

**CLECIANE MÍRIAN DALLAGRANA AUGUSTO**



**CURITIBA**

**2005**

**CLECIANE MÍRIAN DALLAGRANA AUGUSTO**

**MULHERES E O PESO CORPORAL:  
PERCEPÇÕES SOBRE O CORPO NA SOCIEDADE**

**Monografia apresentada como requisito parcial  
para conclusão do Curso de Licenciatura em  
Educação Física, do Departamento de  
Educação Física, Setor de Ciências Biológicas,  
da Universidade Federal do Paraná.**

**Orientadora: Prof<sup>a</sup> Emilia Devantel Hercules**

**CURITIBA**

**2005**

## AGRADECIMENTOS

A

Valdemiro Dallagrana e Maria Rosa Dallagrana, meus pais, pelo apoio, educação e carinho.

A

Leandro José Augusto, meu marido, pela compreensão, companheirismo e amor.

A

Emilia Devantel Hercules, minha amiga e orientadora, pela força, apoio e conselhos nestes cinco anos de curso.

A

Clemires Maria Dallagrana, minha irmã, pelo incentivo em fazer o curso.

A

Todos os meus amigos que estiveram sempre ao meu lado durante esta caminhada.

Dê-me Senhor,  
agudeza para entender,  
capacidade para reter,  
método e faculdade para aprender,  
sutileza para interpretar,  
graça e abundância para falar.  
Dê-me Senhor,  
acerto ao começar,  
direção ao progredir  
e perfeição ao concluir

**São Tomás de Aquino**

Não existem pequenos objetivos. Tudo o que tentamos realizar é tão importante e tão grandioso que deve nos encher de alegria e satisfação.

**H. Schlesinger**

## SUMÁRIO

<b>LISTA DE TABELAS</b> .....	v
<b>LISTA DE GRÁFICOS</b> .....	vi
<b>RESUMO</b> .....	vii
<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	01
1.1 PROBLEMA.....	01
1.2 JUSTIFICATIVA.....	03
1.3 OBJETIVOS .....	04
1.3.1 Objetivo Geral .....	04
1.3.2 Objetivos Específicos .....	04
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	05
2.1 OBESIDADE.....	05
2.2 MÍDIA X MANIPULAÇÃO .....	10
2.3 FASCINAÇÃO PELO CORPO – A EXPRESSÃO DA VEZ .....	12
2.4 DO PRECONCEITO A DISCRIMINAÇÃO.....	13
<b>3 METODOLOGIA</b> .....	15
3.1 SUJEITOS DA PESQUISA.....	15
3.2 INSTRUMENTOS .....	15
3.3 PROCEDIMENTOS .....	16
3.4 VERIFICAÇÃO DOS RESULTADOS .....	16
<b>4 RESULTADOS</b> .....	17
<b>5 DISCUSSÃO</b> .....	21
<b>6 CONCLUSÃO</b> .....	24
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	25
<b>ANEXO</b> .....	27
ANEXO1 – QUESTIONÁRIO DA PESQUISA .....	28

## LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – COMO SE SENTE EM RELAÇÃO AO SEU CORPO .....	17
TABELA 2 – COMO GOSTARIA QUE FOSSE SEU CORPO.....	18
TABELA 3 – COMO AS PESSOAS VÊM SEU CORPO .....	20

## LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 – COMO SE SENTE EM RELAÇÃO AO SEU CORPO.....	17
GRÁFICO 2 – COMO GOSTARIA QUE FOSSE SEU CORPO .....	18
GRÁFICO 3 – MANEIRA COMO VÊ SEU CORPO INFLUENCIA NO RELACIONAMENTO COM AS PESSOAS.....	19
GRÁFICO 4 – COMO AS PESSOAS VÊM SEU CORPO.....	20

## RESUMO

### **MULHERES E O PESO CORPORAL: PERCEPÇÕES SOBRE O CORPO NA SOCIEDADE**

A obesidade já é considerada pela Organização Mundial da Saúde a doença do século XXI. O avanço tecnológico trouxe maior conforto e conseqüente diminuição de atividade física por parte das pessoas. Em contraposição a este fato, a sociedade cobra das pessoas um padrão escultural de corpo, influenciado muito pela mídia e voltado principalmente para as mulheres, por serem elas o foco das atenções de propagandas e revistas. Já a maioria das pessoas que estão acima do peso, por sua vez, sente-se reprimida e chegam a passar humilhações e uma certa discriminação por estarem fora do padrão de beleza enaltecido pela sociedade. Isso é observado desde a pré-escola em que apelidos maldosos são freqüentes em crianças obesas. Este estudo tem como objetivo entender que tipo de relação as meninas consideradas acima do peso tem com o estereótipo corporal difundido pela sociedade e o que isso afeta em seu relacionamento e na construção do seu eu interior frente as cobranças por um corpo 'perfeito'.

Palavras chave: obesidade, padrão cultural, imagem corporal.

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 PROBLEMA

A obesidade já é considerada pela OMS (Organização Mundial da Saúde) a doença do século XXI. O avanço tecnológico é uma das causas relacionadas. Hoje quase todas as tarefas realizadas são automatizadas e a procura do conforto constante proporciona uma maior inatividade física por parte das pessoas. Além disso, aspectos comportamentais e culturais influenciam também no aumento de peso.

Durante muito tempo o obeso foi considerado por todos como o grande culpado pelo seu excesso de peso; através de falta de vontade, de gula, de falta de controle, e outros atributos. Acreditava-se que o gordo era o responsável absoluto pela sua obesidade.

Em consequência disso, as pessoas acima do peso ideal passam por uma desumana discriminação. Esteticamente<sup>1</sup> estão fora dos 'padrões' considerados adequados pela sociedade, assim sendo taxados como pessoas sem força de vontade e que são assim por preguiça e desleixo. Isto acaba por gerar um preconceito em relação à pessoa obesa, tendo dificuldades para relacionamentos sociais e afetivos, problemas para encontrar emprego e há até mesmo quadros psiquiátricos conseqüentes a essa marginalização.

Este assunto foi bem explorado pela reportagem do programa Fantástico do dia 20 de março de 2005, em que o médico Drauzio Varella mostra uma adolescente que se sente rejeitada por ser obesa. Problema este que está afetando não apenas sua saúde<sup>2</sup> mas seu estado psicológico, deixando-a em depressão e fazendo com que fique isolada na escola, tendo vergonha de se aproximar para fazer amizade, pois sabe que é alvo de algumas discriminações.

A rejeição é bem visualizada na fase da pré-escola onde meninos e meninas obesos são deixados de lado nas brincadeiras por não serem considerados 'aptos'<sup>3</sup>, recebem apelidos e acabam ficando sozinhos. Como mostra em outra reportagem do Fantástico do dia 13 de março de 2005 quando o médico Drauzio Varella repetiu

---

<sup>1</sup> Esteticamente entendido aqui como harmonioso, belo, para o padrão cultural recente.

<sup>2</sup> Não trabalho com conceito específico e científico.

