


---

**Bacharelado Educação Física**

---

**Ernane Luis Zorzo Ferreira**

**A influência da mídia no conceito de corpo**



Rio Claro  
2008

Ernane Luis Zorzo Ferreira

A influência da mídia no conceito de corpo

Orientador: Prof Dr. Wilson do Carmo Jr.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Instituto de Biociências da Universidade  
Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” -  
Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau  
de bacharel em educação física

Rio Claro  
2008

796.019 Ferreira, Ernane Luis Zorzo  
F383i A influência da mídia no conceito de corpo / Ernane  
Luis Zorzo Ferreira. - Rio Claro: [s.n.], 2008  
27 f..

Trabalho de conclusão (bacharelado – Educação Física) –  
Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de  
Rio Claro

Orientador: Wilson do Carmo Júnior

1. Esportes – Aspectos psicológicos. 2. Corpo feminino.  
3. Anorexia. 4. Vigorexia. 5. Cultura do fitness . I. Título.

## Agradecimentos

Quero lembrar que foram os melhores anos da minha vida. No começo cheguei um pouco assustado e com medo, mas com o tempo fui me adaptando e aproveitando o máximo que pude.

Queria agradecer a todas as pessoas em que conheci durante esse período e me ajudaram quando eu precisei. Agradeço também a todos os professores, mestrandos e substitutos do curso de Educação Física com quem pude obter algum conhecimento. Agradeço também a todos os funcionários da Unesp Rio Claro Campus Bela Vista que sempre me auxiliaram quando precisei.

Também agradeço ao meu orientador, o prof Dr. Wilson do Carmo Jr. que me ajudou no processo de elaboração do meu TCC. E ao prof. Dr. Sérgio Cunha, por ter auxiliado no projeto de skout no 1º e 2º ano do curso e também ao Felipinho por me ensinar a fazer o skout.

Não posso esquecer o pessoal que morou comigo na pensão da dona Adelina durante o 1º, 2º e 3º ano do curso. Valeu galera : Rodrigo B., Fábio, Jonni, Alex, Célio, Renan, Bruno, Rafael, Paulo, Tiago (emo), Felipe, Giovani, obrigado por tudo que vocês puderam me ajudar. Valeu também dona Adelina.

Agradeço também aos meus familiares que residem aqui em Rio Claro e que me ajudaram quando precisei, especialmente minha irmã Alexandra, seu marido Ricardo e sua mãe, a Beti.

Sem esquecer a galera da faculdade de diversos cursos que conheci durante esse período e com quem tive momentos de alegria, durante as baladas, Interunesps, cervejadas na rep das Poita e Dani da Bio, na Manicômio e Ticinguabe(valeu galera Eng. Ambiental), ou mesmo conversando na faculdade.

E o pessoal do futebol do final de tarde nas quadras proporcionando verdadeiras partidas épicas. Agradecendo o Paulão, que sempre me ajudou quando precisei da T.V e do vídeo para fazer o skout, das bolas de futebol ou cordas e arcos para aulas e por acender os refletores da quadra para que o futebol pudesse ser prolongado.

E também ao pessoal da Educação Física por me ajudarem em diversos momentos e especialmente a galera do meu ano Blef, muito obrigado por tudo, vocês são demais. Sentirei saudades dos churrascos na Santa Periquita com toda galera unida.

Não esquecendo dos meus amigos: Damian, Bulute, James, Diego Marcucci, Vitão. Obrigado por tudo, desculpe algumas mancadas, valeu mesmo. Esse período aqui em Rio Claro, não seria a mesma coisa sem vocês.

E as minhas amigas da república Gaiola das Loucas: Giovana, Carol, Raquel, Eliane(Seve), Poliana, Gabi (E.F) e Cris. Muito obrigado por tudo.

Mesmo só conhecendo esse ano, não posso esquecer de citar: Jr., Fátima, Scheila, Jéssica. Valeu por tudo, foi muito legal ter conhecido vocês.

Aos meus amigos de Pedregulho, que sempre me apoiaram e ajudaram quando precisei: Hamilton, Guilherme, Paulo, Breno, Fabrício, Ítalo, Pedro.

E principalmente aos meus familiares que me ajudaram durante esses anos aqui na faculdade e sempre me apoiaram: minha tia Renata, meu tio José Luiz, meus primos, Lucas, Mateus, Marina, meu tio Marcos, minhas primas, Marilú, Mariane e seu marido Wesley, minha avó Nilza e meus irmãos Ingrid e Antônio. Muito Obrigado

Especialmente minha mãe, que me ajudou financeiramente durante esse período, me apoiou, incentivou e acreditou em mim. Te amo mãe, muito obrigado, sem você nada disso seria possível.

## Resumo

Esta monografia teve como objetivo demonstrar as diferentes concepções culturais do corpo ao longo de diferentes épocas e como os padrões sociais estabelecidos influenciam diretamente a maneira de visualizar esse corpo. Os meios de comunicação do século XX se desenvolveram de maneira vertiginosa, ficando mais acessíveis a população e aumentando a influência sobre esta. A geração fitness do início da década de 1980, que tinha como objetivo incentivar a prática de exercícios físicos para a população, acabou sendo amplamente divulgada pela mídia e exercendo grande influência na sociedade.

O padrão de corpo, bastante divulgado na sociedade atual, consiste em mulheres jovens, magras, e com o corpo bem delineado e homens fortes e musculosos. O corpo ficou banalizado. A mídia impõem o corpo ideal para toda a sociedade utilizando de inúmeras propagandas, com pessoas famosas e bem sucedidas relacionando muitas vezes o sucesso delas com o seu corpo.

Várias pessoas acabam utilizando métodos nada saudáveis para a obtenção desse corpo ideal. Porém, isso pode causar inúmeras complicações de saúde e em alguns casos, a morte.

O corpo perfeito, que deveria significar saúde, está virando sinônimo de doença e obsessão.

