

OLHARES FEMININOS SOBRE O CORPO: OS SIGNIFICADOS DO PESO CORPORAL PARA ALUNAS DO ENSINO MÉDIO

Cristiano Wolski¹

RESUMO

Introdução: A adolescência é o período de busca da afirmação da personalidade e integração dentro dos grupos sociais e da sociedade de modo geral. As relações entre as adolescentes e os padrões de beleza, dependendo da forma como forem construídas, podem se tornar um problema. **Objetivo:** Investigar o reconhecimento das adolescentes perante sua auto-imagem e a satisfatoriedade que elas apresentam em relação aos seus corpos. Identificar a existência da preocupação, quanto à obesidade e seu comportamento frente à situação. Entender melhor essa relação das jovens com sua imagem corporal é de vital importância para entender suas prioridades. **Metodologia:** Estudo bibliográfico e pesquisa de campo, aplicação de questionário aberto e Índice de Massa Corporal (IMC) com 23 alunas de uma classe de segundo ano do Ensino Médio. Análise e cruzamento das informações. **Resultados:** O questionário foi respondido por 17 meninas, havendo desinteresse de seis alunas. Foram obtidas respostas relevantes às condições corporais, com dois casos de sobrepeso e três de peso baixo e o restante com peso dentro dos parâmetros considerados normais para IMC. Foram expressos sentimentos tanto de contentamento como insatisfação relacionados à imagem corporal. **Conclusão:** Elas demonstraram suas percepções corporais, assumindo suas condições e deixando claro suas satisfações e insatisfações. O peso corporal foi citado por elas enfatizando que são tomadas atitudes para se obter uma imagem aceita socialmente tanto relacionada à estética quanto à saúde.

Palavras-chave: adolescentes, percepção, imagem corporal, sobre peso, obesidade.

LOOKS ON FEMALE BODY: THE MEANING OF BODY WEIGHT FOR STUDENTS OF SECONDARY EDUCATION

ABSTRACT

Introduction: Adolescence is the period of seeking the affirmation of personality and integration into social groups and society. The relationship between people and the beauty standards, depending on how they are constructed, it can become an issue. **Objective:** To investigate the recognition of adolescents before their self-image and satisfying that they have over their bodies. Identify the existence of the concern about obesity and its behavior to the situation. To better understand the relationship of people with their body image is vitally important to understand their priorities. **Methodology:** A literature and field research, questionnaire and open body mass index (BMI) with 23 students in a class of second year of high school. Analysis and crossing of information. **Results:** The questionnaire was answered by 17 girls, with lack of six students. Responses were obtained relevant to body condition, with two cases of overweight and weight of three and four with low weight within the normal range for BMI. They expressed feelings of both contentment and dissatisfaction related to body image. **Conclusion:** They showed their body perceptions, assuming its conditions and making clear their satisfactions and dissatisfactions. Body weight was quoted by emphasizing that they are actions taken to achieve a socially acceptable image related to both aesthetic and health.

Keywords: adolescents, perception, body image, about weight, obesity.

¹ Licenciado em Educação Física pela Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO). Correspondência: cristianowolski@hotmail.com. Este artigo é fruto do Trabalho de Conclusão de Curso defendido pelo autor em 01/12/2009 (orientação do Prof. Dr. Emerson Luís Velozo, contato: emersonvelozo@yahoo.com.br).

INTRODUÇÃO

A realização deste estudo partiu da necessidade de compreender as concepções que alunas do Ensino Médio possuem acerca dos seus próprios corpos no que diz respeito à questão do peso corporal. A diversidade de biotipos físicos encontrados na sociedade expressa diferentes tipos de corpos e de significados a eles associados. Alguns, por exemplo, atendem os padrões relacionados à estética e à saúde aceitos pela sociedade. Outros possuem medidas que se afastam de tais padrões e, por vezes, se tornam objeto de insatisfação.

