ter um significado diferente e, muitas vezes visto de maneira positiva e/ou negativa (pejorativa e agressiva). Tudo vai depender do valor atribuído àquele comportamento dentro do grupo social. A padronização não acontece apenas

nos comportamentos e condutas, mas também no modelo corporal que a sociedade evidencia. O corpo torna-se um “*mensageiro*” de cultura, podemos dizer até que ele torna-se uma síntese da mesma, pois através de movimentos aprendidos (gestos, expressões...), podemos ter o perfil social do indivíduo, ou seja, de qual grupo de socialização faz parte. O cidadão incorpora um conteúdo cultural através do corpo. Este corpo é visto como a instância de uma representação cultural. Cada gesto que é realizado tem seu significado, alguns podem significar a mesma coisa em vários grupos de culturas diferentes, porém outros terão formas distintas de manifestação ou ainda, maneiras iguais de manifesto, mas significados inerentes. O conjunto de posturas, movimentos, condutas, comportamentos e corporais têm subjetivamente valor e princípio cultural específico.

Com isso, as práticas corporais, sejam educativas, recreativas, ou de qualquer outra espécie, são pensadas na vida social do indivíduo como o corpo é trabalhado, e este trabalho realizado sobre o corpo que é preciso estar atento

ao papel deste objeto corporal na cultura da Educação Física. Se pensarmos o verdadeiro significado da palavra “Educação Física”, veremos que o seu “tradicional” termo traz uma oposição entre “cultura e natureza”; entre o “inato e o adquirido”. A distinção entre o “Belo” e “Feio” e o “Selvagem”, que mesmo que inconscientemente, faz a discussão sobre “Corpo”, refere-se ao processo educacional, como cultura, e a parte física do homem, a natureza. Daólio (2003, p. 45), coloca o caso da seguinte forma: “ (...)há um patrimônio inato do homem que precisa de alguns ajustes, a fim de que ele adquira determinadas capacidades que o habilitem a uma vida social. Há uma ordem da natureza e uma ordem da cultura, vindo a segunda se sobrepôr à primeira”.

Podemos analisar que, quando se fala do “físico”, refere-se sempre ao nível biológico, e, quando se fala em “educação” a referencia esta sendo feita ao nível sócio cultural – ou ainda – produto em série - padrão. Nesta linha de pensamento não são aspectos complementares, sendo que um não fundamenta o outro, à medida que este

não consegue mais respostas. Tudo isto porque são vistos de formas separadas – nem um nem outro garante a saúde. Tendo em vista essa concepção, podemos dizer que é o corpo que expressa uma cultura a qual determina corpos, não eleva o caráter “saudável”, enquanto que o profissional de educação física, ao trabalhar constantemente com corpos e, como ser social que também é, acaba por contribuir muito no processo de transmissão cultural da prática saudável da atividade física. Nesta relação a dicotomia entre natureza e cultura parece ser uma superposição de fases entre maturação cerebral individual (privado) e o desenvolvimento cultural (coletivo). Podemos compreender como partes de um mesmo processo, embora historicamente desconsidera-se aqui a natureza corpórea do indivíduo como cultura, e ao contrário, cujo reflexo, é a integração desses dois aspectos fundamentais, a qual leva à concepção do ser humano dotado de padrão biológico, porém com construções sociais diferentes de um corpo cultural praticado por grupos específicos.



Compreende-se então que a educação física, sendo uma construção educativa do corpo saudável, também varia, pois sua atração social, difundindo uma noção de corpo, pode ser expressa, ou entendida, das mais distintas formas, também se apresentada em tribos distintas. Lovisolato cita que a Educação Física moderna divide-se em cinco tribos – Educação Física Escolar, da Saúde, da Modelagem Corporal, Esportiva, Recreação e/ou Lazer. A maneira com que cada profissional atua no desenvolvimento cultural acaba influenciando na postura de interação social que o envolve. Daólio (2003), fala do período no qual a educação física deixa de lado seu caráter biológico para, junto com ele, incluir o caráter cultural dentro dos currículos escolares. Diz ele que: “(...) o conceito de homem defendido pela educação física sempre foi o de um ser de natureza biológica e seus comportamentos vistos como expressão desta dimensão. Assim, a educação física era vista unicamente como prática escolar com objetivos de desenvolver a aptidão física dos alunos e iniciá-los no esporte. Somente a partir de fins dos

anos 70 e principalmente na década de 80 do século XX, com o incremento do debate acadêmico na área, é que esse predomínio biológico passou a ser questionado, trazendo à cena a questão cultural” (p.135).

A Educação Física hoje aparece como um campo no qual projetos e demandas variadas se confrontam. Um amplo leque de demandas isoladas ou associadas e mais ou menos consensuais, definem o horizonte de atuação tanto dos profissionais da Educação Física quanto das áreas e linhas de pesquisa que, estão eivados de propostas de novo tipo, muitas delas ditas contraditórias ou contrárias às demandas tradicionais ou socialmente dominantes, como por exemplo:

*em primeiro lugar*, o discurso biomédico continua apresentando demandas vinculadas à saúde onde a atividade corporal situa-se aqui em quatro dimensões principais: a) como preventiva de doenças e dos desgastes da velhice quando observamos a recusa social a se envelhecer, b) como formadora, mantenedora e recuperadora da disposição física ou do corpo, a atividade corporal na empresa poderia aqui ser

incluída, c) como compensadora dos desgastes neurológicos e ou psicológicos da vida moderna e d) como recuperadora de funções corporais perdidas ou não desenvolvidas em indivíduos. Neste campo, as propostas alternativas à fisiologia ou medicina normal se multiplicam. Propostas que objetivam a unidade da mente e do corpo, ao tratamento das dimensões emocionais entre outras. As ciências biomédicas ocupam um lugar de destaque no fundamento das propostas de intervenção relacionadas com os objetivos preliminares descritos acima.

