



Universidade de Brasília

Faculdade de Educação Física Licenciatura em Educação Física

Erick Alves de Albuquerque Martins

A imagem corporal do profissional de Educação Física

Trabalho de conclusão de curso

Brasília

2021

Erick Alves de Albuquerque Martins

A imagem pessoal do profissional de Educação Física

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Programa de Graduação em Educação Física, da Universidade de Brasília, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Marcelo de Brito

Brasília

2021

Monografia apresentada a Banca Examinadora como exigência parcial para
obtenção da conclusão de curso em Educação Física - Licenciatura.

Erick Alves de Albuquerque Martins

Orientador Prof. Dr. Marcelo de Britto

Examinador: Prof. Dra. Cláudia Maria Goulart dos Santos

Monografia apresentada em 20/05/2021

Dedicatória

Dedico esta monografia à Espiritualidade Maior, que me ajudou a acessar força e inspiração necessárias para ressignificar parte da minha história e concluir, com amor, mais uma grande etapa da minha vida.

Agradecimentos

Dedico esse trabalho à minha família: aos meus pais Linaldo e Viviani, por nunca deixarem de me apoiar em meus estudos e por me darem a base necessária para que o ciclo se concretizasse. Dedico também às pessoas que estiveram próximas a mim durante esse período de graduação e que de alguma forma me motivaram e me inspiraram a ser uma pessoa melhor e que eu pudesse me desenvolver como profissional.

Agradeço a toda minha família pelo apoio incondicional, do início ao fim do meu período de graduação. Em especial para minha tia Silvana, minha avó Rosuleta e meu tio Rogério. Agradeço a Deus e também a todos os professores do curso de Educação Física, em especial ao meu professor Marcelo de Brito, que me incentivou, me instruiu e me inspirou durante o curso e aceitou ser meu orientador nesse trabalho de conclusão de curso. E por fim, agradeço ao apoio da minha parceira de vida Sôsô, que me deu forças quando eu achei que não conseguiria. Amo todos vocês!

Epígrafe

"O mundo da imagem é o sensível: o corpo.
O corpo é nossa presença no mundo, e como tal, o projeto de
nosso querer."

Sérgio Lima

Do livro O Corpo Significa

Resumo

Historicamente o modelo imagético corporal relacionado à Educação Física tem a ver com um clássico perfil atlético dos jogos olímpicos da antiguidade grega, advindo de uma concepção estética apolínea onde se sobressaem músculos.

Esta concepção prevalece nos dias atuais. Este modelo idealizado segue influenciando a autoimagem corporal dos profissionais de Educação Física?

O presente estudo se desenvolve a partir de uma reflexão sobre como o ideário de imagem corporal influencia a autoimagem dos professores de educação física. Para isso, buscou-se identificar a partir de uma incursão literária, no ambiente WEB e através de explorações, ainda incipientes, no cenário da educação física escolar, como o ideário imagético corporal da área influencia na vida destes profissionais. O objetivo é ampliar a percepção de como esses profissionais são influenciados por essa concepção de corpo construída historicamente e como isso influencia suas vidas.

Palavras-Chave: Idealismo; corpo; ego; corporeidade; autoimagem.

ABSTRACT

Through the time, the imagetic bodily model related to the physical education is linked with a classic athletic profile of the antique Greek Olympic Games, coming from an Apollonian aesthetics conception where the muscles stand out.

That conception stands nowadays. That idealized model keeps influencing the bodily self-image of the physical education professionals? This present study has its development beginning from a reflexion about how the ideal of a bodily image gets influence to the self-image of the physical education professionals. For that, I looked to identify from the literal foray, on the internet environment, and on explorations, still in the beginning, on the physical education at school, the physical education scenario, like the imagetic ideal of the body gets influence on the daily life of those professionals.

The goal is to amplify the perception of how these professionals are influenced by this body conception build through history and how this impacts our lives.

Key words: Idealism; body; ego; corporeality; self-image.

Sumário

Introdução.....	1
Nota Testemunhal.....	3
Fundamentação teórica.....	5
I. O que é imagem corporal?.....	5
II. A construção cultural do corpo.....	6
III. Corpus: uma construção histórica.....	7
IV. Ego em função da imagem corporal	11
V. O físico na atualidade.....	12
VI. Corpolatria.....	15
Metodologia de pesquisa.....	21
Resultados, análise e discussões.....	23
Considerações finais	33
Referências bibliográficas.....	37
Anexos.....	42

Introdução

A autoimagem corporal é a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio e recebe influência do meio em muitos casos da profissão que se exerce. A cultura e os meios de comunicação encarregam-se de criar desejos e reforçar imagens padronizando corpos.

O culto ao corpo é uma prática antiga que atualmente intensificou-se com o poder midiático e se superlativou com a internet. Há uma coerção objetiva e simbólica orientada para certos ideais de aparência corporal.

No contexto das atividades físicas onde o exercício físico se destaca, e é onde a área de Educação Física tem seu “chão”, é notório a busca dos padrões estéticos culturalmente valorizados. Esses padrões são explorados massivamente na mídia comumente envolvendo a cultura corporal de movimento, nutrição/alimentos e cirurgias plásticas.

O músculo aciona o movimento, que é o principal componente do nosso trabalho. Eles têm que estar bem trabalhados, definidos e aptos para ação. Tem todo um ideário envolvendo essa questão. Ao que parece, é devido a isso, que se vulgarizou a mentalidade de que o profissional de educação física só pensa em músculo. Como se operasse muscularmente. Seu cérebro é um músculo que limita sua capacidade crítico-reflexiva. Seu trabalho consiste em fazer com que as pessoas se movimentem para alcançar rendimento e/ou um “corpo perfeito” segundo o pensamento de uma sociedade que diz sim para determinados tipos, mais ou menos para uns e não para outros.

Tendo uma imagem de corpo construída socialmente, a pergunta é: Afinal, como essa concepção de corpos influencia a autoimagem do educador físico? O presente estudo tem como objetivo avaliar como o ideário estético corporal apolíneo idealizado historicamente na área de Educação Física influencia na vida desses profissionais e como lidam com isso.

A metodologia inicialmente planejada foi exploratória e como mecanismo de informação, foi realizada a entrevista direta. As entrevistas não foram por um agendamento protocolado. Tive a possibilidade de entrevistar pessoalmente apenas seis profissionais de EDF e partir do momento em que a conversa se desdobrava,

foram identificadas subjetividades que se tornaram percebíveis as quais não poderia detectar apenas através de questionários ou de uma conversa indireta. A partir daí, procurando avaliar o que o Google disponibiliza acerca do tema de imagem corporal dos profissionais de educação física, observa-se ao longo de muitas páginas que há um padrão de imagem que segue o ideário anteriormente descrito, seja em profissionais que atuam em escola, seja em profissionais que atuam em academias ou em outros ambientes. Há uma lógica que perpassa tanto homens como mulheres inclusive respectiva a faixa etária. Não aparece quase nenhum profissional idoso e/ou fora do padrão estético apolíneo entre as imagens que são publicadas.

Com base em minha entrevista com os profissionais, tenho em mente que estar fora do padrão corporal afeta a autoimagem do profissional de educação física. Se o profissional se incomodou em conversar comigo sobre esse tema, foi porque valoriza a estética preconizada culturalmente.

A minha percepção mostra que para alguns elementos isso está em processo de contradição. A sociedade, junto com a pressão profissional, prega um determinado modelo de corpo e o professor que é o mediador dessa construção corporal não está alinhado com essa imagem. Por quê?

Nós profissionais da área de saúde, precisamos dar o exemplo que começa com nossos próprios corpos. Evitar o mal do sedentarismo, o mal do sobrepeso e o mal da saúde frágil. Somos vistos como as pessoas que geram saúde. E a autoimagem está associada a essa saúde, quando você não consegue manter ou seguir esse padrão, percebe-se uma incoerência evidente. E é claro que isso influencia nossa condição de vida, o nosso ego. Nós ficamos reféns de uma sociedade que quer uma coisa e não conseguimos, sendo que essa coisa é nosso desígnio, nossa ação profissional. Como lidar com essa realidade?

Esse é um dos grandes desafios que a educação física enfrenta hoje: conscientizar sobre a importância da atividade física, independente da estética. Essa mudança de atitude irá prevenir algumas doenças e evitar despesas com cuidados de saúde. Isso também valoriza a nossa profissão.

Nota testemunhal

Este estudo emergiu em função de meu desconforto em me perceber aparentemente diferente do modelo hegemônico de corpo dos estudantes de Educação Física. Afinal, há problema em meu corpo não ser todo definido? Isso vai atrapalhar meu desempenho profissional?

Durante a vida adulta, um pouco antes de começar meu curso de Educação Física, comecei a ter uma preocupação em aparentar uma imagem corporal típica de homens que praticam exercício físico para, como se diz vulgarmente, se manter em forma. Ficar em forma caracteriza-se por dar ênfase a um condicionamento físico que define ou realça a estrutura muscular.

O culto ao corpo, o estilo de vida saudável, a prática de atividades físicas com objetivos também estéticos, são aspectos que no decorrer do curso pude identificar em mim e circular no contexto acadêmico. Essa cultura pode mudar a vida de uma pessoa tanto para o bem, como para o mal.

Um ideal de imagem corporal foi concebido e integrado ao contexto da Educação Física e isso, acredito, gera influência nos profissionais da área e a mim também.

Esse desejo emergiu, sobretudo sob influência da formação profissional em Educação Física a qual sugere uma imagem característica. Como agora me colocava numa situação de pertença, constituir uma imagem congruente com a área de atuação me pareceu importante.

Confesso não me preocupar em ficar bonito para as outras pessoas, minha necessidade estava mais ligada em ter uma autoimagem que me trouxesse conforto perante a sociedade. Certamente o ambiente me influenciou e acredito que influencia a quase todos. Mas, como isso vai se desdobrar no trabalho que desenvolvo é outra questão que me acompanha. Enquanto sou jovem essa imagem característica não me causa desconforto, a despeito de perceber que destoo em alguns aspectos da aparência comum e que isso desperta, por vezes, olhares judicativos.

Contudo, fico pensando como será com o passar dos anos, depois de me formar, quando a labuta diária estiver em curso. Será que seguirei mantendo uma

forma que a nossa área preconiza como perfil profissional? Será que vou desleixar? Entrar em contradição com esse ideário?

Como diz o ditado, o futuro a Deus pertence, mas me parece que consolidar uma imagem corporal assemelhada ao clássico perfil atlético greco-romano que prevalece no senso comum do ambiente de atuação, não constitui algo problemático, até porque, quem tem o hábito do exercício regular, geralmente consolida essa biotipologia corpórea. Essa imagem, neste sentido, constitui um legado, senão seguir determinismos inconscientes, ou seja, for decorrente de alienação.

Desde a minha entrada no curso de Educação Física, até o presente momento, percebo a influência que a imagem corporal idealizada no meio da EDF exerce sobre mim. Vivemos numa sociedade influenciada pelas aparências, que julga e classifica as pessoas pelo que se tem e é assim com o corpo também. Embora questione essa mentalidade, sou influenciado por ela.

Afinal, o corpo e sua motricidade é a base na qual se edifica o conhecimento da área de Educação Física e hodiernamente, com o advento das redes sociais é um dos focos de maior interesse. Cada vez mais as pessoas estão interessadas e preocupadas com o corpo e sua aparência, a despeito das dificuldades e dos complicados problemas que decorrem para se alcançar o “padrão ideal”.