<sup>3</sup> Aptos no sentido de possuírem habilidades, capacidade de realizar algo.

uma experiência realizada na Inglaterra, que demonstrou o grau de rejeição que sofrem as crianças obesas. Exibiram fotografias de uma criança que perdeu os cabelos por causa de quimioterapia, uma outra em cadeira de rodas, um indiozinho e um gordinho. Observou-se que as crianças tendem a escolher a foto do gordinho para ser amigo por último. Mas como este preconceito já se manifesta desde pequeno? O que faz com que uma criança exclua seu colega por ser gordinho? Quais as conseqüências que isto vai gerar na vida adulta? Que imagem de corpo estas pessoas criam para si? “Pois pensar o próprio corpo é, na atualidade, pensar sobre si mesmo e sobre a identidade de cada um” (GOELLNER & FIGUEIRA, 2005, p. 88).

Não se pode negar que a mídia tem grande influência na construção de um corpo atlético e saudável e que até de certa forma repudia as pessoas que estão ‘fora de forma’. Cada vez mais a sociedade é bombardeada com matérias sobre beleza, exercícios físicos, saúde e moda. A valorização do estilo atlético “passa a ser observado como um padrão através do qual os sujeitos podem ser julgados e posicionados de acordo com os diferentes papéis sociais que exercem em diferentes momentos e em diferentes lugares” (GOELLNER & FIGUEIRA, 2005, p.91).

É até compreensível o aumento de cirurgias plásticas realizadas hoje em dia, tanto pelas facilidades de pagamento quanto a forma como é colocada na mídia, sendo algo natural<sup>4</sup> mudar o corpo para os padrões de estética impostos. Não querendo subjugar a importância destas cirurgias para melhora da saúde, mas o que é transmitido dá a entender algo simples de fazer – **não me sinto bem com meu corpo mas posso ‘arrumar’ com uma cirurgia**<sup>5</sup>. Tanto é que as cirurgias de estômago refletem até certo ponto o desejo da pessoa se enquadrar nos padrões e ser aceita pela sociedade como alguém ‘normal’.

Para as mulheres parece ser mais difícil esta relação com o estereótipo corporal. A maioria das cobranças midiáticas é voltada para elas, mostrando beldades na tv, revistas, jornais e desafiando as leitoras a chegar aos resultados pretendidos<sup>6</sup>.

---

<sup>4</sup> Simples; comum a todos

<sup>5</sup> Grifo nosso

<sup>6</sup> Atualmente o homem também está inserido nesta problemática devido o crescente interesse pela estética masculina.

A educação física parece se aproveitar desses discursos crescentes no mercado com aumento de academias, *personal trainers* e a criação de novas ginásticas sistematizadas para alcance do corpo sarado, objeto de consumo feminino e de determinação do imaginário masculino, onde ter o corpo que ELES desejam é o foco de muitas mulheres. “Exercitar-se não parece ser uma opção, mas algo que está dado para todas, como se fosse possível pensar em um sujeito adolescente feminino universal, para o qual o exercício físico é parte de sua rotina” (GOELLNER & FIGUEIRA, 2005, p.95). Portanto, como estão as meninas ‘obesas’<sup>7</sup> se relacionando com este estereótipo corporal no qual elas estão à margem? Como lidar com a mídia que expõe imagens de corpos perfeitos colocando isso como sinônimo de saúde?

## 1.2 JUSTIFICATIVA

Em busca de modelos aos quais a realidade corporal deva se ajustar e seguindo a lógica de uma sociedade em que a satisfação nunca é definitiva, as mulheres parecem mover-se ao consumo de bens que prometem tornar seus corpos dentro dos parâmetros ideais dia após dia. E como a satisfação geralmente nunca é alcançada, a angústia se faz presente, realimentando a necessidade de consumo. Neste sentido o corpo torna-se instrumento e mercadoria do sistema que está em constante movimento. “Criar necessidade de toda ordem é tão importante para o sistema capitalista quanto o oxigênio o é para a vida humana. A propaganda em especial a mídia como um todo tratam de fornecer cada vez mais oxigênio para o sistema” (MELANI, 2002, p.48).

Sob o discurso de aquisição da saúde, a indústria da beleza toma espaço no mercado, colocando produtos específicos, revistas direcionadas, atividades físicas e cirurgias plásticas. A mídia utiliza-se do grande percentual de pessoas obesas para lançar novos produtos, sendo estas o principal foco, como também aquelas que ‘se acham gordas’<sup>8</sup> vítimas psicológicas de um padrão corporal imposto pela cultura presente.

---

<sup>7</sup> Não foram submetidas a testes antropométricos, são consideradas assim pelo olhar classificador da sociedade.

<sup>8</sup> Refere-se às pessoas com transtornos alimentares como anorexia, não sendo objeto de pesquisa deste trabalho.

É pretendendo entender que tipo de relação as meninas, consideradas 'obesas'<sup>9</sup>, firmam com este estereótipo corporal difundido constantemente pela mídia, sendo elas o objetivo principal deste meio. Como se constrói a personalidade, o eu interior de pessoas que estão diariamente sendo cobradas pela sociedade por um corpo 'perfeito'. Este trabalho busca o entendimento sobre essas considerações.

### 1.3 OBJETIVOS

#### 1.3.1 Objetivo Geral:

Saber como as mulheres, aparentemente obesas, se sentem e se relacionam com o padrão corporal culturalmente difundido na sociedade.

#### 1.3.2 Objetivos Específicos:

- Verificar como a sociedade constitui percepções de corpo.
- Identificar as conseqüências do padrão corporal para mulheres obesas.

---

<sup>9</sup> Idem nota 7.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 OBESIDADE

A obesidade é considerada um problema de proporção mundial pela Organização Mundial da Saúde (OSM), porque atinge um número elevado de pessoas e predispõe o organismo a várias doenças e morte prematura (NAHAS, 1999). Algumas das doenças associadas ao excesso de gordura corporal podem ser por exemplo: doenças cardiovasculares, renais, digestivas, diabetes, problemas hepáticos e ortopédicos. Conceitualmente, a obesidade é considerada como acúmulo excessivo de gordura no tecido adiposo<sup>10</sup>, regionalizado ou em todo o corpo, desencadeado por uma série de fatores associados aos aspectos ambientais e/ou endócrino-metabólicos (GUEDES, 2003).

As células adiposas estão distribuídas por todo o corpo, principalmente na região subcutânea e ao redor dos órgãos internos, formando um depósito de energia que se modifica constantemente para manter-se em equilíbrio energético – ingestão igual demanda energética. A obesidade reflete excesso de gordura corporal decorrente do equilíbrio energético positivo entre ingestão e demanda (consumo maior que o gasto).