Pode-se notar que muitos indivíduos agem ou reagem de acordo com o que são fisicamente ou pelo que sentem sobre o seu corpo, traduzindo seus sentimentos ou desejos, exteriorizando o seu eu através do corpo. Tosi¹ fala dessa conexão entre as atividades afetivas e cognitivas no processo de identificação e utilização da própria imagem corporal e, portanto, uma relação entre as atitudes do indivíduo com seu corpo, refletindo, assim, em sua identidade.

Segundo Schilder² nossa imagem corporal é construída em nossa mente, então, entendemos que a imagem corporal pode ser entendida pela imagem do corpo formada na mente do indivíduo, ou seja, o modo como o corpo apresenta-se para o indivíduo, envolvido pelas sensações e experiências imediatas. Em sua definição de imagem corporal, este autor diz que ela não é só uma construção cognitiva, mas também uma reflexão dos desejos, atitudes emocionais e interação com os outros.

O peso corporal é sempre citado quando se fala em estética e isso está intimamente relacionado ao universo jovem. Nessa temática podem-se estabelecer diversas relações com o problema do peso, entre eles, a falta de atividades físicas, a vida sedentária, a alimentação inadequada, a influência da mídia, da escola, da família e até mesmo a falta de informações suficientes sobre o tema para o provimento de uma boa saúde.

A criança e o adolescente passam por várias experiências nessa fase da vida e algumas podem ser frustrantes. Com isso, pode-se dizer que o adolescente também pode ter problemas emocionais. Assim, Heller³ comenta que:

Quando o jovem não consegue pedir ajuda, o comportamento de comer para aliviar os problemas, aplaca a solidão, a raiva, ou simplesmente para passar o tempo acaba sendo uma alternativa viável (...) Fome é a sensação fisiológica desencadeada por privação de alimento; vontade de comer é a sensação psicológica desencadeada por diferentes situações externas tais como raiva, tédio, solidão, medo e é condicionada diferentemente em cada pessoa em função da sua história de vida.

Um aspecto que pode influenciar no peso corporal está relacionado com as propagandas exibidas pela mídia, relativas ao consumo de produtos alimentícios. Guedes & Guedes⁴ mencionam este aspecto afirmando que o jovem passa a apresentar maior vulnerabilidade à propaganda consumista das indústrias alimentícias e, com isso, maior tendência a consumir alimentos de elevado valor calórico fora de casa e maior possibilidade de consumir estes tipos de alimentos também dentro de casa.

Quando o jovem percebe que está fora dos padrões de beleza construídos pela sociedade, isso pode se tornar um problema se não existir mais a satisfação com seu corpo, ou mesmo, a falsa visualização de uma imagem corporal que almeja e que não possui. Isto pode ou não se tornar um problema, o que dependerá da forma como as jovens conseguem enxergar seus corpos, como se sentem em relação a eles e como reagem a quaisquer alterações de medidas ou peso.

A forma como as crianças e adolescentes enxergam sua própria imagem corporal é um tema importante para sua formação. Os resultados aqui obtidos através da exposição das palavras das próprias adolescentes, com seus pensamentos, sentimentos, dúvidas, receios e alegrias, poderão ser de grande relevância futura para reflexão dos profissionais da educação. Eles poderão ser úteis para criação de instrumentos que auxiliem na educação corporal dos jovens na escola.

Dessa forma, foram investigados determinados aspectos da percepção das adolescentes perante sua imagem, sua satisfação e reação com possíveis desgostos. Portanto, também objetivava-se com esse estudo, identificar se há a preocupação dessas jovens, no que tange ao peso corporal e seu comportamento e atitudes quando se deparam com essa situação. Assim, entender melhor essa relação das jovens com sua imagem corporal se torna algo de vital importância para procurar entender suas prioridades e dificuldades.

MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa qualitativa de viés interpretativo acerca do universo feminino adolescente relacionado à imagem corporal e ao peso corporal

A pesquisa foi realizada em uma Escola Pública Estadual do Município de Irati-PR, no ano de 2009. A escola foi selecionada para o estudo pelo critério de possuir grande número de alunos matriculados no Ensino Médio e por comportar alunos provenientes de diferentes classes sociais e de diversas partes da cidade. O estudo foi realizado em uma turma de terceiro ano do Ensino Médio, a qual possui o maior número alunas.

