

IMAGEM CORPORAL E SAÚDE: UMA DISCUSSÃO SOBRE A PROBLEMÁTICA QUE ENVOLVE A BUSCA DO CORPO “SARADO”

ROSANE CRISTINA DE OLIVEIRA
VALQUÍRIA DA SILVA BARROS
UNIGRANRIO
Duque de Caxias, RJ, Brasil
rosanecrj@hotmail.com

Introdução

Atualmente, verifica-se a crescente preocupação da população em geral com questões que envolvem saúde e estética relativas ao corpo. Na tentativa de vincular saúde à prática exaustiva de exercícios que visem a modelação dos corpos segundo padrões pré-determinados, atribui-se o vocábulo “sarado” - que tradicionalmente refere-se à cura, eliminação de uma doença – o sinônimo de corpo modelado, torneado, modificado, pretendendo, então, associar tal vocábulo à saúde, bem estar, cuidado com o corpo. Neste sentido, observa-se um contraponto entre este corpo “sarado” e o corpo doente. O que necessariamente não é verdade, pois os meios utilizados para alcançar tal corpo “sarado” podem envolver práticas nocivas à saúde.

Este artigo apresenta uma discussão sobre as questões que envolvem imagem corporal e saúde, chamando a atenção para as interpretações, por vezes equivocadas, acerca dos critérios utilizados com o intuito de alcançar os corpos “sarados”, atrelando-os a ideia de boa saúde. Está dividido em duas partes: a primeira centra-se na discussão sobre a busca do corpo ideal como forma de aceitação e/ou inserção social, tendo em vista a difusão de que saúde e beleza corpórea aparecem, por vezes, na condição de sinônimos. A segunda parte, chama a atenção para o papel desempenhado pelo profissional da área de Educação Física, fundamental para repensar a questão da saúde, os estilos de vida e as dimensões sociais, emocionais e culturais que envolvem a busca pela aparência corporal “perfeita”.

1. Imagem corporal e aceitação: a busca do corpo ideal como forma de inserção / aceitação social

As questões da imagem corporal têm representado a aceitação ou não do indivíduo em todas as esferas (social, cultural, política e econômica) da sua interação, seja no trabalho ou nas relações pessoais, podendo o corpo tornar-se, inclusive, fator de discriminação e exclusão social, caso o indivíduo não esteja enquadrado nos padrões vigentes na sociedade.

“A imagem do corpo contemporâneo impregna-se de (de/trans)formações biotecnológicas e socioculturais. O corpo toma um lugar de tamanha importância no nosso cotidiano, e por isso é o centro do debate com suas alterações artificiais de próteses, exercícios de musculação e tratamentos estéticos para homens e mulheres. A ordem da aparência investe em enunciados capazes de agilizar a imagem corporal, que a publicidade tanto preza em divulgar como um brinde promocional, isto é, projeta-se o corpo como algo a mais do anúncio” (GARCIA, 2004, p. 200).

Outra questão fundamental na atualidade é a forma como saúde e beleza são tratados como sinônimos. Entretanto, há controvérsias. Saúde não é sinônimo de beleza assim como o inverso também não pode ser admitido como verdadeiro. Um corpo adequadamente encaixado nos padrões de beleza atuais, na maioria das vezes, não se revela como um corpo saudável.

Implantes, próteses, cirurgias, uso de substâncias que aumentem a massa muscular e diminuam o peso, devidamente aliados à musculação, são medidas para que se adquira um corpo mais forte e com músculos definidos. O corpo, portanto, transforma-se em um espetáculo de imagens corporais construídas. E diante desse novo papel do corpo, a aceitação e a insatisfação, passaram a levar muitas e diferentes pessoas a buscarem formas de modificá-lo, e assim, torná-lo mais atraente e desejável perante a sociedade.

Quanto às práticas corporais que envolvem um *corpo belo* e saudável, é preciso considerar os sujeitos sob um novo olhar, em um deslocamento do olhar para o “outro”, compreendendo assim a sua dinâmica de vida, e assim, atribuir significados às suas práticas corporais e para o modo de como lidam com as influências da mídia quando se busca um corpo que se enquadre nesse novo padrão. E, para isso, é preciso formar um pensamento crítico, questionador, para podermos perceber até quando tais práticas são válidas e não viram obsessões, que acabam nos levando a um culto ao corpo, gerando riscos consideráveis a vida.

