

Artigos Originais

Educação Física e corpo ideal: um estudo com acadêmicas¹

Physical Education and the ideal body: a study with female undergraduate students

Educación Física y el cuerpo ideal: un estudio con estudiantes universitarias



Carla Chagas Ramalho

Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros, Minas Gerais, Brasil
carlaramalho.ccr@gmail.com



Ellen Thais Cordeiro Silva

Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros, Minas Gerais, Brasil
image.pngellenthaiss1994@gmail.com

Resumo: Este artigo analisa como acadêmicas ingressantes e concluintes do curso de Educação Física (EF) percebem e são influenciadas pelo conceito de “corpo ideal”, socialmente construído em suas vidas. Fundamentado no Materialismo Histórico- Dialético, o estudo adota abordagem qualitativa e comparativa, com questionário on-line aplicado a dezesseis participantes dos 1º e 8º períodos. Os resultados mostram que, embora muitas associem o corpo ideal à saúde ou à autoaceitação, suas justificativas revelam a internalização de padrões estéticos normativos vinculados ao modo de produção capitalista. Conclui-se que é necessário inserir debates críticos sobre corpo e estética na formação docente, para que futuros(as) professores(as) atuem de forma ética, consciente e emancipadora.

Palavras-chave: corpo ideal; educação física; formação docente.

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para a sua realização.

Abstract: This article analyzes how first-year and graduating students of the Physical Education (PE) program perceive and are influenced by the concept of the “ideal body”, socially constructed throughout their lives. Grounded in Historical and Dialectical Materialism, the study adopts a qualitative and comparative approach, using an online questionnaire answered by sixteen participants from the 1st and 8th semesters. The results show that although many associate the ideal body with health or self-acceptance, their justifications reveal an internalization of normative aesthetic standards linked to the capitalist mode of production. The study concludes that it is necessary to incorporate critical debates on body and aesthetics into teacher training, so that future educators can act ethically, consciously, and in an emancipatory manner.

Keywords: ideal body; physical education; teacher education.

Resumen: Este artículo analiza cómo las estudiantes de primer y último semestre del curso de Educación Física (EF) perciben y son influenciadas por el concepto de “cuerpo ideal”, socialmente construido a lo largo de sus vidas. Fundamentado en el Materialismo Histórico-Dialéctico, el estudio adopta un enfoque cualitativo y comparativo, con la aplicación de un cuestionario en línea a dieciséis participantes de los 1º y 8º semestres. Los resultados muestran que, aunque muchas asocian el cuerpo ideal con la salud o la autoaceptación, sus justificaciones revelan la internalización de estándares estéticos normativos vinculados al modo de producción capitalista. Se concluye que es necesario incorporar debates críticos sobre cuerpo y estética en la formación docente, para que los futuros/as profesores/as actúen de forma ética, consciente y emancipadora.

Palabras clave: cuerpo ideal; educación física; formación docente.

Submetido em: 22/04/2025

Aceito em: 17/05/2025

1 Introdução

Na sociedade contemporânea, a busca pelo tão sonhado “corpo ideal” costuma ser incessante e, por vezes, essa procura não passa pelos questionamentos sobre “para quem” ou “para que” determinado corpo seria ideal. O que se pode constatar é que a variação desse modelo de corpo idealizado, rotineiramente, tem como um dos fatores o modo de produção e as modificações do mercado, principalmente o conhecido “mercado da beleza”. Para Sampaio e Ferreira (2009), na ideologia capitalista, o corpo é visto como objeto de consumo, de modo que pode ser comprado e vendido, quase como um produto muito valioso, semelhante a um carro de luxo. Nesse processo, a indústria cultural muda o papel do corpo, “transformando o corpo-produtor em corpo-consumidor, e assim tornando-o uma rentável especiaria a se vender no mercado” (Coelho; Severiano, 2007, p. 9).

Nesse contexto, propomos uma discussão sobre como esses padrões de beleza têm influenciado a vida das mulheres, especialmente as estudantes pesquisadas. O tema escolhido foi “A construção social do corpo ideal: perspectivas e influências nas acadêmicas de licenciatura em Educação Física (EF)”, refletindo como questão norteadora a necessidade de se problematizar como a projeção social do “corpo ideal” influencia e norteia a vivência de mulheres acadêmicas do curso de EF.

A valorização da estética e o consequente sentimento de inadequação corporal ecoam nas análises de Izquierdo (1990), que evidenciam como o sistema sexo/gênero atravessa a prática social das mulheres por meio de cobranças sociais constantes. Ao reforçar um padrão de feminilidade ideal, esse sistema impõe um modelo que todas as mulheres devem seguir para serem consideradas adequadas ao que se espera do sexo feminino. Com base nessa compreensão, a pesquisa tem como objetivo central analisar como as acadêmicas ingressantes e concluintes do curso de EF percebem e são influenciadas pelo conceito de “corpo ideal”, socialmente construído em suas vidas.

2 Metodologia

Este estudo foi fundamentado no Materialismo Histórico-Dialético (MHD), o que possibilitou uma análise crítica das raízes econômicas, sociais e ideológicas que moldam percepções e ações em um contexto totalizante (Netto, 2011). O MHD foi aplicado neste estudo considerando:

- a materialidade, aqui expressa na concretude corporal;
- a historicidade, demarcada pela trajetória histórico-social que sustenta as cobranças dirigidas ao corpo das mulheres;
- a dialeticidade, evidenciada nas contradições entre romper com estereótipos e, ao mesmo tempo, sentir-se compelida a se enquadrar na lógica mercadológica para conseguir vender sua força de trabalho.