## Resumo

Esta monografia teve como objetivo demonstrar as diferentes concepções culturais do corpo ao longo de diferentes épocas e como os padrões sociais estabelecidos influenciam diretamente a maneira de visualizar esse corpo. Os meios de comunicação do século XX se desenvolveram de maneira vertiginosa, ficando mais acessíveis a população e aumentando a influência sobre esta. A geração fitness do início da década de 1980, que tinha como objetivo incentivar a prática de exercícios físicos para a população, acabou sendo amplamente divulgada pela mídia e exercendo grande influência na sociedade.

O padrão de corpo, bastante divulgado na sociedade atual, consiste em mulheres jovens, magras, e com o corpo bem delineado e homens fortes e musculosos. O corpo ficou banalizado. A mídia impõem o corpo ideal para toda a sociedade utilizando de inúmeras propagandas, com pessoas famosas e bem sucedidas relacionando muitas vezes o sucesso delas com o seu corpo.

Várias pessoas acabam utilizando métodos nada saudáveis para a obtenção desse corpo ideal. Porém, isso pode causar inúmeras complicações de saúde e em alguns casos, a morte.

O corpo perfeito, que deveria significar saúde, está virando sinônimo de doença e obsessão.

## 1. Introdução

A sociedade parece exercer certo domínio sobre o que podemos, devemos, necessitamos ou mesmo sentimos. Não é mero clichê o fato de que o homem sempre esteve sempre à mercê das pulsações da sociedade. De fato, desde o início da formação da cultura ocidental, a influência externa sempre foi um anteparo significativo na condução e exploração de matérias associadas a publicidade como forma de intervir nas decisões do homem diante da natureza. A sociedade humana, portanto, sempre foi vista como uma estampa na qual estavam escritas as normas e leis que regiam a conduta ética e moral das pessoas, sobretudo, aquelas nas quais estavam pré estabelecidas nas instancias política e ideológicas. O homem em seus domínios de referências culturais, a formação e transformação do quadro de referências projetadas para obter êxito e sucesso de algum produto material sempre necessitou da propaganda. Ora com invenção ou artifício de si mesmo para se firmar com categoria ou produto de mercados, ora com necessidade de afirmação e auto-afirmação dos seus propósitos de existência e até de sobrevivência

Tornar-se público, fazer-se reconhecer, expressar suas necessidades, até mesmo olhar para fora de si, o homem tornou-se um manipulador de idéias e de estruturas materiais numa correlação sistemática entre o conteúdo humano interno e externo, o individual e o coletivo, o natural e o artificial. Essa dicotomia gerada por necessidade de convivência social fez do homem um exímio manipulador de condutas, projetando no meio seus domínios, seus desejos, suas vontades, sempre de forma sutil e invisível. Para firmar esse contrato com a sociedade surge o que chamamos de cultura e para que se confirme a cultura parece ser necessário expressão e significado de tudo aquilo que produto da criação. Assim nasce na esfera da vida prática as diferentes linguagens, nas quais nossas escolhas tornam-se uma espécie de aparência, numa temporalidades de estampa, sem que tenhamos possibilidade de um investimento na reflexão dessas mesmas escolhas. Esse aspecto do ser humano fica fixado como necessidade quase vital, daí o sentido de consumirmos e adquirirmos coisas e para tal condição passou a existir a mídia.

O poder influência da mídia na sociedade atual é cada vez maior. A publicidade utiliza várias estratégias para convencer as pessoas de que necessitam consumir. Para isso ela usa propagandas em vários meios de comunicação envolvendo principalmente endeusamento de



pessoas famosas, exposição de corpos com grande apelo sexual, produtos que rejuvenescem, entre outros.

Essas estratégias incitam as pessoas ao consumismo na tentativa de se tornar igual ou semelhante a seus ídolos divulgados na mídia. O consumismo da sociedade capitalista está modificando a concepção do corpo.

O corpo “capitalista” possui inúmeras deficiências e necessidades. As empresas utilizam o marketing e a mídia para convencer as pessoas de que podem melhorar seu corpo adquirindo determinados produtos ou utilizando alguns métodos, tudo na tentativa de ter uma bela aparência e se enquadrar nos padrões estabelecidos pela sociedade.

A boa aparência (corpo delineado, tonificado e atraente sexualmente) está relacionado a saúde. A aparência na sociedade tornou-se mais importante do que características morais e de caráter.

As pessoas estão ficando obcecadas pelo “corpo perfeito”, tão divulgado na mídia. É grande o número de indivíduos que estão recorrendo a cirurgias para melhoras no seu corpo, sendo que muitos não necessitam desses meios para corrigir seus problemas. Algumas destas cirurgias são realizadas por profissionais não capacitados, aumentando assim o perigo destes pacientes.

O número de casos de anorexia e bulimia é alto, principalmente entre as mulheres, que tentam ter o corpo das “top models”. Entre os homens, há muitos casos de uso de esteróides anabólicos para o aumento da massa muscular e atualmente alguns casos de vigorexia (ou transtorno dismórfico muscular, ocorre quando o volume e a intensidade de exercício físico praticado por um indivíduo excede a sua capacidade de recuperação, e pode-se somar ao fato de apresentar uma auto-imagem um tanto distorcida, em quadro psicologicamente patológico).

Será que essa obsessão por este modelo de corpo é saudável? Até onde estão os limites? O problema da obsessão pelo corpo saudável aliado ao consumismo desenfreado divulgado na mídia está trazendo sérios problemas na sociedade.

