



## **PADRÃO DE BELEZA E CORPO IDEAL DOS/AS DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA.**

Marcelo Alencar Leite<sup>1</sup>

### **INTRODUÇÃO**

O corpo é o campo de estudo da Educação Física, seja o corpo em seu aspecto biológico, anatômico e fisiológico ou o corpo em seus aspectos sociais de interação com os outros indivíduos ou por meio dos elementos da Cultura Corporal. A pressão social para que seja seguido um determinado padrão de beleza se apresenta cada vez mais forte. A cobrança surge no cotidiano por meio dos veículos de comunicação em massa, que reforçam estereótipos a serem seguidos, e por meio das mídias sociais, que crescem a cada dia com o surgimento de perfis dedicados a mostrar um corpo “sarado” ou mostrar rotinas de exercícios e dietas.

Compreender como os discentes do Curso de Licenciatura em Educação Física percebem a afetação do “Padrão de Beleza” e “Corpo Ideal”, dentro do que é construído socialmente, é importante para saber como os futuros profissionais lidam com essas questões e como elas podem ser repercutidas no meio social.

O objetivo da pesquisa é compreender como os/as discentes do Curso de Licenciatura em Educação Física percebem a imposição de um padrão de beleza e a percepção sobre a existência de um padrão de corpo ideal socialmente determinados e sobre a percepção acerca da afetação dos estereótipos corporais criados sobre os/as profissionais da área de Educação Física.

Trata-se de uma pesquisa de campo e tem um caráter qualitativo. Participaram da pesquisa 32 discentes, tendo representantes de todos os semestres letivos. A participação se deu por adesão voluntária e não foi imposto critério para a exclusão. Todos/as os/as participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido disponibilizado virtualmente e foi resguardado o direito ao anonimato e a desistência de participação a qualquer tempo. Para conseguir coletar as informações necessárias para a construção do

---

<sup>1</sup> Bacharel/Licenciado em Educação Física. Doutorando do Programa de Pós-graduação em Educação da UNISINOS/RS. Mestre em Educação pela UERN. Professor do IFCE Campus Limoeiro do Norte. E-mail: marcelo.alencar@ifce.edu.br.



trabalho foi aplicado um questionário, contendo questões fechadas e abertas, por meio de formulário eletrônico da plataforma do Google Forms. Optou-se pelo meio eletrônico em virtude do cenário de isolamento social e a interrupção das aulas presenciais por conta da pandemia de Covid-19. O questionário foi disponibilizado no aplicativo de mensagem utilizado pelos/as discentes para que pudessem responder em um prazo de, no máximo, uma semana. Concluiu-se que está arraigado no pensamento dos/as discentes a necessidade de se enquadrar em um padrão de beleza e seguir uma ideia de corpo ideal exemplar por serem acadêmicos e futuros professores de Educação Física.

### **MATERIAIS E MÉTODO**

A pesquisa se caracteriza por ser de caráter qualitativo. A pesquisa qualitativa se caracteriza por se preocupar “com o aprofundamento da compreensão de um grupo social, de uma organização, etc” (GERHARDT e SILVEIRA, 2009, p.31). Ainda segundo as autoras, a pesquisa qualitativa “preocupa-se, portanto, com aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais” (GERHARDT e SILVEIRA, 2009, p.32).

As respostas foram analisadas por meio da análise de conteúdo. Bardin (2016, p. 37) apresenta que a análise de conteúdo é “um conjunto de técnicas de análise das comunicações”.

Para a autora:

Não se trata de um instrumento, mas de um leque de apetrechos; ou, com maior rigor, será um único instrumento, mas marcado por uma grande disparidade de formas e adaptável a um campo de aplicação muito vasto: as comunicações. (BARDIN, 2016, p. 37)

Para a coleta das informações foi utilizado um questionário, contendo questões abertas e fechadas que buscavam saber a percepção dos discentes acerca dos padrões de beleza e corpo ideal e como se sentiam afetados por uma cobrança para atingirem determinados estereótipos corporais.

O questionário “é um instrumento de coleta de dados constituído por uma série ordenada de perguntas que devem ser respondidas por escrito pelos informantes, sem a presença do pesquisador” (GERHARDT e SILVEIRA, 2009, p.69).

Foi garantido o anonimato dos participantes. O questionário não pediu nenhuma forma de identificação possível, pois não era necessário registrar o e-mail e não foi pedida



outra forma de identificação pessoal. As questões gerais do questionário visavam saber apenas o gênero que os discentes se identificam e a faixa etária em que se encontram. O questionário já trazia o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, contendo todas as informações necessárias para o entendimento do que tratava a pesquisa, bem como o contato para sanar eventuais dúvidas. Todos que se dispuseram a preencher o formulário aceitaram os termos da pesquisa.