Quanto às características anatômicas do tecido adiposo, a obesidade pode ser caracterizada como hiperplásica ou hipertrófica. A primeira é definida pelo aumento no tamanho, seguido pelo aumento do número de células adiposas. Já a hipertrófica é caracterizada pelo aumento no tamanho das células. Segundo Nahas (1999), pode-se afirmar que um indivíduo maduro se torna obeso, inicialmente, pelo contínuo depósito de gordura em suas células adiposas, até atingirem um tamanho máximo; nesse ponto, se a pessoa continua com um balanço positivo, inicia-se uma proliferação de células de gordura.

A localização da gordura corporal nas diferentes regiões anatômicas do corpo é igualmente importante para distinguir a obesidade de acordo com os tipos ginóide ou andróide. A ginóide caracteriza-se pelo acúmulo de gordura predominante nas

---

<sup>10</sup>Tecido amarelado composto por células adiposas, que formam camadas macias no corpo, envolvendo os órgãos internos ou logo abaixo da pele (Nahas, 1999).

regiões do quadril, glúteo e coxa. A andróide apresenta acúmulo de gordura mais acentuado nas regiões do abdome, tronco, cintura escapular e pescoço. As mulheres são caracterizadas pelo tipo de gordura ginóide, sendo este um dos aspectos preocupantes quanto à aparência – pernas e quadris grandes, o que resulta na busca pelo modelo de corpo reto e alongado, estereótipo das passarelas da moda.

Segundo Guedes (2003), comparações recentes atestam que a distribuição regional da gordura apresenta estreita relação com inúmeras complicações metabólicas e funcionais, demonstrando ser este um fator tão importante quanto a quantidade total de gordura corporal na manutenção dos níveis de saúde. O risco de doenças cardiovasculares, diabetes e vários tipos de câncer é significativamente maior em pessoas que apresentam obesidade do tipo andróide, mais caracterizado no sexo masculino.

Muitos estudiosos afirmam que o mais importante para determinar a obesidade é a medida da composição corporal – geralmente considerando os componentes: gordura corporal e massa corporal magra. Assim para determinar se alguém é obeso ou não, existem técnicas como a pesagem hidrostática, as medidas de dobras cutâneas ou a bioimpedância.

De acordo com Guedes (2003), a obesidade e o conseqüente sobrepeso<sup>11</sup> têm se caracterizado como a disfunção orgânica que mais apresenta aumento em seus números, não apenas nos países industrializados, mas particularmente nos países em desenvolvimento. As evidências mostram que a adoção de estilo de vida inadequado vem favorecendo este tipo de acontecimento, sobretudo no que se refere ao sedentarismo e aos hábitos alimentares.

Em nosso país, ainda que sejam necessárias estatísticas mais aprimoradas, é cada vez mais evidente a ‘americanização’ dos hábitos alimentares, o que, aliado à progressiva redução da atividade física do cotidiano em razão da mecanização e do avanço tecnológico de nossa sociedade, torna possível prognosticar aumento na prevalência da obesidade e do sobrepeso nos diferentes segmentos da população brasileira.

---

<sup>11</sup> Aumento excessivo do peso corporal total, o que pode ocorrer em conseqüência de modificações em apenas um de seus constituintes (gordura, músculo, osso, água) ou em seu conjunto (Guedes, 2003).

Observa-se no entanto, que a população depara-se na atualidade, com um paradoxo: por um lado o crescente aumento da população com excesso de peso devido, entre outras coisas, as facilidades do mundo contemporâneo; e de outro uma mobilização quase que mundial na tentativa de 'afinar a cintura', buscando a qualquer preço os padrões de beleza ditados pelo corpo esguio de modelos como Gisele Bündchen. De acordo com Talamoni (Revista Viva Saúde, abril/2005), uma pesquisa da Universidade de Flinders, na Austrália, envolvendo meninas de cinco a oito anos, mostrou que 47% delas desejam ser magras e 45% fariam dietas se engordassem. A maioria das garotas, que ainda brincam de boneca, disse que estar em forma as tornaria mais populares.

Emagrecer parece ser, hoje, uma das grandes preocupações da humanidade e ela envolvem homens e mulheres, jovens e adultos. A sombra da obesidade e a idéia de um corpo 'disforme' parecem pesar tanto quanto a consciência daquela ou daquele que come (MEYER et al,2004). As matérias apresentadas nas revistas, para mulheres e jovens, mostram que a obsessão por medidas corporais cada vez mais universalizadas tornam o exercício físico e a dieta alimentar algumas vezes insuficientes para atingir esse corpo, a cada momento mais normatizado e homogeneizado. Em função disso cresce o número de cirurgias plásticas como reparações estéticas e lipoaspiração, para corrigir o que o exercício e a dieta não são capazes de reverter.

Nos anos 80, observa-se uma diminuição nas silhuetas femininas de aproximadamente, 2,5cm. O que justifica o aumento dessas cirurgias realizadas no Brasil e em outros países nos últimos dez anos. As novas tendências fizeram até os maiores representantes de fast-food alterar o menu para não sofrerem um boicote da 'geração saúde'. Por exemplo, a rede Mc Donald's, que investiu apenas em nosso território nacional, no cultivo de 50 alqueires de hortaliças para abastecer com opções mais saudáveis os 548 restaurantes do país (TALAMONI, 2005). Em meio às iniciativas para eliminar os excessos, especialmente entre crianças e adolescentes, nem o lanche da hora do intervalo nas escolas foi poupado. Desde 2001, várias instituições de ensino optaram por banir das cantinas refrigerantes, sucos artificiais, biscoitos recheados, salgadinhos, hambúrgueres e outras guloseimas. Atualmente já existe a lei estadual 14.423 de 02 de junho de 2004 que regulamenta esta questão dos lanches 'gordurosos' nas cantinas escolares.

Esta medida busca uma melhoria na alimentação das crianças que desde pequenas já sofrem com as conseqüências da obesidade. Uma dessas conseqüências, se não a mais significativa, está relacionada com o aspecto psicológico, o grande problema da discriminação contra indivíduos obesos. E é na aula de educação física que esta discriminação fica mais evidente, as meninas por serem consideradas menos aptas aos jogos são escolhidas por último na formação do time, quanto mais se estiverem com uns quilinhos acima do peso, são praticamente deixadas de lado pela exigência de maior agilidade em um jogo. Isto irá refletir em sua vida adulta, trazendo consigo mágoas e revoltas com seu corpo e com os que subjugam suas capacidades.

Já na adolescência as garotas vivem um dilema: cair nas tentações dos *fast foods* e guloseimas introduzidas pela indústria do consumo ou seguir os padrões magérrimos impostos na sociedade. Verifica-se que a mídia tem grande influência neste aspecto, estimulando tanto a venda de produtos alimentícios oferecidos no mercado, como a definição de um padrão corporal. Perpetuando assim, uma sociedade de consumo.

O veículo que estimula a prática do *fast food*, via publicidade, aproveitando-se da imagem de pessoas famosas para divulgação dessa prática, utiliza também discursos de especialistas que não indicam e nem concordam, sob o ponto de vista da saúde do adolescente, com o consumo desses produtos. Mais grave: na veiculação desses produtos estão sendo divulgados e construídos modelos e padrões de beleza e de estética corporal não condizentes com as práticas alimentares que os profissionais de saúde apontam como saudáveis (SERRA e SANTOS, 2003).

