

REDE SALESIANA DE ESCOLAS DO BRASIL

INSTITUTO LAURA VICUÑA

ENSINO MÉDIO

GABRIEL GOMES E MARIA LUIZA SCHLÖSSER

**A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES DE BELEZA NOS HÁBITOS ALIMENTARES
E NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DE
URUGUAIANA**

Uruguaiiana

2019

GABRIEL GOMES E MARIA LUIZA SCHLÖSSER

**A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES DE BELEZA NOS HÁBITOS ALIMENTARES
E NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS DE ESCOLA PÚBLICA
E PRIVADA DE URUGUAIANA**

TCC apresentado à banca examinadora do Curso de Ensino Médio do Instituto Laura Vicuña da Rede Salesiana de Escolas do Brasil, como requisito parcial para obtenção do grau de formado (a) na Educação Básica.

Orientador: Prof. Daiandra Fagundez

Uruguaiiana

2019

GABRIEL GOMES E MARIA LUIZA SCHLÖSSER

A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES DE BELEZA NOS HÁBITOS ALIMENTARES E
NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DE
URUGUAIANA

TCC apresentado à banca examinadora do
Curso de Ensino Médio do Instituto Laura
Vicuña da Rede Salesiana de Escolas do
Brasil, como requisito parcial para
obtenção do grau de formado na Educação
Básica.

Aprovada em ____ de _____ de 2018.

BANCA EXAMINADORA:

Orientador: Prof. Daiandra Fagundez- ILV

Prof.

Prof.

Uruguaiana

2019

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	3
2. OBJETIVOS	6
3. METODOLOGIA	7
4. JUSTIFICATIVA	6
5. REFERENCIAL TEÓRICO	7
5.1 A CONSTRUÇÃO HISTÓRICA DO PADRÃO DE BELEZA	7

1. INTRODUÇÃO

Nas sociedades contemporâneas, há uma crescente preocupação com a imagem corporal e a estética, denominada como culto ao corpo. A importância de cuidar da saúde perpassa todas as classes sociais e faixas etárias, entretanto, essa não é a maior motivação que levam jovens a se submeterem às dietas que se dizem milagrosas, ou a intensificar o exercício físico. O intuito de mudar drasticamente hábitos alimentares pode estar mascarando um desejo de encaixar-se em um padrão imposto na sociedade em que está inserido.

O processo de massificação das mídias a partir de 1980 estimulou o culto ao corpo, induzindo a população a dar maior atenção para dieta alimentar e a um uso excessivo de cosméticos e métodos de emagrecimento, nos meios midiáticos, o corpo ganha mais espaço.

Analisando a cultura histórica da humanidade, é evidente a presença de um padrão em constante transformação ao longo dos anos, exigido socialmente, que ao ser alcançado traz consigo um prestígio social e pessoal.

Salienta-se, portanto, o expressivo papel da Indústria Cultural de propagar um modelo estético, veiculando imagens de corpos perfeitos através de propagandas, peças publicitárias, novelas e filmes.

Há uma tentativa de alcançar o corpo perfeito realizada de maneira obsessiva, transformando-se em um estilo de vida para muitas pessoas, especialmente para mulheres das classes médias urbanas (CASTILHO, 2001). Segundo (SANT'ANNA, 2005) o indivíduo que está incluso socialmente é o mesmo que se encaixa no padrão social imposto. A busca pela beleza é uma questão de sobrevivência (CASTRO, 2002)

Infere-se, portanto, a necessidade de uma ampla e mais completa avaliação acerca da influência dos padrões de beleza nos hábitos alimentares e na saúde mental de jovens, especificamente na região de Uruguaiana-RS, com jovens entre 15 e 18 anos de escolas privadas e públicas.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral:

- Compreender sobre como os padrões de beleza tem influência na alimentação de jovens, potencializando assim o possível surgimento de distúrbios alimentares.

2.2 Objetivos específicos:

- Analisar como os padrões de beleza influenciam nos hábitos alimentares dos jovens
- Investigar como os meios de comunicação de massa influenciam na formação do ideal de um corpo perfeito.
- Verificar a existência e o conhecimento dos jovens sobre distúrbios alimentares.
- Conhecer as mudanças de hábitos alimentares causadas pelo padrão de beleza imposto pela mídia.

3. METODOLOGIA

A presente pesquisa teve como objetivo principal entender como os padrões de beleza estabelecidos por uma sociedade e, ou, mídia podem intervir nos hábitos alimentares e na saúde mental de jovens. Foi realizada uma pesquisa quantitativa, os questionários foram respondidos por cento e oitenta e dois alunos, de quinze a dezoito anos, estudantes do ensino médio de escolas públicas e privadas de Uruguaiana – Rio Grande do Sul. Os dados coletados foram analisados e apresentados em forma de gráficos.

4. JUSTIFICATIVA

O padrão de beleza vem servindo como parâmetro para a sociedade desde a antiguidade, sendo modificado com os anos, porém nunca sendo extinto. Para o jovem, que vive uma fase primordial na construção de seus pensamentos e opiniões, se inserir e ser aceito em um grupo/meio social é de extrema importância, sendo na maioria dos casos influenciado por esses padrões e convencido a mudar o seu eu, em prol de tal perfeição que não existe.

Esse trabalho torna-se relevante, pois visa mostrar para sociedade as consequências não saudáveis aos jovens que buscam alcançar uma imagem inexistente e fictícia criada pela mídia. Além disso, trazer a tona o malefício que mudanças alimentares bruscas e sem o acompanhamento de profissionais qualificados podem trazer ao organismo que ainda está em formação.

5. REFERENCIAL TEÓRICO

5.1 A CONSTRUÇÃO HISTÓRICA DO PADRÃO DE BELEZA

Desde a sociedade arcaica, sempre existiram padrões de beleza. É válido salientar que o fator socioeconômico sempre influenciou neste padrão (SERRA, 2001), visto que em momentos de escassez, corpos mais abundantes eram considerados “belos”, tendo em conta que o padrão de beleza relaciona-se com tais aspectos demonstrando assim poder em abundância (HERCOVICI e BAY, 1997). Na atualidade, a construção de uma imagem cada vez menor e com mais curvas, e concentração em corpos de modelos vem assumindo antropometrias cada vez mais delgadas (ANDRADE E BOSI, 2003).

Para Fernandes (2006), durante os anos o ser humano submeteu o seu próprio corpo a desmedidas dores, sempre com a finalidade de modificar uma característica física, isso acontece pela coerção social que incita a vaidade na sociedade.

Segundo Shmidt (2008) a forma de tratar a beleza é tão mais frequente hoje quanto antigamente na época dos romanos e egípcios, povos que valorizavam cada traço corpóreo do indivíduo. Antigamente, a perfeição de um ser se destacava na literatura, pintura, arte, ou no próprio homem.

A partir da análise temporal de Georgie Vigarello (2006) em seu livro “História da Beleza: o corpo e a arte de se embelezar, do renascimento aos dias de hoje”, o qual contextualiza as mudanças da visão social e cultural acima dos corpos em tempos distintos e as tentativas de manter-se no padrão imposto independente do século.

Segundo o autor, no século XV, a beleza era o fator primordial nos ateliês, o poder aquisitivo tornava-se irrelevante se a feição da mulher não fosse adequada aos padrões estéticos. No século XVI, tomou espaço na sociedade o corpo “carnudo, e cheio de curvas”. Contudo, no século XVIII, se perpetuou a cultura da magreza, surgem os espartilhos para reduzir a cintura e atribuir elegância à mulher, boticários e perfumistas se especializam, as maquiagens femininas aderem mais nuances e tons. Já no século XIX, cresce o mercado estético, dietas, exercícios, produtos para emagrecimento..., conseqüentemente, esse mercado que visa a aparência física ascendeu ainda mais quando a globalização trouxe a evolução da comunicação e tecnologia.