Se sentir melhor perante os outros é, em muitos casos, o que fazem os sujeitos buscarem esse corpo ideal, ou seja, uma questão de aceitação. A busca por um corpo “perfeito” encabeçada pela insatisfação corporal que se instaura nas pessoas a partir do momento em que os meios de comunicação de massa divulgam, diariamente, em todas as suas redes de comunicação, imagens de corpos esbeltos, magros, esguios e mensagens que atribuem a beleza como condição primordial para a saúde corporal.

Esse movimento, de (de)formação de conceitos sobre saúde e estética em torno do corpo incentiva as pessoas a buscarem, cada vez mais, alternativas que possam lhes oferecer condições de moldar seus corpos ao padrão de beleza corporal instituído socialmente.

Conforme Bauman (2005, 2008) o corpo como lugar da construção de identidade, aponta o sujeito contemporâneo como um ser em constante modificação de identidade, comportando-se de diferentes formas nos mais variados contextos. Considerando por fim a formação da identidade como um processo de relacionamento social, em que o indivíduo possuirá muitas identidades e também formará esta através do consumo de bens.

O excesso de preocupação com a aparência e o aumento da insatisfação com o corpo, principalmente com o peso, tem sido objeto de muitos estudos científicos na contemporaneidade,

“a marca de pertença a um grupo social valorizado localiza-se na forma do corpo, manifestando uma sociedade regulada pelo olhar exterior, conferindo os padrões culturalmente impostos.” (SILVA; GOMES, 2008, p. 203).

Assim para ser aceito em um determinado grupo social, o indivíduo se vê obrigado a se adequar aos padrões culturais e corporais que lhe são impostos. Uma das dimensões mais valorizadas no corpo, na contemporaneidade, é a aparência. Goldenberg e Ramos (2002) referem-se à civilização das formas, como a época atual onde o corpo belo, jovem e magro tornou-se objeto de consumo, exaltado, sobretudo, pelos meios de comunicação e pela publicidade.

A prevalência da dimensão estética do corpo, onde estilo, forma, aparência e juventude contam como seus mais importantes atributos, leva a considerar que, atualmente, o corpo pode ser modelado e transformado como se fosse um rascunho (Le Breton, 2003). Como rascunho, o corpo seria uma estrutura modular, cujas peças podem ser substituídas, redesenhadas, conforme os anseios do indivíduo, na tentativa de ser constantemente retificado e corrigido.

Algumas conseqüências desse discurso voltado à imagem e à exibição do corpo têm sido frequentemente observadas, tais como: preocupação constante com a aparência corporal; realização de procedimentos estéticos e cirurgias plásticas; distúrbios alimentares e dietas inusitadas; interesse cada vez maior pela prática de atividades físicas; utilização de

substâncias farmacológicas para emagrecimento ou fortalecimento etc. Essas conseqüências são fruto da insatisfação com o próprio corpo ou da necessidade de modificá-lo de algum modo, talvez correspondendo ao que Le Breton (2001, 2000) chamou de "sensação de incompletude do corpo". Para Le Breton (2003, p.22): "Não é mais o caso de contentar-se com o corpo que se tem, mas de modificar suas bases para completá-lo ou torná-lo conforme a idéia que dele se faz."

Para Goldenberg (2006), o corpo adquire tal centralidade na cultura brasileira que se torna um verdadeiro capital. Afora as implicações culturais, o fenômeno da excessiva preocupação com a aparência do corpo pode envolver aspectos éticos e de saúde importantes, com os quais, muitas vezes, o professor de educação física deverá lidar. Torna-se fundamental, portanto, discutir até que ponto tais questões estariam sendo trabalhadas na formação de professores de educação física.

Neste sentido, é fundamental que o professor esteja preparado para lidar de forma crítica com as novas demandas corporais e que sobre o impacto das mesmas no processo de sua formação, para que possa exercer plenamente sua função de educador, compreendendo o papel da Educação Física na re-significação do corpo, face ao estereótipo construído na contemporaneidade.

Nos últimos anos as discussões e os debates sobre a relação corpo homem-sociedade tornaram-se primordiais àqueles que, de alguma forma, lidam com o corpo em diversos espaços sociais, dentre os quais a escola. Considerado por Le Breton (2006) como fenômeno social, cultural e biológico, eixo de ligação do homem com o mundo, fundamento da existência individual e coletiva, o corpo, nos dias atuais, vem se constituindo como um objeto obscuro, ambíguo e confuso, em razão do discurso da modernidade. Este prima pela apologia do corpo como um objeto, apoiado numa materialidade física, que incorpora em si a forma de mercadoria.