A moda, a mídia e tudo o mais é, na atualidade voltada ao corpo escultural. Com isso, o gordinho acaba sendo visto como uma pessoa preguiçosa que não gosta de fazer exercício, e está acima do peso porque quer, gerando um certo preconceito. Entre tanta discriminação, é muito difícil manter uma auto-imagem positiva, sem depressão e outras perturbações. Os indivíduos obesos podem parecer alegres e despreocupados no convívio social, mas muitos deles sofrem com sentimentos de inferioridade, são dependentes, passivos e têm profunda necessidade de serem amados.

O desprezo ao obeso e a preocupação com a magreza começam já na infância, como citado anteriormente, com apelidos e chacotas de 'colegas' que

colocam a obesidade como um problema de inferioridade diante dos outros. A discriminação contra pessoas obesas é tão generalizada quanto o preconceito e poucos percebem até onde isto chega. Pessoas que não se enquadram nos padrões corporais apresentam menores probabilidades de serem aceitas em escolas de prestígio e ingressar em profissões desejáveis. O problema não termina com a Universidade, pois enfrentam discriminação ao procurar emprego e no ambiente de trabalho, onde encontram dificuldade de colocação no mercado de trabalho. Geralmente os empregadores consideram indivíduos com peso excessivo menos desejáveis para contratação do que os com peso normal, mesmo quando acreditam que os dois grupos possuem as mesmas habilidades.

A mulher é a mais atingida neste processo, pois é - quase sempre - o principal foco da atenção de propagandas televisivas, jornais e principalmente em revistas onde corpos sarados e bem alinhados estão à mostra para venda de um determinado produto. As que procuram este 'modelo', são capazes de realizar loucuras e até mesmo mutilar o seu corpo em busca deste belo, sinônimo de 'felicidade' e aceitação social. Aceitação esta, que significa a não discriminação e marginalização de um corpo símbolo de prazer e beleza.

Do outro lado da história está a indústria da obesidade pronta para faturar com as dietas da moda, lipoaspiração, ginástica passiva, eletro-estimulação, e muito mais. Todos esses métodos têm funções bem específicas porém, o enfoque a eles atribuídos é que em muitos casos chegam ser uma propaganda enganosa. "Gaste calorias sem fazer força". "Dez minutos equivalem a mil abdominais". E na ânsia de chegar a um resultado imediato as mulheres são ludibriadas com produtos mágicos que não resultam no efeito desejado, assim aparece a frustração do desejo não alcançado. A busca da 'felicidade' fracassada?! Talvez, não para quem quer chegar ao estereótipo do belo aceito.

## 2.2 MÍDIA X MANIPULAÇÃO

A comunicação é uma arma poderosa se considerarmos seu poder de manipulação de informações. Os meios de comunicação de massa são agentes formadores de opinião e criadores - reprodutores de cultura (THOMPSON, 1999). A mídia, quando comprometida com a defesa de interesses, fabrica acontecimentos a fim de configurar a realidade que visa divulgar. A partir daí, as mensagens são elaboradas e lançadas ao grupo social com efeito de formar e transformar os modos de pensar e de agir do grupo que queiram atingir, interferindo na cultura local, ou seja, a mídia fabrica coletivamente as representações sociais que lhe forem convenientes moldando a visão do espectador conforme suas necessidades e desejos de venda.

A representação social constitui um dos conceitos fundamentais do modo de vida e do cotidiano, estando relacionada à ideologia. Por um lado expressa a fragmentação da consciência cotidiana, por outro, o poder simbólico. A dominação simbólica é exercida por meio da linguagem, dos símbolos e signos por onde veicula a comunicação. Se a representação social da obesidade contém características ideológicas, ela está sendo construída através do estigma que envolve o obeso (FELIPPE et al, 2004).

Portanto, os saberes encontram-se no espaço midiático de forma a contribuir para a construção do senso comum, gerando a cultura de uma sociedade. Não se trata de tirar a livre escolha do indivíduo em aceitar ou não uma determinada mensagem veiculada mas manipular as suas ações e desejos em torno de uma determinada imagem. Observa-se que os meios de comunicação de massa bombardeiam as pessoas com imagens que associam a felicidade à figura esbelta. Na propaganda dos serviços e produtos para emagrecer, levanta-se a preocupação com as conseqüências da obesidade, indicando aos indivíduos que compete a eles tomar providências – ensinando modos de proceder, de viver, de fazer, de comprar, de comer, de vestir, de falar – construindo posições de sujeitos, diferenças e identidades.

Como relata Andrade (2003), a construção e a negociação das diferentes identidades passam hoje, necessariamente, pelo corpo e são associadas ao consumo, alimentando um mercado milionário que cresce incrivelmente a cada dia,

junto com a obsessão pelo corpo belo, malhado, magro, saudável. Indicando sempre a responsabilização do feminino sobre seu corpo, entendido como um exercício de poder sobre si mesma, como controle e como cuidado de si, o que significa investir, sempre.

Longe de ajudar os excluídos, a mídia pode contribuir para a alienação e para condenação dos mesmos. Carregando um poder de influência no receptor forma-se através da visão midiática, a opinião pública. As imagens da mídia pretendem jogar com o sentimento do espectador, na possibilidade em adquirir a coisa real que a imagem mostra. Segundo Berger (1999, *apud* Meyer et al, 2004), a publicidade é a cultura da sociedade de consumo. Ela propaga, através de imagens, a crença daquela sociedade nela mesma.

É por volta de 1920 que o termo ‘dieta’ é associado pela primeira vez à idéia de emagrecimento, de auto-regulação, de autodisciplina. O corpo torna-se com isso um foco do poder disciplinar. Os meios de comunicação, mais especificamente as revistas, tornam-se um guia norteador das condutas femininas, estimulando o treinamento e a educação do corpo em cada uma das suas prescrições das ‘dietas saudáveis’ e ‘milagrosas’ na qual poderá alcançar o corpo perfeito em poucos meses e poder desfrutar o verão sem culpas e constrangimentos.

Os ensinamentos produzidos e reproduzidos pelas instâncias midiáticas conformam determinados tipos de corpos como “ideais”. Assim, as pessoas passam a vida inteira buscando alcançar este corpo “modelo”, mas ele escapa porque nunca é o mesmo. As representações em torno dele alteram-se, modificando de acordo com referenciais históricos e culturais. Do mesmo modo, os conhecimentos que a mídia apresenta como “verdadeiros” também são modificados de acordo com interesses econômicos, políticos e sociais (ANDRADE, 2003).