Uma das imposições mais marcantes da humanidade, de fato, foi a criação da raça ariana, criada pelo ditador Adolf Hitler, eram massacrados e aniquilados aqueles que não apresentassem as características exigidas, entre elas: “grande estatura, corpo esguio, crânio dolicocefalo (com um volume maior do que a média da raça humana), pele clara (mais clara que a dos europeus mediterrâneos), cabelos loiros ou ruivos, olhos azuis”(POESCHE, 1878 apud GUIMARÃES, 2018). Concentravam-se aqueles que eram considerados impuros em campos de trabalho, concentração e extermínio. “Ao longo da história tem sofrido marcas profundas em todas as suas dimensões. Marcas estas que carregamos até nossos dias, de forma muito acentuada e registrada no inconsciente coletivo. Corpo que foi esquartejado, torturado, moldado, modelado, escravizado, explorado... ”(BRANDL NETO, CAMPOS 2010).

“Na Alemanha nazista, por exemplo, o discurso estético-corporal tinha a função de exaltar o indivíduo que se adequava aos modelos arianos e menosprezava os que não se enquadravam. Contudo, esse fato pode ser observado ainda hoje em nossa sociedade, pois a estética corporal serve como divisor social, na medida em que exclui os que não estão de acordo com os arquétipos difundidos principalmente pelos meios de comunicação de massa (FLOR, G 2009)”.

Outrossim, segundo o estudo de Schmidt (2008), um aspecto considerado influente desde os princípios da mitologia grega até os dias atuais é a autoimagem, conhecimento o qual traz consigo o entendimento pessoal. Na Grécia Antiga, a população apreciava o nu masculino, expressado através da arte escultórica, valorizavam-se os traços do corpo forte e “atraente”. Na Idade Média a exposição do corpo era contestada, pois o clero não tolerava comportamentos exibicionistas, já na Idade Medieval enaltecem a forma estrutural do corpo e exteriorizam a beleza. No Renascimento, a beleza era expressa pela arte corporal da dança.

Portanto, ao passar dos anos, o padrão admirado pela sociedade sempre existiu de formas diferentes, e por trás desse estereótipo se oculta pensamentos elitistas e sociais. “De acordo com o conceito de beleza há variações de acordo com a geografia e com a história baseado em hábitos e costumes de cada local”. (SCHMIDT, 2008).

“No pós-guerra com a emancipação da mulher no mercado de trabalho, passou a exigir delas “boa aparência”. Influenciada pela moda, publicidade, mídia academias de ginásticas, passou-se a buscar por um padrão de beleza mais

longilíneo. Os índices mundiais de obesidade cresceram de maneira alarmante e na outra ponta cresce a busca do corpo ideal”. (SCHMIDTT, 2008).

No decorrer dos anos, em relação ao crescimento da globalização e evolução da tecnologia de comunicação, surge a indústria cultural, conseqüentemente a produção de cultura de massa. Com isso, potencializa a criação de marcas e produtos, assim tornando a hierarquização de classes sociais um fator midiático, exposição do cotidiano nas redes da elite e torna-se uma imagem cada vez mais influenciável. (RUSSO R, 2005). Nos dias atuais a mídia é quem impõe os padrões de beleza que despertam sentimentos intensos e inspiram ações que vão da silenciosa contemplação a ousadias de ordem conceitual e material para desfrutá-la e produzi-la. (SCHMIDTT, 2008).

5.2 A INFLUÊNCIA DO IDEAL ESTÉTICO NOS DISTÚRBIOS ALIMENTARES DE JOVENS

Atualmente, existe uma busca pelos modelos de beleza propostos pelos segmentos de moda, serviços e, usualmente, pela mídia. Essa busca é apresentada com mais frequência em jovens. O número de pessoas que se submetem à adesão de dietas e outros métodos drásticos para alcançar um corpo magro, sem levar em consideração aspectos alusivos à saúde cresce cada vez mais, fato que preocupa profissionais da área.

“As demarcações de um corpo bonito traduzem insígnias de uma nova ordem que se instaurou e que ganha destaque neste início de século: corpos fortes, torneados, magros e perfeitos. A sociedade de consumo atual não os exime das exigências quanto ao padrão de beleza que impõe, desconsiderando as inúmeras desigualdades e diversidades existentes”. (WITT, Z. G. JULIANA et al., 2009)

Não há o respeito aos diferentes biotipos por parte da mídia e sociedade. A falta de representatividade pode causar nos jovens o diagnóstico de distúrbio alimentar, visto que a procura de um corpo apresentado exemplar leva-os, muitas vezes, a um tratamento por conta própria, sem o acompanhamento de um nutricionista.

O modelo magro como sendo o protótipo de beleza induz pessoas que não se encaixam no mesmo a pensarem que não têm um corpo bonito. Para isso, jovens caem na armadilha de praticar a dieta e adotam práticas inadequadas como automedicação,

laxantes, jejum prolongado, excesso de atividade física e cirurgias plásticas, sem a preocupação com os danos que podem ser causados à saúde.

Exemplos de transtornos alimentares são a anorexia nervosa e bulimia nervosa que são caracterizados por um comportamento alimentar gravemente perturbado, um controle doentio do peso corporal e a distorção da imagem do formato corporal. Apresenta-se como sintoma dessas patologias o medo de ganhar peso ou de tornar-se obeso, ainda que o anoréxico e ou bulímico esteja abaixo do peso.

“Distorções cognitivas relacionadas à avaliação do corpo, comuns em indivíduos com transtornos alimentares, incluem: pensamento dicotômico – o indivíduo pensa em extremos com relação à sua aparência ou é muito crítico em relação a ela; comparação injusta – quando o indivíduo compara sua aparência com padrões extremos; atenção seletiva – focaliza um aspecto da aparência e erro cognitivo, o indivíduo acredita que os outros pensam como ele em relação à sua aparência”. (SAIKALI, C.J.; SOUBHIA, C.S.; SCALFARO, B.M.; CORDÁS, 2004)

Em conjunto aos danos que esses transtornos trazem ao corpo físico, há também o comprometimento da saúde mental do indivíduo, em virtude de que a mente engana o enfermo excitando a pensar de que precisa emagrecer ainda mais.

5.3 O PAPEL DA MÍDIA NA PADRONIZAÇÃO ESTÉTICA

O intuito de induzir a população sempre com finalidade de compra e venda é um dos princípios capitalista-consumista atual. A partir da globalização na época da industrialização houve o avanço dos meios de difusão de informação, o que facilitou a veiculação de notícias, o lançamento de moda e a notoriedade social. Segundo Batalini (2013), “A mídia tem uma história longa e cheia de mudanças. Pode-se dizer que a mídia vem evoluindo de acordo com a comunicação e a tecnologia, pois uma depende da outra para finalmente conseguir chegar ao seu consumidor”.

Enquanto Inês Senna Shaw (2003) especifica que a beleza do indivíduo está relacionada com o seu poder aquisitivo, assim determinando que classe social do mesmo em seu meio social, Pierre Bordieu (2001 apud FLOR, 2009) também explica como o corpo e as práticas corporais estão investidas de significados que refletem a condição econômica do indivíduo. Dessa forma, pode-se questionar se essas mensagens apresentam conteúdos que relacionam boa forma e beleza com status social. Essas relações entre boa forma e beleza, classe social e status, com o crescimento da indústria

da beleza e da sociedade consumista, tornam-se mais evidentes, pois não apenas os cosméticos e as cirurgias, mas também dietas e exercícios adquirem um valor simbólico de prestígio. Essa afirmação é assegurada por Max Weber (1971 apud FLOR, G. 2009), ao afirmar que na sociedade os bens materiais tem poder de determinar a poder social hierárquico.

Ademais, Robert Henry Srouf (1987 apud FLOR, G. 2009) nos fornece uma fundamentação basilar acerca dos estratos sociais, uma vez que classifica as classes sociais em camadas, ou seja, de acordo com a escala de rendimento: altas, médias e baixas. A definição de status social se torna necessária nesse ponto, pois é elementar para que se possa entender o conjunto social, uma vez que o conceito de status está intimamente relacionado com classe social e sua relação com a sociedade.

No que se refere às relações estabelecidas ao decorrer do século XX, resta perceptível o impacto da transição que atravessou a sociedade global partindo de relações sólidas para relações líquidas. Nesse sentido, Pallares-Burke (2003) afirma: “essa metáfora é utilizada, pois os líquidos se caracterizam por uma incapacidade de manter a forma, nossos quadros de referência, estilos de vida, crenças e convicções mudam antes que tenham tempo de se solidificar em hábitos e verdades”.