Em segundo lugar, há um conjunto de demandas estéticas, por vezes travestidas de científicas, que se expressam nas atividades de construção de modelos ou tipo ideais de corpo. Realizam-se esforços significativos para se construir uma identidade, uma distinção, a partir da imagem do corpo. No plano mais geral, por exemplo, torna-se uma preocupação a altura e peso da população. As academias de formação de corpos estéticos se multiplicam.

Em terceiro lugar, destaca-se a demanda das atividades corporais – recreação, divertimento, lazer, etc – ocuparem o tempo livre que resulta da tendência à redução da jornada de trabalho, de mudanças em suas modalidades e de redefinições amplas da

sociedade. Emergem as propostas sobre o prazer de “trabalhar” o e com o corpo. O enfoque “liberador”, por sua vez, enfatiza que o corpo deve ser liberado dos domínios aos quais foi submetido para recuperar o prazer do corpo. O pensamento crítico humanista participa ativamente na discussão e implementação de propostas deste tipo.

Situam em quarto lugar as demandas do nacionalismo esportivo. Ao invés de ganharmos e festejarmos a guerra o nacionalismo nos manda ganhar competições esportivas, científicas e artísticas. O espírito competitivo e a procura do louvor esportivo devem se realizar na paz dos esportes, na doçura das atividades científicas e artísticas e não no campo de batalha. O desenvolvimento de capacidades esportivas e o treinamento são hoje um campo significativo para os especialistas da Educação Física em nosso meio. O Brasil não somente exporte jogadores de futebol e seus técnicos, como também treinadores e especialistas em outras modalidades esportivas de rendimento (voleibol, futsal, esgrima e cientistas, e mais). Em relação a estas demandas as propostas alternativas se situam predominantemente no questionamento dos meios recomendados para a realização dos objetivos.

Em quinto lugar, confrontamo-nos com as

demanda de atividades corporais na educação formal. Os objetivos são aqui diversificados: saúde, desenvolvimento psicomotor, cognitivo, conscientizadores ou políticos entre outros. Neste tipo de demanda os especialistas da Educação Física interagem fortemente com os pedagogos, os educadores. A filosofia, a psicologia, a sociologia e antropologia educacional subsidiam ativamente as discussões neste campo. Em todas estas e outras demandas os educadores físicos participam discutindo e apresentando propostas que fazem a sua definição de objetivos, perfil da demanda e características de cada intervenção. O campo da Educação Física aparece diante de nós como conflitivo, onde se disputa a hegemonia de definições, objetivos, práticas abordativas em qualquer segmento de demanda. Observamos que “projetos” e “compromissos” antagônicos se confrontam nesta mesma demanda. A intervenção científica no campo das atividades corporais continua sendo o núcleo da tradição da Educação Física. (Lovisol, 1997)

Identificamos uma iniciativa para estudiosos da área compreender nas manifestações corporais dos seres humanos sob uma visão cultural, considerando primeiramente o homem

em seu meio social, desacreditando na hipótese de que atitudes eram inteiramente biológicas, mas sim que existe uma razão pela qual, grupos representam um mesmo conteúdo de formas distintas. Além do trabalho da educação física com os corpos humanos, como um todo em seu aspecto cultural e biológico, é indispensável também, citar as diferenças existentes entre corpos femininos e masculinos. A construção do corpo feminino difere-se da construção do corpo masculino, tendo como principal agente classificador o sexo e suas atribuições. São muito óbvias as diferenças entre os dois tipos de corpos, porém o relato aqui feito não diz respeito a uma construção idêntica, mas sim das peculiaridades de cada uma.

### **AUTO-FLAGELO: O USO INDEVIDO DO CORPO**

O sentido da discussão não parte de uma comparação de como cada sexo faz uso de seu corpo, mas das diferenças dos objetivos de cada um, os quais são construídos culturalmente, sendo reversíveis, modificáveis, e não biológicos quais a natureza não permite

mudanças extremas. O estudo evidencia o entendimento de algumas atitudes de homens e mulheres diante situações diferentes, tais como o motivo de tornar-se anoréxica e vigoréxico. O objetivo é analisar a construção cultural da figura masculina e da feminina na sociedade moderna, aonde, meninas brincam com bonecas, usam roupas de cor rosa, quando crescem, ajustam as roupas, colocam *piercing* no umbigo, já usaram calças Saint Trouppée, atualmente, aumentaram os “seios”, são delicadas, magérrimas e frágeis, cuidadosas, mas, acima de tudo, lutam como “cães” e “gatos” enfrentando o lado masculino e machista do mercado de trabalho. Por que esta figura frágil e anoréxica? Deveria ser diferente? É um tipo de jogada do feminino? Com relação aos meninos, brincam com carrinhos, jogam futebol, a cor predominante das roupas é o azul, quando jovens são viris e fortes. Entretanto, educados e formais disputam “com unhas e dentes” lugares que antes eram de domínio feminino (a moda, as salas de estética) transformaram-se em vigoréxicos e metrosexuais (usam maquiagens,

pintam cabelos, fazem unhas, depilações e colocam enchimento nos peitorais). É claro que as características citadas não são gerais, nem o padrão corporal construído se difere disso. O que queremos realçar, é que a transmissão de valores é passada de grupos em grupos, modificados, adaptados de pessoas em pessoas, de personagens para personagens, instituindo máscaras e personas, espelhos de imitações e atitudes de extrema importância para a comunicação de culturas e entre culturas, ou seja, a tradição, os costumes de uma sociedade depende dos atos de quem a constitui, que segundo Mauss, *apud* Daólio (2003, p. 112): “O processo de transmissão de hábitos e valores culturais é realizado por meio de um processo de imitação prestigiosa”.

