

MEU, SEU, NOSSO CORPO PERFEITO: UMA REFLEXÃO SOBRE A IMAGEM CORPORAL NO ENSINO DE CIÊNCIAS

Bruce Lorrán C. M. de Sousa
Universidade de Brasília
lorranz-@hotmail.com

Sthéphany Vitória Valoz Saturnino
Universidade de Brasília
stetinhaa@gmail.com

Lorrany Cristina Teixeira da Silva
Universidade de Brasília
lorranyy03@gmail.com

Eloisa Silva Gomes
Universidade de Brasília
geloisagomes@gmail.com

Resumo

As mudanças biopsicossociais da adolescência possibilitam o condicionamento destes indivíduos pelos padrões de beleza, especialmente buscando aceitação. Contudo, a busca intensa e prejudicial deste padrão pode conduzi-los a transtornos alimentares, como a bulimia e anorexia. Ao incluir esta temática no Ensino de Ciências estimula-se a reflexão dos fenômenos naturais, além de seu caráter transversal. Realizou-se um minicurso, com a temática Educação alimentar, porém somente as percepções dos/as estudantes sobre o corpo perfeito e transtornos alimentares compõem este trabalho. O planejamento e a realização desta intervenção ocorreram na disciplina estágio supervisionado 4 do curso Licenciatura em Ciências Naturais da Faculdade UnB de Planaltina (FUP). A metodologia foi qualitativa com delineamento etnográfico e os dados sofreram análise de conteúdo por categorização. Os resultados evidenciam que os/as estudantes ainda estão sujeitos a influência dos padrões de beleza perpetuados na mídia, contudo observa-se que parte dos mesmos está satisfeita com sua imagem corporal.

Palavras-Chave: Ensino de Ciências; Temas transversais; Corpo perfeito; Imagem corporal; Transtornos alimentares.

Introdução

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) são documentos desenvolvidos pelo Ministério da Educação (MEC), que tem como função ser um norte curricular do Ensino Fundamental da Educação Básica (MACEDO, 1999). Dentro dos PCN, encontra-se os temas transversais ao qual compreendem temas que estão fora do currículo disciplinar e que “correspondem a questões importantes, urgentes e presentes sob várias formas na vida

cotidiana” (BRASIL, 1997a, p. 2). Quanto aos temas transversais temos a Ética, Meio Ambiente, Pluralidade Cultural, Saúde, Orientação Sexual, Trabalho e Consumo. Como citado acima, dentre os temas transversais se encontra o conteúdo das áreas de Saúde e Pluralidade Cultural, no qual estes se tratam de temas que consideram a saúde como um todo e a relação da cultura do indivíduo com a sociedade (LOPES, 1999), logo, uma temática que pode ser abordada nestes temas seria a idealização de um corpo perfeito propagado pela mídia e sociedade.

Ao iniciar a busca desse padrão de corpo esteticamente tido como perfeito, os indivíduos, quando não atingem este ideal de forma saudável, podem apresentar transtornos alimentares como, por exemplo, a bulimia e anorexia. Desta forma, o trabalho pedagógico desta temática potencializa a contextualização das aprendizagens, em especial no Ensino de Ciências que prevê a estimulação da criticidade da realidade do educando frente a conceitos científicos e suas transformações no mundo tido como natural (BRASIL, 1997b).

O presente trabalho fomenta as percepções, sobre a temática corpo perfeito e transtornos alimentares, exclusivamente a bulimia e anorexia, de educandos(as) dos anos finais do Ensino Fundamental, de uma escola da Rede Pública do Distrito Federal, durante a realização de um minicurso sobre Educação alimentar. Salienta-se que apenas as questões referentes ao a temática “corpo perfeito e transtornos alimentares” foram relatadas neste trabalho. Esta abordagem objetivou sensibilizar os/as educandos(as) a aceitação da diversidade corporal, fortalecimento da autoestima dos meninos e meninas e os possíveis malefícios diante a padronização social de um corpo tido como “perfeito”.