Embora entenda as manipulações envolvidas nesse fenômeno, a relação de como a mídia explora esse tema, como esse padrão pode levar a transtornos alimentares e doenças, sinto, que protegido das distorções envolvidas neste fenômeno, a busca de uma autoimagem congruente com o ideário da Educação Física é importante ao exercício profissional. Neste sentido, me interessa em ter uma autoimagem que me traga satisfação e contribua para meu exercício profissional. Isso tem a ver com o “olhar” do outro? Sim. Entretanto, estou cuidando para não sucumbir ao ego e à ilusão de parecer o que e/ou quem não sou.

Fundamentação Teórica

Essa temática, de uma imagem construída historicamente e ideologicamente influenciada por um padrão musculoso, delineado, tem suas distorções dentro do cenário real. Vemos pessoas alterando, sobretudo a forma do corpo em função de uma aparência que agrada ao seu ego. Para isso, se submete a intervenções mais drásticas do que em outras épocas.

Hoje, há um investimento em cosméticos, tatuagens, próteses, plásticas, dietas, hormônios, modelagens, entre outros, que problematizam a pretensão de tornar o corpo estável e natural. (RESENDE, 2006)

É necessário, a princípio, buscar uma resposta para a pergunta: o que é imagem corporal?

I. O que é imagem corporal?

Antigamente, entedia-se corpo como uma herança genética, puramente biológica. O indivíduo não possuía autonomia para modificá-lo ao seu prazer, mas com o passar dos tempos, o corpo vem tomando forma vem transformando-se, de acordo com a vontade do indivíduo. (RESENDE, 2006)

A imagem corporal segundo Paul Schilder, que foi um psiquiatra, psicanalista e pesquisador médico austríaco, considerado como maior contribuição nesta área, considera a imagem corporal um fenômeno multifacetado. Em suas investigações, ele analisou a imagem corporal não apenas no contexto do orgânico, mas também na psicanálise e na sociologia (FISHER, 1990, P. 8). Em sua definição de imagem corporal, diz que "a imagem corporal não é só uma construção cognitiva, mas também uma reflexão dos desejos, atitudes emocionais e interação com os outros" (SCHILDER, PAUL 1999).

De acordo com Smolak e Levine (2001) a imagem corporal é influenciada pela "estima corporal" e a "insatisfação com o corpo". A estima corporal se refere o quanto o indivíduo gosta do seu corpo de maneira geral, incluindo peso, forma, cabelos e rosto. Já a insatisfação corporal define preocupações com o peso, gordura e forma do corpo. Dependendo do grau, essa insatisfação pode afetar aspectos da

vida do indivíduo no que diz respeito ao seu comportamento alimentar, autoestima e desempenhos psicossocial, físico e cognitivo.

Entende-se que a imagem corporal constitui um esquema corporal, uma representação mental do próprio corpo, um modo como ele é percebido pelo indivíduo que envolve as dimensões física, psicológicas e social. (SCHILDER, 1999; BECKER JR, 1999; CAMPAGNA, SOUZA, 2006). Pode-se dizer que criam uma representação do corpo real (o que acreditam ser) e de um corpo ideal (o que procuram alcançar) olhando e sendo olhado pelos outros.

A imagem corporal tem o poder de influenciar as pessoas. A imagem considerada pelo outro como boa, como ideal, é aquela que corresponde ao perfil idealizado pela sociedade. Espera-se que o outro não seja diferente daquilo que se deseja, se ele não for capaz de corresponder às expectativas de um ideal, então não é valorizado. Mas como começa a construção cultural do corpo?

II. A construção cultural do corpo

O ser humano só chegou ao seu estágio atual de desenvolvimento devido a um processo de desenvolvimento cultural de apropriação de comportamentos e atitudes que transformaram e continuam transformando seu componente biológico. (DAOLIO, 1997, p. 52). Isso vem sendo comprovado através das descobertas recentes de um novo ramo da biologia denominado de epigenética.

Segundo Tang e Ho (2007), a epigenética é definida como as mudanças herdáveis na expressão do gene que não alteram a sequência do DNA, mas que são herdáveis pela mitose ao longo das gerações. As mudanças podem gerar efeitos positivos ou negativos para o organismo. As modificações epigenéticas permanecem à medida que as células se dividem e, em alguns casos, podem ser herdadas ao longo de gerações. Isso significa que alterações epigenéticas podem ser transferidas de célula-mãe para célula-filha. Influências ambientais, como a dieta ou a exposição a poluentes, podem impactar no epigenoma e alterar o fenótipo de um indivíduo (característica observável do organismo).

Antigamente a beleza era considerada um dom, um presente vindo dos céus e do outro lado da moeda, a falta de beleza era entendida como um castigo celeste.

(SAN`T ANNA, 1995). A mulher que era considerada feia estava condenada a aceitar seu destino. Na época, não existia a ideia de conquista individual, de lutar para mudar a aparência como existe na nossa atualidade.

Se compararmos um pouco com a nossa realidade, conseguimos perceber diferenças. Hoje existem campanhas de promoção de beleza convencendo as pessoas de que basta utilizar os produtos certos e o esforço pessoal para conseguir o que se pretende.

O que a maioria das pessoas quer é ser uma pessoa considerada completa, bonita, ter todos os predicados desejados em concordância com a opinião da sociedade, pois, cada sociedade produz sobre o corpo, ações que são baseadas em técnicas corporais, como: técnicas esportivas, a moda e estilos acerca de movimentos, sejam na alimentação ou em atividades cotidianas. Mauss (1974, p.401) entende que a expressão técnicas corporais seriam “as maneiras pelas quais os homens, de sociedade a sociedade, de uma forma tradicional, sabem servir-se de seu corpo.”

O conceito de corpo remete à questão da natureza e da cultura e abre assim um leque diferenciado de posicionamentos teóricos, filosóficos e antropológicos. Segundo Braunstein & Pépin (1999), o corpo é um meio de comunicação, pois através de signos ligados à linguagem, gestos, roupas, instituições às quais pertencemos permite nossa comunicação com o outro.

O corpo, com todas as suas grandes possibilidades, é um lugar que institui ideias, emoções e linguagens, sendo uma interação sensório-motora dos sentidos à ação. Ele está sempre produzindo sentidos que representam sua cultura, paixões, afetos, desejos, emoções, enfim, o seu mundo simbólico. Neste jogo o corpo fala e também é falado pelos outros, sendo um múltiplo lugar de significações, que nossa cultura permite revelar (FAUSTO NETO, 2000).

A Educação Física por ter o corpo como instrumento, exerce influência sobre o corpo, pois o corpo é a representação de como as pessoas percebem-se, refletindo também na autoestima e na saúde do indivíduo.

III. Corpus: uma construção histórica

Entender os sentidos construídos para o corpo na atualidade requer uma breve caminhada pela história para entendermos um pouco como em determinados períodos da história o corpo foi tratado. O objetivo é acentuar algumas peculiaridades que marcaram o modo como lidamos como o mesmo.

De uma maneira geral, pode-se dizer que os cuidados com o corpo, foram caracterizados de diferentes maneiras na história. De acordo com Siebert (1995) e Rosário (2004), o corpo na Grécia antiga, era visto como elemento de glorificação e de interesse do Estado. O corpo era valorizado pela sua capacidade atlética, fertilidade e saúde. Em Esparta, atividades corporais recebiam um lugar de destaque na educação de jovens, que buscavam um corpo saudável e fértil. Já em Atenas, no modo de educação corporal, prevalecia o ideal de ser humano belo. Nas demais cidades Gregas, a atividade corporal, resumia-se em torno dos Jogos Olímpicos. Porém as atividades corporais das classes menos favorecidas, tinham como objetivo, apenas de preparação para a guerra e/ou para o trabalho.

Para Laqueur (1990) e Nicholson (2000), 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 era visto como inferior ao corpo masculino, sendo que a diferença residia no grau de calor do corpo, quanto mais quente, mais era considerado perfeito.

Na Idade Média, a preocupação com o corpo era intensamente desvalorizada. A influência da Igreja, neste sentido, foi decisiva, chegando até a extinguir os Jogos Olímpicos. Nesse período tornou-se evidente a mentalidade de que corpo e alma eram separados, prevalecendo a valorização da segunda sobre o primeiro. Segundo Rosário (2004), o bem da alma estava acima dos desejos e prazeres da carne e, portanto, acima dos aspectos materiais. O corpo tornou-se o culpado, o perverso, o necessitado de purificação. Era comum o incentivo ao autoflagelo, enforcamentos, apedrejamentos e execuções em praça pública. De acordo com Siebert (1995), os dados encontrados na Idade média, quanto à cultura corporal, são de acentuado desprestígio.

Nos séculos de caça às bruxas, que vai de XIV até meados de XVIII, as mulheres foram fortemente reprimidas e milhares morreram. Nessa época era muito

difícil e perigoso ser mulher. Qualquer uma poderia ser julgada como bruxa e submetida às cruéis regras do *Malleus Maleficarum*. (SCHOBER, 2003) O *Malleus* é um produto religioso e político dos mais importantes da Idade Média. Servia à Igreja conforme sua conveniência e justificava verdadeiros genocídios das populações denominadas "bárbaras". (PAIM, 2004)

No Período Renascentista, começa haver preocupação com a liberdade do ser humano. O trabalho artesão passa a ser valorizado, juntamente com o pensamento científico e o estudo do corpo. Acontece a redescoberta do corpo, principalmente, no que diz respeito às artes, onde o corpo nu aparece como destaque por pintores como Michelangelo, Da Vinci, entre outros. (SIEBERT, 1995; ROSÁRIO, 2004)

Foi apenas na passagem do século XVIII para o século XIX que as sensíveis mudanças passariam a ocorrer, como a queda do conceito de unicidade e perfeição do corpo masculino para o two-sex-model. (Birman, (1997); Costa, (1995); Badinter, (1993); Almeida, (1995). Trazendo a ressignificação da natureza feminina.

Segundo (Laqueur (1990); Nicholson (2000), Medeiros (2003),

O corpo feminino se torna totalmente diferente do masculino, introduz-se a questão binária e esses fatos levam ao aparecimento da identidade sexual, o que ocasiona o aparecimento da identidade de gênero (mulher/homem) nas convenções sociais, políticas, culturais, artísticas.

A sociedade ocidental incorporou essa subjetividade ampliando essa dualidade para outros âmbitos como: espírito/matéria; masculino/feminino; preto/branco; etc. Nesse sentido, o contexto histórico estrutura modelos de percepção diferenciada para o corpo de homens e o corpo de mulheres. Ao homem foi atribuído o perfil de dominador, de detentor da razão e à mulher, o modelo de exterioridade, de preocupação com a beleza, de reprodução, de mãe, de objeto de prazer (ROSÁRIO, 2004).

No século XX, se estreita a relação com técnica e à tecnologia. Um avanço surpreendente que estabelece profundas mudanças no modo de vida e na maneira como a produção de bens. É a modernidade. Deposita-se a felicidade na busca do progresso material. Neste sentido, o corpo é submetido à concretização dessa

“verdade”. Com o avanço da produção industrial, homens e mulheres, são induzidos a se adaptarem a grupos sociais estabelecendo novas identidades de pertencimento que resultaram constrangimentos no exercício das liberdades individuais de ação e de expressividade em função de se formatar uma identidade de classe estabelecida pelo sistema.

