



## PADRÕES DE BELEZA IMPOSTOS ÀS MULHERES

MELO, Lara Santos Mendes de<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT

SANTOS, Nádía Macedo Lopes<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT

### RESUMO

Os padrões de beleza sofrem alterações de acordo com a cultura, sociedade e período histórico. No século XX com a ascensão industrial e capitalista, as mídias sociais tornaram-se mais influentes e frequentes, estabelecendo padrões para o corpo feminino. Padrões estes surreais e inalcançáveis por meios naturais. Os padrões utópicos de beleza e jovialidade feminina repercutem na saúde mental feminina e interfere na sua saúde física, gerando transtornos alimentares e de imagem corporal. Deste modo, o objetivo da pesquisa foi identificar o impacto dos padrões de beleza impostos às mulheres em sua saúde mental utilizando-se do Levantamento Bibliográfico.

**Palavras chave:** Mulher, Pressão estética, Transtornos

**Linha de Pesquisa:** Saúde da mulher

### ABSTRACT

Beauty standards change according to culture, society and historical period. In the twentieth century with the industrial and capitalist rise, social media became more influential and frequent, setting standards for the female body. These patterns are surreal and unreachable by natural means. The utopian standards of feminine beauty and youthfulness impact on women's mental health and interfere with their physical health, generating eating and body image disorders. Thus, the objective of the research was to identify the impact of beauty standards imposed on women on their mental health using the Bibliographic Survey.

**Keywords:** Woman, Aesthetic pressure, Disorders **Research**

**Line:** Women's Health.

## 1. INTRODUÇÃO

As perspectivas estéticas sofreram diversas alterações, sobretudo no século XX. Através da utilização do corpo feminino junto ao capitalismo, como um produto, utilizando mídias digitais e impressas para a transmissão do padrão ideal para o corpo



feminino, o que produz diversas respostas femininas e gera impactos em sua saúde mental, as quais iniciam um processo de comparação com outras mulheres quando o padrão difere severamente da realidade, como os padrões de magreza exacerbada e corpos proporcionais. Alcançar tal padrão de beleza é utópico e isto produz situações de agravo mental e físico, que se inicia na infância, se estendendo à adolescência, vida adulta e terceira idade (VIANNA, 2005).

Deter a beleza inalcançável e aparentar jovialidade tornou-se incontestável socialmente, as mídias digitais, agências de modelos estabeleceram um padrão para o corpo feminino. Este padrão refere-se a mulher de maneira que se tiver o corpo dentro dos padrões, finalmente se sentirá realizada e encaixada no modelo físico imposto. Para a busca do perfil ilusório perfeito ocorre um empenho farmacológico, ativo e dermatológico, o que torna a mulher um produto, onde tenta-se comercializar a beleza estabelecida e a jovialidade (MELO, OLIVEIRA, 2011).

O estabelecimento de padrões inalcançáveis de corpo feminino traz sentimento de tristeza e frustração para as mulheres, impulsionando o desenvolvimento de transtornos de imagem e até mesmo alimentares. Diante desses transtornos, destaca-se a anorexia. Trata-se de um distúrbio de imagem onde o indivíduo observa-se diferente do padrão e acima de seu peso normal. Isso causa uma distorção de sua imagem real, fazendo com que o mesmo não se alimente ou consuma calorias mínimas, abusando de dietas e a prática de exercícios físicos. (VIANNA, 2005).

A bulimia também é um distúrbio frequente, na qual ocorrem episódios compulsivos de alimentação, que geram frustração e arrependimento. Logo após essa alta ingestão calórica, ocorre a indução do vômito ou consumo produtos laxativos e termogênicos, a fim de perder todas as calorias ingeridas em seus episódios compulsivos. E por fim o transtorno dismórfico corporal, vigorexia. A pessoa se enxerga mais atrofada do que realmente é, o que leva ao treinamento excessivo e uso de suplementos alimentares, ocasionando lesões musculares e desidratação (CASTRO & CATIB, 2014).

Portanto, o presente trabalho teve como objetivo identificar o impacto dos padrões de beleza impostos às mulheres. A metodologia de opção foi o levantamento bibliográfico através de pesquisa nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Red de Revistas Científicas de



América Latina y el Caribe, España y Portugal (Redalyc), no idioma português e inglês. A pesquisa teve início no mês de agosto de 2019 e finalização no mês de setembro de 2019.

## 2. DESENVOLVIMENTO

Ainda que produza danos potenciais à saúde, empresas usam o corpo feminino como um produto, reforçando padrões ilusórios de beleza, o que, de acordo com Vianna, (2005) ocasiona transtornos alimentares, sendo mais severo entre as mulheres.

Conforme Oliveira e Hutz (2010), o sexo feminino é acometido por diversos sentimentos de rejeição ao próprio corpo, o que gera problemas em sua autoestima. O preconceito frequentemente é praticado por terceiros, e está relacionado à sua aparência, como ocorre com mulheres em situação de sobrepeso ou obesidade.

Os distúrbios ligados à alimentação caracterizam-se pela fobia de estar inadequado de acordo com determinado padrão estético corporal. Fatores socioculturais influenciam diretamente nos comportamentos anoréxicos e bulímicos, onde é possível notar que quanto mais utópicos os padrões de beleza de uma determinada sociedade, mais transtornos alimentares as mulheres apresentam, a pressão estética condiciona as mulheres à infelicidade com o próprio corpo, fazendo com que a mesma recorra a atitudes lesivas ao seu organismo (OLIVEIRA, HUTZ, 2010).