Fundamentação teórica

As interações sociais conferem aos indivíduos desenvolvimento ao qual corroboram com a formação de sua subjetividade. Frente a esta subjetividade, nos deparamos com a imagem corporal (IC), sendo a mesma definida como “[...] a figuração do corpo formada em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós” (SHILDER, 1935 *apud* SCATOLIN, 2012, p. 115) sendo a mesma envolvendo aspectos psicológicos, fisiológicos e sociológicos, como “a percepção corporal, as atitudes, as crenças, as práticas, as representações, os sentimentos, as sensações e os comportamentos relativos ao corpo” (MIRANDA *et al.*, 2011, p.181). Em decorrência a IC, temos a autoimagem que configura

figura mental das partes do nosso corpo, considerando a forma e a medida, juntamente com os sentimentos de como desejaríamos que as mesmas devessem ser (UCHOA *et al.*, 2015).

Considerando a IC e autoimagem, observamos uma diversidade de manifestações corporais, entretanto a padronização de um corpo tido como perfeito, pela sociedade e corroborado pelas mídias, molda os indivíduos desde os tempos antigos (BRAVO; DOMINGUES, 2018). Quanto à atualidade, os meios de comunicação, de modo geral, estão cada vez mais mostrando um modelo de corpo perfeito e padrão, como, por exemplo, mulheres de corpos magros e bem definidos, e homens com corpos fortes e musculosos (AZEVEDO, 2007). Logo, os valores socialmente corroborados condicionam os indivíduos a buscarem uma imagética corporal tida como ideal, como perfeita, como sinônimo de felicidade e sucesso, pois na sociedade moderna a felicidade e/ou bem estar está fluidamente ligada à aparência dos corpos (DANTAS, 2011).

Os indivíduos que não se apresentam dentro destes padrões tidos como esteticamente perfeitos tendem, a depender de sua concepção de corpo perfeito, a se sentirem marginalizados. Esta marginalização tende a gerar uma insatisfação com a imagem corporal, isto é, “uma avaliação negativa do próprio corpo” (ADAMI & cols, 2008 *apud* AZAMBUJA; PANDOLFO; SANTOS, 2014), especialmente porque os padrões de beleza fomentados socialmente estão cada vez mais perfeitos, mais belos e menos humanos (DANTAS, 2011). Então, esta insatisfação com sua IC podem desencadear estratégias não saudáveis, como os transtornos alimentares, a fim de atingir o padrão de corpo perfeito propagado pela mídia e afins (UCHOA *et al.*, 2015).

Esta insatisfação é bem evidente em adolescentes. Por ser um período de mudanças biopsicossociais significativas, a adolescência torna-se potencialmente prejudicial quando estes indivíduos tendem a se preocupar como o outro o ver, o percebe, o aceita (SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014). Diante destas inquietações, os adolescentes tendem a seguir modas e grupos, assim se tornando vulneráveis a intervenção da sociedade na construção de suas IC (CARDOSO; VELOSO, 2009), ou seja, são pressionados pela sociedade na aquisição de um corpo aceito pela mesma (UCHOA *et al.*, 2015). Em suma, os adolescentes buscam adentrar em padrões esteticamente estabelecidos pela sociedade a fim de serem aceitos pela mesma (CARDOSO; VELOSO, 2009).

Os adolescentes tendem a idealizar esse corpo esteticamente perfeito, contudo quando o corpo idealizado difere do corpo real ocorre comprometimento da autoestima destes adolescentes (RECH *et al.*, 2010 *apud* AZAMBUJA; PANDOLFO; SANTOS, 2014), além de que os mesmos podem buscar comportamentos alimentares não saudáveis

em busca de um corpo esteticamente perfeito perpetuado e valorizado pela mídia (MIRANDA *et al.*, 2011). Logo, com o crescente número de jovens com sintomas dos transtornos alimentares como, por exemplo, a bulimia e anorexia (SANTOS; OLIVEIRA, 2016), a escola deve trabalhar esta temática em suas práticas, de maneira ampla e transversal, a fim de promover orientações adequadas para a promoção da saúde dos(as) adolescentes a fim de tentar atenuar comportamentos alimentares prejudiciais e potencializar as práticas saudáveis, aceitação de seus corpos e elevação da autoestima (MIRANDA *et al.*, 2011).