Em certo sentido, o homem é dominado pelo trabalho, pela vida e pela linguagem: sua existência concreta neles encontra suas determinações; só se pode ter acesso a ele através de suas palavras, de seu organismo, dos objetos que ele fabrica. [...] A finitude do homem se anuncia – e de uma forma impiedosa – na positividade do saber. (Fernandes, L.L. (S/D) citando FOUCAULT, 2007, p. 432)

Para Rosário (2004), desde o avanço exponencial da industrialização, na metade do século XX, os meios de comunicação começaram a funcionar como propulsores da comunicação de massa. A reprodução do corpo não fica mais somente no âmbito da pintura, agora ela pode atingir grande parte da população. O corpo pode ser reproduzido em série através da fotografia, do cinema, da televisão, da internet, da cibernética, etc.

O imaginário de corpo ultrapassa as fronteiras do local para o global acionando um amplo processo transcultural que se opera com a des-fronteirização informacional. A exibição pública se tornou corriqueira, tornando evidente o que antes era escondido.

Para (Goldenberg & Ramos 2002),

As regras da atual exposição dos corpos parecem serem fundamentalmente estéticas, sendo que, para atingir a forma ideal e expor o corpo sem constrangimentos, é necessário investir na força de vontade e na autodisciplina.

O termo “autodisciplina” vem da palavra auto (latim: actu = ação, ato) e disciplina que tem a mesma etimologia da palavra "discípulo", que significa "aquele que segue". Um forte aliado à habilidade da autodisciplina é o domínio pessoal.

Conforme descreve (Senge, 2008),

Pessoas com alto nível de domínio pessoal possuem características em comum: elas têm um sentido especial de vida que

vai além dos objetivos e metas ocasionais; para elas, a realidade do momento é um aliado, e não um inimigo; elas aprendem a identificar e trabalhar com as forças de mudanças ao invés de resistir a elas; são profundamente inquisitivas, procurando sempre ver a realidade com maior clareza; sentem-se ligadas ao próximo e à vida em si, todavia, não abrem mão da sua individualidade; sentem-se parte de um processo criativo maior, no qual podem influir, mas não podem controlar unilateralmente. Porém, o domínio pessoal vai além da competência e das habilidades, embora baseie-se nelas. Vai além da revelação e da abertura espiritual, embora exija crescimento espiritual. Significa encarar a vida como um trabalho criativo, vivê-la da perspectiva criativa, e não reativa (SENGE, 2008: p. 169).

Desde a antiguidade o corpo já assumia um papel representativo nas sociedades. Considera-se que é através do corpo que manifestamos as marcas que nos posicionam socialmente, como: forte/fraco, branco/negro, eficiente/deficiente. É através do corpo também que criamos relações consigo mesmo, com o outro e com o mundo. A partir disso, vem um assunto que se torna indispensável, o ego.

IV. Ego em função da imagem corporal

A afirmação de Freud de 1923 se confirma: O ego é antes de tudo um ego corporal. Nesse sentido o ego corporal contém os elementos corporais ensinando ao ego psíquico a conter sentimentos e pensamentos.

Nós vivemos em função do ego, a mentalidade imagética desse apolíneo é concebido e protagonizado por desejo egoíco. Segundo OSHO (s/d), o ego é uma ilusão, é o não real. Porém, precisamos construir o não real para descobrir ou redescobrir o real, o real já existe, só que não percebemos. A fuga é entrar no mundo da ilusão, para cair, a queda do paraíso, é o sentimento de que saí de um lugar fantástico e caí num mundo infernal. Então o ego, quando desmorona, é como se você caísse para o inferno, o sofrimento é grande, pois você dedicou boa energia da sua vida a uma fantasia, a uma ilusão.

Onde é que o ego obtém a sua energia: O ego alimenta-se de seu desejo de ser outra coisa. Você é pobre e deseja ser rico? O ego está absorvendo energia. Isto é respiração viva. Você é ignorante e deseja tornar-se um sábio – o ego está absorvendo energia. Você é um ninguém e deseja tornar-se poderoso o ego está absorvendo energia. Entenda o processo do ego. Como o ego vive? O ego vive da tensão entre o que você é e o que você deseja ser. A deseja ser B – o Ego é criado a partir dessa verdadeira tensão. Como o ego morre? O ego more quando você aceita o que você é. Aí você diz: “Eu estou bem como eu sou”. Onde estou é bom. Permanecerei

apenas onde a existência me coloca. “Sua vontade é minha vontade”. Quando Você abandonar toda a tensão sobre o futuro – eu deveria tornar-me isto, eu deveria tornar-me aquilo – o ego evapora. O Ego vive com base no passado e no futuro. Entenda isto um pouco. As argumentações do ego são do passado, - “eu fiz isto, Eu fiz aquilo” – É tudo no passado. E o ego diz, “Eu definitivamente farei isto” Eu definitivamente mostrarei a você que eu posso conseguir aquilo - Isto é tudo no futuro. O ego simplesmente não existe no presente. Se você vem para o presente, então o ego desaparece. Isto é a morte para o ego. Vir para o presente é a morte do ego. (Osho, Die, O Yogi die, Capítulo 8)

Ficar obcecado com o corpo ideal pode levar a graves transtornos psicológicos, alimentares e entre outras complicações.

Segundo (Farhat, 2008)

Nesse contexto de ‘corpo perfeito’, além da mídia, a indústria farmacêutica também exerce forte influência nas pessoas. Existem inúmeros medicamentos que prometem grande perda de peso em um curto período de tempo. Como consequência dessa realidade, para algumas pessoas é muito mais fácil tomar comprimidos do que fazer exercícios, tornando o desafio do educador físico muito mais difícil.

Investe-se no corpo toda a responsabilidade para se alcançar o sucesso de suas relações sociais. O corpo representa um todo capaz de superar possíveis frustrações que o sujeito possa vir a sofrer.

V. O FÍSICO NA ATUALIDADE

O corpo virou grande objeto de consumo, o culto ao mesmo, ganha uma dimensão social nunca vista antes, cercado de grandes investimentos. O corpo em forma se apresenta como um sucesso pessoal, no qual homens e mulheres vivem para alcançar. Atualmente, vive-se na era da magreza, dos regimes alimentares, da lipoaspiração, dos implantes de próteses de silicone, Botox, da construção de corpos, ou seja, da metamorfose dos corpos. (STREY et al, 2004)

De acordo com Rodrigues (1987),

Cada cultura "modela" ou "fabrica" à sua maneira um corpo humano. Cada sociedade imprime, no corpo físico, transformações, mediante as quais a cultura se inscreve e grava sobre o biológico. Seja arranhando, perfurando ou até queimando a pele. Inscrevem nos seus corpos, cicatrizes que podem ser, por exemplo: mutilação

do pavilhão auricular, corte ou distensão do lóbulo, perfuração do septo, dos lábios, das faces, amputação das unhas, alongamento do pescoço, apontamento dos dentes ou extração dos mesmos, atrofiamento dos membros, musculação, obesidade ou magreza obrigatória, bronzamento ou clareamento da pele, aplicação de barba, cortes de cabelo, penteados, pinturas e tatuagens são alguns exemplos dessas marcas feita pelos próprios indivíduos.

E segundo Le Breton (2003),

A marca é um limite simbólico desenhado sobre a pele, fixa um batente na busca de significado e de identidade, é uma espécie de assinatura de si pela qual o indivíduo se afirma em uma identidade escolhida (p. 40).

As marcas e as marcas de utensílios sobre o corpo objetivam o olhar, seja o olhar do outro ou o olhar daqueles buscam as mesmas marcas. O sujeito trata o corpo como uma peça de afirmação social, a partir de manipulações de si. (LE BRETON, 2003). O corpo faz parte de uma relação do sujeito com o outro, é responsável pela construção da identidade individual e social. A imagem corporal é capaz de confirmar a identidade individual a partir do social, que de certo modo direciona o comportamento do sujeito. No caso da área da Educação Física, a indumentária integra-se à imagem profissional. Lembrando que é quase uma norma o uso vestimentas adequadas à prática de exercícios

Segundo (Iriart; Orleans, 2009),

Na sociedade contemporânea, a enorme valorização da aparência corporal inscreve-se num processo no qual o corpo físico assume papel fundamental na exteriorização da subjetividade e construção da identidade. Ou seja, os objetos de consumo como as roupas, acessórios e mesmo o corpo passam a dizer a “verdade” sobre o sujeito e constitui suas referências, autoestima e sua identidade.

A moda tem função importante na metamorfose dos corpos, com infinitas possibilidades de como ser ou parecer, através de tribos, estilos, comportamentos, atitudes e roupas. Segundo Rosário (2004), o corpo construído sobre a simulação é outra característica do tempo pós-moderno, talvez a mais utilizada.

Conforme (Paim, 2004)

Os recursos que são mais utilizados como forma de diferenciação social são o vestuário, os adereços e a maquiagem.

Esses recursos não são obras da pós-modernidade, mas nela foram aperfeiçoados e adquiriram o caráter de simulação na associação com outras técnicas, como a da cirurgia plástica, da lipoaspiração, dos tratamentos de beleza e até da musculação. A aparência criada nesse processo volta-se para o imaginário, construindo uma cadeia de sentidos que se adequam ao perfil atual.

Nesse sentido, o corpo humano vestido, maquiado, cheio de adereços, tatuado, modificado recobre-se de um segundo significado, verdadeiramente uma representação do simulacro (ROSÁRIO, 2004). A simulação não está consubstanciada sobre a representação, mas sobre o simulacro, ou seja, sobre a aparência sem realidade. No simulacro o corpo se constrói diferentemente para cada situação, para cada vontade, capaz de criar uma pluralidade de sentidos para si mesmo.

Como vimos não há sociedade que não modifique de alguma forma o corpo de seus membros, cada uma, portanto, vai se especializando na produção de determinados tipos de corpos, os quais servirão como modelos de uma identidade grupal.

Na opinião de Furlani (2003), enquanto alguns procedimentos feitos no corpo, como tatuagens e piercings, são contestados por algumas pessoas, outras aderem a essas práticas como uma forma de decorar o próprio corpo para demonstrar atitude e controle de sua própria vida.

Segundo (Paim, 2004),

Não se trata mais de aceitá-lo como ele é, mas sim de corrigi-lo, transformá-lo e reconstruí-lo. O indivíduo busca em seu corpo uma verdade sobre si mesmo que a sociedade não consegue mais lhe proporcionar. Assim, na falta de realizar-se em sua própria existência, este indivíduo procura hoje realizar-se, através do seu corpo. Ao mudá-lo, ele busca transformar a sua relação com o mundo, multiplicando os seus personagens sociais.

Numa sociedade influenciada ao consumismo, o corpo é vendido e comprado. É objeto de consumo e para consumo. É uma maneira de marcar o poder nas relações sociais, de ser aceito e admirado.

Para (Gaio, 2015),

Cada indivíduo é considerado responsável e também culpado por sua juventude, beleza e saúde. O corpo torna-se capital, cercado de enormes investimentos (de tempo, dinheiro, disposição) a obsessão com a magreza, a multiplicação dos regimes e atividades de modelagem do corpo, a disseminação das lipoaspirações, dos implantes de próteses de silicone nos seios, de Botox para atenuar as marcas de expressão, testemunham o poder dos modelos cada vez mais acentuados na atualidade.