## 2. A relação do homem com o corpo durante a história

O mundo iniciou sua construção sem a presença do homem e provavelmente desaparecerá sem ele resultante de processos conflituos entre o sentido humano natural e toda ruptura do elo vital entre o próprio homem e seu meio. Aprendemos de forma equivocada de um lado está o homem do outro seu corpo, como se essa dicotomia fosse verdadeira. Esse erro conceitual se firma ao longo dos séculos sem que possamos determinar a fronteira limite entre as duas concepções. Parece que esquecemos o olhar para a natureza humana do nosso processo sensitivo no qual está inserido o processo inteligível como se fossem processos diferenciados. A percepção que o homem tem de seu corpo parece ter se transformado na sua categoria conceitual sem que déssemos conta do volume dessas transformações nessa trama conceitual. O fato de o corpo humano ser uma categoria orgânica não deveria excluir a categoria conceitual na qual se insere os processos de transformação mais nítidos. Assim, no contexto histórico o corpo ocupa um espaço ontológico que sempre necessita de definições e ajustamento entre o conceito a natureza física. Assim, ao longo da formação cultural do homem, este negligenciou o olhar crítico para as transformações e influências externas da sociedade e como ela fere e interfere na concepção de corpo. Dessa forma, cada cultura modela ou mesmo “fabrica” à sua maneira um corpo humano. A sociedade como um sistema de significados sempre se procura em imprimir no corpo, fisicamente determinadas categorias que provocam transformações. Transformações essas que tornam invisíveis aos olhares fisiológicos, mas provocam transformações importantes no campo vivido mediante as quais grava no biológico o produto cultural ou a indústria de novos corpos. Funda-se daí o sistema de representação no qual o homem primitivo de dissocia do homem contemporâneo por aquilo que a cultura determina e não por aqui que identifica a espécie na sua totalidade.

Inicialmente temos que falar do homem moderno e da relação deste com seu corpo. O corpo do homem moderno é praticamente o mesmo do de seus antepassados, visto da maneira física e biológica, porém a relação que este homem possui com seu corpo na sociedade e na perspectiva cultural mudou radicalmente.

Desde a Grécia até o século XVIII, persistiu a visão unissexuada do corpo, ou seja, o modelo de sexo único: homens e mulheres eram considerados da mesma natureza biológica. O corpo feminino é visto como inferior ao corpo masculino, sendo que a diferença residia no grau de calor do corpo, quanto mais quente, mais perfeito. Por ser possuidor de maior calor vital, os órgãos sexuais masculinos eram mais desenvolvidos que os femininos. Na Idade Média, toda e qualquer preocupação com o corpo era proibida. A influência da Igreja era grande, extinguindo até os Jogos Olímpicos. Evidencia-se a separação do corpo e da alma, prevalecendo à força da segunda sobre o primeiro.

Nos séculos da caça às bruxas, que vai de XIV até meados de XVIII, as mulheres foram duramente reprimidas e morreram aos milhares, qualquer uma poderia ser julgada como bruxa e punida por isso. No Período Renascentista, a concepção de corpo, difere das anteriores, pois começa haver preocupação com a liberdade do ser humano, o corpo tem como a analogia à máquina e passa a servir à razão.

No século XX, o ser humano fica cada vez mais atrelado à técnica e à tecnologia, depositando sua felicidade na busca do progresso, sendo assim, os corpos precisam trabalhar para concretizar essa verdade. Com a busca da produção, homens e mulheres, tentam adaptar-se como indivíduos ao grupo social, precisando, inúmeras vezes, desistir de sua liberdade de ação e de expressividade.

O desenvolvimento da indústria farmacêutica e da medicina contribuíram também para a modificação da relação do homem com seu corpo. O homem moderno quando tem algum mal-estar, indisposição apela para algum remédio, que lhe proporcione bem-estar rapidamente. Ele desgasta, maltrata, sobrecarrega seu corpo o dia todo e no final do dia ingere alguma quantidade de medicamentos que lhe façam sentir bem.

O exercício físico mudou radicalmente a vida do homem moderno. Muitas vezes esse ser humano contemporâneo não pratica atividades físicas regulares e possuiu hábitos não saudáveis. A mídia o bombardeia diariamente com informações em diversos meios de comunicação, que esse seu estilo de vida não está na “moda”, que para ser bem aceito na sociedade ele tem que estar com o corpo malhado e tonificado semelhante aos corpos dos atores e atrizes de filmes hollywoodianos e de novelas do horário nobre.

A mídia exalta também a figura do atleta, endeusando-o, relacionando muitas vezes que o seu corpo forte e tonificado é responsável por seu sucesso. Inclusive os atletas estão fazendo

comerciais na televisão para grandes empresas de materiais esportivos com mensagens de superação, vitória e glória, relacionado suas conquistas aqueles determinados matérias que usam, incitando as pessoas à adquiri-los. Não seria exagero se afirmássemos que a nova cultura corporal apregoada pela mídia poderá levar o homem a se perder no campo da reflexão sobre o tema. Assim como não seria exagero se predissemos que há uma deformação no conceito de corporeidade em nome de um mercado de consumo sobre a metéria. O corpo humano, como dito anteriormente, não sofre transformações estruturais imediatas dentro de um tempo antropológico. Mas sofre transformações conceituais que leva a transtornos orgânicos e desses a transtornos de ordem patológicas irreversíveis.

A beleza física tornou-se obsessão para alguns e descaso para outros. Assim prega o mercado do corpo dentro de uma sociedade de mercado. Como previsto por teóricos da Educação Física como Medina (1982), Daolio (1995), a cultura corporal e, sobretudo a diferentes perspectivas sobre a cultura da prática, levou o ser humano a um investimento no corpo na busca da saúde e da beleza. Esse princípio teórico se confirma na atualidade graças a mídia e seus veículos de intervenção.

Numa linguagem mais contundente poderíamos dizer que boa parte do investimento das pessoas sobre o corpo se deve a uma coação de mídias. Talvez uma deformação da própria linguagem com respeito a conceitos clássicos sobre saúde e beleza. Nasce assim sob a estampa da mídia o padrão a ser seguido, à partir daí as conseqüência desastrosas que transformação de um organismo natural para um organismo artificial. Podemos dizer que a exaltação da beleza e saúde nos contaminou com a indústria cultural da ginástica. Uma espécie de pressão na busca da perfeição. Os modelos, os padrões, as mudanças físicas imediatas aparecem como milagres e desses a falsa idéia de bem-estar.