Relato de experiência

Este trabalho foi realizado durante a disciplina de Estágio Supervisionado em Ciências Naturais 2, do curso Licenciatura em Ciências Naturais pela Faculdade UnB de Planaltina (FUP), que prevê o planejamento e execução de um minicurso em turmas de escolas públicas do Distrito Federal. Esta intervenção ocorreu na escola intitulada Girassol¹, exclusivamente com cinco turmas de 40 alunos de ambos os sexos, compreendidas nos anos finais do Ensino Fundamental, especificamente nos 8ºs anos, do período matutino, sendo utilizadas as aulas de Ciências. O planejamento e execução do minicurso foram mediados por dois professores-estagiários de Ciências e auxiliados nas atividades propostas pela professora de Ciências regente de todas as turmas participantes do minicurso.

O minicurso teve duração de 30 aulas, sendo seis aulas em cada turma. Cada aula teve duração de 40 minutos, assim a carga horária do minicurso totalizou vinte horas de intervenção. As atividades do minicurso realizadas perpassaram pela cadeia alimentar, conceituação de nutrientes, experimentação por intermédio de rótulos de alimentos, construção e reflexão sobre os alimentos que compreendem a cadeia alimentar, corpo perfeito e Transtornos alimentares, exclusivamente a anorexia e bulimia. Todavia, este trabalho fomenta apenas as atividades de corpo perfeito e transtornos alimentares a fim de fomentar as percepções de estudantes sobre um “corpo perfeito”.

As atividades de corpo perfeito foram divididas em duas etapas: i) a princípio, os professores-estagiários entregaram aos estudantes, individualmente, folhas A4 e foram convidados a desenhar, de acordo com suas percepções, um corpo ideal, de forma que demonstrasse o que gostariam de mudar em seu próprio corpo. Os alunos tiveram liberdade

¹ Nome fictício da escola a fim de preservar a identidade de seus/suas participantes.

de escolha nesta atividade, assim podiam desenhar ou escrever seus corpos perfeitos (ver figura 1 e 2.); ii) posteriormente, os professores-mediadores iniciaram uma discussão sobre padrões de beleza e a mesma foi intermediada por uma apresentação PowerPoint, ao qual demonstrava os padrões de beleza de várias décadas até os dias atuais, e pelas afirmações da atividade anterior.



Figura 1: Desenho da atividade corpo perfeito

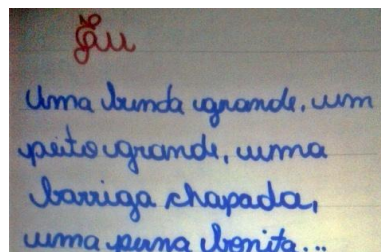


Figura 2: Escrita da atividade corpo perfeito

A atividade sobre Transtornos alimentares foram divididas em duas etapas: i) iniciou-se com os professores-estagiários dividindo os alunos em pequenos grupos de quatro a oito participantes cada. Posteriormente, os professores-estagiários entregaram a cada grupo uma folha de cartolina. Cada folha de cartolina apresenta apenas o nome de um transtorno alimentar trabalhado, isto é, bulimia ou anorexia. Logo, cada grupo trabalharia com bulimia ou anorexia; ii) posteriormente, foi solicitado aos alunos que desenhasse na folha como concebiam, ou entendem, os respectivos transtornos. Perguntas como qual seria o conceito destes transtornos, grupos de riscos, sintomas e tratamento foram projetadas na lousa a fim dos estudantes refletirem sobre esta temática. Salienta-se que tanto os professores-estagiários quanto a professora regente de Ciências mediarão a atividade, assim auxiliaram quando o/a estudante não conhecia a bulimia e/ou a anorexia, além de que os estudantes tinham liberdade, durante a atividade, de buscar informações na internet por meio dos aparelhos celulares que possuíam conectados a internet provida da escola em questão. Ao fim, os grupos entregaram a folha de cartolina produzida (ver figura 3 e 4) aos professores-estagiários e iniciou-se uma discussão sobre esta temática.