Atualmente as pessoas buscam adquirir o corpo perfeito e idealizado pela sociedade no intuito de corresponder às expectativas da maioria que se tornaram individuais pelo processo de internalização e identificação.

Conforme (Paim, 2004),

Aliada fundamental na construção dos corpos, a mídia adquire um imenso poder de influência sobre os indivíduos e generaliza a paixão pela moda, expande o consumo de produtos de beleza e torna a aparência uma necessidade essencial de identidade para um maior número de mulheres e homens. As construções feitas para o corpo na mídia permitem sempre que o corpo retome o seu sentido original, pois uma vez alcançado o prazer da construção de sentidos simulados, atingindo o imaginário e a fantasia, é possível retornar a outra situação, talvez a própria realidade.

A Educação Física tem enorme influência sobre a imagem corporal, que é a representação de como as pessoas percebem-se, refletindo também na autoestima e na saúde do indivíduo.

Estamos vivendo neste início de século XXI, especialmente nos grandes centros urbanos, não só brasileiros, a uma crescente glorificação do corpo, que enveredou para uma mentalidade à qual denominamos de corpolatria (Codo, W. ; Senne, W. A. 1985).

VI. Corpolatria

Segundo (Novaes, 2001)

O fenômeno da busca incessante pela melhor aparência estética ou pelo tipo físico idealizado, também denominado de corpolatria, prioritariamente associado aos praticantes de atividade física em academias, passou a ser um fenômeno sócio cultural muitas vezes mais significativo para quem pratica do que a própria satisfação econômica, afetiva ou profissional.

Não ter rugas, manter a pele lisa, o cabelo brilhante, a barriga chapada. Essa idealização é protagonizada midiaticamente porque é necessário tencionar e gerar desejos. Ficar eternamente desejando algo que você não alcança. Como consequência isso se desdobra em consumo, como é percebido na quantidade de cirurgias plásticas, na quantidade de cosmética, alimentos que são a salvação da juventude, colágenos, óleos e dietas detox.

Segundo (Senne, 1995)

A corpolatria é um fenômeno que emergiu em função dessa ilusão. Entende-se por corpolatria uma espécie de “patologia da pós-modernidade” caracterizada pela preocupação e pelos cuidados extremos com o próprio corpo (não no sentido da saúde), mas particularmente no sentido narcisístico de sua aparência ou embelezamento físico. Esse narcisismo atual em que as pessoas se preocupam em serem esteticamente aceitas e dentro de alguns padrões, reforça a ideia da estetização, a partir da qual, busca-se a “perfeição” a todo custo.

Segundo (Farhat,2008),

Valores como beleza, saúde, higiene, lazer, alimentação e atividades físicas têm orientado um conjunto de comportamentos, ora bons, ora ruins na sociedade, imprimindo um novo estilo de vida e beleza, mais livre, narcísico e hedonista do corpo. O corpo de hoje encontra-se em grande metamorfose. Não se trata mais de aceitar o corpo da forma que ele é, mas sim de corrigi-lo e reconstruí-lo. A mídia apresenta o corpo como um objeto a ser reconstruído, seja em seus contornos ou em seus gêneros. Através de incorporações de estereótipos corporais, o corpo torna-se virtual, um terreno onde são cultivadas as identidades sexuais e sociais. Nesse contexto é que aparece a discussão sobre a homossexualidade e a troca de sexo através de cirurgia, chamada transsexualidade.

O que as cirurgias e os estudos da nanotecnologia estão trazendo está também de alguma forma influenciada por uma mentalidade da eternidade, de ser vivo eternamente. De ser sempre jovem. Na sociedade global o investimento de energia e ciência, sobretudo no âmbito da Química, voltado para produção de produtos que prometem soluções “mágicas”, basta ler os rótulos das embalagens. O sonho de ter um corpo permanentemente bonito é uma ilusão que persegue a nossa sociedade não é de hoje. Muitos já devem ter ouvido nas músicas a expressão “*Forever Young*”.

O nosso ideário de beleza, é um ideário que é construído para não ser alcançado. A mídia capta o imaginário da sociedade e transforma isso em produto. Isso é uma construção que advém de uma leitura das tendências, as tendências mostram uma necessidade cada vez mais latente de um corpo que é uma supermáquina. Esse idealismo imagético que a sociedade cria é um idealismo inalcançável de certa forma.

Redes sociais, Televisão e revistas, são meios de comunicação social que transmitem informações que atinge milhões de pessoas no mundo e que é responsável por influenciar pessoas, essa é a mídia.

Sobre a mídia, afirma (Neves et al., 2016)

O que é exposto por ela, como corpos perfeitos, magreza e corpo atlético, atinge um grande público que começa a querer atingir estes padrões impostos, que muitas vezes, é impossível de ser alcançado, pois cada um tem um biotipo, levando esses indivíduos à insatisfação corporal.

Ainda sobre a mídia, segundo (Farhat, 2008)

A mídia é responsável por influenciar grande parte da população, em diversas camadas. Não é diferente com o corpo. Ela é a responsável por "vender" uma imagem totalmente distorcida sobre a concepção do corpo. Como a mídia geralmente mostra o que a maioria das pessoas gosta, infelizmente o corpo foi mostrado sem a menor modéstia. O corpo é um objeto de prazer, principalmente o das mulheres. A mulher de hoje foi totalmente banalizada. Seu corpo é uma ferramenta de trabalho que a mídia está ansiosa para explorar. A maioria dos programas de televisão tem o corpo como atração principal. Não há mais repressão e censura como já houve anteriormente em épocas passadas, o que acaba se tornando uma vantagem para quem promove esse tipo de programa. O conceito de corpo perfeito é exibido sempre que possível. É difícil encontrar atores e atrizes fora do padrão para estrelar novelas. O protagonista deve ser uma pessoa considerada bonita. Eles são atores fortes e atrizes magras. Isso faz com que quem assista, queira ser do mesmo jeito.

A mídia, de acordo com Goldenberg & Ramos (2002), apresenta o corpo como um objeto a ser reconstruído, seja em seus contornos ou em seu gênero. Através de mecanismos de incorporação de estereótipos corporais, o corpo torna-se uma superfície virtual, um terreno onde são cultivadas as identidades sexuais e sociais.

Adicionalmente, a exposição pela mídia de corpos cada vez mais belos impulsiona a busca por um “corpo ideal”, muitas vezes deixando o conceito de beleza distante da preocupação com a própria saúde. Segundo Barros et al. (2019) em razão dos nossos aspectos sócio culturais, a ideia de corpo bonito sempre foi normatizada e esta concepção vem sofrendo alterações com o passar do tempo. A mídia possui grande parte da influência na imagem corporal do indivíduo, impondo na sociedade padrões corporais considerados bonitos.

Como vimos à cultura centrada na valorização da imagem do corpo, encontra no discurso publicitário, a universalização de sua imagem, naturalizando um determinado modelo de corpo, e um conjunto de práticas necessárias a sua manutenção. Assim homens e mulheres burlam os códigos tradicionais, padrões, normas estabelecidas para o corpo, buscando incessantemente a sua reversibilidade. (STREY et al, 2004).

O corpo representado na mídia é um corpo musculoso, sarado, restrito a uma parcela muito pequena da sociedade, limitada principalmente pela condição financeira. Porém, é esse corpo que serve de padrão, norma de beleza, modelo e sinônimo de saúde e higiene à grande maioria das mulheres e um campo em ampliação para os homens. (PAIM, 2004)

A dominação da adoração ao corpo interfere no comportamento de muitas pessoas e para chegar ao conceito de corpo perfeito, acabam aderindo ao uso de anabolizantes, seguindo dietas descritivas em revista ou pegando dicas com blogueiros fitness da internet, que na maioria das vezes nem são formados na área e assim distorcem a compreensão do que seria cuidar do corpo. Colocando de lado questões da saúde para se preocupar com as questões estéticas e do emprego do corpo como fonte de prazer, para se situarem no contexto social imediato (CODO, 1985).

O fisiculturismo é um símbolo do estresse físico influenciado pela mídia. A prática do bodybuilding, também conhecida como culturismo, tem como objetivo principal melhorar a estética do corpo com o auxílio de pesos, halteres e aparelhos de musculação.

Os frequentadores de academias de musculação procuram uma forma ideal, perfeita e quase nunca estão satisfeitos com sua forma física. Sempre estão buscando algo a mais, querem aumentar a massa muscular, endurecer e modelar os músculos e perder gorduras. (GOLDENBERG, 2002).

É conhecida como "cultura do treinamento" baseada na ideia de beleza e fitness como produtos do trabalho de um indivíduo sobre seu próprio corpo. Pessoas do fisiculturismo sabem que o seu corpo tem um limite e que aquele limite só será ultrapassado se usarem anabolizantes, ou seja, eles querem deixar o corpo mais apresentável no padrão de estética do torneio ou competição, mesmo sabendo que o uso desses anabolizantes fazem mal para sua saúde. Eles querem ter aquele corpo e enquanto não passar essa fase, esse desejo, eles vão continuar usando. O desdobramento disso daqui a alguns anos ninguém sabe, mas eles podem, por exemplo, ter graves problemas renais, problemas de ereção, dentro outros. Isso pode frustrá-los ainda mais. Muitas vezes constrói esse imaginário, mas um imaginário, ilusório. E aí quando a ficha cai, é o ego que está querendo esse corpo.

Nessa perspectiva, podemos dizer que:

Hoje vive-se a revolução do corpo, valores relativos à beleza, saúde, higiene, lazer, alimentação, exercício físico, têm reorientado um conjunto de comportamentos na sociedade, imprimindo um novo estilo de vida, mais aberto à diversidade por um lado, mas mais narcísico e hedonista no que diz respeito à experiência do corpo. Percebe-se então que vivemos uma época de contradições, no que diz respeito às nossas escolhas, uma vez que hoje não há uma obrigação das pessoas se vestirem de acordo com a classe social de que fazem parte, como ocorria noutras épocas, porém, a moda dita as regras, dita as tendências e aquilo que devemos escolher (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011, p. 32).

Atualmente os indivíduos, com corpos mutáveis, renováveis, em constantes metamorfoses, têm na imagem do corpo o processo criativo principal de tantas releituras de si mesmo, a reprodutividade em série. Dessa forma o corpo virou "o mais belo objeto de consumo", e a publicidade, que antes só chamava a atenção para um produto exaltando suas vantagens, hoje serve, para produzir o consumo como estilo de vida, procriando um produto próprio: o consumidor, sempre intranquilo e insatisfeito com a sua aparência. Numa sociedade influenciada ao consumismo, o corpo é vendido e comprado. É objeto de consumo e para consumo.

É uma maneira de marcar o poder nas relações sociais, de ser aceito e admirado. (PAIM, M. 2004)

Para Schubert (2007), na sociedade contemporânea a dimensão corporal assegura a “verdade” sobre os sujeitos e o sucesso ou fracasso do indivíduo é simbolicamente relacionado ao “formato” e aparência que o corpo exhibe. O corpo, neste período histórico, opera como um informador da individualidade.

Atualmente as pessoas buscam adquirir o corpo perfeito e idealizado pela sociedade no intuito de corresponder às expectativas da maioria que se tornaram individuais pelo processo de internalização e identificação. A Educação Física tem enorme influência sobre a imagem corporal, que é a representação de como as pessoas percebem-se, refletindo também na autoestima e na saúde do indivíduo.