Com base no compromisso metodológico adotado, as análises foram guiadas por categorias construídas a partir das respostas das participantes, buscando compreender, para além das falas individuais, o que elas revelam a respeito das pressões sociais que incidem sobre seus corpos. A pesquisa foi realizada com acadêmicas do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade do Norte de Minas Gerais, por amostragem não probabilística por conveniência (Gil, 2008), incluindo sete ingressantes (1º período) e nove concluintes (8º período). Os dados foram coletados entre os dias 12 e 23 de agosto de 2024, por meio de questionário on-line (*Google Forms*) enviado pelo aplicativo de mensagens *WhatsApp*. A metodologia comparativa permitiu identificar semelhanças, diferenças e possíveis transformações na relação com o corpo ideal ao longo da formação. As respostas foram analisadas por categorização, entendidas como expressões de vivências, pensamentos e sentimentos que refletem a realidade social das participantes (Minayo, 1994). Todos os parâmetros éticos foram respeitados,

com aprovação do Comitê de Ética (Parecer nº 5.105.580) e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, garantindo o sigilo e a integridade das participantes e da instituição.

3 O corpo ideal como expressão da dominação patriarcal

Nesta pesquisa, com base no MHD, parte-se da compreensão do “corpo ideal” como uma ideologia capitalista que favorece o controle, principalmente das mulheres, na sociedade em que o Modo de Produção Capitalista (MPC) se constitui como dominante. Ou seja, partindo da materialidade histórica das opressões direcionadas às mulheres, a ideologia do “corpo ideal” fomenta o campo das ideias, reforçando a constituição de obrigações sociais destinadas a elas para que sejam reconhecidas como mulheres “femininas”.

Nesse contexto, o entendimento do sistema sexo/gênero como um sistema que visa a controlar e oprimir por meio do gênero – em detrimento das características sexuais – se reforça e viabiliza a naturalização das subordinações (Lerner, 2019). Assim, a feminilidade e a masculinidade (gênero) passam a ser cobradas incessantemente de forma a corresponder ao corpo sexuado (sexo), sendo essas cobranças socialmente impostas (Izquierdo, 1990).

O conceito de “corpo ideal” reforça essa perspectiva ao estabelecer padrões idealizados de como devem ser os corpos de mulheres e homens. Para além da estética corporal, recai também sobre as mulheres uma cobrança comportamental – espera-se que estejam predispostas ao cuidado e que sua condição social seja avaliada por meio de uma lógica subordinada, que passa pelo crivo do grupo sexual opressor (os homens) (Izquierdo, 2013).

Assim, a exigência de um corpo ideal para as mulheres possui peso e medida distintos do que para os homens, que são socialmente encorajados à aventura e à descoberta. Para as mulheres, por outro lado, a segurança e a repetição de atividades cíclicas e reprodutivas estruturam as opressões impostas pelo sistema sexo/gênero, reforçando padrões e estereótipos (Izquierdo, 1990).

Isso pode ser reforçado pela pesquisa de Maio *et al.* (2021) ao apontar a influência das cobranças baseadas em estereótipos divulgados e comercializados pelas redes sociais (como o *Twitter*), especialmente sobre os jovens e, em particular, sobre as mulheres. Segundo o autor e as autoras:

[...] as mulheres ainda são as mais alcançadas com os discursos, propagandas e quaisquer vendas relacionadas ao conteúdo final do físico ideal, típico de uma sociedade oriunda do patriarcado, que acaba por cobrar demais, o conceito de “mulher bonita” onde elas devem se encaixar nesse padrão para que possam ser mais aceitas (Maio *et al.*, 2021, p. 11).

Maio *et al.* (2021) evidenciam como novas formas de expressão do patriarcado seguem sustentando as mesmas cobranças e mecanismos de controle impostos às mulheres e à sua rotina. Com isso, esse grupo sexual continua sendo pressionado a dedicar-se às exigências relacionadas à aparência em detrimento de uma reflexão mais ampla, complexa e consciente sobre suas reais necessidades sociais.

4 Estereótipos de corpos de docentes de EF

Historicamente, no início do século XX, a Escola Nacional de Educação Física e Desportos exigia, para ingresso nos cursos de EF, testes de aptidão física baseados no método francês, com o objetivo de selecionar civis com maior desempenho físico (Baptista, G.; Baptista, J., 2017). Esses testes funcionavam como forma para estabelecer a imagem de um profissional reconhecido sobretudo por sua capacidade de demonstrar fisicamente os exercícios e representar atributos corporais associados à saúde (Baptista, G; Baptista, J., 2017). Embora hoje não sejam mais exigidos, os padrões estabelecidos naquele período seguem presentes: o ideal do(a) docente com corpo atlético ainda permeia o imaginário social e acadêmico, influenciando os processos de formação docente.

Na pesquisa de Santos e Franco (2023), os autores relatam o caso de uma docente com deficiência física, adquirida após uma lesão medular, que atua como *personal trainer* em uma academia. Sua trajetória evidencia questões importantes sobre o exercício da docência por pessoas que fogem aos padrões socialmente estabelecidos para a atuação na EF. O estudo de caso mostra que, embora a professora rompa com determinados estereótipos, ela também reproduz outros, como o padrão estético: “Há uma preocupação em manter ou pelo menos se aproximar de um padrão estético socialmente definido” (Santos; Franco, 2023, p. 10).

Essa dialética – romper com estereótipos enquanto se vê obrigada a se adequar a determinadas cobranças sociais – revela uma das contradições marcantes enfrentadas até mesmo por quem almeja uma sociedade mais igualitária em direitos e deveres. Tal pressão atinge todos(as) os(as) docentes de EF, dada a constante exigência social por determinados perfis que, muitas vezes, reduzem o saber profissional à estética, limitando a possibilidade de os(as) docentes demonstrarem, de fato, seu conhecimento profissional.

Nesse cenário, observa-se uma exigência individual de aceitação e ascensão social por meio do corpo, levando muitos profissionais a buscarem diversos produtos no mercado com o intuito de alcançar ou manter uma “boa forma” (Valladão, 2022). Em seu estudo, Valladão (2022) aponta que as professoras de EF acabam se sujeitando a esse padrão estipulado, a fim de se tornarem referência para seus/suas discentes. Estes, por sua vez, se baseiam no corpo e na performance das professoras para validar e julgar seus ensinamentos. Assim, percebe-se que há uma cobrança profissional constante para que essas docentes mantenham uma aparência estereotipada de um “corpo ideal”, que não necessariamente reflete saúde e vitalidade, mas que é reforçada por sua condição de mulheres e pelas imposições sociais direcionadas aos seus corpos.

5 Resultados e discussão

Os dados obtidos pela aplicação do questionário foram organizados da seguinte maneira: cada acadêmica foi identificada pela letra “A” acrescida do número 1 ou 8, equivalente ao período no curso de EF (1º ou 8º), seguido do sinal *underscore* (_) e de outro número, o qual particulariza as respondentes. O Quadro 1 apresenta a síntese da caracterização das pesquisadas.

Quadro 1 – Relação de dados sobre as pesquisadas

Acadêmicas	Grupo de idade	Período
A8_1	23-24	Oitavo
A8_2	23-24	Oitavo
A8_3	27-28	Oitavo
A1_4	19-20	Primeiro
A1_5	19-20	Primeiro
A8_6	25-26	Oitavo
A8_7	21-22	Oitavo
A8_8	21-22	Oitavo
A8_10	23-24	Oitavo
A1_15	19-20	Primeiro
A1_16	+ 30	Primeiro
A1_17	25-26	Primeiro
A1_18	21-22	Primeiro
A8_19	21-22	Oitavo
A8_20	+ 30	Oitavo
A1_21	23-24	Primeiro

Fonte: elaborado pelas autoras.

A seguir, apresenta-se a discussão embasada nas três categorias determinadas após a análise dos dados coletados: Definições de corpo ideal; Corpo ideal e EF; Paradigma X Autoimagem.

6 Definições de corpo ideal

Nesta categoria, a aparente precisão das participantes quanto ao conceito de corpo ideal é apresentada com o intuito de promover uma análise comparativa entre suas próprias falas, evidenciando contradições significativas. Adotando a compreensão de totalidade própria do MHD, considera-se que as respostas individuais estão atravessadas por influências sociais e externas. Assim, o objetivo da pesquisa não é emitir julgamentos morais, mas compreender quais influências aparecem com mais frequência entre as acadêmicas e de que forma elas manifestam tais contradições.

A seguir, apresentamos três grupos de respostas sobre a definição de “corpo ideal”.

Quadro 2 – Grupos de definição sobre “corpo ideal” para acadêmicas

Grupo	Respostas
Corpo Saudável	“aquele corpo que me deixa confortável, no caso com saúde e me permita realizar coisas do dia a dia sem preocupações” (A8_1, entrevista concedida em 12 ago. 2024).
	“um corpo ideal para mim, significa ser saudável, não só esteticamente, mas que engloba o físico e o mental” (A8_2, entrevista concedida em 12 ago. 2024).
	“um corpo saudável, que você se sinta feliz e confortável!” (A1_5, entrevista concedida em 13 ago. 2024).
	“um corpo saudável, que te possibilita fazer exercícios e atividades físicas, no qual a pessoa se sinta bem com é” (A8_6, entrevista concedida em 13 ago. 2024).
	“o mais saudável possível” (A8_7, entrevista concedida em 13 ago. 2024).
	“um corpo saudável e definido” (A8_10, entrevista concedida em 16 ago. 2024).
	“Significa ter um corpo saudável. Um corpo que consiga realizar todas as atividades que demandam a vida corriqueira mas também as atividades ‘fora da normalidade’” (A1_21, entrevista concedida em 23 ago. 2024).
	“Saudável” (A1_16, entrevista concedida em 21 ago. 2024).
Magro e musculoso	“Não muito musculoso, nem muito acima do peso” (A8_8, entrevista concedida em 14 ago. 2024).
	“Em vista da sociedade, é o corpo magro e ‘musculoso’” (A1_15, entrevista concedida em 20 ago. 2024).
	“Um corpo saudável, atlético, sem celulites e gordurinhas” (A8_20, entrevista concedida em 21 ago. 2024).

Autoaceitação	"Pra mim, seria um corpo que eu me sinta bem" (A8_3, entrevista concedida em 12 ago. 2024).
	"Um corpo onde consigo me sentir bem comigo mesma ao me olhar" (A1_4, entrevista concedida em 13 ago. 2024).
	"O corpo que a pessoa se sinta bem" (A1_17, entrevista concedida em 21 ago. 2024).
	"Um corpo perfeito" (A1_18, entrevista concedida em 21 ago. 2024).
	"Ter um corpo saudável em que o a pessoa que o tem seja feliz por tê-lo" (A8_19, entrevista concedida em 21 ago. 2024).

Fonte: elaborado pelas autoras.

O grupo do “corpo saudável” revela que, para as participantes, o corpo ideal deve ser, sobretudo, saudável. Nota-se, nesse contexto, uma ampliação do conceito de saúde, tratado de forma genérica e com uso conceitual bastante flexível. Isso fica evidente na fala de A1_21, cuja imprecisão no uso do termo “saúde” demonstra como algumas estudantes acabam reproduzindo discursos que, ao longo de suas justificativas, entram em contradição com a definição de saúde como completo bem-estar físico, social e emocional, conforme estabelecido na Carta de Princípios da Organização Mundial da Saúde (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1984).

Esse entendimento acaba se encaixando em uma concepção que poderia ser facilmente substituída pela ideia de “corpo útil”. E, ao se considerar o MPC atual, a utilidade exigida por esse sistema corresponde a um corpo produtivo, no sentido restrito da geração de capital, atrelado à capacidade de produzir mais-valor e, portanto, de ser explorado (Marx, 2008). Essa lógica é contrária à definição integral de saúde anteriormente mencionada (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1984). Ao se adotar a funcionalidade como parâmetro, dentro das relações sociais sustentadas pelo MPC, percebe-se que saúde e funcionalidade/exploração se colocam em contradição – e não como complementares, como sugerido por A1_21.

No grupo “magro e musculoso”, observa-se que as acadêmicas valorizam a saúde, mas a vinculam a um padrão corporal específico, marcado por características estéticas tradicionais. Essa associação revela a influência de um sistema que mercantiliza e objetifica os corpos, como aponta Ávila (2010, p. 32): “Anuncia-se a

venda de novos corpos da mesma maneira que se anuncia a venda de um vestido. Muda-se o curso dos rios e os peitos das mulheres como parte de uma mesma configuração das novas fronteiras da relação mercantil”.

A fala da participante A8_20 evidencia essa pressão estética e a contradição de relacionar saúde à aparência. No entanto, quando se adota uma concepção ampliada de saúde, que engloba bem-estar físico, emocional e social, torna-se insustentável considerar a ausência de celulites como critério legítimo para definir um corpo saudável.

No terceiro grupo, “autoaceitação”, estão as acadêmicas que associam o corpo ideal a um sentimento de bem-estar e aceitação pessoal, caracterizando uma dimensão mais subjetiva e maleável do que seria esse corpo ideal. Tal subjetividade pode funcionar como uma forma de retorno à cobrança estética em moldes mais socialmente aceitáveis, já que, ao relacionar o corpo ideal a um sentimento – sem um elemento material que concretize essa sensação – abre-se espaço para discursos ambíguos e interpretações voláteis. Esse discurso é frequentemente utilizado como se houvesse uma liberdade de escolha genuína sobre a própria vida e sentimentos, de forma individual e individualista.

Dentro do método adotado neste estudo, compreende-se que, para que exista de fato poder de escolha sobre o próprio corpo, seria necessário viver em uma sociedade emancipada, onde todas(os) tivessem acesso real – e não apenas discursivo – a todas as possibilidades. Essa condição, entretanto, não se realiza sob o MPC (Netto; Braz, 2006).

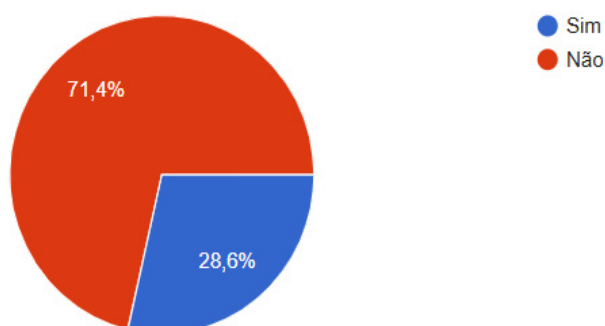
A resposta da participante A8_19, ao associar o corpo ideal à felicidade, evidencia uma contradição significativa: em uma sociedade regida pelo MPC, o sentimento de felicidade é frequentemente medido pelo consumo de mercadorias supérfluas – e não por condições de vida dignas e coletivas. Assim, sentir-se feliz com o próprio corpo pode significar apenas a conformidade com padrões estéticos socialmente exigidos, sem necessariamente re-

fletir um estado real de saúde. De modo geral, as respostas das participantes revelam contradições internas: mesmo evitando, em alguns momentos, reforçar estereótipos de beleza, muitas reproduzem concepções de saúde limitadas à aparência física, desconsiderando aspectos sociais, emocionais e políticos. O corpo, nesse contexto, deixa de ser reconhecido como expressão de condições concretas de vida – muitas vezes precárias – para ser medido por padrões idealizados e alienantes.

7 Corpo ideal e EF

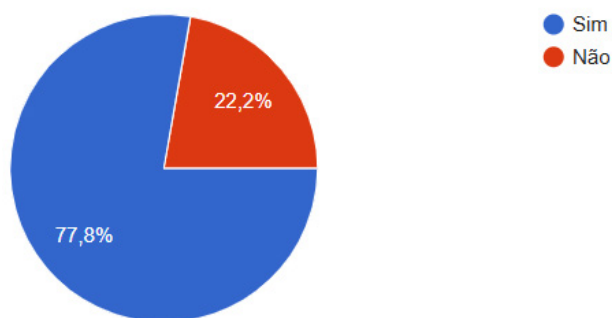
Formados(as) em Educação Física costumam ser associados(as) a estereótipos corporais padronizados – corpos “sarados”, magros e com aparência socialmente valorizada. Essa cobrança estética, frequentemente reforçada pelos(as) próprios(as) docentes (Valladão, 2022), acaba por vincular a qualificação profissional à aparência física (Santos; Franco, 2023), alimentando o chamado “mercado da beleza” (Coelho; Severiano, 2007). Nesta categoria, analisa-se como as estudantes pesquisadas reproduzem contradições que reforçam esses estereótipos, afetando a forma como percebem seus corpos e suas futuras atuações profissionais. Para isso, foi realizada a seguinte pergunta: “Para você, existe alguma relação entre ter um ‘corpo ideal’ e ser professora de EF?”.

Gráfico 1 – Corpo ideal e EF: acadêmicas do 1º período



Fonte: elaborado pelas autoras.

Gráfico 2 – Corpo ideal e EF: acadêmicas do 8º período



Fonte: elaborado pelas autoras.

As justificativas das discentes do 1º período, que afirmam não haver relação entre “corpo ideal” e ser professora de EF, foram: “Para todos, uma professora de EF deveria ser bombada ou totalmente dentro do padrão, mas a gente pode ensinar uma EF importante para a saúde mesmo fora do padrão também, até porque **estamos aprendendo** e criando o hábito também” (A1_4, entrevista concedida em 13 ago. 2024, grifo nosso); “Creio que **não é** o corpo que mede seu profissionalismo” (A1_5, entrevista concedida em 13 ago. 2024, grifo nosso); “Acredito que pessoas que fazem EF procuram ser mais saudáveis em vários aspectos, porém esse ‘corpo ideal’ é um estereótipo muito forte, e nem todos **querem** alcançar esse padrão” (A1_15, entrevista concedida em 20 ago. 2024, grifo nosso); “Ser professora de EF vai depender do domínio de conteúdo” (A1_17, entrevista concedida em 21 ago. 2024); “O que importa são as técnicas que os professores aplicam, e **não o corpo do professor**” (A1_21, entrevista concedida em 23 ago. 2024, grifo nosso).

Para essas discentes, embora tenham afirmado que não existe um corpo ideal para professoras de EF, algumas se contradizem nas suas justificativas. Algumas até demonstram desejo de alcançar esse padrão corporal, como expõe A1_4 ao afirmar que ainda “estão aprendendo”, o que remete à ideia de que é preciso atingir um corpo “ideal”. Assim, essas discentes evidenciam a dialeticidade das cobranças sociais em torno de corpos malhados e magros para docentes de EF, ao mesmo tempo em que manifestam certas

resistências – resistências essas que não se sustentam até o fim de seus argumentos, pois acabam por revelar o quanto essas exigências também as afetam diretamente.

Já as acadêmicas do 8º período, que apontaram haver relação entre o corpo ideal e a docência em EF, destacaram: “Não necessariamente me afeta ou me faz querer mudar meu corpo, mas a exigência de **ter um corpo mais forte e bem construído** para representar um profissional de EF ainda é uma **visão popular**” (A8_1, entrevista concedida em 12 ago. 2024, grifo nosso); “Para ser professora de EF, **é preciso ter um corpo ideal** [...] não só pela questão estética, mas também pela saúde, seja ela física, emocional ou psicológica. [...] você, como professora, é o **espelho** dos seus alunos” (A8_2, entrevista concedida em 12 ago. 2024, grifo nosso); “Sinto que a aparência física de uma professora pode influenciar os alunos, podendo **servir de exemplo**” (A8_3, entrevista concedida em 12 ago. 2024, grifo nosso); “Infelizmente sim. Quando se fala em profissional de EF, as pessoas **já esperam** um corpo mais sarado” (A8_7, entrevista concedida em 13 ago. 2024, grifo nosso); “Não acho que passa **credibilidade**” (A8_8, entrevista concedida em 14 ago. 2024, grifo nosso); “Um profissional precisa executar aquilo que prega, precisa ser **exemplo**” (A8_19, entrevista concedida em 21 ago. 2024, grifo nosso); “**Credibilidade** como professora que realiza atividade física e cuida da saúde. [...] Ser **exemplo** para os alunos e colegas da escola” (A8_20, entrevista concedida em 21 ago. 2024, grifo nosso).

Essa inversão percentual observada nas respostas entre as pesquisadas do 1º e 8º períodos permite levantar algumas conjecturas. Apesar de não acompanhar as mesmas discentes ao longo do curso de graduação, e reconhecendo essa limitação, é possível perceber uma mudança significativa na percepção sobre essa questão. Enquanto as estudantes do 1º período enfatizam a importância de saber ensinar e dominar o conteúdo (mesmo que apresentando contradições em suas falas), as do 8º período tendem a associar a credibilidade e o exemplo docente à aparência corporal, reforçando dados da pesquisa de Valladão (2022).

Pontua-se como algumas dessas discentes já haviam avaliado o corpo saudável por meio do padrão de beleza atual. Por exemplo, a acadêmica A8_2 afirmou que ter um corpo ideal é ter um corpo saudável nos aspectos físico e mental; já A8_8 destacou que um corpo saudável é aquele “nem muito magro, nem muito musculoso” (A8_8, entrevista concedida em 14 ago. 2024); enquanto A8_20 associou saúde à ausência de gordurinhas e celulites. Essas percepções reforçam os estereótipos abordados nesta categoria ao relacionarem diretamente a imagem corporal da docente à sua credibilidade e ao exemplo que ela deve representar para seus/suas estudantes, baseando-se exclusivamente na aparência física.

Nas respostas apresentadas pelas discentes do 8º período, observa-se a recorrência de termos como “credibilidade” e “exemplo para os/as estudantes”, o que sugere um possível reforço ideológico das cobranças sociais ao longo da graduação. Ainda que não se possa afirmar isso com total certeza, chama atenção a repetição desses padrões de resposta entre as participantes. Essa constância revela a dialética do processo formativo, evidenciando o papel contraditório do próprio curso em sua função social e política: ao mesmo tempo em que se espera que o ingresso em um curso superior proporcione melhores condições de vida – por meio da especialização da força de trabalho das alunas (Saffioti, 2013) –, também se impõe a tensão entre resistir a essas exigências por meio da conscientização social e de classe ou se adequar ao que o MPC espera dessas futuras trabalhadoras. Apesar de essa contradição institucional ser perceptível, seu enfrentamento direto não se manifesta com clareza nas percepções conscientes das estudantes.

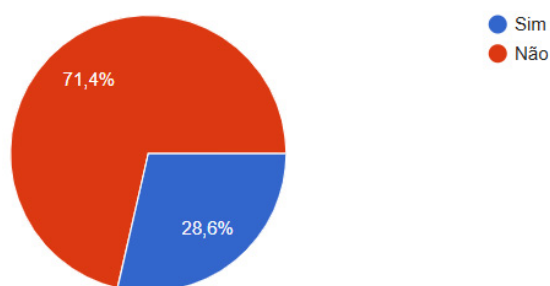
Esse movimento evidencia a dialética do processo formativo, no qual, ao reforçarem discursos com uso de termos como credibilidade e exemplo – desconsiderando os meios para alcançar esse padrão –, as próprias acadêmicas acabam por naturalizar uma lógica de exclusão: tanto de grupos que não se enquadram nas exigências do MPC quanto da dimensão crítica de sua formação. Ainda que inconscientemente, essa reprodução ocorre no próprio espaço educacional, como aponta Duarte (2021) ao afirmar que a

escola participa da luta de classes, mesmo sem plena consciência disso. O contraditório aqui exposto não é exclusivo das alunas pesquisadas ou da graduação em EF, mas reflete uma tensão estrutural do processo de transformação social: entre sobreviver dentro do MPC e a necessidade de superá-lo por meio da conscientização crítica, processo que não se dá de maneira imediata.

8 Paradigma x Autoimagem

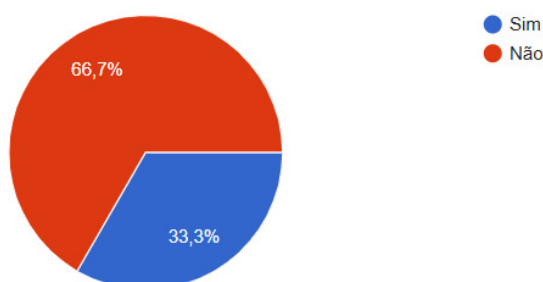
Nesta categoria, estabelece-se uma conexão entre os contextos abordados anteriormente e a pergunta direcionada à percepção que as estudantes têm sobre seus próprios corpos. O objetivo central é evidenciar como as contradições entre as noções de corpo saudável e corpo ideal se articulam com suas percepções pessoais, permitindo compreender com mais precisão as pressões sociais associadas aos estereótipos e padrões corporais. Para isso, foi feita a seguinte pergunta: “Você considera que seu corpo corresponde ao ‘corpo ideal’?”.

Gráfico 3 – O próprio corpo e o corpo ideal: acadêmicas do 1º período



Fonte: elaborado pelas autoras.

Gráfico 4 – O próprio corpo e o corpo ideal: acadêmicas do 8º período



Fonte: elaborado pelas autoras.

As justificativas das discentes do 1º período que afirmaram não considerarem seu corpo um corpo ideal foram: “Nem sempre me sinto bem com o corpo que tenho. Às vezes quero colocar uma roupa e penso que não está legal em mim por causa do corpo. Ou às vezes me olho e **não me vejo como gostaria**” (A1_4, entrevista concedida em 13 ago. 2024, grifo nosso); “Sou **muito magra** e isso não é visto como corpo ideal” (A1_15, entrevista concedida em 20 ago. 2024, grifo nosso); “**Visão da sociedade**” (A1_16, entrevista concedida em 21 ago. 2024, grifo nosso); “Por não ter um **corpo perfeito**” (A1_18, entrevista concedida em 21 ago. 2024, grifo nosso); “Estou **acima do peso** e minha saúde não está legal em relação ao **peso**” (A1_21, entrevista concedida em 23 ago. 2024, grifo nosso).

As contradições observadas nas falas dessas estudantes se evidenciam quando comparadas às definições que elas próprias atribuíram ao “corpo ideal” em questões anteriores. A1_4 permanece no campo das subjetividades e ancora sua compreensão na perspectiva e nas cobranças sociais ao mencionar expressões como “como se vê” e “sentir-se bem”, o que demonstra o entrecruzamento das categorias. A1_15 afirmou que o corpo ideal é o magro, mas reconhece que se considera “muito magra” e que isso não corresponde ao ideal – nem para ela, nem socialmente. Já A1_21, que havia indicado que o corpo ideal seria um corpo saudável, associa novamente saúde a padrões estéticos. Ou seja, todas essas respostas revelam contradições: na tentativa de construir um conceito mais amplo e inclusivo, as estudantes acabam por reproduzir os mesmos estereótipos que tentaram romper.

Entre as discentes do 8º período que também não consideraram seus corpos como ideais, destacam-se os seguintes relatos: “Pela correria do dia a dia, **não consigo me exercitar nem me alimentar bem**” (A8_2, entrevista concedida em 12 ago. 2024, grifo nosso); “Não é ideal, porque **me considero muito magra**” (A8_3, entrevista concedida em 12 ago. 2024, grifo nosso); “**Muito percentual de gordura**” (A8_7, entrevista concedida em 13 ago. 2024, grifo nosso); “Ainda estou no processo, mas vou **chegar lá**” (A8_8, entrevista concedida em 14 ago. 2024, grifo nosso); “Porque ain-

da não cheguei ao objetivo, que é um **corpo sem celulites, sem gordura acumulada e que seja fisicamente forte**" (A8_10, entrevista concedida em 16 ago. 2024, grifo nosso); "Tenho celulites, algumas gorduras que **me incomodam** e inchaço. **Não estou satisfeita com a imagem que vejo no espelho**" (A8_20, entrevista concedida em 21 ago. 2024, grifo nosso).

Entre as acadêmicas do 8º período, observam-se expressões mais diretamente alinhadas ao padrão de beleza atualmente exigido socialmente. Destaca-se o caso de A8_10, que havia definido o "corpo ideal" como sendo saudável, mas afirma não considerar o seu corpo saudável por questões exclusivamente estéticas. Isso evidencia como algumas definições elaboradas pelas discentes se mostram divergentes e contraditórias quando aplicadas à análise de seus próprios corpos. Tal contradição pode refletir uma fragilidade na apropriação crítica desses conceitos, o que pode interferir diretamente em sua futura atuação profissional.

Ao buscar ir além das aparências expressas nos questionários, observa-se definições contraditórias que merecem destaque. Mesmo que as estudantes do 8º período tenham sido maioria ao relacionar o corpo ideal à saúde – 55,6%, em comparação com 43,9% das acadêmicas do 1º período –, o conteúdo das justificativas revela que a autoimagem ainda é fortemente atravessada por critérios estéticos.

Tais influências são compreensíveis, uma vez que estão presentes nas relações sociais que estruturam o cotidiano. É importante retomar a contribuição de Marx (2008), ao afirmar que o MPC não se restringe à esfera econômica, mas fundamenta as relações sociais. Nesse sentido, ao traçar um paralelo com os dados desta pesquisa, observa-se que, mesmo quando algumas acadêmicas constroem compreensões de "corpo ideal" que aparentemente rompem com as padronizações impostas pelo MPC, a internalização dessas exigências ainda se manifesta – sobretudo quando não se consideram detentoras de um "corpo ideal", justificando isso com base em critérios essencialmente estéticos.

Como já apontado, essa lógica está articulada ao patriarcado que, no contexto do MPC, aprofunda a hierarquização entre os grupos sexuais para manter a submissão das mulheres na sociedade (Lerner, 2019). Essa estrutura impõe a elas a maior parte das cobranças relacionadas ao padrão de beleza (Maio *et al.*, 2021), sustentando a ideologia burguesa de que a adequação estética seria uma condição essencial para alcançar um bom emprego e um relacionamento satisfatório – fazendo parecer que tais conquistas dependem exclusivamente da iniciativa individual das mulheres.

9 Considerações finais

O objetivo desta pesquisa foi analisar como acadêmicas ingressantes e concluintes do curso de licenciatura em Educação Física percebem e são influenciadas pelo conceito de “corpo ideal”, socialmente construído em suas vidas. O método de análise adotado foi o MHD, que permitiu compreender as dimensões materiais, históricas e sociais que atravessam essa temática. A pesquisa teve como foco a experiência das mulheres, reconhecendo o patriarcado como uma forma específica e persistente de coerção voltada à manutenção da subordinação delas no MPC.

Algumas respostas foram transcritas na íntegra para favorecer a compreensão dinâmica do(a) leitor(a) e permitir o diálogo com pesquisas anteriores. Os dados revelaram que as acadêmicas vivenciam, de maneira contraditória, as pressões estéticas impostas tanto em sua formação acadêmica quanto em sua vida pessoal. Ainda que algumas tentem resistir à padronização do corpo ideal, suas falas, por vezes, reproduzem os ideais normativos da indústria da beleza, evidenciando as tensões que permeiam esse processo.

O estudo reforça a necessidade de que o curso de formação docente em EF problematize criticamente as pressões sociais relacionadas à estética e ao corpo. Essa reflexão deve fazer parte da formação, contribuindo para que futuras(os) docentes não sejam reprodutoras(es) de ideais impostos, mas sujeitos críticos, conscientes das dimensões éticas, políticas e pedagógicas de sua práti-

ca. Afinal, não basta o domínio de saberes científicos e biológicos sobre saúde: é essencial compreender como tais saberes são atravessados por demandas sociais e ideológicas.

Esta pesquisa contribui para o debate sobre corpo ideal, indústria da beleza e formação docente, e recomenda-se que futuros estudos aprofundem as contradições aqui evidenciadas, especialmente por meio de entrevistas síncronas que favoreçam uma análise mais detalhada das tensões vividas pelas participantes.

Conclui-se, portanto, com um convite ao enfrentamento crítico dessas imposições, para que a formação docente não se limite à reprodução de padrões estéticos do MPC, mas forme sujeitos conscientes e comprometidos com uma prática pedagógica emancipada.

Referências

ÁVILA, M. B. Mulher e natureza: dos sentidos da dominação no capitalismo e no sistema patriarcal. *In*: ARANTES, R.; GUEDES, V. (orgs.). **Mulheres, trabalho e justiça socioambiental**. Recife: SOS Corpo – Instituto Feminista para a Democracia, 2010. p. 25-38. *E-book*. Disponível em: https://biblioteca.clacso.edu.ar/Brasil/sos-corpo/20170920045806/pdf_953.pdf. Acesso em: 2 jul. 2025.

BAPTISTA, G. G.; BAPTISTA, J. G. Os testes de aptidão física na Educação Física: da justiça como equidade ao direito à educação. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 20, n. 1, p. 205-215, 2017. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/41955>. Acesso em: 2 jul. 2025.

COELHO, R. F. da J.; SEVERIANO, M. de F. V. Histórias dos usos, desusos e usura dos corpos no capitalismo. **Revista do Departamento de Psicologia**, Fortaleza, v. 19, n. 1, p. 1-18, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rdpsi/a/fZsYgLkfGvm7xj7SYbSRMQx/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 2 jul. 2025.

DUARTE, N. **Os conteúdos escolares e a ressurreição dos mortos**: contribuição à teoria histórico-crítica do currículo. Campinas: Autores Associados, 2021.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 2008.

IZQUIERDO, M. J. **Bases materiais del sistema sexo/género**. São Paulo: SOF, 1990. Disponível em <https://anossapropriasubstancia.wordpress.com/2016/12/21/bases-materiais-do-sistema-sexogenero>. Acesso em: 2 jul. 2025.

IZQUIERDO, M. J. La construcción social del género. *In*: MARTINEZ, C. D.; MORENO, S. D. **Sociologia y Género**. Madrid: Tecnos, 2013. p. 31. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=518068>. Acesso em: 2 jul. 2025.

LERNER, G. **A criação do patriarcado**: história da opressão das mulheres pelos homens. São Paulo: Cultrix, 2019.

MAIO, E. A. de C. *et al.* A urgência para emagrecer, corpo *versus* saúde: análise de conteúdo das redes sociais. **Revista Diálogos**, Porto Velho, v. 5, n. 1, p. 167-179, 2021. Disponível em: <https://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/dialogos/article/view/1060/1397>. Acesso em: 2 jul. 2025.

MARX, K. **Contribuição à crítica da Economia Política**. São Paulo: Expressão Popular, 2008.

MINAYO, M. C. de S. **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes, 1994. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/franciscovargas/files/2012/11/pesquisa-social.pdf>. Acesso em: 2 jul. 2025.

NETTO, J. P.; BRAZ, M. **Economia política**: Uma introdução crítica. São Paulo: Cortez, 2006.

NETTO, J. P. **Introdução ao estudo de Marx**. São Paulo: Expressão Popular, 2011.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Constituição da Organização Mundial da Saúde. Genebra: OMS, 1946. Disponível em: <https://www.who.int/about/governance/constitution>. Acesso em: 17 jul. 2025.

SAFFIOTI, H. **A mulher na sociedade de classes**: mito e realidade. São Paulo: Expressão Popular, 2013.

SAMPAIO, R. P. de A.; FERREIRA, R. F. Beleza, identidade e mercado. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 15, n. 1, p. 120-140, 2009. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/P.1678-9563.2009v15n1p120/1023>. Acesso em: 2 jul. 2025.

SANTOS, F. de P.; FRANCO, M. A. M. O professor de Educação Física com deficiência física e sua atuação profissional: um estudo de caso entrelançando preconceitos e estereótipos. **Revista Tempos e Espaços em Educação**, São Cristóvão, v. 16, n. 35, p. e18568, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/revtee/article/view/18568>. Acesso em: 2 jul. 2025.

VALLADÃO, R. Discursos sobre o corpo na Educação Física. **Humanidades e Inovação**, Palmas, v. 9, n. 10, p. 379-388, 2022. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/3323>. Acesso em: 2 jul. 2025.

Publisher

Universidade Federal de Goiás. Faculdade de Educação Física e Dança. Publicação no Portal de Periódicos UFG. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.