A questão dos sexos e seus valores encarar-se a realidade da educação física também nesse aspecto, onde as meninas não sejam tratadas com requisitos incapazes realçar a modernidade de certas práticas corporais, respeitando a reestruturação da cultura feminina, desmistificando

preconceitos e aceitando modismos que com o passar dos anos exigiram da educação física tomada de atitude sobre a prática que proporcionasse oportunidades de acordo com seus objetivos e diferenças caçados na própria evolução da área e juntamente com expressões de uma série de adjetivos surgem como significado da *estética e beleza corporal* - tais como: *bonito, feio, gordo, magro, forte, mole* – anoréxico e vigoréxico etc. Termos que determinam a maneira dos profissionais da educação física tratarem e trabalham com o ser humano a partir do corpo. Ficou impossível desassociar essas pequenas palavras, que significam tanto para a sociedade atual, dada a importância que assumiram no cotidiano sendo imprescindíveis à cultura corporal, do qual as práticas corporais fazem parte, quando a forma corporal tomou formas diferentes e afinal, pelo que podemos perceber, há uma busca coletiva por um corpo socialmente aceito, embora haja diferentes construções desse corpo em distintas sociedades e grupos sociais. Os padrões de beleza estão ligados à cultura e seus significados. Fernanda

Colavitti (2004), em artigo à revista *Época*, diz que tais modelos, segundo a biologia evolutiva, estão ligados à juventude e à fertilidade, assegurando dessa forma a sobrevivência dos genes da humanidade. Porém, o que colocamos em questão, é que quando uma pessoa procura por alguém para relacionar-se, ela não questiona a continuidade da espécie, mas sim a beleza que o atrai para ela. Tendo em vista a questão da impressão que um corpo, aparentemente, pode causar a uma pessoa, fica mais fácil acreditar que padrões estéticos, apesar do fundamento biológico, são de grande cunho cultural. Algo que nos ajuda a esclarecer a idéia de padrões, é a questão corporal feminina, ao longo dos anos:

**Idade média:** a heroína que conquista os corações dos cavalheiros é jovem, ainda adolescente, tem pele branca, testa grande e redonda, sobrancelhas finas e separadas. O espaço entre os olhos deve ser grande e pálpebras redondas. A boca é pequena e vermelha e o queixo tem uma covinha. O cabelo é louro e muito longo (sinal de nobreza). Seu corpo é esguio e delicado, com

ombros ligeiramente caídos, busto comprido, membros longos, quadris arrebitados, ventre arredondado e proeminente e cintura fina. **Renascimento:** a mulher bela tem um rosto oval, com traços regulares, testa alta, nariz reto e delicado e boca pequena. Os olhos, os cílios e as sobrancelhas são escuras. As mãos, os dentes e a pele são brancos. Lábios, faces e unhas são vermelhos. A beleza do corpo é retratado em curvas e redondezas. A abundância de carne era sinal de opulência e ócio, por isso, ombros, braços e quadris deveriam ser volumosos. Seios fartos, coxas grossas, flancos exagerados e papada remetiam à maternidade e aumentavam a sensualidade da mulher. **Romantismo:** palidez esverdeada, olheiras, cabelo longo e negro, aparência de fragilidade e doença. Esse é o retrato da musa romântica da primeira metade do século 19. Para atingir essa imagem as mulheres cobriam o rosto com preparados de açafraão ou tinta azul, bebiam vinagre, limão e jejuavam, a ponto de desmaiar e eliminar qualquer traço de saúde de sua aparência. **1920:** o livro “La Garçonne” tornou-se o símbolo da mulher dessa década, que usava cabelos curtos e fumava em público, despreocupada com o respeito aos bons costumes(...). A roupa passou a ser mais funcional, menos ornamentada silhueta tubular, cintura baixa, peito mínimo,

saias na altura do joelho. O vestido confortável e marcado por uma cintura baixa desenhava uma silhueta andrógina. Essa liberdade impôs magreza total. Cintas e maiôs elásticos achatavam os seios para fazê-los desaparecer e as curvas do corpo também eram disfarçadas. **1950:** dois arquétipos distintos coexistiram como ideal de beleza da década: a dona de casa perfeita, com seus cabelos armados com laquê, delineador e unhas vermelhas; e as ingênuas, com sobrancelhas levemente sublinhadas, lábios claros, cabelos emoldurando o rosto. **1970:** cabelos livres, volumosos, pele bronzada, corpo esguio e lábios brilhantes de gloss são a tradução da beleza da década. Surgiram os primeiros trajes de banho com seios parcialmente a mostra e, com eles, a preocupação em cultivar o corpo para poder mostrá-lo sem complexos. Começam a proliferar os regimes de emagrecimento e exercícios de musculação. **1980:** é a década do exagero. Lábios muito vermelhos, sombra esfumada, blush cor de tijolo, gloss de cores metálicas, cílios com rímel a prova d’água. O corpo deveria ser perfeito e malhado, para não fazer feio nos tailleurs acinturados e legging. Com seus olhos pintados, cabelos louros de raízes pretas, luvas com dedos à mostra e roupa-lingerie, Madonna é a