Metodologia de Pesquisa

A metodologia inicialmente planejada foi exploratória e como mecanismo de informação, foi realizada a entrevista direta. Pensava em investigar o maior número de profissionais de educação física atuantes em escolas do Distrito Federal com o objetivo de observar profissionais influenciados pela questão da imagem corporal e como lidavam com isso. As entrevistas não foram por um agendamento protocolado, porque talvez se eu procurasse esse tipo de agendamento, poderiam dar alguma desculpa para me dispensar. Então, eu procurei escolas e com a carta de apresentação fornecida pelo meu orientador, entrei nas escolas que me foram permitidas. Tive a possibilidade de entrevistar pessoalmente apenas seis profissionais de EDF e partir daí a conversa se desdobrou, permitindo subjetividades que se tornaram percebíveis as quais não poderia detectar apenas através de questionários ou de uma conversa indireta.

Com o desdobramento dos fatos que resultaram na Pandemia, tive a possibilidade de entrevistar pessoalmente apenas seis profissionais de educação física. Estes profissionais atuam no ensino infantil, fundamental e médio. Três deles atuam em escolas privadas e três de ensino público. Esses profissionais foram escolhidos aleatoriamente, a partir de levantar mais informações sobre cada rede de ensino, pública e privada e se por conta das diferentes classes sociais, teríamos diferentes mentalidades acerca da imagem corporal dos profissionais.

A partir daí, procurando avaliar o que o Google disponibiliza acerca do tema de imagem corporal dos profissionais de educação física, observa-se ao longo de muitas páginas que há um padrão de imagem que segue o ideário anteriormente descrito, seja em profissionais que atuam em escola, seja em profissionais que atuam em academias ou em outros ambientes. Há uma lógica que perpassa tanto homens como mulheres inclusive respectiva a faixa etária. Não aparece quase nenhum profissional idoso e/ou fora do padrão estético apolíneo entre as imagens que são publicadas.

Inicialmente foram aplicados o questionário internacional de atividade física e o programa de saúde mental *OMS – Genebra* para saber como estava este profissional em relação à sua qualidade de vida e nível de atividade física. Protocolo já construído e validado que serviu inicialmente obter informações sobre o estilo de

vida do profissional e para formalizar o meu contato com os profissionais de educação física.

Logo após preencherem os questionários, fiz as mesmas perguntas para os seis profissionais:

- Você está satisfeito com sua imagem corporal atual?
- Qual imagem você idealiza para um profissional de educação física?
- Sua imagem corporal influencia seus alunos?
- Como você gostaria de ser visto pelos seus alunos?

Após responderem essas perguntas, pedi para que contassem um pouco de sua trajetória de vida, situando como sua corporeidade foi construída. Pedi também para que comentassem sobre a imagem corporal concebida pela mídia e a sociedade, respectiva aos profissionais de EDF.

RESULTADOS, ANÁLISE E DISCUSSÕES

Para preservar a identidade destes seis profissionais, irei nomear figurativamente cada entrevistado sendo A, B, C, D, E, F.

O professor A, exerce sua atividade no ensino infantil, em uma escola de ensino privado. Se encontra na faixa dos quarenta anos de idade. Quando cheguei ao local, fiquei esperando por ele por alguns minutos e observando o contexto daquela escola. Quando ele chegou, vi que era um professor cuja aparência física não seguia o padrão corporal hegemônico da área de EDF. Ele também era professor da escolinha de futsal da escola. Parecia óbvio, para mim, que seu nível de atividade física era baixo devido ao seu cartão de visitas, que era o seu próprio corpo.

Quando perguntei para ele sobre isso, percebi certo constrangimento que o fez fugir do assunto. Logo argumentou que teria que ser breve na entrevista por estar ocupado com afazeres naquele dia. Na escola estava acontecendo um evento no qual a participação dele era necessária.

Pelo que pude perceber abordar essa temática não o deixou muito confortável. Percebi que a partir daí então, ficou difícil colher mais informações. Penso que por eu ser jovem, desconhecido daquela pessoa e talvez a forma como abordei o assunto rompeu o processo de diálogo.

Entrar naquele recinto desde o começo exigiu superar uma burocracia e depois disso, buscar colher informações naquelas circunstâncias sobre uma temática que envolve emoções? –Parece que neste caso, não deu muito certo.

Apesar disso. Tenho em mente que estar fora do padrão corporal afetou a autoimagem desse profissional. Não fosse essa condição, talvez o interesse em dialogar fosse mais adiante. Sem querer, penso que feri o ego dessa pessoa.

O profissional B era uma jovem professora de ensino fundamental de uma escola pública do DF que também trabalhava na rede particular de ensino. Tinha acabado de assumir o concurso na rede pública de ensino. Tinha 26 anos de idade. Sua imagem corporal, para mim, era representada como uma pessoa normal da sociedade. Não possuía traços hegemônicos e visualmente poderia ser considerada

qualquer profissional, mas pelo contexto que somos definidos, não uma profissional de educação física. Não era aparentemente forte, nem fraca. Nem gorda, nem magra. Apenas não tinha traços de ser uma pessoa fisicamente ativa, seja pela sua estrutura corporal ou pelo seu vestuário. Ela foi acolhedora com a minha pesquisa e acerca do tema imagem corporal, disse que não estava cuidando tanto da sua imagem, pela falta de tempo representada pela sua jornada nos dois trabalhos. Disse que quando chegava em casa, estava muito cansada e só queria descansar. Mas ressalta que “acha muito importante se manter ativa, para conseguir acompanhar seus alunos em termos de psicomotricidade, em atividades e exercícios propostos e para que também os alunos pudessem se inspirar com a sua energia”. Disse também que arrumaria alguma forma de tentar conciliar os exercícios físicos com sua rotina.

Conforme Jesus (2018) entende-se que a Educação Física Escolar tem muito a favorecer com a proposta de combater os problemas relacionados à saúde na sociedade, ao se preocupar, por exemplo, com o ensino de exercícios físicos para a melhoria das questões fisiológicas do indivíduo. Mas, deve-se levar em consideração, também, que razões sociais, ambientais, políticas e econômicas, estão incluídas na problematização da saúde individual e coletiva. E o educador, portanto, deve estar pronto a construir um conhecimento amplo com os alunos, no intuito de constituir, além de pessoas aptas fisicamente, cidadãos.

Já o professor C, também era um professor de ensino fundamental de uma escola pública do DF, que estava na casa dos 35 anos de idade. Um professor que no dia em que fui entrevistá-lo, estava presente ativamente em sua própria aula, jogando vôlei com seus alunos. Não estava presente apenas para completar time e sim, porque quis jogar. Observei que era uma pessoa competitiva. Perguntei para os alunos que estavam de fora se ele era assim mesmo e me confirmaram que sim. Fisicamente, era um professor que tinha um cabelo mais comprido, tinha algumas tatuagens, mas sua imagem corporal, na minha percepção, não seguia um padrão imagético de um corpo hegemônico, mas evidenciava um bem estar no que tange a autoimagem.

Disse que tinha sido atleta da modalidade atletismo e que por uma lesão, não se tornou profissional. Desde então, disse “entreguei minha vida à EDF”. Disse

também que a sua imagem corporal não influenciava os seus alunos e que idealizava para um profissional de educação física aquele ser que está apto para praticar as atividades que quiser executar.

A profissional D era uma professora de uma escola de ensino privado que atuava no ensino fundamental. Tinha 30 anos. Sua imagem corporal não era a aparência física que seguia o padrão corporal hegemônico da área de EDF. Além das aulas de educação física, também era professora de modalidades esportivas em turno contrário. Então, para mim, ficou a dúvida, porque a sua imagem corporal, não condiz com a sua realidade?

Quando cheguei à escola, houve uma longa espera até que essa professora pudesse vir até mim para ser entrevistada. Quando ela chegou, pedi que respondesse o questionário, mas quando abordei o assunto da imagem corporal, percebi um desconforto da parte dela. Não sei o que se passava na cabeça daquela profissional. Tive a percepção conforme do profissional A, que estar fora do padrão corporal afetou a autoimagem dessa profissional. Porque se não fosse essa condição, talvez o interesse em contribuir com meu trabalho fosse mais adiante. Sem querer, penso que também feri o ego dessa pessoa. Ela respondeu aos questionários que apliquei, mas sobre a conversa tentou ser o mais breve possível. Não agregando mais sobre a sua própria trajetória de corpo.

O profissional E, era um professor de ensino médio de uma escola de ensino privado, cuja idade estava na faixa dos 34 anos. Era ex-atleta de vôlei e tinha o físico e a imagem corporal, correspondente ao seu passado. Aquele modelo padrão da estética empregada à EDF estava presente neste profissional, tanto em sua estrutura física quanto em suas roupas e acessórios. Ele também era professor de vôlei em turno contrário na escola e acreditava que sua imagem pessoal influenciava seus alunos. Praticava musculação na academia 5x por semana e ainda jogava vôlei amador. Nitidamente, era aquele profissional que se dedicava a manter uma aparência física atlética. Esse professor acredita que sua aparência física pode ser capaz de motivar seus alunos a praticarem mais atividades físicas e exercícios físicos.

Essa busca que as pessoas têm de manter uma aparência física entra na satisfação com a autoimagem. As pessoas desejam isso, ser bonito é algo que a

sociedade preza. Isso pode ser definido como vaidoso, mas nós da educação física somos vaidosos, fomos influenciados à isso. Mas ao longo do tempo como isso vai se desdobrando nos profissionais, é uma questão. Porque em determinados ambientes isso é uma coisa muito determinista e em outros lugares não, na escola, por exemplo, não se percebe tanto essa influência, embora aja influencia da performance atlética que ainda é muito forte.

O profissional F era um professor de ensino médio que tinha 50 anos de idade e atuava na rede pública de ensino. Ele era um profissional antigo no ramo. Já exercia sua profissão há 28 anos. Pelo que pude perceber sobre seu jeito, ele possuía uma influência militarista estampado em sua imagem corporal. Caracterizados pelo seu corte de cabelo curto, por ser metódico em sua forma de se expressar e em sua fala. Sua estrutura física, apesar de já não ser considerado jovem, era volumosa e definida. Ele treinava musculação 3x por semana em uma academia e fazia caminhadas de 1h10 minutos pelo menos uma vez por semana. Ressaltou que “para o profissional de educação física ser reconhecido, precisa estar em boa forma física”. Já não acreditava que sua imagem corporal influenciava tanto os seus alunos, mas acreditava que se optasse pelo desleixo com sua autoimagem, os alunos seriam influenciados negativamente.

Pelas entrevistas dos profissionais, não percebi pela maioria que eles estavam querendo influenciar ou sendo influenciados pelo ambiente. Mas às vezes, pela fala não se torna totalmente explicito, mas pela imagem corporal deles, sim. Minha abordagem pode ter sido insuficiente ou os profissionais que eu elegi não estavam fortemente influenciados por esse meio.

Percebi que os Professores A, B, C e D são profissionais que não têm uma estética que caracteriza a estética hegemônica. A minha percepção mostra que para alguns elementos isso está em processo de contradição. A sociedade, junto com a pressão profissional, prega um determinado modelo de corpo e o professor que é o mediador dessa construção corporal não está alinhado com essa imagem. Por quê?