Figura 3: Atividade Transtornos Alimentares

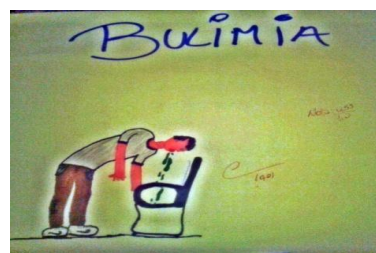


Figura 4: Atividade Transtornos Alimentares

A metodologia empregada nesta intervenção foi qualitativa, pois a mesma é construída nas interações sociais a fim de compreender os significados dos fenômenos a partir de quem os vivencia considerando as subjetividades dos indivíduos (MOL, 2017). A abordagem utilizada foi etnográfica pela observação e o estudo de grupos específicos em seus ambientes naturais e o delineamento de pesquisa foi a observação participante pela imersão e intervenção dos pesquisadores ao grupo estudado a fim de selecionar, relatar e estudar os processos grupais, além de participar das atividades destes grupos (MOL, 2017). Os dados coletados sofreram análise de conteúdo (BARDIN, 2010) por categorização, assim perpetuando as percepções dos educandos referente a temática empregada.

Resultados

Na atividade do corpo perfeito, as respostas dos estudantes foram categorizadas. Logo temos: i) ficar musculoso(a); ii) ficar mais magro(a); iii) ficar mais gordo(a); iv); mudanças físicas gerais; v) mudanças comportamentais; vi) Estou satisfeito com meu corpo.

No que confere a ficar musculoso(a) observou-se que apenas os meninos desejam ganhar massa muscular, assim falas como “teria um corpo físico melhor” (alunos 2, 3, 4, 5, 6 e 8) e “colocaria uns músculos e um tanquinho” (alunos 1, 7, 9) foram relatadas. Quanto a ficar mais magros(as) observou-se maior frequência nas meninas que no meninos, assim falas como “Queria emagrecer” (alunas 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 15) foram identificadas nas meninas, enquanto para os meninos ficar mais magro corrobora com ficar mais definido/musculoso, assim afirmações como “queria emagrecer para ficar com aqueles gominhos que todo mundo quer” (aluno 10 e 11) foram fomentadas. Nas mudanças referentes a ganho de peso observa-se que apenas três participantes desejariam engordar, pois segundo as mesmas “desejo ganhar peso para ganhar mais corpo” (aluna 8, 9 e 11).

Nas mudanças físicas gerais observamos uma diversidade de respostas, porém ocorreram exclusivamente nas meninas, assim falas como “queria ter um bumbum maior” (alunas 10, 14, 15, 16, 17 e 18), “queria ter seios maiores” (aluna 10, 14, 15, 16 e 17), “queria ter olhos verdes ou azuis” (aluna 11 e 15), “queria mudar meu nariz e/ou minha testa” (aluna 14 e 18), “queria ser mais alta” (aluna 12), “queria ser mais baixa” (aluna 13 e 15), “queria ter uma barriga chapada e corpo de violão” (aluna 10, 15, 17 e 18), “queria ter cabelo liso e loiro (aluna 11 e 16)” foram afirmadas. Quanto às mudanças comportamentais, observamos mudanças quanto às escolhas no estilo de vidas dos

meninos, assim falas como “iria deixar de usar drogas” (aluno 9) e “parava de beber e fumar”(aluno 9 e 12) foram identificadas, enquanto as meninas não pronunciaram nenhuma mudanças desta categoria.