Nesse sentido, a corporeidade, segundo Le Breton(2006), é socialmente moldável, ainda que seja vivida de acordo com o estilo particular do indivíduo. Desse modo, os outros indivíduos contribuem para modular os contornos de seu universo e dar ao corpo o relevo social que necessita.

O corpo torna-se, então, um produto, um rascunho a ser corrigido, um acessório da presença, testemunha de defesa usual daquele que o encarna, sendo, assim, a descrição da pessoa deduzida da feição do rosto ou das formas de seu corpo (LE BRETON, 2006, p. 9).

A aparência corporal está relacionada com o modo de se apresentar socialmente e de se representar quotidianamente, que muda conforme as circunstâncias e de acordo com o estilo da presença do indivíduo. Segundo Le Breton (2006) o primeiro constituinte da aparência tem relação com as modalidades simbólicas de organização sob a égide do pertencimento social e cultural do ator. Elas seriam provisórias e amplamente dependentes dos efeitos da moda. Por outro lado, o segundo constituinte diz respeito ao aspecto físico do ator sobre o qual dispõe de pequena margem de manobra.

A apresentação física de si passa a valer socialmente como se fosse a apresentação moral: pessoas de traços fisionômicos finos, brancas e bem vestidas são vistas como de "boa índole", e a elas não seria atribuído nenhum tipo de preconceito ou crime, pois a composição de sua aparência aproxima-se do ideal produzido ideologicamente, e as de traços contrários a esse modelo, estabelecido socialmente, seriam vistas como de "má índole".

Le Breton (2006) expõe que a ação da imagem coloca o ator sob olhar apreciativo do outro e, principalmente, o coloca na tabela do preconceito que o fixa de antemão numa categoria social ou moral, conforme o aspecto ou detalhe da vestimenta e conforme a forma do rosto ou do corpo. Os estereótipos se afirmam com predileção sobre as aparências físicas e as

transformam naturalmente em estigmas, em marcas fatais de imperfeição moral ou de pertencimento a determinado grupo social.

O corpo torna-se um acessório, um objeto imperfeito. Trata-se de usar a tecnologia para de fato mudar o corpo, pois o corpo exaltado não é o mesmo que vivemos, mas um retificado e redefinido para atender padrões sociais estabelecidos como ideais, lançando-se mão, assim, de cirurgias reparadoras, reconstrutoras, lipoaspiração e diversas outras técnicas disponíveis para a reinvenção desse corpo comum.

A saúde, nesse contexto, em geral fica em segundo plano e os riscos de vida nessas intervenções passam despercebidos, pois o principal objetivo é atender a “necessidade” do momento, no qual a vontade de modificar os olhares sobre si minimizam os medos, principalmente o de morte. Segundo Le Breton (2002), a cirurgia estética não é uma metamorfose banal de uma característica física, ela opera, em primeiro lugar, no imaginário e exerce uma incidência na relação do indivíduo com o mundo.

A reflexão aqui proposta evidencia, então, a necessidade da criação de formas de reação e contestação aos novos modos de controle corporal estabelecidos pela contemporaneidade.

2. Saúde, estilo de vida e os corpos “sarados”: o papel do profissional de educação física

Na contemporaneidade categorizar atos entre saudáveis e doentios não passa mais pela descoberta ou não de uma enfermidade nos termos biomédicos. Nesse contexto observa-se a ampliação do significado de *saúde*, em que levar uma vida saudável pressupõe percorrer os caminhos de uma alimentação saudável, o que implica não consumir alimentos gordurosos, bem como aderir a prática de exercícios físicos. Esses aspectos atualmente são veiculados pelas mais diversas mídias como um “estilo de vida saudável” e estão cada vez mais relacionados com o padrão de corpo belo, uma vez que, praticando exercícios e mantendo uma dieta equilibrada a estética corporal é algo inevitável.

Porém, a maioria dos indivíduos não leva em consideração que o padrão de corpo não se aplica a todos, e as diferenças de metabolismo fazem com que para algumas pessoas o ideal seja difícil quando não impossível de ser atingido. Dessa maneira alguns passam a seguir dietas extremamente rígidas e um plano de exercícios massacrante, o que pode acarretar danos a saúde. Aqui as noções de saúde e doença ficam um pouco confusas, pois a dor é algo visto comumente como inerente à doença, mas nesse caso é visto como um “passo” para se conseguir a saúde perfeita através de treinos exaustivos.

A cura nesse caso é a eliminação da gordura e isso pode ser constatado pela expressão “corpo sarado” que é o corpo tracejado de músculos em oposição ao “corpo doente”, dos obesos ou anoréxicos. Saúde e doença passam a ser tratados como sinônimos. O vínculo que se estabeleceu fica evidente quando o adjetivo “sarado” que deriva do verbo “sara”, tradicionalmente sinônimo para “curar”, “eliminar o mal”, adquire o papel de sinônimo para “corpo modelado”, “corpo musculoso” e, portanto, segundo os padrões vigentes, corpo belo, perfeito. No entanto, há observações importantes a serem feitas acerca dos meios utilizados para alcançar o corpo “perfeito”, nem sempre saudáveis.

A presença de abordagens críticas relativas à excessiva valorização de dimensões como aparência e forma do corpo, ou de modelos de corpo, e discussões sobre eventuais relações desse contexto com o trabalho do professor de educação física representam um aspecto positivo na formação de professores de educação física na realidade estudada. No entanto, poderia apresentar maior inserção, já que discursos ligados à fabricação e modelagem de corpos, amplamente divulgados por meio da mídia, vêm influenciando o comportamento de crianças e adultos, com os quais o professor de educação física interage em sua prática, nos diferentes ambientes.

Conforme Daólio (2005) a Educação Física tem um papel primordial na busca por concepções que visem à emancipação corporal e sua re-significação, intermediados por um discurso crítico da realidade em que o indivíduo está inserido, não se portando como mera reprodutora, para que mudanças efetivas nos atuais paradigmas que norteiam o corpo possam ser concretizadas e, assim, combater os mecanismos de reprodução dos padrões estéticos referidos e conferir novas formas de interação entre o homem e seu corpo.

Assim, é fundamental que o professor de educação física esteja preparado para lidar com as novas demandas corporais e que reflita sobre o impacto destas demandas no processo de sua formação. O papel do profissional de educação física não se restringe a organizar e fundamentar os conteúdos das práticas corporais, acima de tudo, educar. A tarefa do profissional de educação física está para além de seu envolvimento com técnicas corporais de cunho essencialmente técnico, ele é um educador, na medida em que desempenha um papel formativo e contribui, em sua prática pedagógica, para a formação de valores socioculturais, subjetivos e políticos.

Considerações finais

Neste artigo, procuramos chamar a atenção para duas questões: a dificuldade em pensar saúde de acordo com os moldes pré-estabelecidos pela imagem corporal, que está, geralmente, atrelada ao processo de aceitação / rejeição do sujeito na sociedade, bem como a confusão entre o significado de cura em relação ao vocábulo “sarado”. Na contemporaneidade, a presença corpórea, cada vez exigida de acordo com os padrões estabelecidos pela sociedade do consumo, ao transformar estes corpos em produtos, leva-nos a refletir sobre o (novo) papel do profissional de Educação Física, com intuito de debater e produzir estudos que possam orientá-los para além técnicas corporais, mas sim na condição de educador e principal articulador entre as noções de corporeidade, qualidade de vida e saúde.

Bibliografia

ARROYO, M. Ofício de mestre: imagens e auto-imagens. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

AURÉLIO, Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa. 1995.

BAUMAN, Zygmunt. Identidade. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2005.

BAUMAN, Zygmunt. Vida para consumo. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2008.

DAÓLIO, J. Da cultura do corpo. Campinas: Papyrus, 2005.

GARCIA, Wilton. O corpo contemporâneo: a imagem do metrosssexual no Brasil. In: *Mneme - Revista de Humanidades*. V. 05. N. 11, jul./set. de 2004. – Semestral. Acessado em: 21 de setembro de 2014.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M. S. A civilização das formas: o corpo como valor. In: GOLDENBERG, M. (Org.). *Nu & vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro: Record, 2002.

GOMES-DA-SILVA, Pierre Normando ; GOMES, E. S. L. Malhação: corpo juvenil e imaginário pós-moderno. João Pessoa: Editora Universitária UFPB, 2010. v. 1. 167 p.

LE BRETON, David. Adeus ao corpo. *In: NOVAES, Aduato (Org.). O homem máquina: a ciência manipula o corpo.* São Paulo: Companhia das Letras, 2013.

_____. Antropologia do Corpo e Modernidade. Rio de Janeiro: Vozes, 2013.

_____. Compreender a dor. Tradução de Manuel Anta. Portugal: Estrela Polar, 2011.

Estrada Cabuçu de Baixo, n. 700, Rua F, Casa 65
(Condomínio Vila Maria)
CEP: 23.036.060 – Guaratiba – Rio de Janeiro – RJ