A indústria de entretenimento infantil cresceu demasiadamente com o progresso da capacidade de discernimento de uma criança, assim tornando-as um alvo para consumo. As propagandas alegres, influenciadores digitais, entre outros produtos se desenvolveram ultimamente. Nesse caso, por meio de pesquisas, Schor (2004) averigua que crianças são expostas às mensagens sobre aparência física desde cedo, parcialmente como uma consequência do esforço proveniente do marketing de produtos como: roupas, música, brinquedos, já que elas são consideradas um importante grupo consumidor no mercado atual.

“O padrão inatingível de beleza amplamente difundido na TV, nas revistas, no cinema, nos desfiles, nos comerciais, penetrou no inconsciente coletivo das pessoas e as aprisionou no único lugar em que não é admissível ser prisioneiro: dentro de si mesmas”. (CURY, 2005).

A busca da padronização está recorrentemente no cotidiano, provém de diversas fontes, TV, internet, jornais, revistas... Com base nisso, nossa mente fica submetida diariamente à limitação do que devemos ver ou não, a influência é produzida por meios

midiáticos, ocasionando assim uma persuasão coletiva e o profundo desejo de ser aquilo que a mídia impõe.

“O padrão inatingível de beleza amplamente difundido na TV, nas revistas, no cinema, nos desfiles, nos comerciais, penetrou no inconsciente coletivo das pessoas e as aprisionou no único lugar em que não é admissível ser prisioneiro: dentro de si mesmas. Essa ditadura assassina a autoestima, asfixia o prazer de viver, produz uma guerra com o espelho e gera uma auto rejeição profunda. Inúmeras jovens japonesas repudiam seus traços orientais. Muitas mulheres chinesas desejam a silhueta das mulheres ocidentais. Por sua vez, mulheres ocidentais querem ter a beleza incomum e o corpo magríssimo das adolescentes das passarelas, que frequentemente são desnutridas e infelizes com a própria imagem. Mais de 98% das mulheres não se veem belas” (CURY, 2005).

Segundo a reflexão de Elza Dutra (2006), e o parâmetro de contato passou a ser a imagem do outro e não o outro.

5.4 A DITADURA DA BELEZA: O DESPOTISMO DO EMAGRECIMENTO SOBRE JOVENS

É indubitável que a sociedade como um todo exerce importante papel na construção da imagem corporal de cada indivíduo. Para Schilder (1994), a imagem corporal é a figura de nosso próprio corpo que formamos em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo apresenta-se para nós mesmos. Portanto, a preocupação do jovem em ser aceito socialmente reflete no seu comportamento, hábitos alimentares, consumo de determinados serviços e produtos, conduta que demonstra a persuasão da ditadura da beleza sobre a vida de cada um.

“As exigências da sociedade capitalista e consumista, reforçada pelos meios de comunicação, exercem uma pressão no sentido de que os jovens sigam os padrões de beleza impostos pela mídia”.(MARIANO M. M. ALINE; AGRICOLA A. PÉRSIO NESTOR, 2009).

A partir de mecanismos da Indústria Cultural a sociedade impõe essa padronização do corpo que atinge especificamente jovens uma vez que esses estão em processo de constituição de suas identidades. Essa expressiva instituição vende a imagem de corpo

ideal através de meios utilizados pelo consumidor, que se vê diretamente exposto a todo tempo ao despotismo do padrão corpóreo magro.

A ditadura da beleza que se vivencia com mais intensidade na atualidade corrobora com a busca de jovens pelo corpo ideal, a fim de que sejam aceitos socialmente e sintam-se confortáveis em seu próprio corpo sem visar os riscos que esse ideal inatingível de perfeição pode trazer à saúde psíquica e física, tornando a sociedade mais doentia acerca desse aspecto e a estética autoritária mais enérgica.

5.5 DESENVOLVIMENTOS DE DISTÚRBIOS PSICOLÓGICOS DESINENTE DO PADRÃO CORPORAL IMPOSTO

Para Beatriz Batalini (2003) corpo, para muitos, é visto como inimigo que pode delimitar suas relações sociais, havendo a preocupação de que a imagem exterior agrade antes que a personalidade seja apresentada. Portanto, é comum que esse desassossego seja a causa de distúrbios psicológicos que provocam distorção de imagem, isolamento social e até mutilações.

A obesidade tem consequências tanto comportamentais quanto sentimentais, a discriminação e o prejulgamento do outro favorece o surgimento de distúrbios psicossociológicos. A maioria de obesos comumente apresentam compulsão alimentar, ato de ingerir uma grande quantidade de alimentos dentro de pouco tempo. (TEICHMANN, OLINTO, COSTA, & ZIEGLER, 2006).

“O assunto beleza, perfeição chegou a tal ponto tão prejudicial à saúde que as consequências em nome da aparência além de cirurgia plástica vem doenças como bulimia (Exagero na ingestão de comida seguido de indução de vômito), anorexia nervosa (Obsessão por um corpo com peso muito abaixo do normal), vigorexia (Obsessão em praticar exercício físico para aumentar a massa muscular), e ortorexia (Mania de comer exclusivamente o que considera saudável, o que pode levar a quadros graves de restrição alimentar). Percebe-se que a partir dos estudos as meninas anoréxicas recusam atendimento médico, psicológico, nutricional e proclamam a anorexia como um estilo de vida ou estado de espírito. O peso estético afasta-se perigosamente do peso clínico. Estudos mostram que 100% de descontentamento do jovem é com o próprio corpo”. (SCHMIDTT, 2008).

As patologias psicossomáticas associadas ao desejo de perder peso estão interligadas a distúrbios psicológicos como depressão, fobia, compulsões, preocupação obsessiva com os alimentos, distorção de imagem corporal, entre outros. A obstinação por perder peso, seja para se enquadrar em um padrão, seja para agradar a alguém ou se sentir confortável em seu próprio corpo torturam o indivíduo de tal forma que acaba por afetar múltiplas áreas de sua vida.

6. RESULTADO E DISCUSSÕES

Foram entrevistadas 182 pessoas entre 15 e 18 anos, sendo 100 pessoas do sexo feminino e 82 pessoas do sexo masculino, através de questionários físicos com o intuito de investigar o nível de conhecimento de jovens acerca de como o padrão estético influencia em seus hábitos alimentares e saúde mental.

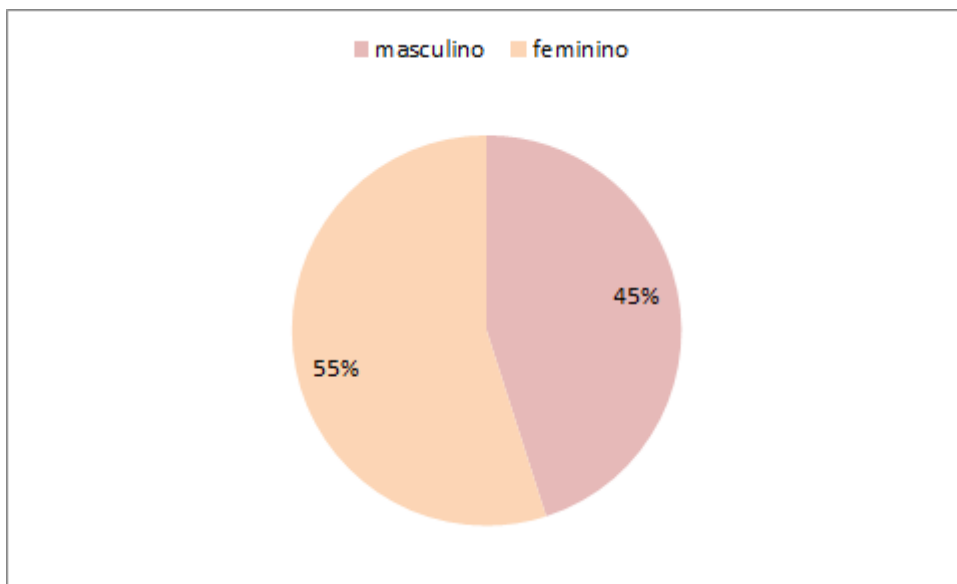


FIGURA I- GÊNERO

De acordo com a figura I, cerca de 55% dos entrevistados são do gênero feminino e 45% do gênero masculino.