No rigor da mídia e suas prerrogativas para conduzir as pessoas a fazer exercícios e dietas deformam corpos como deformam seres, pois a unidade orgânica não possa se deslocar da unidade da mente. Assim já diziam os filósofos clássicos. O efeito desse contágio nos leva as academias e farmácias, assim com centros cirúrgicos cada vez mais com o propósito de macular a realidade dor corpo, assim como, maquiagem a imagem da saúde e da beleza.

Certamente que o papel da mídia é decisivo para divulgação do padrão de corpo na sociedade contemporânea. Citarei como surgiu as primeiras formas de propagandas em meios de

grande divulgação, como o cinema influenciou os padrões de corpo da sociedade e como os meios mais sofisticados atuam na imposição do corpo “perfeito”.

### 3. A mídia e sua influência

A mídia é uma linguagem poderosa, mais que apenas um veículo de comunicação. Os abusos da mídia no contexto da pressão sobre consumo com a intenção de causar um efeito de informação levou o ser humano a uma confusa idéia de crença na sua própria maneira de viver. Os abusos da falsa idéia de natureza, inclusive, dessa idéia, a elevação de altos níveis de consumo de produtos para o corpo belo e saudável. Enfim os êxtases da modernidade dentro das academias, das praças, dos clubes esportivos tornaram obsessão mesmo para aqueles que jamais projetaram tornarem-se belos e saudáveis num curto espaço de tempo. Ledo engano, assim a cultura corporal foi capturada pelo jornalismo, pela linguagem, pela mídia ao mesmo tempo pela artificialidade medicamentosa e pela industria da atividade física; *o fitness*.

O termo mídia significa, os meios de comunicação, veículos; áreas técnicas de propaganda, relacionada com a veiculação de mensagens comerciais. Designa também a profissão, o profissional da área em agências. Veículos de comunicação; Técnica publicitária que estuda e indica os melhores meios para veicular mensagens publicitárias; profissional especializado nas técnicas de mídia.

Durante muitos séculos, a informação ficou restrita apenas as classes dominantes. Apenas os ricos recebiam educação e aprendiam a ler e escrever.

Depois da invenção da máquina de Gutemberg, que possibilitava imprimir livros muito mais rápido e com menor preço, as informações passaram a ser divulgadas a um número maior de pessoas. Porém, era grande o número de analfabetos e pobres que não tinham acesso a informações contidas nos livros.

As informações começaram a atingir um número maior de pessoas com a invenção do jornal no século XIX. Nos Estados Unidos, criaram um jornal mais barato, feito para as classes mais baixas com notícias sensacionalistas e de baixa qualidade. Benjamin H. Day no início da década de 1830, fundou um jornal chamado New York Sun. Ele utilizou-se do sensacionalismo para aumentar as vendas e atrair a atenção do público. Segundo CALABRESI (2004), “ O jornal de Day aproveitava a inocência dos recém-alfabetizados e divulgava notícias superficiais e com baixa qualidade de informações, de modo alienante num jornalismo de baixo nível, que se

espalhava por todos países...” Certamente que essa estratégia de divulgação é utilizada até os nossos dias, quase dois séculos depois. Isso lembra um pouco nossos meios de comunicação mais recentes “... o jornal era tido como um meio de comunicação que auxiliaria na melhoria da cultura e moral da massa, mas, devido ao seu mau uso acabou gerando uma degeneração social..”( De FLEUR e BALL-ROKEACH, 1993 apud CALABRESI, 2004)

Essas estratégias fez com que os anunciantes aproveitassem o aumento das vendas de exemplares para divulgarem seus produtos a um público cada vez maior.

Até agora, informações de diversos tipos estavam sendo divulgadas através da mídia, com pouco interferência na questão cultural do corpo. Entretanto na década de 1920 do século passado, o cinema passa a ser um fator determinante na vida e no corpo das pessoas. No fim da década, mulheres, sob o impacto combinado das indústrias do cosmético, da moda, da publicidade e de Hollywood, incorporam o uso da maquiagem, principalmente o batom, em seus cotidianos e passam a valorizar o corpo esbelto, esguio. Como aponta Featherstone (1993), a combinação dessas quatro indústrias foi fundamental para a vitória do corpo magro sobre o gordo, no decorrer do século XX.

A explosão publicitária no pós-guerra, por sua vez, foi, sem dúvida, grande responsável pela difusão de hábitos relativos aos cuidados com o corpo e às práticas de higiene, beleza e esportivas, preconizadas por médicos e moralistas burgueses desde o início do século. O desenvolvimento do cinema e da televisão, muito contribuiu para os profissionais dos cuidados com o corpo venderem suas imagens e seus produtos. Mas é importante ressaltar a mudança de comportamento que se impunha nesse momento. Ao colocarem suas imagens (estrelas de cinema com sorriso branco e cabelos brilhantes anunciando creme dental e xampu), esses profissionais colocavam em jogo novas práticas, difundiam uma nova maneira de lidar com o próprio corpo e um novo conceito de higiene.

Os anos sessenta são palco da difusão da pílula anticoncepcional, da chamada "revolução sexual" e do movimento feminista, elementos que, associados à contracultura e ao "hippismo" contribuirão para a colocação da corporeidade como importante dimensão no contexto de contestação que marca a década. O corpo é colocado em cena pela contracultura como lócus da transgressão, do delírio e do "transe", através das experiências da droga e do sexo.

Os anos oitenta podem ser entendidos como um marco importante para a temática, na medida em que nessa década a corporeidade ganhou vulto nunca antes alcançado, em termos de

visibilidade e espaço no interior da vida social, pois se no período anterior os cuidados com o corpo visavam a sua exposição durante o verão, a partir da década de oitenta as práticas físicas passam a ser mais regulares e cotidianas, expressando-se na proliferação das academias de ginástica por todos os centros urbanos. Paralelamente a esse processo temos o advento da chamada "Geração Saúde", a partir dos anos oitenta, representativa de certa postura frente à vida que, de certa forma em oposição ao padrão de comportamento representativo da geração de seus pais, levantam a bandeira anti-drogas, com destaque para o tabagismo e o alcoolismo, ao lado da defesa da ecologia, do naturalismo e do chamado "sexo seguro" - fenômeno também fortemente relacionado ao advento da AIDS - que em alguns casos significa a revalorização da virgindade feminina, não mais até o casamento, mas até a certeza de que o primeiro relacionamento sexual signifique o envolvimento afetivo prolongado com o parceiro.

A partir da década de 1990 até os dias atuais a Internet provocou uma revolução nos meios de comunicação. Com a Internet as informações chegam mais rápidas em qualquer lugar do mundo, basta ter um computador com acesso a rede mundial de computadores. O corpo ficou ainda mais exposto e divulgado, devido a facilidade que as informações chegam até as pessoas. O padrão de corpo "perfeito" torna-se ainda mais global influenciando sociedades culturalmente distintas das sociedades ocidentais.

Certamente que o sexo feminino sofre muito mais imposição do que o sexo masculino. A mídia consegue impor desde vestuários até cortes de cabelo padrões para que as mulheres sejam mais desejadas sexualmente. Revistas relacionadas ao público feminina exploram principalmente temas como: beleza, sexo e intimidade de pessoas famosas. A mídia transmite a mensagem de que a mulher tem que ser bela para ser desejada. Porém algumas mulheres acabam levando isso as últimas conseqüências.



#### 4. A mulher e a mídia

Antigamente a função da mulher na sociedade, muito machista, era casar, ter filhos e tomar conta do lar. Hoje em dia as coisas são diferentes, as mulheres trabalham fora de casa, podem morar sozinhas entre outras coisas.

O corpo feminino também sofreu alterações biológicas e culturais. Uma melhor alimentação ajudou as mulheres de hoje a terem estatura maior que suas avós, por exemplo, além do fato da menstruação começar cada vez mais precoce.

As mulheres mudaram bastante do ponto de vista cultural no século XX, essencialmente pela influência da mídia. Del Priore (2000) relata que a mulher nos mais variados ambientes sociais, dentre eles as mídias, diferentemente de tempos anteriores que a mulher era mais atrativa quando se vestia bem com pudor e sua sensualidade estava escondida em trajes com mais panos. Sensualidade, que o sujeito desejante era atraído pelo ocultismo que proporcionam tais vestimentas.

O cinema foi o principal meio de comunicação que provocou as mudanças na cultura do corpo feminino. As estrelas de cinema sempre foram desejadas pelos homens e invejadas pelas mulheres. As novidades usadas por essas atrizes muitas vezes foram padrão para o sexo feminino, causando desilusões em muitas mulheres por não possuírem e não conseguirem o padrão estabelecido.

A imprensa feminina explora bastante o tema da beleza, Lipovetsky (2000) apud Calabresi (2004), cita "...a imprensa feminina auxiliou no reforço desta função dada à beleza. A maneira como são apresentados os textos e as imagens das publicações voltadas às mulheres diferencia-se das outras publicações, acentuando que o feminino é o gênero destinado à beleza."

Segundo Calabresi (2004) esta imprensa, por ser um meio de comunicação de massa, com alta rotatividade e alcance, atingiu importante status na "democratização do papel estético da mulher, como uma das grandes instituidoras da beleza feminina moderna, ao lado das estrelas do

cinema”, acentuando a presença dos ícones da beleza no cotidiano da mulher, agravando a desilusão feminina quanto ao seu corpo, pois nem todas são dotadas de beleza natural e muito menos recursos financeiros para adentrarem no circuito fashion da beleza.

As mulheres bombardeadas por tantas informações desta mídia capitalista chegam até mesmo a esquecer sua individualidade e a natureza da beleza. Os resultados desta forte influência são notórios, como a obsessão pela magreza, as dietas, a malhação, a cirurgia plástica, a moda, os produtos de beleza, todos vendidos pela mídia.

Doenças como anorexia e bulimia estão crescendo na população, principalmente entre as mulheres. A anorexia é a sensação diminuída de apetite, mas dependendo de fatores do ambiente e principalmente psicológicos, a pessoa pode desenvolver a anorexia nervosa.

A anorexia nervosa é uma disfunção alimentar, caracterizada por uma rígida e insuficiente dieta alimentar (caracterizando em baixo peso corporal) e estresse físico. A anorexia nervosa é uma doença complexa, envolvendo componentes psicológicos, fisiológicos e sociais.. No caso dos jovens adolescentes, poderá estar ligada a problemas de auto-imagem, dismorfia, dificuldade em ser aceito pelo grupo. A taxa de mortalidade da anorexia nervosa é de aproximadamente 10%, uma das maiores entre qualquer transtorno psicológico. Os principais sintomas de uma pessoa que sofre deste problema são:

- Peso corporal em 85% ou menos do nível normal.
- Prática excessiva de atividades físicas, mesmo tendo um peso abaixo do normal. Comumente, anoréxicos vêem peso onde não existe, ou seja, o anoréxico pensa que tem um peso acima do normal.
- Ausência de ao menos três ou mais menstruações. A anorexia nervosa pode causar sérios danos ao sistema reprodutor feminino.
- Diminuição ou ausência da libido;
- Crescimento retardado ou até paragem do mesmo, com a resultante má formação do esqueleto (pernas e braços curtos em relação ao tronco).
- Descalcificação dos dentes; cárie dentária.
- Depressão profunda.
- Tendências suicidas

Um outro problema que pode ocorrer também principalmente com as mulheres é a bulimia, uma disfunção alimentar que atinge de 3% a 7% da população, principalmente adolescentes. A pessoa bulímica tende a apresentar períodos em que se alimenta em excesso, seguidos pelo sentimento de culpa. Para "compensar" o ganho de peso, o bulímico exercita-se de forma desmedida, vomita o que come e faz uso excessivo de purgantes e diuréticos. Essas pessoas podem ainda jejuar por um dia ou mais também na tentativa de compensar o comer compulsivo, muitas vezes entrando em um repetitivo ciclo de intensa restrição alimentar alternadas com farras culposas que o levam ao sistema compensatório. A própria restrição alimentar excessiva pode ser uma das desencadeadoras dos episódios compulsivos. O bulímico geralmente se encontra com peso normal, levemente aumentado ou diminuído. Essa aparência de normalidade muitas vezes dificulta que se identifique o problema, o que muitas vezes leva a uma demora em se procurar ajuda.

É preciso lembrar que a bulimia costuma causar enorme sofrimento psíquico e afeta áreas diversas do sujeito. A pessoa com bulimia não tem prejuízo somente da sua relação com a comida ou da sua relação com seu corpo. Ela se vê afetado em suas relações sociais - uma vez que festas e confraternizações envolvem alimentação. Isso denota a dificuldade de se lidar com o transtorno alimentar (tanto para o sujeito que se vê afetado, quanto pelos demais à sua volta). As principais causas da bulimia são fatores socioculturais e psicológicos, sendo a mídia fator importante nisso.

A bulimia pode causar algumas complicações para o organismo da pessoa com esse problema (algumas muito graves), como:

- Desmaios e fraqueza muscular, podendo até mesmo levar à lesão de algum músculo;
- Danos muito severos aos dentes, por causa do ácido estomacal presente no vômito que corrói tais estruturas;
- Rompimento gastro-esofágico, devido ao constante encher-esvaíar do estômago;
- Alterações hidreletrolíticas decorrentes das purgações, causando arritmia cardíaca e que em alguns casos pode levar à morte.

Além destes problemas citados anteriormente, a influência da mídia causa outros problemas para as mulheres, principalmente psicológicos. Muitas mulheres, por não possuírem o padrão de corpo ideal das modelos ou da atriz da novela das 8, acabam sofrendo de baixa auto-estima, dismorfia (uma doença psicológica caracterizada pela distorção na concepção de corpo

perfeito, tendo variantes a dismorfia corpórea, que afeta em maior parte as mulheres, e a dismorfia muscular, que tem sua maior incidência em homens) e até problemas de depressão.

As mulheres são muito afetadas pela mídia, porém os homens estão sendo cada vez mais afetados. A mídia impõem para o homem um padrão de corpo musculoso e seguindo as tendências da moda atual. Entretanto a maioria dos homens, não possuem esse padrão e muitos acabam se sentindo inferiorizados.

Citarei adiante um capítulo explicando melhor os problemas dos homens e as alterações do seu corpo durante os tempos.

## 5. A mídia e o homem

O corpo feminino, foi por muito tempo reprimido e condenado, tendo suas maiores modificações no último século XX. Entretanto, o corpo masculino teve diversas modificações ao longo da história.

Na Grécia antiga, o corpo era cultuado principalmente nos Jogos Olímpicos. Para os gregos cada idade tinha a sua própria beleza e a juventude tinha a posse de um corpo capaz de resistir a todas as formas de competição, seja na pista de corridas ou na força física. A estética, o físico e o intelecto faziam parte de sua busca para perfeição, sendo que um belo corpo era tão importante quanto uma mente brilhante.

Durante o período da Idade Média, o culto ao corpo foi proibido pela Igreja Católica, instituição política, econômica e religiosa dominante na época. Para a salvação da alma, todos deveriam renunciar aos prazeres proporcionado pelo corpo. Os sete pecados capitais são instituídos durante esse período. As atividades físicas ficam restritas apenas a treinamento de soldados e nobres cavaleiros que participavam de torneios.

O culto ao corpo só retornou durante o período renascentista. Nesse período, aumenta a racionalidade e o rigor científico, ou seja, todos acontecimentos poderiam ser explicados através de experimentos científicos e de maneira racional. A beleza começa a ser admirada e retratada em diversas obras de arte. Corpos masculinos musculosos e mulheres de belas formas são um exemplo disso.

Depois do período renascentista, o corpo masculino sofreu outras alterações, principalmente depois da revolução industrial que ocorreu na Europa no século XVIII . A partir disso, o corpo ficou restrito a realizar determinadas atividades durante longas jornadas nas indústrias. O capitalismo industrial do século XVIII e XIX modificou o conceito do corpo para o homem, agora seu corpo era uma ferramenta de trabalho para desempenhar determinadas atividades nas indústrias.

Entretanto, o século XX foi o que mais provocou mudanças na questão conceitual do corpo masculino. O desenvolvimento dos meios de comunicação e as propagandas realizadas por estes foram fatores determinantes para que ocorressem as mudanças.

O cinema foi o principal meio a influenciar o padrão corporal dos homens do século XX. Os atores de filmes sempre foram referência para o gênero masculino. Desde os galãs com cabelos cortados, barbas bem feitas e conquistadores de mulheres da metade do século, passando pelos atores influenciados pelos padrões de beleza da década de 1960 e 1970, padrões hippies e punks, até a invasão no cinema do modo fitness. Todos esses padrões se sobressaíram sobre suas determinadas épocas e serviram como referência para os homens.

O que deve ser lembrado também é que, o cinema sempre acompanha a moda e vice-versa. Além disso em alguns casos, o cinema cria a moda.

O movimento fitness do final da década de 1970 e início da década de 1980, praticamente continua influenciando o corpo do homem até os dias atuais, não da mesma forma, mas ainda temos resquícios. Esse movimento tinha como objetivo recuperar o estilo de vida saudável da população, prejudicado pelos hábitos das décadas anteriores, 1960 e 1970. Durante esse período aconteceu um boom de academias de musculação em diversos locais, programas com exercícios físicos na T.V e principalmente filmes mostrando atrizes, e principalmente atores realizando diversas atividades físicas. O ator Sylvester Stallone realizou diversos filmes em que praticava treinamentos pesados e mostrava sua musculatura desenvolvida, conseguindo êxito no final dos filmes. Os filmes de seu personagem Rock, o lutador, são um exemplo desta situação

Importante lembrar que a partir da década de 1980, é que começa a acontecer um aumento no número de faculdades de Educação Física.

Da década de 1990 até os dias atuais, a influência da mídia sobre o corpo masculino só aumentou. A popularização da internet ajudou a difundir entre outras coisas, o padrão de corpo masculino como forte e musculoso. A mídia realiza propagandas em T.Vs, revistas, outdoors, etc. com atores fortes e bem aparentados sempre passando a idéia de que se você for forte como ele, conseguirá mulheres bonitas, dinheiro e sucesso. A mídia está cada vez mais apelativa com programas e filmes de baixa qualidade que visam apenas mostrar corpos nus. O corpo belo e musculoso está se sobressaindo na inteligência e padrões morais, ou seja, ter um corpo forte vale mais do que ser inteligente.

Muitos influenciados, por essas idéias acabam tentando ficar com o corpo forte utilizando maneiras absurdas para aumentar sua musculatura. Porém alguns desses métodos podem fazer muito mal e causar danos irreversíveis e até a morte em alguns casos.

A sociedade consumista contemporânea causou uma nova doença nos homens: a vigorexia. A vigorexia, também conhecida como síndrome de Adônis (Overtraining, em inglês), é a compulsão por práticas de exercícios de forma continuada em grande volume e sem respeito aos intervalos de recuperação do organismo. Esse tipo de doença, causa diversos problemas, como:

- Insônia;
- Falta de apetite;
- Irritabilidade;
- Desinteresse sexual;
- Fraqueza;
- Cansaço constante;
- Dificuldade de concentração;
- Lesões articulares;
- Problemas ósseos;

A vigorexia está totalmente relacionada a dismorfia corporal, uma patologia psíquica em que os indivíduos nunca estão satisfeitos com sua aparência. Nos problemas de bulimia e anorexia da mulheres ocorre esse mesmo distúrbio. Pessoas com dismorfia corporal geralmente são introvertidas e se sentem inferiorizadas em relação as outras pessoas por não possuírem os padrões corporais exigidos pela sociedade atual.

O mais absurdo é quem existem alguns homens, tão insatisfeitos com seus corpos e tão obcecados pelo corpo fibroso, definido, musculoso, e devidamente glorificado pela televisão, pelo cinema, pelas revistas e passarelas de moda que acabam fazendo verdadeiras loucuras para o aumento da massa muscular. A mais comum delas é a utilização de esteróides anabolizantes para o aumento da massa muscular.

Os esteróides anabolizantes são drogas fabricadas para substituírem o hormônio masculino Testosterona, fabricado pelos testículos. Eles ajudam no crescimento dos músculos (efeito anabólico) e no desenvolvimento das características sexuais masculinas como: pelos, barba, voz grossa etc. (efeito androgênico). Essas substâncias são recomendadas para situações em que os

indivíduos estão perdendo massa muscular de maneira rápida ou estão com pouca massa muscular, ambas situações na maioria das vezes são causadas por patologias. Entretanto, há pessoas que fazem o uso dessas substâncias sem consentimento médico, utilizando de maneira negligente.

Essas substâncias são muito tóxicas para o organismo e seu uso desenfreado pode causar diversos tipos de problemas como:

- Ginecomastia, que é o desenvolvimento de mamas nos homens;
- Atrofia testicular
- Impotência
- Calvície
- Lesões Hepáticas
- Problemas Cardíacos

Por incrível que possa parecer, há pessoas que ainda misturam diversos tipos de anabolizantes e doses recomendadas para animais eqüinos e bovinos. Muitas vezes o resultado disso é o óbito do usuário dessas substâncias.

Tão absurdo como isso é a injeção de líquidos nos músculos apenas para ficarem inchados. Esses tipos de óleos são medicações veterinárias com compostos vitamínicos diluídos em óleos de alta viscosidade que provocam um inchaço momentâneo no músculo sem a hipertrofia muscular. Há relatos horríveis de indivíduos que chegaram a injetar silicone industrial e óleo de cozinha, ocorrendo necrose pouco depois e alguns casos dores insuportáveis seguidas de morte.

A banalização do corpo ideal é tamanha que vários homens estão realizando verdadeiros absurdos para conseguir possuir um corpo atlético e musculoso. A cultura da imagem, do corpo perfeito, faz com que essas pessoas acreditem que poderão conquistar tudo na vida apenas com uma musculatura desenvolvida. Na verdade poderão conquistar muitas coisas, pois essa cultura superficial que a mídia tanto exalta nos televisores de todo o mundo aceita e exalta esse tipo de beleza. Porém, os meios para se conseguir isso podem não serem os melhores e trazerem graves conseqüências num futuro próximo.



## 6. Considerações finais

A sociedade contemporânea tem como referência de um corpo belo o corpo cheio de curvas das mulheres e o corpo musculoso dos homens. É uma sociedade das aparências, em que são valorizados os aspectos físicos primeiramente.

O corpo de atleta, os materiais esportivos e as propagandas utilizadas pelo marketing esportivo principalmente em épocas de competições esportivas de audiência mundial como Copa do Mundo de Futebol ou Olimpíadas, são cada vez mais freqüentes em todos os meios possíveis de comunicação e na sociedade atual.

A propaganda, é um dos mais eficazes e econômicos para atingir os diferentes públicos através dos meios de comunicação de massa que veiculam sua mensagem, constitui um fator de extrema importância para a imposição de um padrão corporal.

Os diferentes padrões corporais tanto do homem como da mulher sempre prevaleceram em suas determinadas épocas, influenciados por padrões científicos, religiosos, sociais, culturais e principalmente no século XX, influenciados pelos meios de comunicação de massa, como a revista, cinema, televisão e internet.

A nossa sociedade consumista, criou o corpo consumista. O corpo que precisa utilizar determinados aparelhos mostrados no intervalo da novela ou produtos estéticos divulgados por galãs, para ser belo e notado.

Programas sensacionalistas de televisão colocam mulheres e homens com corpos perfeitos para conseguirem uma grande audiência. Para conseguirem esse corpo ideal os atores e atrizes realizam muitas horas de exercícios físicos, ingerem uma quantidade limitada de calorias e utilizam suplementos ou implantes de silicone.

A idéia da utilização de exercícios físicos para um corpo saudável e um aumento da expectativa de vida, divulgado na onda do fitness em meados da década de 1980 está sendo banalizada. O importante atualmente é ter um corpo forte e tonificado independente da utilização de substâncias ilegais, suplementos, implantes de silicone, entre outros.

Primeiramente, todos tem que ter a consciência de que cada um possui individualidades. As pessoas precisam entender que a saúde é muito importante e não pode ser sacrificada por algo tão fútil e materialista imposto por uma mídia interessada apenas no consumismo.

Nosso corpo desenvolveu uma rede completa de retroalimentação. A grande condição para a vida, é manter o ambiente interno de um organismo estável, independente do que está acontecendo do lado de fora, a homeostase. De organismo passamos a ser compartimentos a ser edificado e transformado pelo padrão. Assim, a mídia com efeito de informar e desestigmatizar processos ideológicos, ressurge para contaminar a cultura corporal desarticulando o homem da imagem de si e do mundo. No culto ao consumo de tudo, da vitalidade compulsória, do sexo, do amor a si mesmo são o testemunho da mídia que fez cursar o efeito do seu contrário. Entretanto há a esperança dentro da própria condição humana regada pela ciência, filosofia, arte e todas as nuances dessas categorias da cultura: o projeto do resgate da percepção, da nossa sensorialidade natural.

Que essa tendência venha do culto ao corpo que somos, ou seja, o culto ao ser. Dessa forma, as práticas corporais poderão vir a ser um veículo de controle da mídia. Fazer exercício como atividade física bem como uma atividade cultural. A Educação Física tem o seu papel preponderante nessa perspectiva: a de tornar-se uma área de intervenção sem a tutela ou pressão de mídias ou outras formas de controle sobre o corpo. Poderemos transformar corpos doentes em corpos saudáveis pela iniciativa de um investimento seguro em si mesmo e com a orientação da profissão legítima que é o profissional de educação física. Fazer exercício não deveria ser uma projeção do espaço publicitário ao fornecer uma espécie de mídia terrorista: ou se faz exercícios ou se programa a morte. Devemos investir numa cultura corporal sem o apelo da mercadoria, seja ela biológica, seja ela projeto de um artifício metamórfico sobre o corpo. O movimento mais espontâneo do indivíduo deveria ser o estímulo da mídia, não o apelo truculento dos moldes publicitários forrados de fotografia e photoshop.

Para uma categoria cultural ou área de conhecimento que chamamos de práticas corporais seria o investimento do retorno a si, a consciência de si. Na prática, o exercício físico, o consumo de alimento deveriam ser conceitos antagônicos como se faz da impressão da propaganda em saúde e beleza. Pelo contrário, são sinais indicativos da necessidade de informação segura e objetiva. Nesse duplo contexto, os atletas e mesmo pessoas comuns devem experimentar o gosto pela prática, não pela conveniência contemporânea, mas pela evidência e essência que se faz com

um organismo sadio de forma gratuita e elevada. Esse desdobramento existência, na prática se dá pela condição pedagógica do culto ao ser total, não necessariamente o culto a anatomia desprendida da condição mental ou afetiva.

Tarefa difícil para a Educação Física, pois devemos repensar o invólucro da aparências. O tempo poderá nos dar uma resposta ontológica e segura que haveremos de retornar “às práticas” como condição gratuita do prazer de fazer. Pela inteligência e pela competência os alunos, professores, clientes não serão fugitivos motorizados, aqueles que transferem a responsabilidade da sua saúde para as máquinas e medicamentos. O exercícios físico determinará esta definição: o resgate de si e do ser corporal e motor que somos.

## Referências Bibliográficas

BETTI, M. **Corpo, cultura, mídias e educação física: novas relações no mundo contemporâneo**. Revista Digital, Buenos Aires. Ano 10, nº 79, dez 2004. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>

CALABRESI, C. A. M. **Com que corpo eu vou? A beleza e a performance na construção do corpo midiático**. 2004. 186 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2004

DAOLIO, J. **Da cultura corporal**. Campinas: Papyrus, 1995

GUSDORF, G. **A agonia da nossa civilização**. 2 ed. São Paulo. Editora Convívio, 1982 . 254p

MEDINA, J. C. **Educação física cuida do corpo e mente**. Campinas:Papyrus, 1982.

MILITO, C. A K. **O corpo efêmero: em estudo sobre a construção de corpos pela mídia na sociedade contemporânea**. 2005. 42 f. Trabalho de Conclusão de Curso ( Bacharel em Educação Física) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2005.

PITTS, B. G.; STOLAR, D.K. **Fundamentos do marketing esportivo**. 1 ed. São Paulo. Editora Phorte, 2002. 317 p

PORTER, R. **História do corpo**. In: BURKE, P. A escrita da história. São Paulo, Unesp, 1992.

RODRIGUEZ, J. C. **O tabu do corpo**. Rio de janeiro. Editora Vozes, 1986.

VANZELLI, JR., P. R. **Marketing esportivo: a imagem dos atletas associada ao produto**. 2006. 45 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Administração com Habilitação em Gestão de Negócios Internacional) – Faculdade de Gestão e Negócios, Universidade Metodista de Piracicaba, Piracicaba, 2006.

---

Ernane Luis Zorzo Ferreira  
(Orientando)

---

Prof. Dr. Wilson do Carmo Jr.  
(Orientador)