### **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Participaram da pesquisa 32 discentes, sendo 23 mulheres e 9 homens. 18 participantes têm entre 18 e 22 anos; 7 têm entre 23 e 26 anos; 3 têm entre 26 e 30 anos; e 4 têm acima de 30 anos. A primeira pergunta específica do questionário visava saber sobre a satisfação individual com relação ao Corpo. Os discentes foram perguntados se: “Você está satisfeito com o seu corpo?”. 18 participantes afirmaram que estavam satisfeitos e 14 disseram não estar. Em seguida eles foram questionados se: “Caso pudesse mudar algo em seu corpo, você mudaria?”. 20 discentes afirmaram que sim, mudariam algo em seus corpos, enquanto 12 afirmaram que não mudariam.

Pode-se perceber que existe uma relação de conflito entre as respostas apontadas na primeira questão com relação a segunda. Enquanto 14 afirmaram não estarem satisfeitos com o Corpo, o número de participantes que afirmaram o desejo em mudar algo foi superior, chegando a 20 participantes. Esse número de universitários insatisfeitos com a imagem corporal se aproxima dos resultados obtidos por Frank et.al. (2016), que apresentam a elevada quantidade de acadêmicos insatisfeitos com a sua imagem corporal, o que pode favorecer o surgimento de comportamentos inadequados de alimentação e atividade física. Quando solicitados para justificar a razão de querer realizar alguma mudança corporal as respostas estavam relacionadas aos aspectos estéticos como emagrecer ou ganhar massa muscular.

O questionamento seguinte buscava saber se eles se sentiam pressionados a seguirem um determinado padrão corporal por serem acadêmicos de Educação Física. 17 discentes afirmaram se sentirem pressionados a seguirem determinado estereótipo corporal, enquanto 15 disseram não sentir essa pressão.

Ainda questionando sobre a pressão para que seja seguido determinado padrão corporal, foi perguntado se: “Alguma vez você já foi questionado, negativamente, sobre



o seu aspecto corporal?”. 26 responderam que já foram questionados de forma negativa, enquanto 6 disseram nunca terem sofrido com questionamentos. Em seguida foi perguntado se eles já haviam questionado, negativamente, algum colega e/ou professor sobre o aspecto corporal. 21 afirmaram que nunca questionaram, enquanto 11 afirmaram já terem feito algum questionamento.

Quando solicitado que justificassem a razão de questionar outra pessoa sobre o aspecto corporal delas as respostas estavam relacionadas a questões de saúde ou com a prática profissional do professor de Educação Física.

Costa e Otesbelgue (2011, p.1) apresentam a que os indivíduos buscam se enquadrar dentro de um determinado padrão não para “ficar bonitas para si, mas para serem apreciadas pelos outros”. Essa busca por aceitação, segundo as autoras, se dá, “pois a Ciência passou a homogeneizar o corpo e o perfil de beleza, fazendo com que o igual venha a ser desejável e o diferente desprezado” (COSTA e OTESBELGUE, 2011, p.1”).

É importante discutir sobre a forma como os/as acadêmicos de Educação Física lidam com as questões sociais relacionadas ao corpo, uma vez que “a Educação Física na medida em que lida com o corpo na (ou da) sociedade, tende a ser associada à produção, a formação e ao desenvolvimento de padrões também estéticos. Deste modo, é preciso desafiar os padrões hegemônicos de corpo” (KRUG et. al., 2008, p.6).

Freitas et. al. (2010, p.392) apresentam que quando está relacionado à beleza, “o padrão de beleza corporal seria um conjunto de características que um corpo deveria apresentar para ser considerado como belo por um determinado grupo de indivíduos.”

A pergunta seguinte do questionário visava saber se eles acreditavam que os acadêmicos e professores de Educação Física deveriam seguir um padrão corporal e em seguida deveriam justificar a resposta dada. 30 responderam que os professores e acadêmicos não deveriam seguir um padrão corporal, enquanto 2 disseram que deveria ser seguido um padrão.

Buscou-se saber se eles tinham consciência de que os padrões corporais/estéticos eram uma imposição a ser seguida. Foi perguntado: “Para você, há uma pressão social



para se seguir determinados padrões corporais?”. 30 responderam que sim e apenas 2 disseram que não existia a pressão.

Por último foi pedido para que os participantes respondessem o que eles achavam ser um corpo belo e ideal. Pôde-se perceber nas respostas que alguns defendem modelos específicos do que seria um corpo belo e ideal, apesar de apenas 2 terem defendido que deveria seguir um padrão quando questionados anteriormente.

Os demais discentes responderam que o corpo belo e ideal está relacionado aos aspectos de se aceitar, ter uma boa autoestima em relação ao corpo, bem como ser um corpo saudável.

A ideia de que o corpo belo e ideal deve ser um corpo de uma pessoa que está satisfeita consigo e que se aceita à sua maneira, além de ser um corpo saudável e que não restringe o indivíduo da realização de práticas que lhes são prazerosas aparecem em falas que demonstram uma maior preocupação com a forma que o indivíduo se percebe e constrói a sua identidade.

Por estar relacionada a construção de processos identitários e ser subjetiva, a ideia de o que é belo pode variar de cada indivíduo, tornando até mesmo difícil criar uma forma de mensurar (ou qualificar) o belo.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com a pesquisa realizada, pôde-se perceber que ainda está arraigado no pensamento dos discentes a necessidade de se enquadrar em um Padrão de Beleza e seguir uma ideia de Corpo Ideal exemplar por serem acadêmicos e futuros professores de Educação Física. Essa percepção pode estar relacionada a pressão social para que os indivíduos se enquadrem em determinado padrão estético, assim, passando a ser melhor aceito socialmente. Ainda existe a cobrança de que por serem acadêmicos (e futuros professores de Educação Física) eles devem exibir um corpo esbelto, magro, torneado e definido pelos exercícios físicos, pois como irão trabalhar com o corpo devem ser um exemplo de corpo a ser seguido.

É importante que ao longo do percurso formativo os discentes sejam sempre instigados a refletirem sobre as questões do corpo relacionados a saúde e a estética e que busquem desenvolver um senso crítico para que possam compreender como a influência



da mídia, sejam as de massa ou as mídias sociais, influenciam na percepção do que é belo, desejável e estimulado a se alcançar. O Curso de Licenciatura em Educação Física deve formar indivíduos que sejam capazes de pensar criticamente e buscar ter uma melhor compreensão sobre o Corpo e os aspectos sociais que o afeta. Desta forma, não seria, no ambiente profissional e social, um indivíduo que estimula a busca por um padrão inalcançável que é imposto e que aflige muitos jovens que estão em conflito com a sua percepção e imagem corporal.

### REFERÊNCIAS

- BARDIN, L. (2016). Análise de Conteúdo. Tradução Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro.-- São Paulo : Edições 70, 2016.
- COSTA, É. M, M. OTESBELGUE, R. C. (2016). Concepção de corpo: a realidade vivida por acadêmicos de Educação Física na Eseffego. **EFDeportes Revista Digital** - Buenos Aires - Año 16 - Nº 156 - Mayo de 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd156/concepcao-de-corpo-por-academicos-de-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 15 jan. 2020.
- FRANK, R. CLAUMANN, G. S. PINTO, A. A. CORDEIRO, P. C. FELDEN, É. P. G. PELEGRINI, A. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de educação física. **J Bras Psiquiatr.** 2016;65(2):161-7. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Gaia\\_Claumann/publication/305312361\\_Fatores\\_associados\\_a\\_insatisfacao\\_com\\_a\\_imagem\\_corporal\\_em\\_academicos\\_de\\_Educacao\\_Fisica/links/58a30545a6fdccf5e9763d72/Fatores-associados-a-insatisfacao-com-a-imagem-corporal-em-academicos-de-Educacao-Fisica.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Gaia_Claumann/publication/305312361_Fatores_associados_a_insatisfacao_com_a_imagem_corporal_em_academicos_de_Educacao_Fisica/links/58a30545a6fdccf5e9763d72/Fatores-associados-a-insatisfacao-com-a-imagem-corporal-em-academicos-de-Educacao-Fisica.pdf). Acesso em: 01 fev. 2020.
- FREITAS, C. M. S. M. de. LIMA, R. B. T. COSTA A. S. LUCENA FILHO, A. O Padrão de Beleza Corporal Sobre o Corpo Feminino Mediante o IMC. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v.24, n.3, p.389-404, jul./set. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v24n3/a10v24n3.pdf>. Acesso em: 20 jan. 2020.
- GERHADT, T. E. SILVEIRA, D. T. Métodos de pesquisa (2009) / [organizado por] Tatiana Engel Gerhardt e Denise Tolfo Silveira; coordenado pela Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica – Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural da SEAD/UFRGS. – Porto Alegre: **Editora da UFRGS**, 2009. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>. Acesso em: 17 jan. 2020.
- KRUG, H. N. CRISTINO, A. P. R. IVO, A. A. ILHA, F. R. S. (2008). A Compreensão da Estética na Formação Inicial em Educação Física Licenciatura. **EFDEPORTES Revista Digital** - Buenos Aires - Año 13 - Nº 121 - Junho de 2008. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd121/a-compreensao-da-estetica-na-formacao-inicial-em-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 13 jan. 2020.