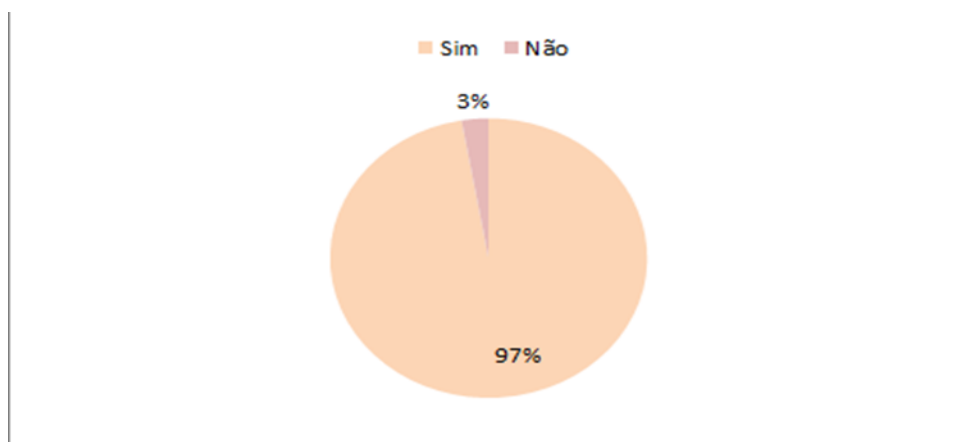


FIGURA II- Você acredita que existe um padrão de beleza estabelecido pela sociedade e/ou mídia?

Segundo a figura II, 97% dos questionados alegaram acreditar na existência da imposição de um padrão de beleza pela sociedade e mídia, e cerca de 3% negaram a existência do padrão estético. Hoje em dia, o padrão de beleza está presente no dia-a-dia de muitas pessoas, a influência da qual esses indivíduos são vítimas é proveniente da própria cultura social da sociedade, e pode se apresentar de diversas formas, “nos dias

atuais a mídia é quem impõe os padrões de beleza que despertam sentimentos intensos e inspiram ações que vão da silenciosa contemplação a ousadias de ordem conceitual e material para desfrutá-la e produzi-la.” (ALEXANDRA SHMIDTT)

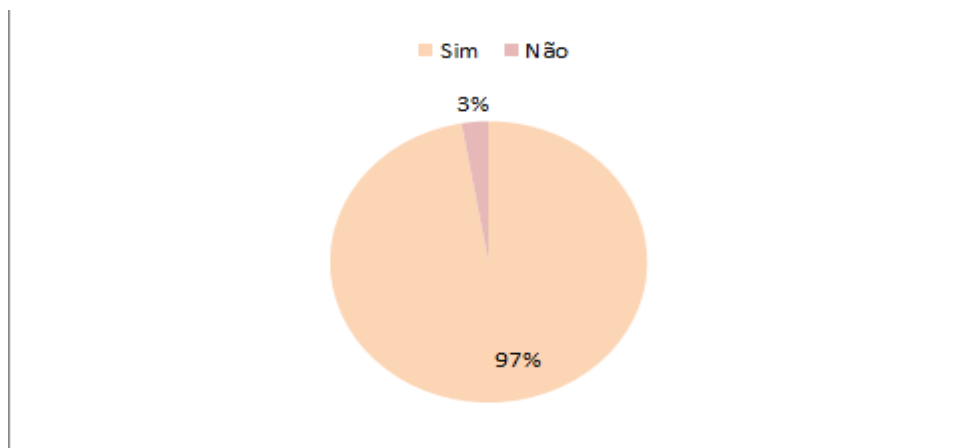


FIGURA III- Se sim, você acredita que as pessoas procuram atingir esse padrão?

Como ilustra a figura III, entre os entrevistados que responderam positivamente no questionamento nº1, 97% afirmaram acreditar que existe a procura de atingir o padrão e 3% pensam que não há a busca de atingir o padrão estabelecido. A imposição que a sociedade está vivendo nos dias atuais é um sofrimento, “basta lembrar as situações de desprezo e desprestígio experimentadas pelos obesos e pelas pessoas consideradas feias em nossa sociedade”.(FLOR,G, 2009). O preconceito em relação as características físicas do outro estão presentes de diversas formas na sociedade, para arrumar um emprego ou namorado, críticas maldosas no cotidiano e na mídia a partir do momento que cria o estereótipo em propagandas, novelas, filmes...

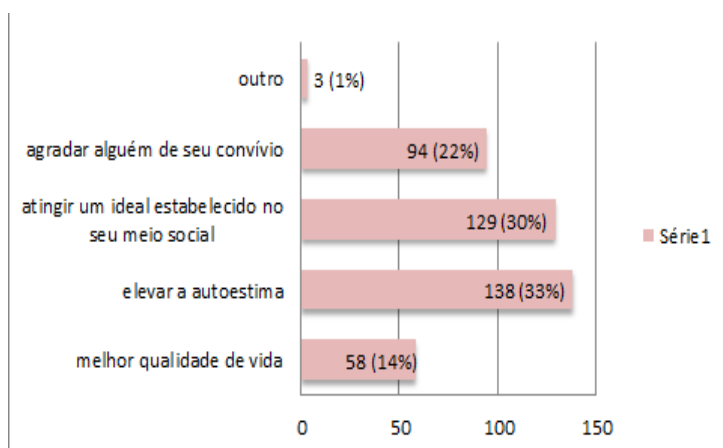


FIGURA IV- Quais motivos você acha que levam à busca do corpo ideal?

Com base nos resultados, constata-se que o motivo que mais induz as pessoas a atingir o padrão é elevar a autoestima (33%), visto que há o sentimento de desconforto por parte dos jovens com sua autoimagem. A segunda maior motivação é atingir um ideal estabelecido no seu meio social (30%), em consequência da necessidade do indivíduo que deseja encaixar-se socialmente, assim facilitando as relações sociais e podendo atingir um status que prestigia a ditadura da magreza. A terceira maior razão é a exigência pessoal, ou proveniente do outro, agradar alguém que tem um valor simbólico em sua vida, pois na juventude a opinião alheia é um dos fatores de maior influência para a construção da imagem do jovem. Outra causa que leva pessoas a mudarem seus hábitos é aderir a uma melhor qualidade de vida(14%), porém apresentando um número menos expressivo que outras razões devido ao fato de que os jovens veem a saúde como uma circunstância menos relevante. 1% dos jovens entrevistados afirmam que há outras proveniências para buscar um corpo ideal.

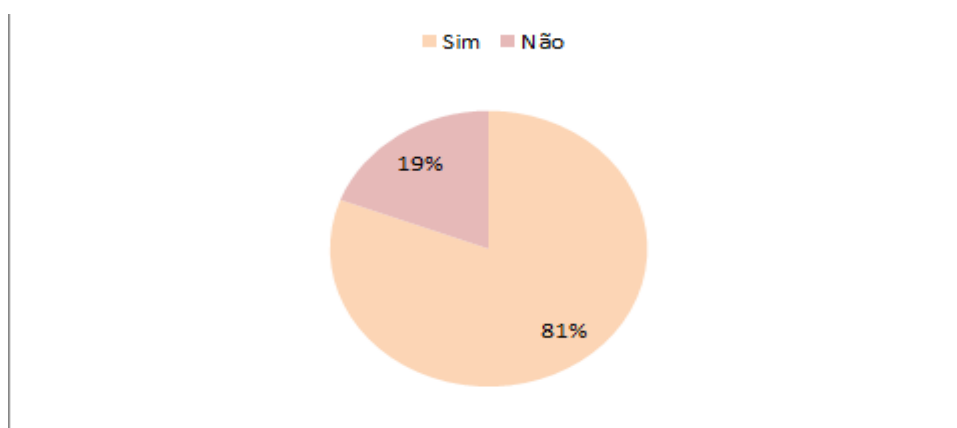


FIGURA V- Você já pensou sobre prováveis consequências dessa busca pelo padrão idealizado?

Baseando-se no gráfico obtém-se o resultado de 81% dos jovens afirmam já terem refletido sobre as prováveis consequências, em contrapartida 19% disseram nunca ter pensado sobre o assunto. Refletir sobre as possíveis consequências traz ao jovem conhecimentos para a prevenção de ter distúrbios alimentares.

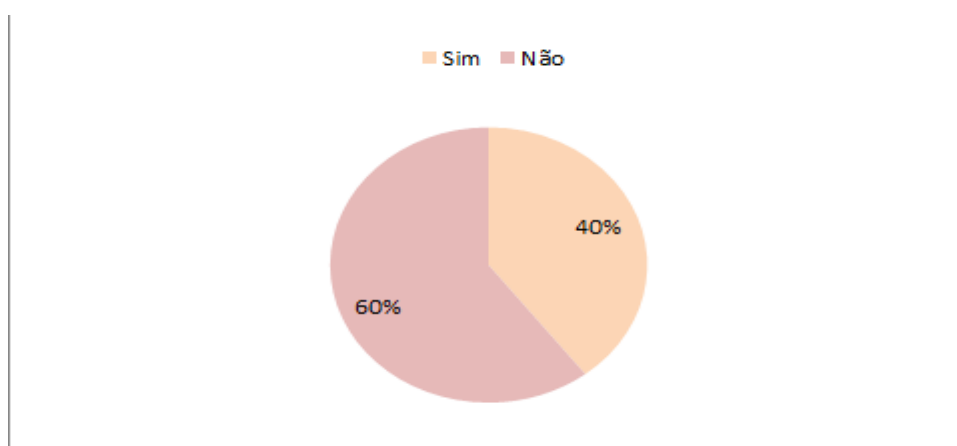


FIGURA VI- Você se considera dentro do padrão estético?

É possível analisar a partir da figura VI que 60% dos adolescentes participantes da pesquisa não se consideram dentro do padrão estético e 40% acreditam estar inclusos no padrão. A busca pelo padrão é um desejo que está sempre em modificação, sempre são lançadas modas temporárias, inovações estéticas... No entanto, o sentimento de estar incluso é limitado até o ponto que chegue novas tendências.

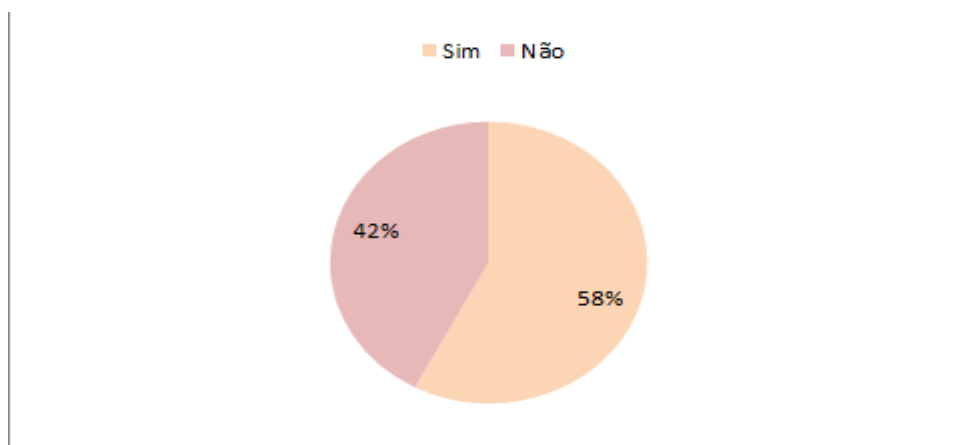


FIGURA VII- Você se sente confortável com seu corpo?

Conclui-se de acordo com o gráfico que 58% dos estudantes não se sentem confortáveis com seu corpo e 42% aceitam sua própria imagem. Segundo Alessandra Schmitt 100% do descontentamento que é ocasionado em jovens é devido ao próprio corpo. Atualmente grande parte dos jovens não estão satisfeitos com sua estrutura física, encontram-se em uma constante busca pela perfeição

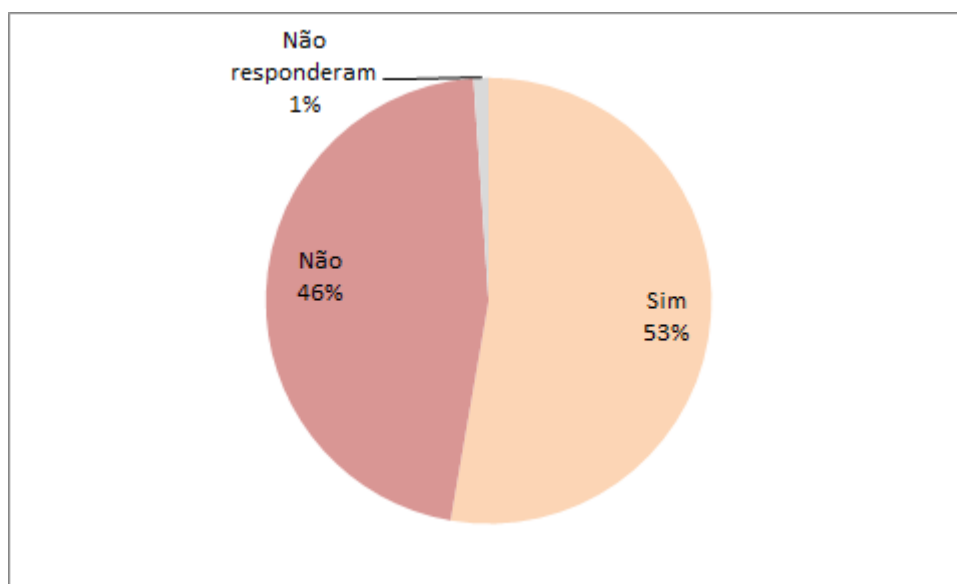


FIGURA VIII- Você já se privou de comer alguma comida que gosta para alcançar o corpo ideal?

Registra-se a partir dos dados que 53% dos entrevistados já restringiram sua alimentação para alcançar o corpo almejado e 46% asseguram nunca ter privado seus hábitos alimentares, 1% não soube responder. A ânsia de alcançar a perfeição é o que muitas pessoas enfrentam, restringir os hábitos alimentares tornou-se comum em uma comunidade que aprecia uma pessoa magra, acinturada ou musculosa.

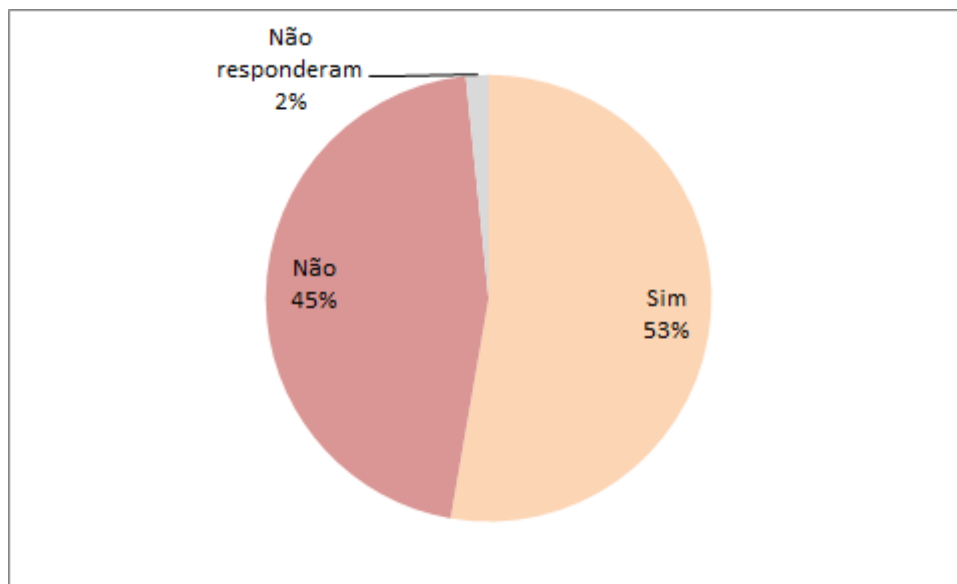


FIGURA IX- Você já fez dieta sem o acompanhamento de um especialista?