tradução da mulher dos anos 1980. **1990:** tem início a era das supermodelos. A modelo Kate Moss é a precursora da ditadura da magreza, com seus 44 quilos e 1,70 metro. A tatuagem é o novo emblema de feminilidade. Em contraste com o excesso dos anos 1980, a ordem é o minimalismo: saias no joelho, cores neutras, cabelos curtos e maquiagem invisível. A aeróbica dá lugar à ioga. **Início do século 21:** vale tudo para ser magra como as supermodelos, de dietas da moda à lipoaspiração. A única concessão são os seios volumosos, a nova obsessão das mulheres, que utilizam-se das próteses de silicone para alcançar o objetivo. Para manter a pele jovem, livre de rugas e marcas, as mulheres lançam mão de uma série de tratamentos, como cirurgias plásticas, *peelings e toxina botulínica*. (Colavitti: 2004, p. 34-37).

Apesar das variações nos padrões de beleza feminina, estabelecidos pela cultura e pelo momento histórico, algumas características foram mantidas através dos tempos, como por exemplo: mulheres com cintura fina, quadris largos, corpo e rostos simétricos, pele macia, lábios grossos e cabelos espessos. Isso prova mais uma vez que, a cultura sugere padrões e estes, por sua

vez, modificam-se, entretanto o que é feminino, continua pertencendo exclusivamente ao “Femme” e o masculino ao “Male” (latim). O que se pretende mostrar é que a cultura é passada de geração para geração sim, mas isso não significa que ela seja uma modeladora de pessoas, que devem seguir regras de maneira passiva. Ela pode ser modificada, verificável, questionável, mensurável, quando comparada a qualquer outro padrão já passado pelo crivo do antigo e do recente, onde homens tornam-se agentes culturais modificando suas atitudes perante os modelos propostos, as atitudes cotidianas pouco notáveis, trazem diferenciações para a sociedade - as marcas culturais – são passíveis de mudanças, sutis ou não, com ou sem impacto, onde significados sejam ignorados ou mantidos. Os padrões de beleza feminina, em busca de uma imagem corporal moderna, mulheres submetem-se a práticas extremas, no início - beber limão, vinagre, etc, afim de atender aos padrões de beleza da época. Porém não é com a modernidade, avanço tecnológico, ou coisa parecida, que isso deixou de

acontecer, pelo contrário, com a ajuda da mídia (atualmente muito mais desenvolvida), os padrões de beleza são amplamente divulgados, tornando-se mais cobiçados pela população. Essa cobiça, essa obsessão, coloca em risco a vida dessas pessoas que arriscam nas mais diferenciadas práticas corporais, em busca do “corpo perfeito”, como é o caso da anorexia e da vigorexia, chegam a viver perigosamente, quando a própria imagem da beleza é distorcida. Segundo Frutuoso;

Vigorexia é uma doença que se desenvolve, na sua grande maioria, em pessoas do sexo masculino. Desmistificando o conceito de que apenas mulheres buscam a beleza, ou pelo menos agora, nos tempos modernos são mais comuns os homens demonstrarem ter cuidados com a aparência. O exemplo disso é o grupo metrossexual<sup>1</sup>, que está repercutindo pelo mundo todo com seus extremos cuidados com a pele, corpo, cabelo, roupas, enfim, tudo que as mulheres costumam fazer, o modelo desse novo tipo de homem é o jogador de futebol David Beckham, que continua gostando de mulheres, mas não dispensa uma passada no salão de beleza. (Frutuoso, 2006; Época, 67-8)

A questão em estudo pode ser patológica, e as práticas corporais existentes, tornam-se curioso observatório de sintomas mentais que evoluem e transformam ao longo do tempo entre os diversos grupos sociais, mostrando-se sensíveis às mudanças sócio-culturais. Observa-se que a prevalência das doenças mentais está absolutamente associada a uma época determinada e a determinados valores culturais. A vigorexia e a anorexia nascem na sociedade consumista, competitiva, fútil, até certo ponto, e onde o culto à imagem acaba adquirindo praticamente, a categoria de religião. Essas doenças, e os demais transtornos alimentares exemplificam a influência sócio-cultural na incidência de transtornos emocionais. Essa preocupação excessiva com a beleza corporal, está intimamente ligada às fortes influências da mídia, que transmite cotidianamente mensagens lembrando os sujeitos sobre os cuidados com a saúde e a beleza corporal. Ou seja, parece ter uma lógica cultural que relaciona as práticas corporais a determinados padrões de beleza.



É impossível negar a Mídia e sua influencia na construção da imagem corporal com relação ao corpo e as suas práticas, quando mensagens lembrando sobre cuidados com o corpo, para a aquisição da tão sonhada beleza, são transmitidas diariamente. Os meios pelos quais esses “lembretes” são propagados são os mais diversos: televisão, rádio, internet, revistas, vídeos, entre outros. Eles encurtaram as distâncias fazendo com que as informações cheguem a todos.

De acordo com Maverber- de Castro:

No passado, o ambiente primário de comunicação entre as pessoas ocorria rotineiramente dentro da família que se reunia diariamente para conversar especialmente durante as refeições. Mensagens com valores passados de geração e relatos da rotina da vida diária eram compartilhados nesses contextos. Hoje, entretanto, nós usamos a mídia de massa para trocar mensagens, e esta nos expõe rotineiramente a diversas sociedades, culturas, assim, a muitos outros significados. (Castro 2005: p. 62).