Na primeira fase da pesquisa foi feita a coleta de informações por meio de revisão de literatura sobre o tema. Com isso pretendeu-se obter o suporte necessário ao desenvolvimento do questionário a ser aplicado e à discussão a ser realizada.

Na segunda fase foi aplicado um questionário com perguntas abertas, cuja finalidade foi obter informações sobre a preocupação das adolescentes com o peso corporal, os cuidados, a auto-estima, a influência das amigas e da mídia sobre o tema. Também foi coletado o peso e a altura das alunas, com o intuito de se obter o Índice de Massa Corporal. O uso deste índice serviu apenas como referência para as discussões das percepções relatadas pelas alunas. Não foi objetivo deste estudo fazer classificações que tomassem a tabela como modelo ideal de referência para a condição das alunas. A coleta de dados foi realizada mediante a assinatura no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e da autorização do diretor da escola para realização da pesquisa.

Na terceira e última fase todas as respostas foram analisadas. Isso resultou nas informações necessárias para discussão e obtenção das respostas almejadas para o trabalho segundo os objetivos propostos.

RESULTADOS

Dos 23 questionários entregues às alunas, 17 retornaram respondidos. Os questionários foram organizados em ordem alfabética com o nome das alunas e essas foram nomeadas de “alunas 01 a 17”.

Segundo as informações descritas pelas alunas com relação ao peso e à altura, pôde-se identificar o IMC de cada uma, com o intuito de criar relações com suas respostas. Dentre as dezessete alunas, três delas foram classificadas com baixo peso, sendo elas as alunas 03, 05 e 13. Foram detectados dois casos de sobrepeso, nas alunas 07 e 10. O restante esteve dentro dos parâmetros considerados normais para idade e peso. É importante ressaltar que a verificação do IMC teve apenas o objetivo de traçar comparações entre aquilo que o índice acusa e o modo como as alunas percebem os seus corpos, o que não quer dizer que o adotamos como modelo referência corporal para os sujeitos.

Na pergunta número um, oito alunas disseram não se preocupar ou não se sentirem incomodadas com o peso corporal. Entre elas encontram-se as alunas 04 e 13, classificadas como baixo peso e as demais alunas continuam peso normal. As outras nove alunas disseram se preocupar ou se incomodar com o peso corporal. Entre elas estão as alunas 07 e 10, classificadas como sobrepeso, e também a aluna 05, classificada como baixo peso. O restante das alunas tinha classificação de peso normal.

A pergunta número dois indagava as alunas, se elas se preocupavam ou se incomodavam com o que as outras pessoas pensam a respeito do seu peso corporal. Dentre as respostas, onze alunas disseram não se importar e as outras sete que sim, se importam ou se preocupam com isso. Entre as onze que não se importam, se encontram as alunas 04, 05 e 13, que tem baixo peso. E entre as seis que disseram sim, se encontram as alunas 07 e 10, que tem sobrepeso.

A pergunta número três questionou se havia algum tipo de cuidado com o peso corporal. Cinco alunas responderam que não. Entre elas estão as alunas 04 e 13 (baixo peso) e o restante com peso normal. Foram onze as alunas que disseram tomar algum tipo de cuidado com o sobrepeso, entre elas as alunas 07 e 10 (sobrepeso), a aluna 05 (baixo peso) e o restante com peso normal.

Na pergunta número quatro, pretendia-se saber se os meios de comunicação influenciam seu comportamento a respeito do seu peso corporal. Dez alunas disseram que não são influenciadas pela mídia. Nesse grupo encontram-se as alunas 04 e 13 (baixo peso) e o restante possui peso normal. Sete alunas disseram que a mídia influencia seu comportamento. Entre elas estão: a aluna 05 (baixo peso) e as alunas 07 e 10 (sobrepeso). O restante tinha peso normal.