Por que ele não é influenciado ou por que ele não consegue sustentar este modelo de corpo criado socialmente?

Diante dessas entrevistas, as seguintes categorias de profissionais se destacam:

- O profissional que está em forma, se importa com a autoimagem corporal e valoriza o modelo preconizado culturalmente.
- O profissional que está em forma, não se importa com a autoimagem corporal e não valoriza o modelo preconizado culturalmente.
- O profissional que não está em forma, se importa com a autoimagem corporal e não valoriza o modelo preconizado culturalmente.
- O profissional que não está em forma, não se importa com a autoimagem e valoriza o modelo preconizado culturalmente.

Os profissionais de educação física estão constantemente preocupados com a sua imagem. Essa preocupação que os profissionais têm, é decorrente de toda construção histórica e poder que o culto ao corpo ganhou. Superar essa imagem seria a questão de estabelecer o limite horizontal de não se deixar levar por essa influência. E transcender essa imagem, seria construir uma consciência de corpo relacionado ao seu ser. É o SEU corpo, não o corpo que a sociedade estabeleceu como sendo o corpo ideal.

Sobre o professor que se mantém em forma, se preocupa com sua imagem corporal e valoriza o modelo de corpo preconizado culturalmente. Esse é o ideário hegemônico que nos influencia e que nos faz buscar um modelo estético culturalmente enraizado, que ao longo do tempo se estendeu para as camadas da sociedade e impele as pessoas consumirem essa estética.

A mentalidade apolínea percorre historicamente a estruturação da ideologia corporal da área (Educação Física). Influência decorrida da história grega da mentalidade de um guerreiro (*citius, altius & fortius*). O lema: *Citius, Altius, Fortius* (que em latim significa “o mais rápido, o mais alto, o mais forte”), esta citação, que foi criada pelo Padre Didon, amigo do Barão Pierre de Coubertin, serve como lema do ideal olímpico e resume a postura que um atleta precisa ter para alcançar seu objetivo. Os atletas precisam se esforçar de modo a atingir e superar suas metas, cuja ideia é: mais importante do que terminar em primeiro lugar é explorar o seu próprio potencial, dar o melhor de si e considerar isso uma vitória.

Numa primeira “olhada”, o lema olímpico parece bastante competitivo. Mas se trata de uma mensagem de superação pessoal, um convite do movimento olímpico para que cada atleta tente superar o seu próprio desempenho.

Esse lema dos jogos olímpicos influenciou e continua influenciando ideologicamente a EDF. Os métodos ginásticos militares também. Os militares são pessoas fortes, pessoas que vão para o combate e essa mentalidade está ligada, sobretudo ao meio fitness. Quase todos os métodos que estão relacionados à academia, estão envolvidos em buscar essa imagem, tanto para os homens, quanto para as mulheres. Neste sentido, é senso comum que o profissional deva seguir um padrão de corpo condizente com esse ideário.

Essa estética não está ligada apenas a forma física de seus músculos, mas também, do cuidado que você tem com sua pele e cabelo, sendo assim, se tornando consumista dos produtos para as demais áreas do corpo. Também se estende à extrafísica, que entra o vestuário e os equipamentos eletrônicos que ajudam no controle de atividade física. Esses itens geralmente são caros e quem os possui, têm certo status social. Para chegar nessa estética você precisa ter dinheiro, tem que ser consumidor. Tem que ir para a academia, comprar bons produtos, se alimentar bem e fazer exercícios físicos com frequência.

Segundo (machado de castro silva, f.; nunes, m. 2021) os Deuses da beleza, da força e do poder estão fortissimamente presentes em nossa cultura. Isso é utilizado pela mídia para protagonizar uma superprodução de coisas que são consumidas largamente. As pessoas desejam isso, ser bonito é algo que a sociedade preza.

O reflexo de uma imagem corporal bem cuidada é uma coisa muito importante, muito presente e muito valorizada na nossa sociedade. O professor de Educação física, nesse meio é muito influenciado. Se ele tiver uma imagem corporal condizente com o modelo preconizado pelo ambiente no qual atua, poderá obter mais respeito por parte dos seus aprendizes e até credibilidade profissional.

Agora sobre o profissional que está em forma, não se importa com a autoimagem corporal e não valoriza o modelo preconizado culturalmente frisa uma mentalidade de bem estar consigo. Para essa mentalidade não é preciso de um corpo atlético, precisa-se de um corpo funcional, mas para funcionar bem, é necessário que se tenha uma boa saúde e uma boa alimentação. Isso é de extrema importância, porque nossa área, junto com a de nutrição e medicina, estão todas

envolvidas na área da saúde e isso influencia a visão de uma sociedade que precisa estar saudável. É preciso incluir na rotina, os hábitos saudáveis que você tanto diz para os seus alunos que é importante.

Existe também o profissional que não está em forma, se importa com a autoimagem corporal e não valoriza o modelo preconizado culturalmente. A EDF protagoniza através do seu braço biológico, todo um protocolo mínimo necessário para você se manter em forma. Para que você possa se manter saudável, apenas é preciso que faça atividades básicas e balancear o que você consome e o que você gasta, ter em sua vida, hábitos saudáveis. Não é necessário ficar horas na academia ou sendo consumidor do mundo fitness, você está preocupado em manter uma autoimagem que te dê conforto e que seja suficiente para você realizar qualquer atividade que quiser. O fato de não estar em forma, pode ser por nós, que recebemos a influencia da mentalidade apolínea e essa influencia de certa forma entra em choque com a rotina ou desgaste da própria vida. O dia a dia de um profissional que muitas das vezes cuida dos outros, mas não se cuida.

Se cuidar não quer dizer apenas ter um corpo malhado ou um corpo definido. Até porque muitos atletas que malham muito e só vivem disso, acabam morrendo por sobrecarregar seu corpo pelo excesso. Então é melhor estar vivo e saudável ou ser lembrado pelo corpo tonificado que você conquistou durante a vida, mas não pôde aproveitar com longevidade?

Por fim, temos aquele perfil do profissional que não está em forma, não se importa com a autoimagem e valoriza o modelo preconizado culturalmente. Geralmente, aquele profissional cujo adjetivo pode ser definido como desleixado. Desleixado, no sentido de não se importar mais em relação à sua imagem corporal e não fazer nada que possa mudar isso. Os nossos protagonistas de formação tem evidentemente pressão sobre a questão da imagem corporal e às vezes, o desleixo talvez seja porque essa pressão chegou a um ponto em que essa área já nem faz mais sentido, o profissional não quer mais nem trabalhar naquela área, quer sair desse meio. Ele se sente mal.

Relacionando este perfil identificado com o simples acesso à internet através de uma chamada: “o profissional de Educação Física + imagens”. Onde vemos uma extensa profusão de fotos, onde frequentemente aparecem cenas figurativas e reais, de indivíduos que se assemelham ao atleta olímpico. Observa-se ao longo de muitas

páginas que há um padrão de imagem que segue o ideário anteriormente descrito, seja em profissionais que atuam em escola, seja em profissionais que atuam em academias ou em outros ambientes. Há uma lógica que perpassa tanto homens como mulheres, inclusive respectiva à faixa etária. Não aparece quase nenhum profissional idoso e/ou fora do padrão estético apolíneo entre as representações que são publicadas.

Por esta razão, pode-se concluir como uma possibilidade, os profissionais A e D terem ficado desconfortáveis com o tema, porque eles sabiam que não estavam em um padrão que está enraizado. Mas a minha pergunta é, por que eles não encaram a realidade de ser fiel ao modelo em que se encontram ou por que não fazem nada para mudar essa realidade?

Não é incomum encontrarmos profissionais de EDF dentro desse padrão. Na formação estudamos o impacto que a falta de exercício ocasiona e claro, o que a atividade física proporciona como possibilidade nas várias dimensões humanas e como isso também influencia na imagem corporal e na autoimagem. Quando a autoimagem está em contradição com um ideário imagético de classe ou com o padrão socialmente pensado é muito provável que haja constrangimentos que podem incidir na vida dessas pessoas.

Os profissionais de educação física protagonizam uma mentalidade, mas quando o corpo não responde, muitas das vezes vão para o oposto dessa mentalidade. Desleixando, abandonando o seu próprio corpo. Mas se você não tiver alguma doença ou algum motivo realmente válido, isso é inconcebível. Toda a formação, todo o estudo e a toda ciência, protagoniza o oposto.

Muitos profissionais de Educação Física não fazem atividades físicas, muitos se exercitam de forma errada e outros que são desregrados em relação à alimentação. Se o profissional não está na sua melhor forma física ele se sente deslocado e se não está apto para realizar alguma atividade ou movimento que antes lhe era possível, ele se frustra. Fica claro que a indústria da estética, do corpo saudável, da mentalidade da mídia influencia nossos profissionais.

Os profissionais que não tem a estética corporal protagonizada pela área de atuação, parecem se sentirem desencaixados, porque há uma contradição entre o discurso e a realidade. Se eu não estou dentro dos conformes que a área protagoniza, o olhar do outro, me influencia. O ego do profissional de EDF é de um

corpo idealizado, quando não há uma consonância entre corpo idealizado e a realidade, isso interfere no rendimento como profissional?

Essa questão da identidade de área, do corpo das áreas, temos isso na sociedade com muita veemência. Uma bailarina tem uma identidade de corpo, um atleta de musculação tem uma identidade de corpo, um atleta de velocidade tem uma identidade de corpo. As pessoas têm uma identidade corporal relacionada com o fazer delas e na Educação Física, se tem vários fazeres e o que delimita esse padrão está praticamente em todas as áreas. Por exemplo, se vamos nos consultar com um endocrinologista ou um nutricionista e eles são obesos, isso pode tirar a credibilidade profissional daquela pessoa? Todas as áreas em função daquilo que aprofundam em termos de estudo, recebem essa carga e criam um modelo corporal. Nós na EDF, temos vários modelos corporais, pois nossa área trabalha com uma latitude muito grande do tema corpo, mas a estética, a aparência é algo decisivo.

Se a pessoa está dentro de um perfil que não é o perfil de atuação clássico da área e não se incomoda com isso, a pessoa pode ter um ego muito forte. É aquele profissional que não se preocupa com a opinião dos outros, podendo ser pessoas que têm a autoestima elevada ou serem pessoas centradas. Peitar ser diferente é uma resistência, uma resposta negativa ao modelo que incute na cabeça das pessoas de ser de uma forma. Já temos a diferença entre homens e mulheres pelo contexto histórico e temos também os diferentes modelos profissionais de EDF.

A imagem que se tem do profissional de educação física é que ele só pensa em músculo. Ele opera muscularmente, a cabeça dele é um músculo e não um cérebro crítico e reflexivo, ele apenas faz as pessoas se movimentarem para ficar de acordo com o “corpo perfeito”, de acordo com o formato de uma sociedade que diz sim para determinados tipos, mais ou menos para uns e não para outros.

A sociedade está ficando cada vez mais obesa e com sobrepeso, isso dá um sinal de alerta grave e você como profissional, não pode descartar essas pessoas. Mas o professor sabe ou deveria saber que estudamos mecanismos justamente para evitar que a pessoa chegue nesse estado ou para que possamos reverter o estado em que se encontra essa pessoa fisicamente, mas muitos profissionais não se importam e estão igualmente obesos ou com sobrepeso como as pessoas de quem ele trata.