As culturas puderam ser propagadas mais livremente por todo o mundo, estreitando as relações entre as sociedades, afinal, é fácil ter acesso a qualquer divulgação que a mídia utiliza. Além disso, a mídia se tornou uma ferramenta de difusão de uma “cultura dominante”, onde padrões de beleza são criados e repassados, ampliando o caráter consumista do ser humano, através da indicação de produtos ou métodos para se chegar a tal modelo de corpo evidenciado. Os efeitos da mídia na imagem corporal refletem uma forma de violência mascarada no incentivo para todos os indivíduos almejem a perfeição. Essa perfeição superficial, baseada em aparência, tem pouco ou nada a ver com valores de saúde, tão importantes para a formação da identidade. Com relação à pregação muitas vezes errônea a respeito da beleza, criando perspectivas irrealistas, onde o verdadeiro interesse é o econômico, através da proliferação de produtos que sugerem a transformação corporal almejada por muitos, e seus efeitos milagrosos colocam em risco a saúde. A cultura não está mais limitada às fronteiras geográficas, mas ilimitada

à mídia de massa. Através dela são adquiridas receitas de consumo global, que são mantidas através da indústria da propaganda. A população tornou-se alienada a criações de padrões, que por diversas vezes são formados apenas pelo desejo de faturar, não têm nada a ver com saúde. A estética é o novo e extenso mercado capitalista que acaba de abrir as portas. Mauro Betti faz uma reverência a respeito dos meios de comunicação em massa (no caso, a televisão):

Na linha de frente dos posicionamentos em torno da televisão como componente da “cultura de massa” ou da “indústria cultural”, situam-se os que lhe atribuem uma função conservadora e alienante, tendo em vista que contribui para a dominação das massas, dirigindo e cerceando a consciência das pessoas, e para a reprodução da cultura como mercadoria no processo capitalista. A explicação para tal encontra-se no modo como fabrica seu produto, e não seu conteúdo. Por outro lado, há apontamentos no sentido de que a televisão detém potencial para propiciar uma ampliação do mundo para o espectador, que não seria totalmente passivo no processo, e de que o problema não está no meio em si, mas na estrutura

industrial que o rege. (Betti: 1998, p. 37).

Por outro lado, Betti refere-se a parte em que não é especificamente os meios de comunicação de massa – televisão, os responsáveis pela visão equivocada a respeito de produtos. Ele fala dos produtores que fabricam sem nenhuma qualidade utilizando a propaganda para retificar a imagem a seu respeito, enganando assim os espectadores. Podemos entender que, mesmo não sendo diretamente, os meios de comunicação de massa, que são dependentes das propagandas, são os comandantes desse processo de padronização de beleza que emergiu mundialmente nos últimos tempos. O ideal estético faz com que práticas corporais sejam adotadas causando enormes desordens, tais como as doenças da modernidade, cujas dependências extrapolam os vícios químicos e atingem os desejos psicológicos e psicanalíticos.

Seres humanos têm sido influenciados pelo seu meio cultural e impulsionados pelas imagens levadas pela mídia: conceitos sobre o corpo, saúde, imagem e beleza; fazendo com

que adiram às práticas corporais, e o consumo de produtos que “ajudam” a chegar a tão almejada beleza corporal. Ao nos depararmos com essas imagens cotidianas, passamos a idealizar modelos corporais e somos estimulados a desejar um corpo parecido com tais padrões de beleza divulgados. De alguma forma, grande parte da população tenta atingir, ou pelo menos estar próximo do corpo perfeito. As formas são as mais variadas: cirurgias plásticas, dietas, musculação, entre outras; o importante é chegar lá e não, como chegar até lá, ou seja, comportamentos que parecerem inocentes, representam atitudes auto-destrutivas, que são desencadeadas a partir do medo de ser considerado diferente, em relação as características da cultura dominante - qualquer um que não seja parte dela torne-se marginalizado. A busca pela beleza corporal sugere diversas intervenções relacionadas à estética corporal, para alcançar tal representação idealizada. A beleza tem sido encarada como um valor existencial para a população mundial. A psicóloga Maria Cristina de Lúcia, em entrevista a Mônica

Tarantino da revista Istoé, considera essa mudança de conceito, da maneira de como podemos lidar com o corpo, uma cultura individualista:

As pessoas estão cada vez mais preocupadas com a imagem. Pensa-se: meu corpo é aquilo que eu desejo. Você pode ter a imagem que quiser. É a cultura do individualismo, do parecer alguma coisa. Há quem defenda essa resolução que houve no consumo do supérfluo- os cosméticos ficaram bem mais acessíveis, por exemplo- democratizou as formas de cuidar do corpo. Mas ao mesmo tempo traz essa obsessão pela aparência, que leva as pessoas a terem muita ansiedade, depressão e tristeza.”(p.12).

As práticas corporais estão amplamente difundidas, porém, o uso excessivo das mesmas buscando a melhora da aparência, muitas vezes ultrapassa o limite da saúde. Essa loucura estética traz transtornos dismórficos que aumentam a cada dia, como é o caso da anorexia e da vigorexia, que ultrapassam o conceito de “desvio” e “distúrbio alimentar” considerados atualmente como doenças da modernidade. A anorexia é uma

doença do tipo “transtorno de alimentação”, considerada de cunho estético, a qual desencadeia uma visão distorcida da imagem corporal, ou seja, a pessoa não se vê como realmente ela é. No caso, a pessoa anoréxica pode estar extremamente magra, que continuará se achando gorda perante o espelho. É um problema de psicológico/psicanalítico, quando o indivíduo se sente incomodado com a sua composição corporal. Dentre os fatores mais importantes que acometem essa doença, está a indústria da moda, difundida pela mídia, onde padrões de beleza são evidenciados e considerados extremamente exigentes, principalmente com o feminino, em corpos não magros, mas magérrimos.

## CONCLUSÃO

As intervenções corporais sugeridas pela mídia e literatura (revistas especializadas, revistas de TVs, Jornais) são tantas, que as pessoas as transformam em dogmas, sem preocupar-se com seus efeitos adversos. Todos querem mudar alguma coisa em seu corpo, o ganho de massa muscular

ou a perda de peso, são apenas mais alguns resultados da imagem corporal apreendida pela mídia. Marina Guzzo (2005) afirma que “*Riscos da beleza e desejos de um corpo arquitetado faz sua consideração: Essa relação de ganhos e perdas envolvida na busca pela vaidade atropela nossa prudência em relação ao corpo*” (p. 148). O sentido de prudência como uma virtude que poucos possuem, pois a partir do momento que técnicas com exasperação são utilizadas para se chegar a um ideal corpóreo, é perdida a consciência frente a situações da vida, está se desenvolvendo um tipo de desequilíbrio decorrente da insatisfação. Sendo assim, a educação física pode ser considerada uma forma prudente de buscar a satisfação corporal? Pois ela transmite também formas orientadas de exercitar-se e, muitas vezes extrapola o limite fisiológico das pessoas, como por exemplo, o esporte de rendimento e as academias, os *personal trainers*. Qual o papel da educação física neste contexto? O que acontece com a anorexia e a vigorexia é exatamente o descrito por Marina Guzzo. As pessoas são imprudentes nas suas práticas corporais, não respeitando os limites do

próprio corpo, acabando por desenvolver características patológicas.

Sabendo que os referidos transtornos dismórficos: anorexia e vigorexia estão ligadas às questões corporais e, considerando que a educação física não se dissocia do corpo, torna-se indispensável algumas considerações a respeito. Dentro dos conteúdos da educação física está a preocupação da construção do corpo como identidade e as práticas corporais. A busca obcecada por beleza corporal, foge de seus objetivos propostos. Porém ela encontra-se justamente fazendo divisão, está no limite entre a saúde e a patologia. A educação física sugere os exercícios físicos e a alimentação de forma controlada, orientada, enquanto que a partir dela encontra-se a doença, que é caracterizada pela obsessão, pelo exagero. Os transtornos corporais e de alimentação não surgem instantaneamente, mas sim através de práticas comuns (as quais a educação física desenvolve), que se intensificam a ponto de tornar-se obsessão. Caputo Ferreira *et al.* (2005), declara que:

É necessário reconhecer a gravidade da situação. É preciso que, principalmente nós, profissionais de educação física, atentemos para essa nova realidade que salta aos nossos olhos no cotidiano das academias. A partir da constatação de qualquer desses distúrbios de imagem corporal (especialmente distúrbio dismórfico corporal ou distúrbio alimentar) devemos estar preparados para trabalhar em conjunto com outros profissionais – psicólogos, psiquiatras, nutricionistas – para tentar minimizar os danos para essa população jovem que aí está, buscando desesperadamente, o corpo “*perfeito, malhado, forte, sarado*”. A autora fala do cotidiano das academias, mas os educadores físicos devem estar atentos a todos os ambientes onde essas doenças estejam passíveis a acontecer. (Caputo Ferreira, 2005,p.180).

No esporte, uma das áreas mais abrangentes da educação física, é comum o estímulo por parte dos treinadores a atletas, para que se reduza o peso corporal, a gordura e intensifiquem o trabalho muscular. Condições como essas também podem gerar quadros de anorexia ou vigorexia. A exigência de se tornar uma pessoa com o corpo em perfeitas condições

para o ótimo resultado da modalidade esportiva é tamanha, que pode acarretar em problemas patológicos. Marle Alvarenga (2002), alerta que: “*O exercício compulsivo aparece muitas vezes relacionados aos transtornos alimentares (quadro de anorexia e bulimia), como um sintoma desses transtornos como seus precursores*” (p.71). (Ver também *Tritschler, 2005. Capítulo 12*). As pessoas são influenciadas pela mídia, fantasiando corpos perfeitos, tomando um caráter de idolatria fazendo com que a visão real de suas imagens na sua percepção encontrem-se depredada. A educação física está muito longe dos significados deste novo corpo e suas atribuições. Portanto, os adjetivos estéticos utilizados atualmente, tais como gordo, magro, fraco, forte, bonito, feio etc., sejam rótulos modernos. A moda insinua corpos livres de gordura, entretanto, não são mais simétricos e talvez não mais belos. Medina, em 1948 já dizia que: “*(...) o homem é um ser por se fazer. Um ser incompleto, inacabado, e que só é viável através de suas relações com os outros seres e com o mundo. É sob este prisma que o*

*processo educativo se realiza.*” (p.47). Neste raciocínio, podemos dizer que a educação, inclusive a educação física, pode vir a desenvolver as potencialidades do ser humano, no sentido da auto-realização, em conformidade com a sociedade que o envolve. Suas potencialidades podem ser valorizadas, fazendo com que frustrações sejam depreciadas. O educador físico é a pessoa certa, que deve intervir no processo de construção corporal, afinal ele conhece as maneiras saudáveis de se desenvolver corporeamente. Nessas condições, a educação física pode ser um fator determinante, de caráter transformador dessa nova cultura de corpos, ela pode considerar o corpo belo como corpo saudável.

Conseqüentemente, a maioria das pessoas exercita-se ou faz dietas, não para melhorar o condicionamento físico, ou porque estão preocupadas com a saúde, mas sim porque querem adequar-se às formas físicas. Vivemos numa sociedade em que atividade física muitas vezes é atribuída a magreza ou músculos salientes. No entanto, uma pessoa magra ou musculosa, não é

necessariamente saudável apenas pela sua forma física; enquanto que uma pessoa aparentemente não tão dentro dos padrões pode ser mais saudável, pois apesar de suas qualidades físicas não atenderem as normas sociais, pois ele controla sua alimentação e pratica exercícios físicos moderados. Marle Alvarenga (2002), fala que:

As pessoas deveriam examinar suas atitudes para com o exercício e os profissionais de saúde necessitam conhecer os motivos que estão por trás da atividade física, reconhecendo atitudes não saudáveis como: exercício compulsório (mesmo quando não se está sentindo bem ou se está malhar a imagem corporal dos sportistas e atletas e outros clientes, orientando-os a realizar a atividade que mais se adapte ao seu biótipo que lhes traga prazer.”(Alvarenga, 2002, p. 83).

Cooper, citado por Lovisolo, fala a respeito do equilíbrio que se deve ter para o bem estar:

O corpo humano é simplesmente mais uma parte do universo que deve estar em perfeito equilíbrio. Somos constituídos de tal maneira que necessitamos da

quantidade exata de exercício, nem mais nem menos. Necessitamos da quantidade exata de determinados tipos de alimentos. (...) E onde existe falta de equilíbrio existe também uma falta de bem-estar social. Da mesma maneira, pelo lado positivo, onde existe equilíbrio existe uma sensação de bem estar. E onde existe equilíbrio perfeito existe o que chamo de bem-estar total. Cooper demonstra que o objetivo do ser humano passa a ser o bem estar, que é conseguido através do equilíbrio. Podemos trazer essa idéia para o nosso tema: a busca pelo corpo perfeito quando se torna uma obsessão, transforma-se num desequilíbrio, que faz com que a pessoa sintase inferior, infeliz, nunca alcançando o objetivo esperado; da mesma maneira que, as práticas corporais controladas podem levar a um êxtase de bem-estar consigo mesmo, tornando seu ideal possível. (Lovisolo, 2000,p.81)

Carmem Lucia C. de Brito (1996), aborda as novas propostas para a educação física escolar, onde diz que é preciso inovar para agir, intervir, de acordo com as novas visões a respeito do corpo e as práticas nele aplicadas. A autora sugere que: “*Além do treinamento de aptidões físicas e*

*esportes, existe um tipo mais sutil de trabalho que proporciona resultados psicológicos e espirituais. (...) cujas propostas de atuação visam proporcionar bem estar físico e mental, integração e auto-conhecimento.”*

(p.145). Podemos dizer em outras palavras, que nesses ensinamentos, tendem a acompanhar a nova realidade humana, enaltecendo as representações culturais sobre o corpo e sua consciência. Tal atuação, contribuiria na formação do indivíduo das séries iniciais, fazendo com que a questão corporal e sua formação sejam debatidas. A discussão a respeito da educação física escolar e suas contribuições para a formação do indivíduo consciente da construção corporal e seus significados, Garcia e Lemos consideram que:

A nossa sociedade é a sociedade sujeita ao paradigma da denominada (pós) modernidade, em especial a sociedade ocidentalizada urbana, caracteriza-se pela sedução da imagem bela e da juventude, pela que educação no seu superior papel de transmissora de cultura, deverá (também) orientar-se por este valor. Negar o valor

que a imagem tem para nossa sociedade, é correr o sério risco de ficar à margem do processo educacional. Já que os novos tempos estão marcados pela beleza corporal, os autores inspiram que os educadores físicos devam delinear os valores culturais para intervir junto aos seus alunos, deixando claro que as práticas adotadas devem ser conscientes para que haja a relação entre satisfação corporal e saúde. (Garcia & Lemos, 2003,p.39).

A educação física como ato educativo relaciona-se diretamente a corporalidade e ao movimento do ser humano. Implica, portanto, uma atuação intencional sobre o homem como ser corpóreo e motriz, abrangendo as formas de atividade física, como a ginástica, o jogo, a dança e o desporto. As reflexões sobre a educação e a educação física como práxis transformadora, norteada por valores-fins – liberdade, verdade e justiça – e por uma visão de corporalidade e movimento, englobada em um conceito de homem como unidade, como um ser-no-mundo, como práxis, que cria sua própria essência genérica no processo dialético da história humana, constituem o ponto de partida para o nosso



posicionamento e as nossas críticas às concepções predominantes da educação física. Temos então a idéia de que as intervenções feitas no sujeito, através da educação física, para que não fujam da experiência corporal e dos seus limites corporais, a partir do momento que identifica as características do indivíduo e as relaciona com o mundo circundante, modificações são feitas de acordo com a percepção de si próprio e do mundo. Estamos na era corporal, tudo o que o indivíduo quer ser ele representa através do seu corpo. Padrões de sucesso, geralmente são aspirados, portanto se uma pessoa sente-se frustrada diante da sociedade é possível que ela deseje muito se parecer com um desses moldes ditados pela mídia. É nesse momento que os educadores físicos atuam, de maneira que este sentimento, fazendo com que ele tenha melhorias através de práticas corporais saudáveis, aceitando o seu corpo e melhorando a sua auto-estima.

“Nunca, que eu saiba, se falou tanto de corpo como nos últimos tempos. Já escrevi uma vez (Freire da Silva, 1987) que nosso século pode vir a ser conhecido futuramente, entre outras

coisas, como o século da descoberta do corpo. De repente, as pessoas começam a descobrir o corpo; inicialmente têm um corpo; depois, que são um corpo. Dedicam-se a toda sorte de atividades que lhes estão ao alcance” (Freire: 1991, p. 56). Como o aparato do autor é de alguns anos atrás, vemos que o acontecido já se deu, somos frutos de uma geração que está desenvolvendo o corpo, ou melhor, a aparência como um fator determinante para as relações pessoais. Essa reflexão sobre a educação física e a sua atuação desde a escola até as academias, podemos dizer que é indispensável a questão da saúde.

### **Abstract**

This research methodically characterized by a bibliographical study an scientific literature referential as books, magazines, newspapers, periodicals and media journal - television, photographs, engravings, movies image about the cult beauty, good form and self-care, thin and high bodies without fat and cellulite, i.e. trial between the good, the bad and the ugly – the body aesthetics and body culture – is high at the moment. Product social, cultural and historical, the body that current society shreds and renders it governs their habits, shapes, standards and issues show functions and extreme

construction of female - the body of the woman.

**Key words:** woman, body, self-care

## BIBLIOGRAFIA

ALVARENGA, M. *Transtornos alimentares*. In: Hirschbruch, Márcia Dascal. & Carvalho,

BOLLON, P. *A Moral Da Máscara*. Rio De Janeiro: Rocco, 1993.

BRITO, C. L. C. *Consciência corporal: repensando a educação física*. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

CAÑIZAL, E.P. *Surrealismo*. São Paulo: Atual, 1987.

*Cláudia – Ficar sem roupa que delícia* (Maio de 2001)?

CODO, W. & SENNE, W. A. *O que é corpo(latria)*. 2ª edição. São Paulo: Editora Brasiliense, 1986.

FERREIRA, M. E. C. & CASTRO, A. P. A. & GOMES, G. *A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado*. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Campinas, v. 27, n. 1: Autores Associados, setembro de 2005.

FRAGA, A. B. *Anatomias emergentes e o bug muscular: pedagogias do corpo no limiar do século XXI*. In: SOARES, C. L. (Org.). *Corpo e história*. Campinas: Autores Associados, 2001.

FRUTUOSO, S. *Bombados pela vaidade*. Revista Época.

GARCIA, R. P. & LEMOS, K. M. *A estética como um valor na educação física*. Revista paulista de educação física, São Paulo: janeiro a junho de 2003. CDD. 20

GOLDENBERG, M. *Nu & Vestido*. Rio De Janeiro: Record, 2002.

HALL, S. *A Identidade Cultural Na Pós-Modernidade*. Rio De Janeiro:Dp&A, 2002.

HELMANN. *Cultura, Saúde & Doença*. Porto Alegre. Rs: Atmed, 2003.

LAURENCE, M. *A experiência anoréxica*. São Paulo: Summus, 1988.

LOVISOLO, H. *Estética, Atividade Física e Saúde*, Sprint, 2001.

LOVISOLO, H. (1995) *Atividade Física, Educação e Saúde*, Sprint, 2000,

MAFFESOLI, M. *No Fundo Das Aparências*. Petrópolis: Vozes, 1996.

MICELI, S. *Imagens Negociadas*. São Paulo: Cia Das Letras, 1996.

SANT'ANNA, D.B. *Políticas Do Corpo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

SILVA, C. L. *A mediação das práticas corporais: significados da musculação para frequentadores de um parque público*. Dissertação: orientada por Jocimar Daolio. Campinas-SP: Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 2003.

SOARES, C. *Corpo e História*. Campinas, S.P: Autores Associados, 2001.

TARANTINO, M. *A ditadura do corpo*. Revista Istoé. Editora Três: 13 de junho de 2005, nº 1865.

---

definir o conjunto de homens que ele classifica como “vaidosos excessivos”.

---

## NOTAS

<sup>i</sup> Os termos “Civilização e Kultur” lançaram raízes. Estabeleceram-se. Outros os captaram em seu novo significado e forma, desenvolvendo-os e polindo-os na fala e na escrita. Foram usados repetidamente até se tornarem instrumentos eficientes para expressar o que as pessoas experimentam em comum e querem comunicar. Tornaram-se palavras da moda, conceitos de emprego comum no linguajar diário de uma sociedade. Este fato demonstra que não representam apenas necessidades individuais, mais coletivas de expressão. A história coletiva neles se cristalizou e uma geração transmite a outra sem estar consciente do processo como um todo, e os conceitos sobrevivem enquanto cristalização de experiências passadas, uma função na existência concreta da sociedade e adquirem um novo valor com uma nova situação. O conceito germânico de *Kultur* ganhou vida nova em 1919, e nos anos precedentes, por causa da guerra em nome da civilização, e da auto-imagem que os alemães, tiveram que redefinir na situação criada pelo tratado de paz. A cultura é utilizada como parte do processo civilizador. A idéia de moralidade é parte da cultura. A aplicação desta idéia, porém, que resulta apenas na analogia de moralidade, no amor à honra e à decência visível, equivale ao processo civilizador. Referência ao tratado de Versalhes, que pôs fim à Primeira Guerra Mundial, à qual ELIAS, escrevendo antes da Segunda, se refere sempre como “a guerra”, exceto, obviamente, na introdução por ele redigida em 1968. Extremamente lesivo para as potências que haviam perdido a guerra, o tratado de Versalhes causou muita revolta e indignação, especialmente entre os alemães.

<sup>1</sup> Metrosexuais: termo criado em 1996 pelo colunista e escritor inglês, Mark Simpson, para