Comprova-se que 53% dos investigados já realizaram dieta sem o acompanhamento de um especialista da área nutricional e 45% nunca procederam de tal forma sem ajuda de um profissional. Consequentemente, para alcançar o padrão é necessário poder aquisitivo para moldar-se á coerção social contemporânea (FISCHLER, 1995). De fato, muitas pessoas não tem condições financeiras de manter o acompanhamento profissional necessário e acabam optando por realizar dieta sem o acompanhamento do mesmo. “A análise do corpo é elemento essencial para a compreensão das estruturas sociais e suas relações de poder”. (FLOR, G. 2009)

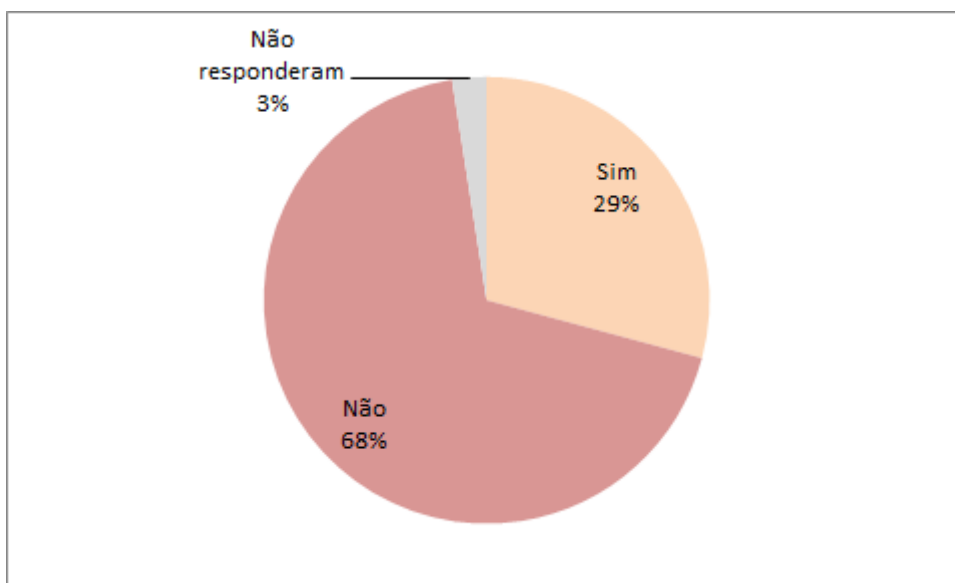


FIGURA X- Se sim, você notou alguma consequência ruim após essa restrição alimentar?

Dentre os alunos que afirmaram terem feito dieta sem acompanhamento de um profissional da área, 68% não observaram nenhuma consequência, em contraponto 29% declararam algum efeito adverso, 3% não souberam responder. Diante disso, ao realizar um corte ou mudança espontânea na alimentação pode haver consequências, para impedir que surja uma enfermidade recomenda-se o auxílio de um especialista da área nutricional e psicológica com o intuito de realizar uma mudança saudável nos hábitos de vida com acompanhamento de um profissional.

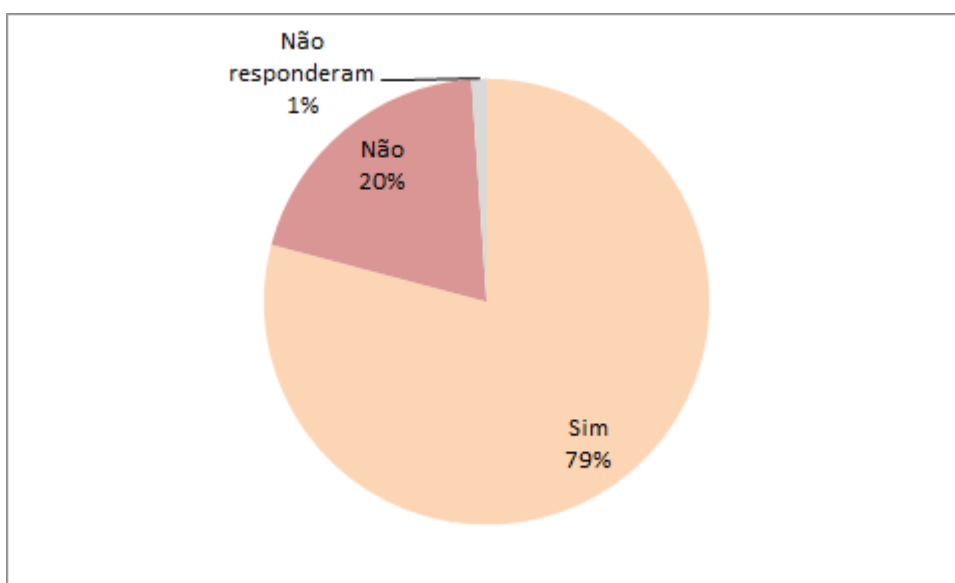


FIGURA XI- Você tem conhecimento das consequências psicológicas e físicas que a mudança repentina na alimentação pode ocasionar?

Infere-se que a maioria dos discentes, 79%, têm conhecimento acerca dos possíveis resultados psicossomáticos enquanto apenas 20% não compreendem as consequências de uma mudança alimentar repentina. 1% não foi capaz de opinar. As consequências da alteração alimentar geram um encadeamento expressivo de doenças físicas e psicológicas, pois atingem tanto a saúde mental quanto biológica, devido ao corte repentino dos alimentos ingeridos pode desenvolver-se ortorexia, (Busca obsessiva por regras alimentares).

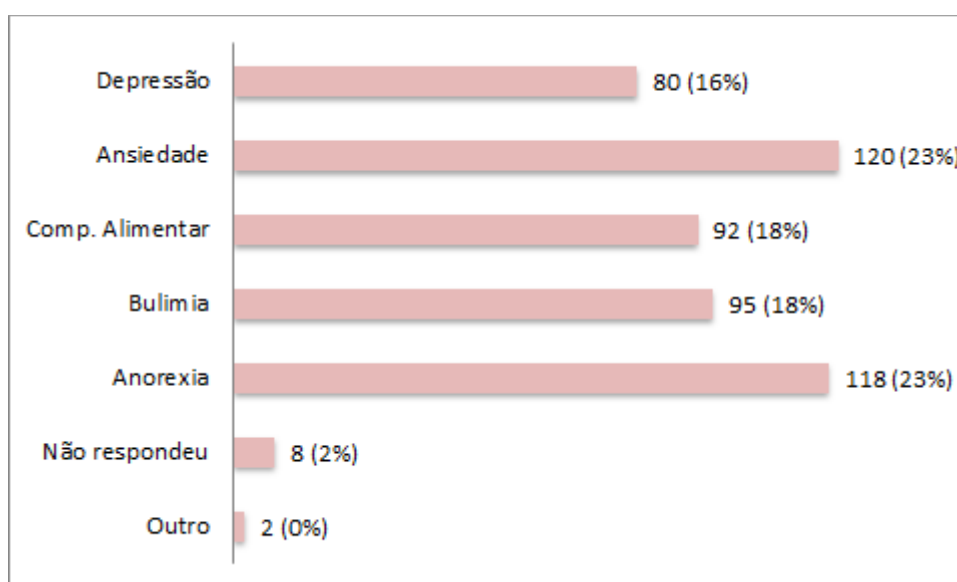


FIGURA XII- Dentre os elementos citados acima, quais você tem conhecimento de sua relação com a restrição nutricional?

Conforme a figura XII, anorexia e ansiedade se igualam percentualmente (23%) como anomalias com relação à restrição nutricional, em seguida, bulimia e compulsão alimentar se apresentam em segunda posição como distúrbios mais conhecidos pelos estudantes (18%) e a depressão é o terceiro elemento mais conhecido pelos jovens (16%) acerca de sua relação com uma alimentação de condição restritiva. 2% dos alunos não conseguiram avaliar e apenas 2 dos entrevistados afirmaram ter conhecimento sobre outro distúrbio. Nota-se que grande parte dos adolescentes marcam um baixo número de alternativas distintas, é visto que não há um conhecimento

abundante das escolas sobre as inúmeras sequelas que a restrição alimentar pode acarretar.