Neste processo de banalização dos corpos como fruto de estigmas culturais transmitidos através dos tempos, estaria o corpo em algum momento tornando-se mercadoria de um sistema capitalista? Esta ação de satisfazer as necessidades e a criação de instrumentos de contentamento conduz a novas necessidades. E sendo o corpo uma mercadoria – produto do sistema – que obedece a sua lógica, o ajuste entre o corpo ideal e o real nunca será perfeito, movendo o indivíduo ao consumo de bens na procura de uma pseudo-satisfação a qual nunca será alcançada por propósitos mercantilistas, tornando este processo um *looping* constante e sem fim. Como relata Melani (2002), sob o estatuto da irreflexão, o corpo continua

fragmentado e aprisionado na cela da mercadoria, cumprindo a função de reproduzir o *status quo* sem questionamento.

Se os comportamentos sociais estabeleceram condutas em relação as funções corporais e hábitos corporais na sociedade é porque o corpo sofreu ao longo do tempo regulação de comportamentos e normas de controle que desembocaram no processo disciplinar dos corpos, como um registro contínuo de conhecimentos, exercendo poder e produzindo saberes e desenvolvendo técnicas para o adestramento ou para o aprimoramento das aptidões produtivas...deve-se pensar o estudo do corpo em vários aspectos; considerando as funções corporais, hábitos corporais, produção de saberes, poder e os aspectos disciplinares produzidos no corpo. Nesta direção, somos levados a compreender que o mundo real é construído a partir dos códigos da sociedade. De modo que uma grande parte é consciente e outra inconsciente (ARAUJO, 2004).

Inconsciente, esta é a palavra que melhor retrata a ação da mídia na vida das pessoas. Sem perceber a população está inserida em um modelo de vida que não é próprio. Utilizam-se produtos, roupas, fazem-se cirurgias, cria-se atitudes artificiais, maneiras e estilos, e quando menos se percebe, todos estão imitando e utilizando artefatos muitas vezes supérfluos para sua sobrevivência. Tão grande é o poder da mídia em nossa vida a qual pode transformar 'num passe de mágica': a 'gordura' em 'doença', o 'ser gordo' em 'desleixo', o 'fora de forma' em 'indecência'.

### 2.3 FASCINAÇÃO PELO CORPO – A EXPRESSÃO DA VEZ

O corpo aparentemente, é a primeira coisa que observamos em uma pessoa, já fazendo um pré-julgamento desta imagem juntamente com nossos valores e crenças que são transmitidos através da cultura na qual estamos inseridos. Esta percepção do corpo na sociedade contemporânea é dominada pela existência de um vasto arsenal de imagens visuais, tornando sujeito às leis do mercado, da concorrência, da propriedade e da oferta e procura.

Justifica-se a corrida incessante por curvas e músculos bem delineados, esta obsessão pelo modelo de 'felicidade', o belo aparente que deixa de lado a essência

para moldar a ‘casca’<sup>12</sup>, esquecendo-se de nutrir a mente e a alma também, essenciais para a busca da verdadeira felicidade.

A busca frenética pela beleza tornou-se a via de encontro com a felicidade, comprável de muitas mercadorias que se desenvolvem a partir da pseudo-satisfação e da angústia feminina. Mulheres olham-se no espelho e buscam o reflexo das imagens que vêm diariamente nas revistas, outdoors, televisão e outros (HERCULES, 2004).

Este desejo de manter o corpo bonito, esbelto, esguio, representa a expressão maior do erotismo, do desejo. Em função disso, surgem diversos mecanismos para alcançar o padrão ideal de corpo – tecnologias, produtos, cirurgias. Neste contexto, quem não faz ‘dieta’ pensa em fazer, quem já fez, vai fazer de novo. Apresenta-se portanto, dois segmentos claros na sociedade: aquele que se constitui de obesos obcecados em emagrecer, e aquele formado por indivíduos que fazem de tudo para não engordar. Ambos os segmentos aderem com muita facilidade aos apelos da mídia em relação às práticas alimentares para emagrecimento, aos novos produtos dietéticos e aos outros mecanismos que garantem um corpo esteticamente perfeito e aceito pela sociedade.

## 2.4 DO PRECONCEITO À DISCRIMINAÇÃO

O preconceito em relação à obesidade é muito antigo. Desde a Grécia antiga, e depois na Idade Média, período marcado pelo poder da Igreja, o obeso é considerado um indivíduo que oscila entre a preguiça e o mau caráter. É o preguiçoso que se nega a assumir qualquer atividade ou o fraco que se deixa arrastar pela gula, um dos sete pecados capitais. Portanto, o obeso costuma ser classificado como um pecador ou uma pessoa com desvios de caráter e personalidade.

Um dos grandes problemas enfrentados pelos obesos nos dias de hoje, além dos relacionados às doenças<sup>13</sup>, é a discriminação criada pela visão estética do apelo social ‘dito’ moderno. A moda, a mídia e tudo o mais é, na atualidade voltada ao corpo esguio e reto. O exemplo disso pode ser visto nas passarelas de moda. Com isso, o gordinho acaba sendo visto como uma pessoa preguiçosa, que não gosta de

---

<sup>12</sup> Referente apenas a imagem aparente.

<sup>13</sup> Não faz parte deste estudo.

fazer exercício e está acima do peso porque quer, gerando um certo preconceito por se encontrar fora dos padrões.

Verificando no dicionário Aurélio temos como definição de preconceito: conceito ou opinião formados antecipadamente, sem maior ponderação ou conhecimento dos fatos; idéia preconcebida; suspeita, intolerância, ódio irracional ou aversão a outras raças, credos, religiões, etc. Quando não se aprende a respeitar a diversidade do mundo em que vivemos certamente o preconceito surge como forma de discriminação ao que é diferente, fora do comum. Segundo Pinsky (1999), o indivíduo que se sente discriminado nem reage porque o preconceito quase sempre vem revestido de uma simples 'brincadeira' ou piada maldosa. São modos 'civilizados' que a sociedade adota para mostrar o seu desconforto com os que são apenas diferentes.

A presença deste preconceito e a decorrente discriminação vivida com mais intensidade pelos que estão fora dos padrões, os impede muitas vezes de vivenciar não só seus direitos de cidadãos, mas de vivenciar plenamente sua infância. Pois é na escola que a criança começa a sentir o 'peso' da diferença, do ser gordo, muitas vezes sinônimo de incapacidade. Esta situação vai se perdurar pro resto da vida - caso não consiga chegar aos padrões de beleza aceitos na sociedade. Na adolescência a dificuldade de um relacionamento afetivo e social verdadeiro, o emprego que é negado pela aparência, problemas sociais e com a idade problemas físicos com agravante de doenças.

Tudo isto se reflete na vida e na imagem da pessoa que pode se sentir inferior aos demais, pelas dificuldades enfrentadas na vida quando o 'diferente' é colocado à margem da sociedade.

### 3. METODOLOGIA

Esta pesquisa foi concebida de forma descritiva, com investigações de opinião e motivação, a partir do método científico hipotético – dedutivo, no qual pretendeu-se afirmar ou falsear as intenções durante o processo e não simplesmente manipular os resultados a favor de confirmar o estudo. A pesquisa ocorreu de forma qualitativa na perspectiva da elaboração do *continuum* relacionado a pesquisas da área de humanas.

Considera -se que esta pesquisa propôs-se a verificar como a mídia interfere na formação do padrão corporal e de que maneira isto afeta as mulheres na construção da imagem do seu corpo e sua relação com o estereótipo corporal difundido pela sociedade atualmente.

Para determinar a influência dos meios de comunicação e a formação corporal entre as mulheres foi proposto como procedimentos: leitura da bibliografia indicada, o fichamento das obras e textos, a elaboração da revisão de literatura e a pesquisa de campo com meninas participantes de um projeto realizado na Universidade Federal do Paraná no setor de Educação Física. Esta pesquisa foi constituída de um questionário com quatro perguntas abertas.

#### 3.1 SUJEITOS DA PESQUISA

A pesquisa foi realizada com onze meninas, com idade entre treze e dezoito anos, participantes de um projeto sobre obesidade, realizado no setor de Educação Física da Universidade Federal do Paraná.

A ‘situação’ corporal foi um dos fatores para a escolha deste grupo, como também a disponibilidade de participar de uma pesquisa cujo tema faz referência ao projeto do qual estão participando.

#### 3.2 INSTRUMENTOS

A utilização de um questionário aberto, com questões simples e de fácil compreensão, previamente elaborado e que foi validado pelos professores do Departamento de Educação Física da UFPR, tratando de perguntas a respeito da imagem e relacionamento com seu corpo.

### 3.3 PROCEDIMENTOS

O questionário foi aplicado para o grupo no mesmo dia que as meninas estavam participando do Projeto. Cada uma recebeu um questionário, composto por quatro perguntas abertas, que respondeu individualmente, controlando assim as variáveis, sem interferência de opiniões alheias a do sujeito que o respondeu. Teve-se como intuito perceber qual o ideal de corpo presente e vigente para esse sujeito em específico; e a percepção dos fatores sociais e como isto afeta na concepção e relacionamento com o padrão corporal.

### 3.4 VERIFICAÇÃO DOS RESULTADOS

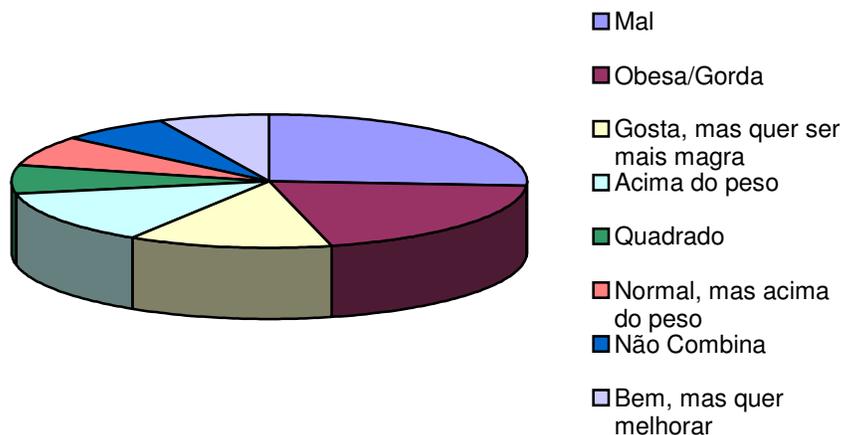
Levantamento dos dados adquiridos através do questionário, verificação e confronto dos resultados obtidos com a revisão de literatura. Consta em um agrupamento de respostas e análise subjetiva, baseada nos conceitos trabalhados por autores que tratam sobre o corpo. Faz parte, também, da discussão depoimentos retirados dos questionários que transparecem os conceitos de corpo estabelecidos.

#### 4. RESULTADOS

A avaliação dos dados foi feita a partir do questionário aplicado no projeto que as meninas participam na Universidade Federal do Paraná no setor de Educação Física, para adolescentes obesos. A média de idade das meninas foi de 14 anos, em um total de 11 sujeitos na amostragem. As respostas confirmam os problemas que a obesidade traz consigo, tanto é que todas participam deste projeto por livre escolha com o desejo de se sentir melhor em relação ao seu corpo.

Para análise dos resultados os dados foram categorizados de acordo com as respostas fornecidas pela pesquisa. Na avaliação da primeira pergunta: “Como você se sente em relação ao seu corpo? Justifique”, obtiveram-se oito categorias de respostas a seguir:

**GRÁFICO 1: Como se sente em relação ao seu corpo**

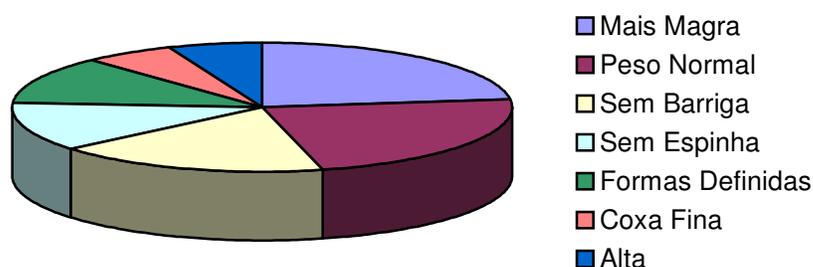


**TABELA 1: Como se sente em relação ao seu corpo**

Como se sente em relação ao corpo	
Mal	26%
Obesa/Gorda	20%
Gosta, mas quer ser mais magra	13%
Acima do peso	13%
Quadrado	7%
Normal, mas acima do peso	7%
Não Combina	7%
Bem, mas quer melhorar	7%

A partir das respostas dadas a esta pergunta pode-se observar que 26% se sentem mal em relação ao seu corpo, 20% se consideram gorda/obesa e 13% acima do peso como resposta. Todas expressam uma negatividade em relação ao corpo, um descontentamento gerado por fatores culturais e individuais que podem refletir até mesmo na auto-estima da pessoa.

**GRÁFICO 2: Como gostaria que fosse seu corpo**



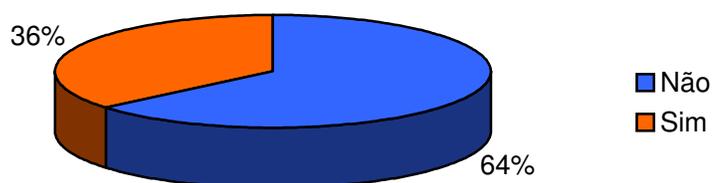
**TABELA 2: Como gostaria que fosse seu corpo**

Como gostaria que fosse seu corpo	
Mais Magra	23%
Peso Normal	23%
Sem Barriga	18%
Sem Espinha	12%
Formas Definidas	12%
Coxa Fina	6%
Alta	6%

Ao serem questionadas como gostaria que fosse seu corpo percebe-se que 46% das meninas gostariam de ser mais magra ou ter seu peso 'normal'. E 18% gostaria de ser 'sem barriga'. Mas o que é 'normal' para estas adolescentes? Alcançar o padrão passarela Gisele Bündchen, ou chegar ao peso ideal para sua estrutura física que não afete sua saúde? A busca em primeira instância é chegar ao estereótipo difundido pela mídia o qual a maioria das mulheres persegue incansavelmente.