Tanto as meninas e os meninos disseram que não desejam mudar nada em seu corpos. Assim falas como “Deus me fez assim e assim vou ser” (alunas 19 e aluno 21, 25, 27 e 28), “sou feliz com o corpo que tenho e não nasci para agradar ninguém” (alunas 20, 21, 22 e 23), “sou perfeito (a)”(alunos 20, 22 e 23) e “estou satisfeito(a) com meu corpo” (alunas 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32 e 33 e alunos 24, 26 e 29) foram observadas.

Na atividade dos transtornos alimentares observa-se que os/as estudantes, de uma forma geral, conhecem os conceitos, sintomas e tratamento da bulimia e anorexia, contudo quanto aos indivíduos de risco destes transtornos notou-se que os estudantes acreditam, em sua maioria, ser apenas as mulheres acometidas pela bulimia e anorexia (grupos 1 a 13). Em minoria, os estudantes acreditam que estes transtornos podem atingir as mulheres modelos (grupo 14 e 17), os homens (grupo 15, 16, 19) e os/as adolescentes (grupo 18).

Discussão

Os/as estudantes participantes desta intervenção apresentaram uma dicotomia referente a imagem corporal, assim foi identificado estudantes satisfeitos e insatisfeitos com a mesma. Desta forma, tanto meninos e meninas afirmaram que estão satisfeitos com suas IC contribuindo com a quebra do padrão de beleza perpetuado e apropriado socialmente (CARDOSO; VELOSO, 2009). Quanto a insatisfação da IC, observamos que o número de meninas é significativamente superior a dos meninos, assim reforçando que as meninas são mais expostas aos padrões de beleza estabelecidos pela sociedade e mídia (SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014).

Na comparação entre os estudantes que desejam perder peso e aqueles que querer ganhar peso, identificamos que a perda de peso é mais saliente nesta comparação. Então concordando que o corpo magro é tido como símbolo de padrão de beleza perpetuado na mídia e/ou sociedade (AZAMBUJA; PANDOLFO; SANTOS, 2014; CARDOSO; VELOSO, 2009; BRAVO; DOMINGUES, 2018).

No âmbito dos gêneros, observamos uma disparidade entre os mesmos. Os meninos afirmaram que gostariam de ficar mais musculoso/definidos e/ou mais magros sendo que o objetivo em perder peso corrobora em definir seus corpos, enquanto as meninas afirmaram que mudaria características corporais gerais, especialmente o aumento de bumbum e seios,

assim reforçando as características femininas. Esta disparidade corrobora com as concepções de beleza divididas por gênero em que o homem deve expressar força e austeridade, enquanto a mulher deve expressar feminilidade, ser esbelta e com curvas (VIGARELLO, 2006 *apud* BRAVO; DOMINGUES, 2018; SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014; AZEVEDO, 2007).

Nos transtornos alimentares, os/as estudantes acreditam que as mulheres são mais acometidas com bulimia e anorexia, assim corroborando com a alta prevalência destes transtornos em adolescentes do sexo feminino (UCHOA *et al.*, 2015). Outro ponto salientado pelos estudantes foi que a bulimia e anorexia são associadas às mulheres, pois os padrões de beleza destas mulheres corroboram com a busca de manter um perfil de beleza dentro dos padrões da magreza, tido como belo (CARDOSO, VELOSO, 2009).

Considerações finais

Este trabalho demonstrou o quanto a mídia influencia na vida social dos indivíduos, em especial de adolescentes, no qual estão em processo de desenvolvimento biopsicossocial e estão mais sujeitos ao condicionamento dentro de padrões de beleza socialmente determinados. Foi percebido também, a relevância da inclusão desse conteúdo no Ensino de Ciências, uma vez que, a contínua e excessiva busca de um padrão de beleza designado como esteticamente “certo”, pode vir a acarretar transtornos alimentares, influenciando a saúde do estudante e suas relações interpessoais. Além disto, foi possível estimular os estudantes quanto a aceitação do seu próprio corpo e as diversas manifestações do mesmo, sem se preocupar com padrões perpetuados socialmente, em especial, aqueles provindos dos meios de comunicação. Salienta-se que é imprescindível o respeito ao próximo independentemente de características físicas visando desconstruir as atitudes e pensamentos segregadores e estigmatizadores quanto a diversidade humana, isto é, incluir diversas imagens corporal, como, por exemplo, o/a magro(a), o/a gordo(a), o/a alto(a), o/a baixo(a), etc, a fim de promover um sociedade mais inclusiva e respeitadora da diversidade.

Referências bibliográficas

AZAMBUJA, C. R.; PANDOLFO, K. M.; SANTOS, D. L. dos. Autopercepção da imagem corporal e o estado nutricional de escolares. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**. São Paulo, v. 8, n. 47, p. 316-321, set./out. 2014.

AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm. Acesso em: 18 set. 2018.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 4. ed. Lisboa: Edição 70, 2010.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: apresentação dos temas transversais. Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1997a.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais**: Ciências naturais. Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1997b.

BRAVO, F. M.; DOMINGUES, J. V. Concepções de beleza para adolescentes anoréxicos(as) e bulímicos(as) em uma escola na cidade de Rio Grande/ RS. **RELACult – Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade**. Rio Grande do Sul, v. 04, ed. especial, p. 1-16, fev. 2018

CARDOSO, E. S.; VELOZO, E. O corpo feminino na adolescência: os saberes de estudantes sobre anorexia e bulimia. **Cinergis**. Rio Grande do Sul, v. 10, n. 2, p. 62-68, jul-dez. 2009.

DANTAS, J. B. Um ensaio sobre o culto ao corpo na contemporaneidade. **Estudos e pesquisas em Psicologia**. Rio de Janeiro, v. 11, n. 3, p. 898-912. 2011.

LOPES, A. R. C. Pluralismo cultural em políticas de currículo nacional. *In*: MOREIRA, A. F. B (org). **Currículo**: políticas e práticas. 1. ed. Campinas: Papirus, 1999. p 59-80.

MACEDO, E. F. de. Parâmetros Curriculares Nacionais: a falácia de seus temas transversais. *In*: MOREIRA, A. F. B (org). **Currículo**: políticas e práticas. 1. ed. Campinas: Papirus, 1999. p 43-58.

MIRANDA, V. P. N. *et al.* Insatisfação corporal em adolescentes brasileiros de municípios de pequeno porte de Minas Gerais. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. Rio de Janeiro, v. 60, n. 3, p. 190-7. 2011.

MOL, G. S. Pesquisa qualitativa em Ensino de Química. **Revista Pesquisa Qualitativa**. São Paulo, v. 5, n. 9, p. 495-513, dez. 2017.

SANTOS, M. A. P.; OLIVEIRA, M. F. A de. Uma metodologia investigativa para o ensino do distúrbio alimentar anorexia. **Revista Electrónica de Enseñanza de las Ciencias**, v. 15, n. 2, p. 215-239. 2016.

SCATOLIN, H. G. A imagem do corpo: as energias construtivas da psique. **Psicologia Revista**. São Paulo, v. 21, n. 1, p. 115-120, 2012.

SILVA, M. L. de A.; TAQUETTE, S. R.; COUTINHO, E. S. F. Sentidos da imagem corporal de adolescentes no ensino fundamental. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 48, n. 3, p. 338-444. 2014.

UCHÔA, F. N. M. *et al.* Causas e implicações da imagem corporal em adolescentes: um estudo de revisão. **Cinergis**. Rio Grande do Sul, v. 16, n. 4, p. 292-298. 2015.