Quando estamos presos na ilusão não aceitamos o desafio da desconstrução. Seja ela no aspecto positivo ou negativo. Autoimagem positiva significa que eu gosto de mim e estou feliz comigo mesmo. Na negativa seria de permanecer como estou por não estar nem aí para a minha corporeidade. Isso pode ser devido ao empoderamento da tecnologia e do conhecimento, da incapacidade de perceber qual atividade física é melhor para você ou por fim, exposição.

Estamos em uma era em que a tecnologia está em alta, o biônico está entrando e daqui a pouco a tecnologia fará implantes para termos mais eficiência corporal. Pessoas já estão fazendo implantes não só de coesão, mas de desempenho. Corredores que fazem enxertos e colocações de placas metálicas para poderem não entrar em processo de degradação óssea precocemente. Isso está influenciando nossa área, talvez não muito para a educação física escolar, mas para a área de alto rendimento, aquela área que visa o desempenho.

Em breve teremos um corpo com sistema cerebral baseado em nanotecnologia; corpo que não envelhece; com pele impermeável, com sensibilidade e textura controláveis; órgãos substituíveis; espinha dorsal com fibras óticas que facilitam a comunicação de dados. “Primus Phosthuman” protótipo de corpo do futuro. Corpo completamente manejável pela tecnociência. Desenhado para superar todos os defeitos do corpo biológico. Um corpo biônico. Uma máquina para onde, em breve, serão transportados os conteúdos da mente. (GAYA, 2012)

Tendo em vista todos esses pensamentos, a busca incessante pela imagem corporal perfeita, ainda deve ser importante? A que ponto a busca por uma imagem corporal ideal deixa de ser saudável?

Considerações finais

O presente estudo trouxe informações de como os profissionais de educação física são influenciados pela cultura do corpo e todo seu processo de construção histórica relacionada ao mesmo, da influência da mídia sobre o profissional, sociedade e corpo, de como os profissionais de EDF lidam com sua imagem corporal e como é crescente a insatisfação com o próprio corpo, podendo gerar distúrbios ou outros transtornos. Apontou também alguns motivos pelo qual essa insatisfação pode ser causada.

Que o professor é influenciado pela imagem do senso comum, isso é óbvio perante a própria categoria que têm esse ideário enalacrado. Mas como essa influência altera a vida do nosso profissional?

Eu percebo a influência da mídia presente desde o começo do meu processo acadêmico. Sobre o imaginário social perante o corpo, conversei com muitos amigos de curso e praticamente todas as pessoas têm uma influência estética. Isso é inevitável. Ser bonito é algo que a nossa sociedade preza. O problema disso seria no que viria pós-faculdade. Diretamente no mercado de trabalho. Para ser aceito em um grupo social, o profissional precisa preencher os requisitos impostos pelos padrões de beleza?

Ao longo da formação acadêmica, o estudante de EDF vivencia essa questão da autoimagem que ainda é jovem, mas quando termina o curso e vai para o ambiente profissional, como será a sua mentalidade acerca da imagem corporal? Vai se sentir pressionado a atingir algum determinado padrão estético?

A partir desse estudo, sugiro que nas próximas investigações, aplique-se um questionário acerca da temática imagem corporal, para os alunos de EDF que iniciam o seu processo acadêmico, vivenciem o curso e quando estiverem terminando a sua formação, refarão esse questionário. Com o objetivo de podermos avaliar e/ou comparar o trajeto do estudante desde o seu início acadêmico até o final do processo. Quase até o seu início no mercado de trabalho.

É nesse momento de transposição, de um ambiente para o outro, que precisamos pesquisar mais, se o profissional será influenciado ou não, a ter uma imagem corporal ideal perante a um grupo. Isso acontece quando ao longo da

formação dele, ele entrou certamente para uma Educação Física que tinha por trás, uma promessa de ser belo, de ser corporalmente poderoso. Essa promessa se desfaz ao longo da formação?

Com base em minha entrevista com os profissionais, tenho em mente que estar fora do padrão corporal afeta a autoimagem do profissional de educação física. Porque se não fosse essa condição, talvez o interesse em dialogar fosse mais adiante. Se o profissional se incomodou em conversar comigo sobre esse tema, foi porque valoriza a estética preconizada culturalmente.

A minha percepção mostra que para alguns elementos isso está em processo de contradição. A sociedade, junto com a pressão profissional, prega um determinado modelo de corpo e o professor que é o mediador dessa construção corporal não está alinhado com essa imagem. Por quê?

Por que ele não é influenciado ou somente porque ele não consegue sustentar este modelo de corpo criado socialmente?

Nós, profissionais de Educação Física somos influenciados pela imagem corporal porque nós protagonizamos a linguagem de bem-estar, da saúde, da performance, do resultado e isso, claro, exige muito empenho. Trazendo a discussão de que eu sou influenciado, mas também influencio. Nós somos influenciados pelo que decidimos nos aprofundar. Trabalhamos com o ser humano sobre e através do corpo e lidamos com os adjetivos impressos no mesmo. Foi construída no nosso ideário profissional, uma ideia de que a performance é o mais importante. Temos que ser capazes de levar o corpo a dar respostas além do normal. E em certas circunstâncias é isso o que mais tem valor.

O professor de Educação física, nesse meio é muito influenciado. Se ele tiver uma imagem corporal condizente com o modelo preconizado pelo ambiente no qual atua, poderá obter mais respeito por parte dos seus aprendizes e até credibilidade profissional. O ego do profissional de EDF é de um corpo idealizado, quando não há uma consonância entre corpo idealizado e a realidade, isso interfere no rendimento como profissional?

Porque existe esse paradoxo? Faça o que eu digo e não o que eu faço?

Há um paradoxo, somos influenciados, mas dentro da nossa vida pessoal, existem vários aspectos que dificultam essa jornada para o ideal. Sendo que o ideal é uma fantasia. Só que não percebemos como fantasia e reproduzimos essa fantasia e é aí que influenciemos as outras pessoas. Prometemos aos outros a possibilidade desse ideal. Prometemos não tacitamente, mas prometemos porque estudamos isso e criamos essa cultura. Essa cultura, que pode emergir da sociedade, mas nós, profissionais de EDF, nos apropriamos dessa cultura e veiculamos isso como trabalho. Veiculamos a ginástica, musculação, natação, esportes, a performance. E isso está ligado a uma autoimagem.

Nós profissionais da área de saúde, precisamos dar o exemplo que começa com nossos próprios corpos. Evitar o mal do sedentarismo, o mal do sobrepeso e o mal da saúde frágil. Somos vistos como as pessoas que geram saúde. E a autoimagem está associada a essa saúde, quando você não consegue manter ou seguir esse padrão, percebe-se uma incoerência evidente. E é claro que isso influencia nossa condição de vida, o nosso ego. Nós ficamos reféns de uma sociedade que quer uma coisa e não conseguimos, sendo que essa coisa é nosso desígnio, nossa ação profissional. Como lidar com essa realidade?

É preciso incluir na rotina, os hábitos saudáveis que você tanto diz para os seus alunos que é importante. Como profissional você precisa estar “vendendo” uma realidade que seja possível de alcançar e uma ótima forma de demonstrar, é com o seu cartão de visitas: com o seu próprio corpo.

Esse é um dos grandes desafios que a educação física enfrenta hoje: conscientizar sobre a importância da atividade física, independente da estética. Essa mudança de atitude irá prevenir algumas doenças e evitar despesas com cuidados de saúde. Isso também valoriza a nossa profissão.

Nós profissionais de educação física estamos constantemente preocupados com nossa imagem. Essa é uma preocupação que todos os profissionais têm, esteja ele em degradação ou negação total, relacionado com esporte de alto rendimento ou ciência, ele se preocupa com a imagem, o que as pessoas vão pensar dele. O ideário foi construído pelo ego. Quem está longe desse modelo de corpo ideal, pode ser que fique de fora em certos grupos sociais. Porém, estar dentro desse modelo estético não é nada fácil. Nós recebemos a influencia e a influencia de certa forma

entra em choque com o desgaste da própria vida. O dia a dia de um profissional que muitas das vezes cuida dos outros, mas não se cuida. Com seu tempo cada vez mais escasso para investir em atividades físicas, aliado ao cansaço e ao estresse, esse modelo se torna cada vez mais difícil de ser alcançado.

Essa pressão social para alcançar o modelo de corpo perfeito traz consequências negativas para as pessoas e sua saúde. A sociedade visa o consumo, a disputa e a competição, responsáveis por gerar um sentimento que impulsiona o comportamento do sujeito em direção à realização do seu desejo. É fundamental que as pessoas identifiquem como mais importante do que manter um padrão de beleza é dar valor à sua própria autoestima, bem estar e saúde, tanto física, quanto mental. Estes pontos, se explorados, podem ser bem mais benéficos em relação à imagem corporal, do que aparentar ser bonito, mas nenhum pouco saudável.

A mídia junto com a publicidade inserem a ideia de corpo perfeito e beleza corporal como uma condição para o sujeito alcance benefícios nas suas diversas áreas de relacionamento social e afetivo. As pessoas se iludem com a ideia de corpo perfeito e buscam de qualquer forma atingir esse parâmetro de beleza que na verdade trata-se de um padrão inatingível.

Por isso, o papel do professor de educação física na sociedade é de extrema importância para lidar com este problema. Percebe-se a necessidade de ações e de intervenções, a fim de alertar e informar que a mídia cria um corpo de mentira, com o objetivo de incentivar as pessoas a terem um “corpo perfeito” e mesmo gozando de perfeita saúde, o seu corpo, se não seguir padrões estéticos, deve ser corrigido e moldado para ser aceito por um determinado ciclo social de pessoas. É importante que esse profissional leve diversos conteúdos e que aplique atividades que possam ajudar seus alunos a enxergarem que cada corpo é um corpo e ressignificar as práticas da cultura corporal.

A história dentro de nós faz de nós o que somos. Precisamos compreender essa história para que possamos ser nós mesmos, por inteiro e plenamente realizados. (GOLDHILL, 2007, p. 287.)

Referencias bibliográficas

- ALMEIDA, M. V. Senhores de Si: uma interpretação antropológica da masculinidade. Lisboa: Fim de Século. (1995)
- BADINTER, E. Um é o Outro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. (1986)
- BARBOSA, M. R.; MATOS, P. M.; COSTA, M. E. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. Rev. Psicologia & Sociedade, v. 23, n.1, p. 24-34, (2011). Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/psoc/v23n1/a04v23n1.pdf>>.
- BARROS, Y. I. B et al. Imagem corporal e a influência da mídia na construção do corpo feminino. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Enfermagem) - Pró-Reitoria de Graduação (PROGRAD), Universidade Católica de Salvador, Salvador, (2019).
- BIRMAN, J. Se eu te amo, cuide-se. Sobre a feminilidade, a mulher e o erotismo nos anos 80. IN BERLINK, Manoel Tosta (org.) Histeria. São Paulo: Escuta. Pp. 89-132. (1997)
- Braunstein, Florence & Pépin, Jean-François. O lugar do Corpo na Cultura Ocidental. Lisboa: Instituto Piaget. (1999)
- CAMPOS, I. A influência da mídia sobre o ser humano na relação com o corpo e a auto-imagem de adolescentes. Caderno de Educação Física Marechal Candido Rondon, v. 9, n. 17, p. 87-99, 2. sem. (2010).
- CODO, W.; SENNE, W.A. O que é a corpolatria. São Paulo, Brasiliense, (1985).
- COSTA, E. M. de B.; VENÂNCIO, S. Atividade Física e Saúde: Discursos que controlam o corpo. Revista Pensar a Prática: São Paulo, v. 7, n 1, Mar, (2004).
- DAOLIO, J. Os significados do corpo na cultura e as implicações para a Educação Física. Movimento, ano 2, n. 2, junho, 1995. (Adaptado). Acessado em: 20 mai. (2019).
- DAOLIO, J. Cultura, educação física e futebol. Campinas: Unicamp, 1997.
- FARHAT, D. G. K. M. As diferentes concepções de corpo ao longo da história e nos dias atuais e a influência da mídia nos modelos de corpo de hoje. 2008. 30 f.