Segundo Santaella (2004), são as representações nas mídias e publicidade que têm o mais profundo efeito sobre as experiências do corpo. Elas levam as pessoas a imaginar, a diagramar, a fantasiar determinadas existências corporais, nas formas de sonhar e de desejar o que é proposto pela mídia.

**GRÁFICO 3: Maneira como vê seu corpo influencia no relacionamento com as pessoas**

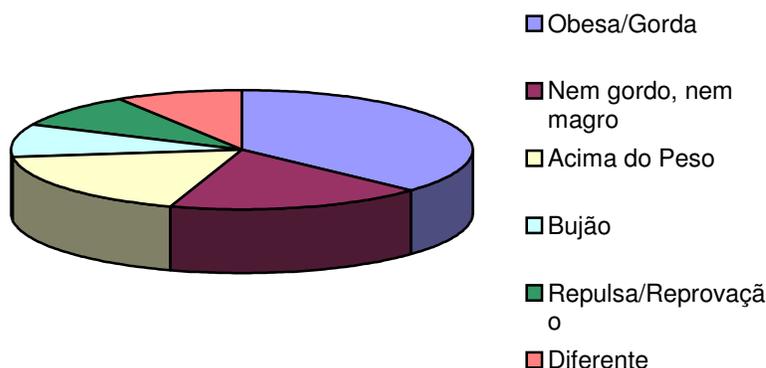


Na questão que trata da influência no relacionamento com as pessoas, o modo como a entrevistada vê seu corpo, 64% responderam não, assinalado por uma delas que as pessoas 'devem' gostar dela pelo seu caráter e não pelo seu corpo. Já 36% acham que o relacionamento é afetado pela maneira que vê seu corpo:

*“A maneira que eu vejo me retrai, me dá insegurança”*

*“Sim, pois quando eu converso com uma pessoa mais magra eu me sinto ruim”*

Segundo Silva (2001) a imagem que as mulheres expressam seja pelo corpo, sua forma de agir e se vestir, tornam-se motivo de ansiedade, visto que esta se expõe ao exame público.

**GRÁFICO 4: Como as pessoas vêem seu corpo****TABELA 3: Como as pessoas vêem seu corpo**

Como as pessoas vêem seu corpo	
Obesa/Gorda	37%
Nem gordo, nem magro	18%
Acima do Peso	18%
Bujão	9%
Repulsa/Reprovação	9%
Diferente	9%

Sobre o questionamento de como as pessoas vêem seu corpo, 37% responderam que são vistas como obesa/gorda, 18% acima do peso e também 18% são vistas como nem gorda, nem magra.

É essa dominância do exterior sobre o interior que nos leva a compreender o poder que a glorificação e exibição do corpo humano passaram a assumir no mundo contemporâneo, poder que é efetivado por meio das mais diversas formas de estimulação e exaltação do corpo, como se essa exaltação pudesse trazer como recompensa um renascimento identitário ou a restauração de eus danificados e identidades deterioradas. (CRILLANOVICK, 2003 *apud* SANTAELLA, 2004)

A relação que o indivíduo tem com seu corpo é a preocupação em modelar, a fim de aproximá-lo o mais possível do padrão de beleza estabelecido. As repostas deixam claro o descontentamento em relação ao corpo e a busca de uma imagem corporal aceita pela sociedade, como se isso bastasse para afirmar o seu eu interior e para ser feliz.

## 5. DISCUSSÃO

A convergência dos resultados mostra a presença de um descontentamento em relação ao corpo, gerado como já citado, pelo padrão cultural de beleza difundido na sociedade. O reflexo social deste padrão é a busca destas meninas por um programa que lhe dê a oportunidade de mudar seu estilo de vida e chegar as tão sonhadas *“formas definidas”* como uma relata em seu questionário.

O desejo de como gostaria que fosse seu corpo reflete o estereótipo de beleza que poucas pessoas possuem e que a maioria procura alcançar como relato em respostas:

*“gostaria de ser mais magra; sem barriga; coxa fina; alta”.*

Descrição que lembra claramente modelos de passarelas que são pagas para mostrar sua beleza, ‘mercadorias de luxo’, trata-se do auge da perfeição.

Já na questão da maneira como a menina vê seu corpo influencia no relacionamento com as pessoas, a maioria 64% responderam que não. Mas comparando com a questão quatro em que foram questionadas como as pessoas vêem seu corpo, 37% responderam obesa/gorda. Percebe-se aqui que a questão do físico não afeta seu relacionamento pelo simples fato de buscarem em outros atributos a aceitação ao grupo. Como em resposta dada:

*“Não, pois eu sou muito extrovertida”*

Cria-se uma fuga desse corpo que não é magro, e que demonstra nas respostas o desejo de ser *“normal”*, mas pode muito bem ter um relacionamento, porque tem outras qualidades não relacionadas ao seu corpo.

Expresso em outra reposta:

*“As pessoas devem gostar de mim pelo meu caráter, não pelo meu corpo”.*

Esse tipo de afirmação tem um efeito de alívio para seu ‘problema’. Tentando que outras qualidades se sobressaiam e seu corpo fique em segundo plano – **eu**

**sou gordinha mas o que importa é que sou simpática, inteligente, extrovertida, brincalhona.** Mas porque então a busca da felicidade em um modelo de corpo que não faz parte de seu biótipo físico?

O ser humano se constitui de corpo e mente, e por isso a busca de um equilíbrio entre os dois para se sentir bem. O que não pode é confundir beleza com sinônimo de felicidade, porque isso vai desencadear uma grande frustração às pessoas que conseguiram o corpo desejado mas continuam com um vazio em sua vida, e àquelas que gastam todos seus esforços e não alcançam os seus objetivos por inúmeras razões, mas que levam a vida na infelicidade por nunca chegarem à estética perfeita.

A dificuldade maior é das pessoas que admitem para si mesma que a maneira que vê seu corpo influencia no relacionamento. Como bem expresso em uma resposta:

*“A maneira que eu vejo meu corpo é diferente do que o que as outras pessoas vêem. A maneira que eu me vejo me retrai, me dá insegurança”.*

Esta maneira de ver seu corpo a deixa insegura de ter um relacionamento mais aberto, sem desprendimento total, porque sempre estará lembrando que é gorda, que os outros estão reparando, o que vão falar depois. São indagações que passam pela cabeça até mesmo sem perceber, e que refletem em seu comportamento com as pessoas.

A mulher é, assim, separada viva de si mesma e de seu corpo, convertido em material comutável de exposição e exibição sob o signo de beleza, da sedução e do princípio paradisíaco do prazer (SANTAELLA, 2004).

Na antiguidade apresentar a forma física de um *“bujão”* – resposta expressa por uma adolescente de como ela se sente em relação ao seu corpo – era sinônimo de beleza e símbolo de fertilidade e por isso, enaltecidas eram suas formas rechonchudas. Hoje pelo contrário, o excesso de peso causa constrangimento e vergonha, como observado nesta mesma adolescente ao responder o questionário.

