Educação Física, mídia e imagem corporal.

Sabrina da Rosa Dornelles

Tanto a mídia impressa quanto outros meios de comunicação remetem um padrão de beleza corporal, e que para serem aceitos na sociedade homens e mulheres precisam assemelhar-se a este modelo imposto como o ideal. A imagem acaba sendo muito importante para adolescentes em idade escolar, é o momento em que a menina e o menino estão se descobrindo se como mulher e homem e as transformações físicas e psicológicas no corpo são constantes.

E a Educação Física propõe que o aluno saiba a importância da atividade física para a uma vida mais saudável e ela estando muito ligada a marketing de complementos alimentares, equipamentos e aulas de ginástica, por exemplo, vinculadas a mídia diariamente e consequentemente muitas vezes associado ao corpo perfeito. Sendo assim os PCN’s reafirmam a importância da discussão em aula deste tema e de entender como mídia interfere no desenvolvimento dos alunos, e não apenas nas aulas de Educação Física, mas também em outros componentes curriculares.

“A Educação Física na escola não pode ignorar os meios de comunicação e as práticas corporais que eles retratam, tampouco o imaginário que ajudam a criar. É necessário que as aulas forneçam informações relevantes e contextualizadas. Então, caberá à disciplina manter um permanente diálogo crítico sobre a mídia, trazendo esse tema para reflexão dentro do contexto escolar”.(BRASIL, 2000 p. 198)

Segundo a autora para a mídia o padrão é um corpo jovem, branco, musculoso e no caso do corpo feminino, magro. E em pesquisas é possível afirmar que apenas se aplica esse padrão a 8% da população mundial. E a mídia acaba insistindo neste padrão único de beleza tanto para mulheres e homens expressas claramente na publicidade, revistas, novelas e programas de televisão.

Através disto é papel da Educação Física discutir em aula este padrão de corpo, quais as influências por trás deste padrão de beleza e fazer com que os alunos reflitam sobre o corpo que querem ter.

Socialmente o corpo é mostrado por modelos e atrizes magríssimas e visto como o corpo perfeito padrão que todos deveriam adequar se, inclusive adaptar se também as roupas e aos comportamentos tidos como aceitáveis.

As mulheres gordas consideradas fora do padrão, muitas vezes são vistas como tendo algum tipo de distúrbio, mas me pergunto o que leva uma pessoa a se submeter a diversos tipos de intervenções cirúrgicas correndo riscos até fatais muitas vezes, apenas para alcançar o padrão corporal.

Os padrões de beleza variam de cultura para cultura e em outras épocas foram diferentes, na Idade Média era valorizado um corpo forte, mais gordo; no XX o corpo belo era magro e escondia se o quadril largo e seios mais fartos; já na década de 40 com influência do cinema o corpo mais curvilíneo e volumoso passa a ser o novo padrão, até chegar no XXI onde a mulher e o homem moldam o seu corpo como querem através de aulas em academias ou através de cirurgias plásticas ou mudanças na alimentação. Há uma fácil e rápida aproximação ao padrão de beleza através destas cirurgias onde o importante é a estética, a beleza a qualquer custo. Tem a mulher operária que tem a visão que seu corpo precisa ser forte e gordo para aguentar a demanda do trabalho e quando chega em casa e vai assistir a televisão acaba frustrando se pois vê outro padrão diferente do seu na novela.

A ideia deste padrão imposto pelas mídias afeta a autoimagem das pessoas que acabam por buscar um corpo magro, atraente e em boa forma, independente de sua realidade corporal, frustrando se quando percebe que está longe deste padrão que se torna cada vez mais difícil alcança-lo acabando por adquirir uma imagem corporal negativa que resulta em baixa autoestima, depressão, transtornos alimentares e emocionais.

Estando os adolescentes em constantes mudanças físicas e psicológicas gerando insegurança e ansiedade, sua imagem corporal está em construção, buscando integrar se no mundo adulto, acaba sendo facilmente influenciado pelas mídias e a imposição deste padrão pode causar problemas. Ele vai atrás do corpo ideal e não do corpo possível sendo o peso um dos aspectos que mais preocupa o adolescente ele vai recorrer a dietas restritivas adquiridas pelos meios de comunicação mais acessível que poderão desencadear transtornos alimentares entre eles a anorexia e bulimia.

A Educação Física pode e deve contribuir na relação da mídia com o adolescente propondo discussões sobre as informações veiculadas pela mídia proporcionando ao aluno conhecimentos sobre saúde, alimentação, qualidade de vida e atividade física. Para que na hora que ele esteja folheando uma revista ou assistindo um programa de televisão possa refletir e ser crítico diante desta informação a ponto de aceitá-la ou repudia-la, estando ciente do interesse da publicidade junto com o mercado consumista perante a sociedade. E que, em um país repleto de diversidade como o nosso aceitar um único padrão de beleza está longe de nossa realidade.

Uruguaiana, 29 de outubro de 2015.