Trabalho de conclusão de curso (bacharelado - Educação física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, (2008). Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/118970>>.

FERNANDES, L.L. A CENTRALIDADE DO HOMEM NA MODERNIDADE: APONTAMENTOS A PARTIR DE AS PALAVRAS E AS COISAS, DE MICHEL FOUCAULT. (S/D)

FISHER, S. The evolution of psychological concepts about the body. In: Cash, Thomas. F.; Pruzinsky, Thomas (ed.) Body images: development, deviance and change. New York: The Guilford Press, p. 4-18. (1990)

FOUCAULT, M. As palavras e as coisas: uma arqueologia das ciências humanas. Tradução de Salma Tannus Muchail. 9.ed. São Paulo: Martins Fontes, (2007).

FREUD, S. O ego e o id. In S. Freud, Edição brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. (Vol. 19, pp. 13-83). Rio de Janeiro: Imago. (Artigo original publicado em 1923). (1976).

FURLANI, J. Mitos e tabus da sexualidade humana: subsídios ao trabalho em educação sexual. (2th ed.) Belo Horizonte: Autentica. (2003).

GAIO, F. M; GAIO, A. M. A ERA DO NARCISISMO: ASPECTOS DA SUBJETIVIDADE CONTEMPORÂNEA. **CES Revista**, [S.l.], v. 27, n. 1, p. 227-244, jun. 2015. ISSN 1983-1625. Disponível em: <<https://seer.cesjf.br/index.php/cesRevista/article/view/319>>

GAYA, A. Educação física: ordem, caos e utopia. Belo horizonte. (2012)

Goldenberg, M & Ramos, M. S. A civilização das formas: o corpo com valor. In: Nu e vestido. Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Goldenberg, Mirian (org.). Rio de Janeiro/São Paulo: Record. (2002).

Goldenberg, M. (2002). Nu e vestido: Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record.

GOLDHILL, S. Amor, sexo & tragédia: como gregos e romanos influenciam nossas vidas até hoje. Tradução Cláudia Barbela. Rio de Janeiro: Jorge Zahar ed. (2007).

IRIART J.A.B; ORLEANS. R.G. Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 25, n.4, p. , Abr. (2009). Disponível em: www.scielo.br/pdf/csp/v25n4/08.pdf.

JESUS, D. L. O desenvolvimento histórico do conceito saúde enquanto campo de intervenção da educação física. (2018). Disponível em: <http://131.0.244.66:8082/jspui/123456789/1261>

LAQUEUR, T . La construcción del sexo: cuerpo y gênero desde los griegos hasta Freud. Madrid: Ediciones Cátedra. (1990).

LE BRETON, D. Adeus ao corpo: Antropologia e sociedade. Campinas, SP: Papirus. (2003).

MACHADO DE CASTRO SILVA , F.; NUNES, M. O embate do encontro: o currículo cultural da educação física como lugar de conflitos. EDUCAÇÃO E FILOSOFIA, v. 34, n. 71, p. 789-818, 27 fev. (2021).

MAUSS, M. As técnicas do corpo. In: _____. Sociologia e antropologia. Vol. 1. São Paulo: Edusp, 1974, p.399-422. (1974).

MEDEIROS, P. F. Pintando corpos: demarcando identidades. In: Psicologia Social nos estudos culturais: perspectivas e desafios para uma nova psicologia social. Neuza Maria de Fátima Guareschi, Micjhel Euclides Bruschi (Org.). Petrópolis, RJ: vozes, p. 205-220. (2003)

NEVES, C. M. et al. Influência da mídia e comportamento alimentar de adolescentes atletas e não atletas de ginástica artística. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Juiz de Fora, v. 24, n. 2, p. 129-137, ago. 2015/fev. 2016, 2015.

NOVAES, J. da Silva. Estética: O corpo na academia. Rio de Janeiro: Shape, (2001)

NICHOLSON, L. Interpretando o gênero. Estudos feministas. CFH/CCE/UFSC. Vol 8, N. 2, p.9-41. (2000).

PAIM, M. Corpos em metamorfose: um breve olhar sobre os corpos na história, e novas configurações de corpos na atualidade. (2004)

- QUEIROZ, R. S. O corpo do brasileiro: Estudos de estética e beleza. São Paulo: Senac. (1999)
- RESENDE, C. S. O CORPO PERFEITO E SEU PROCESSO DE CONSTRUÇÃO PSICO-SÓCIO-CULTURAL. CEUB. (2006)
- RODRIGUES, J.C. Tabu do corpo (2th ed.). Rio de Janeiro: Achiamé. (1980).
- ROSÁRIO, N. M. Mundo contemporâneo: corpo em metamorfose. (2004) Acessado em 08/05/2004.
- SANT'ANNA, D. B. Políticas do corpo: elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade. (2003)
- SCHILDER, P. A imagem do corpo: as energias construtivas da psique. 3ªed. São Paulo: Martins Fontes, (1999).
- SCHÖBER, J. A trajetória da discriminação das mulheres. Cienc. Cult., São Paulo, v. 55, n. 4, p. 53, Dec. 2003. Available from <http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252003000400029&lng=en&nrm=iso>. access on 12 May 2021.
- SCHUBERT, J. Corpo metamórfico: as transformações do corpo no extremo contemporâneo. In. XIV encontro nacional da abrapso,14, Rio de Janeiro, 2007 Anais... Rio de Janeiro, (2007).
- SENGE, P. A Quinta Disciplina: arte e prática da organização que aprende. Tradução: OP Traduções, consultoria Zumble Aprendizagem Organizacional. 23. ed. Rio de Janeiro: BestSeller, (2008).
- SENNE, W.A. O que é corpolatria. São Paulo: Brasiliense, (1995).
- SIEBERT, R. S. As relações de saber-poder sobre o corpo. In: Corpo, Mulher e Sociedade. Elaine Romero (Org.) Campinas: SP: Papyrus p. 15-42. (1995)
- SMOLAK, L.; LEVINE, M.P. Body image in children. In: THOMPSON, J.K.; SMOLAK, L. (Eds.). **Body image, eating disorders and obesity in youth: assessment, prevention and treatment.** Washington: American Psychological Association, 2001. p.41-66.

STREY, M. N; et al. Corpos em metamorfose: um breve olhar sobre os corpos na história, e novas configurações de corpos na atualidade. Revista Digital EFDeportes-Buenos Aires – Año 10 – N° 79 – Dez. 2004 Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd79/corpos.htm>

TANG, W. Y; HO S M. Epigenetic reprogramming and imprinting in origins of disease. Rev Endocr Metab Disord.;8:173-82. (2007)

Anexos

I.
QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA

- FORMA CURTA -

Nome: _____
 Data: ___/___/___ Idade: _____ Sexo: F () M ()
 Você trabalha de forma remunerada: () Sim () Não
 Quantas horas você trabalha por dia: _____
 Quantos anos completos você estudou: _____
 De forma geral sua saúde está:
 () Excelente () Muito boa () Boa () Regular () Ruim

Nós estamos interessados em saber que tipos de atividade física as pessoas fazem como parte do seu dia a dia. Este projeto faz parte de um grande estudo que está sendo feito em diferentes países ao redor do mundo. Suas respostas nos ajudarão a entender que tão ativos nós somos em relação à pessoas de outros países. As perguntas estão relacionadas ao tempo que você gasta fazendo atividade física em uma semana **NORMAL, USUAL** ou **HABITUAL**. As perguntas incluem as atividades que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. Suas respostas são **MUITO** importantes. Por favor responda cada questão mesmo que considere que não seja ativo. Obrigado pela sua participação!

Para responder as questões lembre que:
 * atividades físicas **VIGOROSAS** são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar **MUITO** mais forte que o normal
 * atividades físicas **MODERADAS** são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar **UM POUCO** mais forte que o normal

Para responder as perguntas pense somente nas atividades que você realiza por pelo menos 10 minutos contínuos de cada vez:

1a. Em quantos dias de uma semana normal, você realiza atividades **VIGOROSAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que faça você suar **BASTANTE** ou aumentem **MUITO** sua respiração ou batimentos do coração.

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

1b. Nos dias em que você faz essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gasta fazendo essas atividades por dia?
 horas: _____ Minutos: _____

2a. Em quantos dias de uma semana normal, você realiza atividades **MODERADAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que faça você suar leve ou aumentem **moderadamente** sua respiração ou batimentos do coração (**POR FAVOR NÃO INCLUA CAMINHADA**)

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

2b. Nos dias em que você faz essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gasta fazendo essas atividades por dia?

horas: _____ Minutos: _____

Atividade Física & Saúde

3a. Em quantos dias de uma semana normal você caminha por pelo menos 10 minutos contínuos em casa ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

3b. Nos dias em que você caminha por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gasta caminhando por dia?

horas: _____ Minutos: _____

4a. Estas últimas perguntas são em relação ao tempo que você gasta sentado ao todo no trabalho, em casa, na escola ou faculdade e durante o tempo livre. Isto inclui o tempo que você gasta sentado no escritório ou estudando, fazendo lição de casa, visitando amigos, lendo e sentado ou deitado assistindo televisão.

Quanto tempo por dia você fica sentado em um dia da semana?

horas: _____ Minutos: _____

4b. Quanto tempo por dia você fica sentado no final de semana?

horas: _____ Minutos: _____

PROGRAMA DE SAÚDE MENTAL
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - GENEBRA

Instruções

- ✓ Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida.
- ✓ Por favor, responda a **todas as questões**.
- ✓ Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece **mais apropriada**.
- ✓ Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.
- ✓ Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações.
- ✓ Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as **duas últimas semanas**.

Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	nada	um pouco	um pouco	um pouco	completamente
	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nestas últimas duas semanas.

Portanto, você deve circular o **número 4** se você recebeu "muito" apoio como abaixo.

Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	nada	um pouco	um pouco	um pouco	completamente
	1	2	3	4	5

Você deve circular o **número 1** se você não recebeu "nada" de apoio.

Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	nada	um pouco	um pouco	um pouco	completamente
	1	2	3	4	5

WHOQOL - ABREVIADO

Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.

Como você avaliaria sua qualidade de vida?	muito ruim	ruim	nem ruim nem boa	boa	muito boa
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5

Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5
Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a com que frequência você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.

Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	nunca	algumas vezes	frequentemente	muito frequentemente	sempre
	1	2	3	4	5

Alguém lhe ajudou a preencher este questionário? Sim Não

Quanto tempo você levou para preencher este questionário? minutos

Você tem algum comentário sobre o questionário? _____

OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO