
#

*ALUNO DO 6º AO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENAL II*

**“C O R P O & I M A G E M”**

Para se falar sobre o corpo é necessário compreendê–lo com reflexo da história e resultado da interação do homem com ele mesmo e com o mundo a sua volta. Atualmente a relação do homem com seu corpo sofrem influências de diversos fatores: idade, meios de comunicação, valores e atitudes inseridos em uma cultura. Esses fatores têm levado meninos e meninas, adolescentes principalmente, a apresentarem um conjunto de preocupações com a imagem que eles têm de si próprios. Essa percepção de si vem carregada de informações as quais são bombardeados, a todo o momento, graças à velocidade e utilização das mídias eletrônicas (internet, TV, revistas), poderosos transportes de ideias.

“Cuidar do corpo é muito bom, querer um corpo magro e belo também é, mas os limites que se tem ultrapassado para a conquista deste corpo é que devem ser avaliados e discutidos”. Alguns autores consideram existir forte tendência cultural em considerar a magreza como situação ideal de aceitação social para mulheres. Por outro lado, para os homens, ocorre a tendência de se acatar como ideal um corpo mais forte ou mais volumoso.

É possível que o grau de insatisfação com a imagem corporal seja o principal incentivador para que se inicie um programa de atividade física, tal decisão é extremamente positiva. No entanto, o desagrado com o corpo talvez seja o responsável por inúmeras consequências negativas como distúrbios alimentares (anorexia ou bulimia) e deformações musculares.

**Mas o que é imagem corporal?**

**É conhecimento que temos do nosso próprio corpo. Entendendo o corpo como uma unidade que se relacionada com outros corpos e com o mundo que o envolve.**

Ao tomar como referência o padrão corporal divulgado pela mídia, estudiosos afirmam que meninos e meninas, entre 7 e 12 anos, com excesso de peso, são menos felizes, menos dispostos, mais tímidos e estão mais predispostos a desenvolver distúrbios alimentares do que as crianças que não possuem esse perfil. Os autores consideram ainda que alguns fatores contribuem para a ocorrência de problemas com a imagem corporal na infância. São eles: a relação entre o peso e a altura (IMC); o temperamento; a influência dos pais e familiares; o grupo de relacionamento - amigos ou colegas; os meios de comunicação e os brinquedos. Atitudes positivas ou negativas nesse momento podem ser decisivas na formação da criança.

É urgente entender que o corpo reflete uma cultura e uma época e que uma imagem comum a todas as pessoas pode acabar com as características individuais e de um povo.

E o que fazer para não se perder em todos esses modismos?

Reflita:

De que forma a atividade física pode influenciar na percepção da sua imagem corporal?

Sugestão de leitura:

Eu, etiqueta – Carlos Drummond de Andrade.

REFERÊNCIAS:

CRUZ, P.P., NILSON,G. PARDO, E.R. FONSECA, O.F. Culto ao Corpo: Culto ao corpo as influencias da mídia contemporânea marcando a juventude – Fazendo Gênero – Corpo Violencia e Poder – Florianópolis 2008.

CAMINHA, I.- O distante - próximo e o próximo distante – Corpo e Percepção na Filosofia de Merleau – Ponty

DAMASCENO,V.O.;VIANNA,V.R.A.;VIANNA,J.M.;LACI,M.;LIMA,J.R.P.;NOVAES,J.S. – Imagem Corporal e Corpo Ideal. Revista Brasileira Ciência e Movimento 2006 – 87 – 96

LE BOUCH,J – O Corpo na Escola do séc. XXI – ED. Phorte, 2008

NÓBREGA, Teresinha Petrúcia da - Uma Fenomenologia do Corpo – São Paulo: Livraria da Física, 2010 – (Coleção contextos da Ciência)

*”Aquele que conhece os outros é sábio.*

*Aquele que conhece a si mesmo é iluminado.”*

*Lao Tsu*