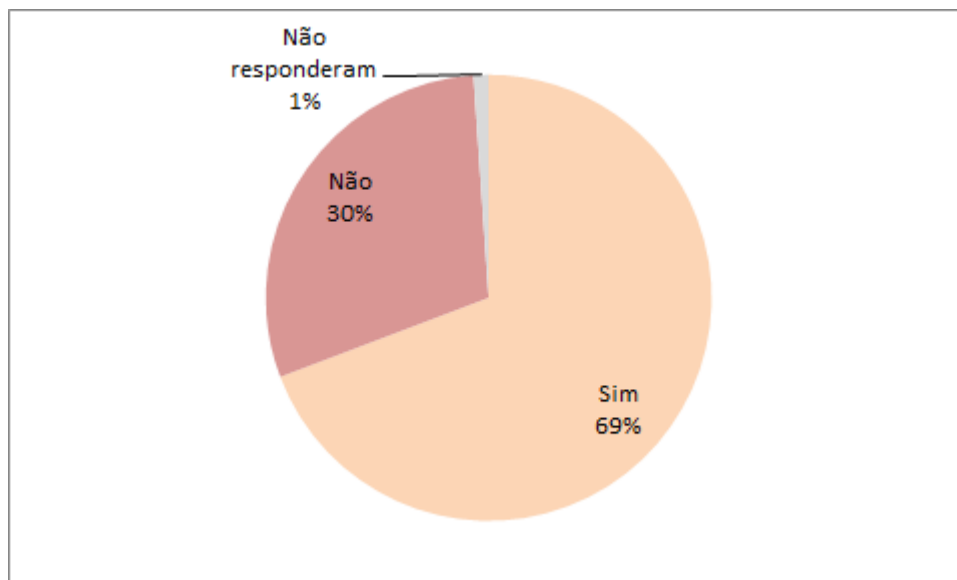


FIGURA XIII- Você considera a mídia como uma influência nos seus hábitos alimentares?

Observa-se, como ilustra a figura XIII, que 69% dos jovens pesquisados consideram a mídia como um fator persuasivo em seus hábitos alimentares, em oposição aos 30% que acreditam não haver influência midiática em sua alimentação. Somente 1% não respondeu ao questionamento. Através da pesquisa de Beatriz Batalini (2003) observa-se que o consumidor é induzido pelas figuras em exibição em meios como novelas, propagandas publicitarias, realmente o objetivo é hipnotizar o consumidor para despertar nele a aspiração por um produto.

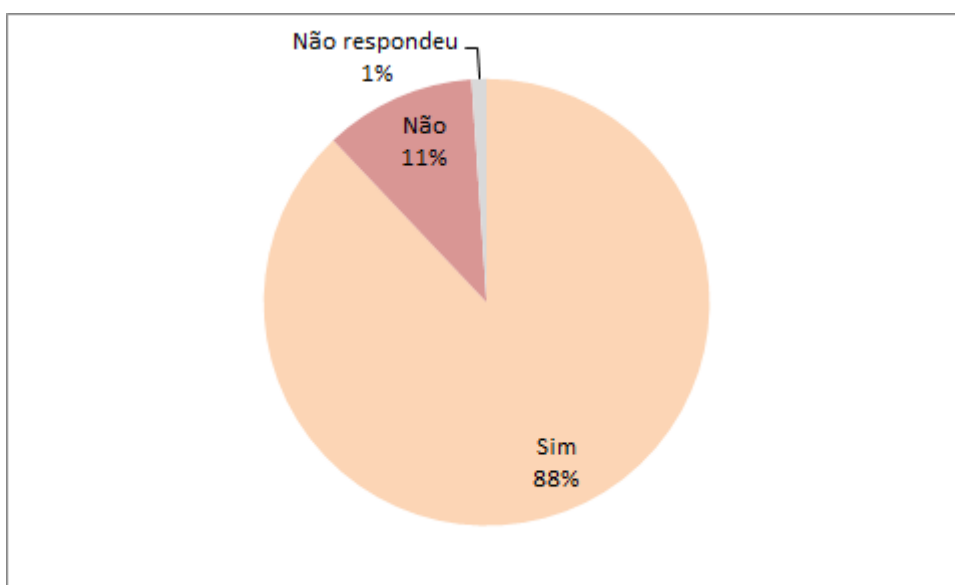


FIGURA XIV- Você acredita que o ideal estético se modifica ao passar dos anos?

Conforme apresentado no gráfico, 88% dos participantes da pesquisa julgam o padrão estético como transitório, que se modifica com o passar dos anos. 11% acreditam que não há modificação do padrão e 1% não opinou. Através da análise temporal investigada, o padrão de beleza está constantemente se modificando em dependência dos interesses impostos pela sociedade, do mesmo modo que corpos carnudos eram vistos como perfeitos no século XVI, corpos delgados são reputados hoje em dia.

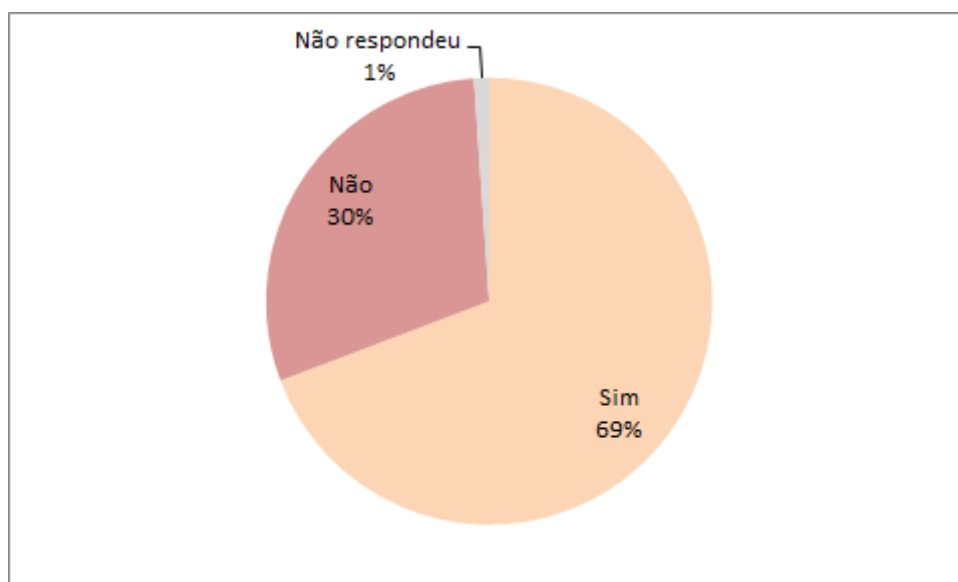


FIGURA XV- Você acredita na exclusão do indivíduo que não se encaixa no padrão corporal de seu meio social?

De acordo com a figura XV, 69% dos jovens entrevistados creem na existência da exclusão do indivíduo fora do padrão corporal, e expressado por uma menor porcentagem, 30% dos jovens acreditam que o indivíduo fora do padrão não sofre exclusão. 1% dos entrevistados não soube responder. Com base nisso, segundo Antonio Manero (1958) relaciona-se a imagem física da pessoa com as atitudes, no mesmo momento em que o malvado é feio, a beleza é virtude.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tivemos como propósito do presente trabalho descobrir como o padrão de beleza interfere no cotidiano de jovens, em suas relações pessoais e na forma como o público pesquisado enxerga sua autoimagem. Procuramos obter resultados de forma verossímil à realidade em que estamos inseridos, com a faixa etária entre 15 e 18 anos, escolhida por ser a idade em que a aceitação social e a inspiração em veículos midiáticos se faz presente no dia-a-dia dos jovens.

Levaram-se em considerações diversos aspectos para confecção da pesquisa, que aprofundaram nosso conhecimento e nos possibilitou ter uma visão mais ampla sobre o tema escolhido. Os resultados obtidos foram satisfatórios, pois confirmaram nosso pensamento de que a mídia tem forte influência na aceitação ou não aceitação da autoimagem, persuadindo hábitos alimentares de jovens e podendo debilitar a saúde psíquica dos mesmos. Um fato relevante a ser observado é que, segundo dados coletados, mesmo tendo conhecimento de que uma restrição alimentar sem o acompanhamento de um profissional da área pode ocasionar em distúrbios psicossomáticos, ainda assim, é notável que jovens continuam restringindo sua alimentação por conta própria por não acharem seus corpos bonitos e dentro dos padrões da sociedade contemporânea.

Compreendemos a partir da leitura de obras sobre a temática e da pesquisa feita, a relevância de acrescentar informações nos meios sociais e acadêmicos sobre como a sociedade e a mídia podem ser coercivas na edificação dos jovens adolescentes.

Durante o processo de composição do trabalho e a análise dos resultados, cumprimos satisfatoriamente os objetivos propostos na idealização do presente estudo, visto que houve interesse por parte dos entrevistados e um olhar mais aprofundado sobre o conteúdo por parte dos pesquisadores. Evidenciamos, portanto, que mais pesquisas como essa devem ser feitas para conscientizar os jovens a respeito da percepção de sua própria imagem.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, A.; BOSSI, M. M.. Mídia e Subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Revista de Nutrição**, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 117-125, jul./2019.

BATALINI, B R. A influência da mídia nos padrões de beleza atuais. v. 21, n. 76, abr./2003

BOURDIEU, P. La distincion: critérios y bases sociales del gusto. Taurus, Madrid, jul./1988.

BRASIL ESCOLA. **Mídia e o culto à beleza do corpo**. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/a-influencia-midia-sobre-os-padroes-beleza.htm>. Acesso em: 12 jul. 2019.

CASTRO, A.L. Corpo, consumo e mídia: subtítulo do artigo. ago./2001. Disponível em: <http://lakh.unm.edu/handle/10229/51201>. Acesso em: 6 jul. 2019

CASTRO, V. H. A. D. P; CATIB, N. O. M. Corpo e beleza: como anda a saúde na busca pela perfeição estética?. **Revista Eletrônica de Educação e Ciência (REEC)** , São Paulo, v. 4, n. 1, p. 37-42, mai./2014.

CURY, Augusto Jorge. **A ditadura da beleza e a revolução das mulheres**. 2872. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2005.

DOMINGUES, L. R. C. O padrão de beleza imposto pela sociedade brasileira influencia no desenvolvimento de distúrbios psicológicos. **Revista**, Brasília, v. 1, n. 2, p. 1-14, dez./2009.

FERNANDES, M.. Mulher elástico: Produção e consumo social da beleza. Revista *Mente e cérebro online*: subtítulo da revista, n. 161, jun./2006

FLOR, G.. CORPO, MÍDIA E STATUS SOCIAL: reflexões sobre os padrões de beleza. **Rev. Estud. Comun.**, Curitiba, v. 10, n. 23, p. 267-274, set./2009.

GAMA, J. R. F. A ditadura da beleza: conceito estereotipado de estética e os níveis de satisfação com a imagem corporal em alunas do Instituto Federal Fluminense. **Revista Científica Indexada Linkania Master** , Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 2236, out./2001.

HERSCOVICI, C. R.; BAY, L. Anorexia nervosa e bulimia: ameaças à autonomia. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1997

MARIANO, N. P. A. A. M. M. A estética do corpo em tempos de mercadorização das formas físicas. **EVS-Estudos Vida e Saúde**, Goiânia, v. 36, n. 5, p. 1045-1059, out./2009.

MARTINS, Sônia. O peso da mente feminina: associação entre obesidade e depressão. **Revista Port Med Geral Fam**, Lisboa, v. 28, n. 3, p. 2182, mai./2012.

OLIVEIRA, Leticia Langlois; HUTZ, Claudio Simon. Transtornos alimentarios: el papel de los aspectos culturales en el mundo contemporáneo. **Psicol. estud. [online]**. , Porto Alegre, v. 15, n. 3, p. 575-582, jul./2010.

POLI NETO, P.; CAPONI, S.N.C. The 'medicalization' of beauty. *Interface - Comunic., Saúde, Educ.*, v.11, n.23, *Interface - Comunic., Saúde, Educ.* p.569-84, set/dez 2007.

RIBEIRO, Rosane P.p. Distúrbios da conduta alimentar: anorexia e bulimia nervosas. **Periódicos USP** , Ribeirão Preto, v. 31, n. 1, p. 45-53, set./1998.

RUSSO, R. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento e percepção**, Campinas, v. 6, n. 5, p. 80-90, nov./2005.

SAIKALI, J. C. Imagem corporal nos transtornos alimentares. **Revista Psiq. Clin**, São Paulo, v. 31, n. 4, p. 164-166, mar./2004.

SANT'ANA, D. B. Cultos e enigmas do corpo na história. EDIPUCRS: *Corpos e subjetividade em exercício*, Porto Alegre, p. 81-91, fev./2004

SANT'ANA, Denise Bernuzzi. É possível relizar uma história do corpo?: Corpo território da cultura, São Paulo, p. 119-134, jun./2005

SCHOR, J.B. Born to buy. Scribner, New York, dez./2004

SERRA, G. M. A; SANTOS, E. M. D. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. **Ciência e saúde coletiva[online]**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 3, p. 691-701, fev./2003.

SHAW, I.S. O corpo feminino na propaganda. Corpo e mídia: Arte & Ciência, São Paulo, p. 193-206, out./2003

SHMIDTT, Alexandra; OLIVEIRA, Claudete. O mercado da beleza e suas consequências. dez./2005. Disponível em:
<http://siaibib01.univali.br/pdf/Alexandra%20Shmidt%20e>. Acesso em: 6/jul/2019

VIGARELLO, Georgie. História da Beleza: o corpo e a arte de se embelezar, do renascimento aos dias de hoje. Ediouro, Rio de Janeiro, p. 59, abr./2006

WITT, Z.G.S.J; SCHNEIDER, P.A. Nutrição estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional. Ciência e Saúde coletiva, Porto Alegre, fev./2009.



Questionário sobre a influência dos padrões de beleza nos hábitos alimentares e na saúde mental de jovens de escola públicas e privadas em Uruguiana

Orientandos: Gabriel Gomes e Maria Luíza Schlösser

Orientadora: Daiandra Fagundez

IDADE:

GÊNERO: () masculino () feminino () outro

ESCOLA: () Pública () Privada

1- Você acredita que existe um padrão de beleza estabelecido pela sociedade e/ou mídia?

() Sim

() Não

2- Se sim, você acredita que as pessoas procuram atingir esse padrão?

() Sim

() Não

3- Quais motivos você acha que levam à busca do corpo ideal?

() melhor qualidade de vida

() elevar a autoestima

() atingir um ideal estabelecido no seu meio social

() agradar alguém de seu convívio

() outro

4- Você já pensou sobre prováveis consequências dessa busca pelo padrão idealizado?

() Sim

() Não

5- Você se consideraria dentro do padrão estético?

() Sim () Não

6- Você se sente confortável com o seu corpo?

Sim

Não

7- Você já se privou de comer alguma comida que gosta para alcançar o corpo ideal?

Sim

Não

8- Você já fez alguma dieta sem o acompanhamento de um especialista?

Sim

Não

9- Se sim, você notou alguma consequência ruim após essa restrição alimentar?

Sim

Não

10- Você tem conhecimento das consequências psicológicas e físicas que a mudança repentina na alimentação pode ocasionar?

Sim

Não

11 - Dentre os elementos citados abaixo, quais você tem conhecimento de sua relação com restrição nutricional:

Depressão Ansiedade Compulsão alimentar Bulimia

Anorexia outro

12 - Você considera a mídia como influência nos seus hábitos alimentares?

Sim

Não

13 - Você acredita que o ideal estético se modifica ao passar dos anos?

Sim Não

14 - Você acredita na exclusão do indivíduo que não se encaixa no padrão corporal do seu meio social?

Sim Não