Na quinta e última questão, a intenção foi saber quais os significados que elas atribuíam ao fenômeno da obesidade. Entre os mais citados por elas estão a hereditariedade, sedentarismo, má alimentação e falta de exercícios físicos. Ainda foram citados por elas e relacionados com os primeiros já colocados, o desleixo, depressão, distúrbio hormonal, preconceito, má orientação dos pais, doença, deitar-se logo após as refeições, preguiça, capitalismo, globalização, mídia, discriminação e humilhação, estresse, descontrole emocional, ausência de respeito com o próprio corpo.

DISCUSSÃO

Quando se fala de percepção corporal e obesidade, são encontrados muitos aspectos relacionados a esse tema que refletem sobre a saúde ou o bem estar dos jovens de hoje em dia. A imagem corporal é uma representação física do indivíduo, através de um conjunto das características e atributos pelo qual ele é reconhecido por si e pelo outro. A imagem corporal é a figura do nosso próprio corpo ou como ele se apresenta em nossa mente. O questionário aplicado às alunas do terceiro ano do Ensino Médio traz algumas respostas que trazem reflexões sobre o assunto.

Na questão número um, onde se pergunta da preocupação com o peso corporal, nota-se que as respostas ficam equilibradas, porém, o que reporta à reflexão é que duas das três alunas com baixo peso se declaram não se preocupar e, por outro lado, as duas alunas com sobre peso se colocam como preocupadas. Interessante ainda destacar a resposta da aluna 13 (baixo peso): “(...) *me sinto bem com meu ‘peso ideal’, tendo uma dieta equilibrada, me alimentando com saladas, frutas e também com o essencial, não tendo restrições nem com alimentos nem com gordura*”.

Quando ela se refere ao seu peso como ideal, transmite sua satisfação com relação ao seu corpo, livre de qualquer preocupação, estigma ou inveja por corpos mais belos. Também a aluna 04 (baixo peso) diz não se preocupar por achar que seu peso está bom. Nota-se que as alunas 04 e 13 expressam sua satisfação com seus corpos se abstendo de qualquer pretensão por corpos diferentes. A aluna 07 classificada com sobre peso que se mostra preocupada com sua situação relata: “*Sou mais cheínha que minhas amigas e isso muitas vezes me incomoda*”.

Sua declaração traz à tona o fato de que além da aluna se considerar acima do peso, existe a comparação com suas amigas, o que lhe traz um sentimento de insatisfação e incômodo com seu corpo. Essa comparação de corpos existe inegavelmente, não somente nos casos de sobrepeso, mas também na disputa pela beleza. E ainda diz: “*Ninguém mostra o afeto e o respeito entre duas pessoas comuns, mesmo meio gordas, um pouco feias, porque isto não dá dinheiro aos negociantes*”.

Na sua fala pôde-se notar a insatisfação por sua estética, talvez uma auto-estima prejudicada, e a indignação com relação ao fato de a mídia dar mais importância à beleza externa à

interna. Em sua fala tenta de alguma forma mostrar que, se ela não é bela exteriormente em sua imagem corporal, tanto quanto gostaria, possui atributos em sua personalidade que não estão sendo valorizados, principalmente pela mídia, que se faz da venda da imagem de belos corpos.

Na segunda questão, onde se perguntava se havia incômodo da parte delas, em relação ao que as outras pessoas pensavam a respeito de seu peso corporal, observou-se mais respostas interessantes e de relevância. As alunas 04, 05 e 13 (baixo peso) mostram não se preocuparem com o que os outros pensam do seu peso corporal, sendo que a aluna 05 (baixo peso) diz: “(...) às vezes eu me acho um pouco magra demais, gostaria de ser um pouco mais cheínha(...)”. Isso mostra sua insatisfação com o corpo magro, e que gostaria de ter mais corpo. É a busca por um corpo cada vez mais bonito que causa a insatisfação. A aluna 04 (baixo peso), afirma: “(...) não preciso que os outros falem o que é bom pra mim (...)”. A aluna 13 (baixo peso) diz: “(...) até porque nem tem o que falar”, também se mostrando satisfeitas com seus pesos e indiferentes ao pensamento alheio. Por outro lado, a aluna 10 (sobrepeso) se mostra preocupada quando confidencia: “(...) tenho medo e a impressão que falem do meu peso, façam comparações ou me achem gordinha”.

Nota-se a angústia e o medo de viver situações embaraçosas devido ao peso. Essa insegurança corporal pode gerar a baixa auto-estima. A aluna 07 (sobrepeso) responde a segunda questão dizendo que também se preocupa com o corpo e ainda ressaltando a beleza interna das pessoas: “Vivemos em um mundo onde as pessoas precisam ter um corpo perfeito para serem felizes e assim, muitas vezes, acabam esquecendo que possuem sentimentos”.

Quando ela se refere ao um corpo perfeito, nota-se que se trata de uma estética proveniente dos padrões apresentados pela mídia em geral, e que obviamente não consegue ser alcançada pela maioria das mulheres. Novamente ela ataca a mídia, confirmando seu discurso: “Porque se não ficarmos angustiados, não faremos regime, não compraremos produtos dietéticos, nem produtos de beleza. Eles precisam da nossa insegurança, da nossa angústia”.

Com relação a isso, Saito⁵ aponta algumas características dos adolescentes que, associadas aos fatores ambientais, favorecem a obesidade nessa faixa etária. Por exemplo: os jovens são movidos pelo consumismo, anseiam por liberdade, por amor e sucesso. Dessa forma, a propaganda usa isso, direcionando-se ao público jovem e sensibilizando-o ao incentivarem o consumo das mais variadas mercadorias. Nesse sentido, a aluna 01 se mostra preocupada: “(...) todos sempre falavam que eu tinha corpo bonito e agora tenho medo de engordar e deformá-lo”.

Fica clara sua preocupação maior relacionada à estética. A preocupação em desapontar as pessoas que outrora lhe elogiaram é tanta que entende um corpo com sobrepeso, é um corpo deformado e teme por isso. A aluna 03 também se preocupa e traz sua reflexão afirmativa: (...) pois sei que ser magro não é atestado de saúde e que ter a estrutura do corpo maior não quer dizer que a pessoa seja doente (...) mas me preocupo sim, por infelizmente saber, que hoje em dia a questão beleza, vem antes da questão saúde.

A questão número três pergunta se elas tomam algum tipo de cuidado com relação ao peso. Interessante notar que, entre as alunas que mostraram tomar algum cuidado estão a 10 e a 07 que têm sobrepeso e apenas a aluna 05, dentre as alunas que tem peso baixo peso, toma algum cuidado. Fica evidente que o sobrepeso gera muito mais preocupação entre as meninas do que o baixo peso. Dez alunas deram respostas referentes à alimentação como principal cuidado e apenas uma se referiu a atividades em academia e no dia-a-dia. Percebe-se que deve haver um incentivo para a prática de atividades físicas e é claro, aliada sempre a uma alimentação saudável. A resposta negativa foi dada por seis alunas, e entre elas as alunas 04 e 13, que tem peso baixo peso. Nota-se aqui que, entre as entre as alunas que tem baixo peso, a maior parte delas não toma nenhum tipo de cuidado. Mais uma vez o baixo peso não traz preocupação por parte da maioria das jovens.

A quarta questão indaga se os meios de comunicação influenciam-nas de alguma maneira com relação ao peso corporal. A maioria delas (09 alunas) disse que não, entre elas estão as alunas 04 e 13 que tem baixo peso, mas que em sua resposta não entram em pormenores. As respostas afirmativas nos trouxeram mais pontos interessantes. A aluna 06 (peso normal) diz: “(...) acredito que não adianta ser magríssima e deixar de viver... porém alguns produtos de beleza são essenciais, e a maioria deles os compro de acordo com comerciais de TV”.

A aluna 01 traz uma resposta relacionada diretamente à comida: “(...) *quando assisto TV e vejo comida, tenho que comer algo*”. Percebe-se que a maioria diz não ser influenciada, mas, inconscientemente, essa influência é exercida de alguma forma, haja vista que a mídia em geral ataca vorazmente de todas as direções para o consumo de seus produtos. Essa falsa impressão delas, é que as faz cada vez mais reféns de um sistema consumista.

Pensando nisso, Rodrigues de Troyse⁶ ressaltava essa pressão social, afirmando que o “marketing” da beleza transformou-se no negócio mais rentável com empresas multimilionárias estimulando a venda de seus produtos, sendo o corpo uma mania social, representando uma nova moeda, com a aparência sendo uma medida do valor social, propiciando a busca da perfeição, logicamente impossível, com imagens tipificadas e estereotipadas de beleza.

Entre as alunas de resposta afirmativa encontramos as alunas 07 e 10, portadoras de sobrepeso, e a aluna 05 com baixo peso. A aluna 10 (sobrepeso) confidencia: “(...) *ao assistirmos TV ou lermos revistas sempre nos deparamos com mulheres ‘em forma’ e acaba sendo um costume nos comparar a elas e é claro, sentir-se desconfortável ao perceber que o tipo físico não é ideal*”. Em sua fala fica explícita a decepção que a mídia lhe traz, quando vende seu padrão de beleza, em detrimento do padrão de beleza da maioria da população feminina, inclusive dela.

A última questão, pergunta quais os significados que elas atribuem à obesidade. Se referiram à hereditariedade, sedentarismo, má alimentação e falta de exercícios físicos. Mas a aluna 11 traz sua opinião de forma clara e direta: “*Uma pessoa só é obesa se ela quiser, os recursos ofertados atualmente são inúmeros e todos podem usufruir deles, e é claro que existem alguns casos por herança genética, mas é só se cuidar e ter uma alimentação balanceada*”.

Aqui pôde-se notar que a jovem tem uma opinião formada a respeito de quem é obeso e sobre a obesidade. Ela esclarece que é ciente das causas de hereditariedade da obesidade, mas afirma que mesmo assim, não precisa ser obeso se não quiser, visto a grande quantidade de meios ofertados para a reversão do quadro.

Segundo Battistoni⁷ o distúrbio da imagem do corpo é definido por um sentimento de ser sem valor e de que outros o vêem com desprezo e hostilidade. Esse sentimento interfere no auto-conceito, na estima pessoal, e prejudica o ajustamento social. Nesse sentido, a aluna 13 traz uma resposta importante: “*Muita gente tem preconceito com pessoas obesas, fazem deboches, caçoam*”. Ainda a respeito, Zalfa *et al.*⁸ conclui:

“Os discursos dos especialistas, sobre as mudanças de hábitos necessárias para aqueles que se encontram fora do padrão estético da vida moderna, geram novas formas de pensar o controle da obesidade e, com isso, tais discursos transformam-se em moralidades sociais em nossa sociedade”.

Entre as nove alunas classificadas com peso normal, sete delas disseram tomar cuidados com o peso corporal, e todas as respostas se direcionavam aos cuidados com a alimentação. As duas alunas com sobrepeso (07 e 10), responderam afirmativamente todas as perguntas, mostrando que percebem que seus corpos apresentam medidas maiores e que se preocupam com a saúde e beleza, e que buscam melhorias. Outra situação encontrada diz respeito às alunas com peso subnutrido, quando apenas a aluna 05 se mostra consciente de seu baixo peso e procura ter hábitos saudáveis, buscando pela saúde e pela beleza. As alunas 04 e 13 demonstram estarem bem dessa forma, com o corpo magro e não darem importância ao seu baixo peso, quando se vê que suas respostas foram todas negativas.

CONCLUSÃO

As respostas dadas pelas alunas nos trouxeram muitas situações em que se perceber a forma com que lidam com suas percepções corporais e as situações que a vida lhes coloca diante de suas limitações.

Nota-se que as alunas apresentam noções de sua corporeidade e segundo ela estabelecem suas prioridades e manifestam seus anseios e insatisfações. Não houve casos de alunas que se notam mais gordas ou mais magras que realmente o são. Houve sim, a condição de satisfação em alguns casos e a de insatisfação, com o intuito de procurar melhorias.

Fica evidente que a maioria das alunas que foram consideradas com peso normal, manifestam um grau de preocupação em se manterem em forma, dentro de padrões estéticos de normalidade em que não sejam enquadradas como obesas, pois esse torna-se o grande receio das meninas nessa idade. Mostram-se felizes ou no mínimo satisfeitas em suas condições corporais atuais.

Ao analisar as respostas dadas pelas alunas com baixo peso, constata-se que a maior parte das alunas encontra-se satisfeita com o corpo que possui. Mostram-se, em seus discursos, pouco influenciadas pelo que a mídia exalta e pelo que as outras pessoas podem pensar a seu respeito. Esse grau de satisfação expresso por elas, é importante, pois mantém sua auto-estima elevada e dá subsídios para manterem um nível de liberdade e autonomia frente às imposições de padrões corporais esteticamente perfeitos.

Percebe-se que as alunas que tem sobrepeso não escondem a realidade e buscam soluções para estarem melhores consigo mesmas. Preocupam-se com seus corpos e sua aparência, tem conhecimento do que é proposto pela mídia para alcançarem melhores condições estéticas, ao mesmo tempo em que conseguem filtrar os exageros cometidos pelo sistema, na exposição de corpos cultuados como símbolos de beleza.

No grupo estudado pôde-se notar uma clareza quando falam de si mesmas, de seus corpos, de seus anseios e insatisfações. Esse é um fato importante, pois trata-se da condição de assumirem sua imagem em seu meio, da forma como se apresentam, mesmo que estejam ou não em transformação, seja ela natural ou através de esforços para novas conquistas corporais.

Os fatos aqui descritos são relacionados ao corpo e suas manifestações quanto ao nível de satisfação pelas adolescentes. A saúde e auto-estima feminina são dois fatores que podem andar juntos ou não na vida dessas jovens, no que diz respeito à assimilação de todas as informações que recebem sobre saúde e beleza. Fica clara a ligação entre o tema e a Educação Física. Portanto, é um papel importante para os profissionais da Educação Física, promover orientações e intervenções junto aos adolescentes de uma forma geral para mostrar-lhes os benefícios de uma boa saúde, que se refletirá na satisfação corporal.

REFERÊNCIAS

1. Tosi SMVD. Imagem Imagem Corporal de Toxicômacos e Esquisofrênicos. São Paulo, Dissertação de Mestrado – Instituto de Psicologia da USP, 1994.
2. Schilder P. A imagem do Corpo: As Energias Construtivas da Psique. 3.ed. São Paulo. Martins Fontes, 1999.
3. Heller DCL. *et al.* Obesidade Infantil – Manual de Prevenção e Treinamento – org. Denise Cerqueira Leite. 1ª ed. Santo André, SP: ESETec Editores Associados, 2004.
4. Guedes DP; Guedes, JERP; Controle do Peso Corporal: Composição Corporal, Atividade Física e Nutrição. 2 ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.
5. Saito MI. *et all.* Obesidade na adolescência. *Pediatria Moderna.* 22(8), 263-268, 1987.
6. Rodrigues de Troyze E. Impacto de la figura corporal em el desarrollo psicosocial de nino y el adolescente. *Revista Mexicana de Pediatria.* 63(3), 128-131, 1997.
7. Battistoni, MM de M; Visão Psicossomática (V.P.): Obesidade Feminina na Adolescência; Campinas. Tese (Doutorado em Saúde Mental) – Universidade Estadual de Campinas, 1996.

8. Zalfa LMC. *et. al.*; O “Peso” da Obesidade nas Representações de Imagens Corporais de Crianças e Jovens no Cotidiano de uma Escola, Salvador 2009. Artigo. Anais do XVI Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e III Congresso Internacional de Ciências do Esporte. Bahia.

Recebido em 18 de Novembro de 2009

Aceito em 19 de Dezembro de 2009