Que imagem de corpo essas garotas levam consigo? Uma imagem distorcida da realidade em que vivemos? Nem sempre, pois esta realidade na maioria das vezes deixa as pessoas confusas frente ao paradoxo que é imposto pela mídia na

sociedade: de um lado o estereótipo de corpo perfeito e esguio; do outro o aumento de redes de *fast food* e sua publicidade espantosa nos meios de comunicação.

Ao mesmo tempo em que cobram – das garotas principalmente – um cuidado especial com o corpo, há um bombardeio de propaganda com comidas altamente calóricas e prejudiciais a saúde. A consequência disto é um sentimento de culpa que é gerado por esta situação e a sensação de ser ‘inferior’ aos que são mais magros.

Como em uma resposta dada:

*“Quando eu converso com uma pessoa mais magra eu me sinto ruim”.*

Este sentimento é expresso em consequência a esta cultura do belo sobre o feio, do forte sobre o fraco que ainda impera na sociedade contemporânea.

As imagens dos corpos imaculadamente lisos e sem defeitos interpela-nos pelos quatro cantos: nas capas de revistas e seus interiores, nos *outdoors*, nos programas televisivos e nas publicidades que os acompanham, nas telas do cinema, enfim, são corpos que nos espreitam para saltar diante do nosso olhar em todos os lugares. É tal a força subliminar dessas imagens que, mesmo quando se tem consciência do poder que elas exercem sobre o desejo, não está livre de sua influência inconsciente. Vem daí a busca de satisfação de seu próprio corpo que as pessoas buscam dar para si mesmas (SANTELLA, 2004).

Como fugir deste meio? Buscar um equilíbrio entre as coisas pode ser a resposta para alcançar uma conscientização corporal e a construção de um ‘eu’ que preencha o vazio existente na relação com o corpo que tenho e o que querem que eu seja. Mas se isso fosse tão simples e fácil assim, não teríamos tantos problemas relacionados com a imagem corporal, todos seriam resolvidos nesta questão, e não haveria esta procura incansável pelo padrão de beleza que poucos tem e muitos almejam, e que o sistema capitalista sabe aproveitar-se muito bem dessa situação.

## 6. CONCLUSÃO

Ao pensar o corpo como parte de uma construção que vem através dos anos sendo estigmatizado com as mudanças de cultura e comportamento, observa-se este mesmo corpo hoje perdido em tais mudanças sem identidade própria e a busca de uma afirmação perante a sociedade.

As mulheres estão cada vez mais buscando na imagem corporal 'perfeita' a felicidade e para isso, se submetem a tratamentos, cirurgias e plásticas, muitas vezes mutilando-se pra alcançar o padrão de beleza desejado.

Na pesquisa realizada percebeu-se a grande insatisfação das meninas em relação ao seu corpo e o desejo de ser mais magra e alcançar curvas mais definidas com o objetivo de sentir-se bem consigo mesma e principalmente para não ficar a margem de uma sociedade que impõe a beleza física como algo fundamental. Já o relacionamento com outras pessoas, para a maioria das garotas da pesquisa, não é influenciado pela maneira como elas vêem seu corpo, apontando outros adjetivos como mais importante do que a beleza exterior, isto porque as pessoas acima do peso buscam outras qualidades e as destacam para se relacionarem e serem aceitas no grupo - como simpatia, inteligência, bom humor. É uma maneira de fuga de sua própria identidade corporal.

Não se pode negar que a mídia também é grande influenciadora deste padrão de beleza, mostrando imagens e propondo desafios em revistas, *outdoors* e televisão, aguçando ainda mais o desejo dessas garotas de se 'sentir mulher' e assim estabelecer com seu corpo uma identidade que satisfaça o seu eu interior, e poder mostrar para a sociedade, a verdadeira pessoa que é, sem culpa, sem receios, vergonhas e constrangimentos.

## REFÊRENCIAS

ANDRADE, Sandra dos Santos. **Mídia impressa e educação de corpos femininos.** Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação. Vozes, 2003.

ARAUJO, José Augusto de Carvalho. **O uso do corpo: produção de saberes e hábitos corporais.** PAR'A'IWA, Revista dos pós-graduandos de sociologia da UFPB. n.2 João Pessoa, junho de 2002.

FELIPPE, Flávia Maria Lacerda et all. **Obesidade e mídia: o lado sutil da informação.** Revista Acadêmica do Grupo Comunicacional de São Bernardo, ano 1, n.2, julho-dezembro de 2004.

GOELLNER & FIGUEIRA. **A promoção do estilo atlético na revista capricho e a produção de uma representação de corpo adolescente feminino contemporâneo.** Revista brasileira de ciências do esporte, Campinas, v.26, n.2, p:87-99, jan. 2005.

GOELLNER, S. R. **Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação.** Vozes, 2003.

GUEDES, Dartagnan Pinto. **Controle de peso corporal.** Composição corporal atividade física e nutrição. Shape, Rio de Janeiro, 2003

HERCULES, Emilia Devantel. **Mídia e imagens: a percepção do corpo feminino.** Monografia de final de curso, 2004.

MELANI, R. **Corpo, objeto de consumo.** Discorpo: revista do departamento de educação física e esportes da Puc-SP, n.13, 2002.

MEYER, Dagmar; SOARES, Rosângela. **Corpo, gênero e educação.** Mediação: Porto alegre, 2004.

NAHAS, Markus V. **Obesidade, controle de peso e atividade física.** Midiograf, Londrina, 1999.

NOVAK, Joseph D.; GOWIN, D. Bob. **Aprender a aprender.** Trad. Carla Valadares. Lisboa: Plátano, 1996.

PINSKY, Jaime (org). **12 faces do preconceito.** Ed. Contexto. São Paulo, 1999.

SANTAELLA, Lucia. **Corpo e comunicação: sintoma da cultura.** Ed. Paulus: São Paulo, 2004

SERRA, Giane Moliari Amaral; SANTOS, Elizabeth Moreira dos. **Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito.** Ciência & Saúde Coletiva, v.8, n.3, p: 691-701,2003

SILVA, Ana Márcia e. **Corpo, ciência e mercado, reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo de felicidade.** Florianópolis : UFSC, 2001.

TALAMONI, Daniela. **O peso real da obesidade.** Revista Viva Saúde, ed. 12. Abril/2005.

THOMPSON, John B. **Mídia e modernidade.** Vozes, Petrópolis, 1995.

**ANEXOS**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ**  
**SETOR DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**  
**Departamento de Educação Física**

## ANEXO 1 - QUESTIONÁRIO

Sexo: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

- Como você se sente em relação ao seu corpo? Justifique.

---

---

---

---

- Descreva como você gostaria que fosse seu corpo.

---

---

---

---

- Você acha que a maneira que você vê seu corpo influencia no seu relacionamento com as pessoas? Justifique sua resposta.

---

---

---

---

- Descreva como você acha que as pessoas vêem seu corpo.

---

---

---

---