Dentre as atitudes potencialmente danosas à saúde feminina geradas pelo incentivo de um padrão de beleza inalcançável, encontra-se o uso indiscriminado dos inibidores de apetite sendo revelado na pesquisa de Melo e Oliveira (2011), na qual entrevistaram oito mulheres que consumiam medicações anorexígenas que os empenhos midiáticos na comercialização de uma imagem feminina utópica potencializam a ocorrência de automedicação. Neste ponto, a magreza é vislumbrada como alvo, no qual será possível ser feliz e auto realizado. Além de problemas pessoais no manejo de situações de descontentamento com o próprio corpo, pode-se destacar que os padrões sugeridos para a beleza feminina podem gerar transtornos mentais também advindos de situações de exclusão social, a qual não prioriza a



saúde, mas o padrão definido para a estética feminina, o que produz ansiedade e depressão em mulheres, decorrentes do isolamento e atitudes nas quais são humilhadas, seja de modo direto ou indireto (CASTRO, CATIB, 2014).

Os padrões estão ligados ao tamanho do corpo, baixo ou alto, magro ou obeso. A estética exerce pressão referente ao fator idade, na qual se observa a dificuldade na aceitação de linhas de expressão e marcas decorrentes da vida da mulher, o que é um resultado da imposição da juventude eterna, na qual a indústria de cosméticos é altamente impulsionada no apoio ao padrão, para assim terem um meio propício para comercializar seus produtos que prometem rejuvenescimento na pele. O enfrentamento da velhice é complexo e não liga-se apenas à pele, mas à estética corporal em geral, devido a flacidez corporal e distorção fisiológica na simetria corporal (FIN et al., 2015).

Pinheiro e Figueiredo (2012), notaram em sua pesquisa que a imposição de padrões estéticos ilusórios produz alto estresse nas mulheres, fazendo com que haja prejuízo em seu dia a dia e saúde mental, sendo tal padrão crucial para que a mulher sintasse-se digna de atenção, respeito e felicidade. Duas das entrevistadas nesta pesquisa referiram alta dificuldade na obtenção de novas amizades devido a sua aparência física, destacando que os padrões atrelam-se à magreza, estatura, textura dos cabelos (quanto mais liso, maior a aceitação), características faciais finas proporcionais e delicadas. Outro padrão de corpo feminino foi citado por três entrevistadas, o chamado corpo de academia, no qual os membros inferiores são torneados e volumosos, a cintura é menor em relação aos ombros e os braços não são volumosos.

Pimentel e Baptista (2014), analisaram o padrão estético estampado nas revistas da Playboy durante o ano de 2012, observando que os padrões impostos norteiam-se pela mente masculina, havendo na data em questão predominância de um padrão idade jovem, pele branca, com cabelos de textura alisada, louros ou castanho claros, mantendo um padrão corporal de quadris mais largos que os ombros e os ombros mais largos que a cintura, reforçando o padrão de beleza e jovialidade, com enfoque no corpo magro e a mulher como um produto sexual, o que contribuiu potencialmente para o aparecimento de novos casos de transtornos alimentares anoréxicos, bulímicos e ortoréxicos.

A busca pelo corpo ideal coloca as mulheres sob riscos físicos severos, pois leva diversas destas a se submeterem a procedimentos estéticos altamente invasivos



como cirurgias plásticas. O espelho se torna frequentemente uma ameaça para as mulheres que se encontram fora dos padrões de corpo impostos socialmente e culturalmente, caracterizando o ideal de beleza a única busca almejada pelas mulheres (VILHENA, MEDEIROS e NOVAES, 2005).

O envelhecimento é notado por muitas mulheres como um vilão que rouba das mesmas sua beleza e jovialidade, o que as leva aos procedimentos invasivos na redução de linhas de expressão, rugas e traços que indiquem idade mais elevada. A referência jovem para a estética causa na mulher madura transtornos em seu âmbito mental, gerando frequentemente isolamento social e compulsão por procedimentos clínicos estéticos, podendo ocasionar transfiguração facial por excesso de botox, uso de ácidos, maquiagens e até mesmo cirurgia plástica (FIN et al., 2015). Para Couto e Dittrich (2017), o feminismo pode ser definido como a tomada de consciência das mulheres como coletivo humano, da opressão, dominação e exploração de que foram e são objeto por parte do coletivo de homens no seio do patriarcado sob suas diferentes fases históricas, que as move em busca da liberdade de seu sexo e de todas as transformações da sociedade que sejam necessárias para este fim. Partindo desse princípio, o feminismo se articula como filosofia política e, ao mesmo tempo, como movimento social.

É de suma importância citar o feminismo no âmbito da pressão estética imposta pela sociedade. De acordo Soares (2014), o feminismo vem evoluindo e colocando em pauta ações coletivas que envolvem o corpo da mulher desde 1982. Essas ações incluem encontros nacionais feministas que reúnem um grande grupo de mulheres anualmente, a fim de discutir e debater diversos temas relacionados ao empoderamento feminino. O movimento feminista se relaciona a desmistificação de tais padrões, conscientizando as mulheres de que não há um padrão ideal de corpo e que elas não tem o dever de se encaixar neles.

### **3. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Foi possível observar que os padrões de beleza impostos ao corpo, pele e cabelos femininos produzem danos físicos, emocionais e mentais na mulher, sendo observados na maior parte dos artigos utilizados os transtornos alimentares,



transtornos de imagem, consumismo exacerbado de produtos rejuvenescedores e estresse.

A busca inalcançável para adaptação a esses padrões está trazendo grande prejuízo a população feminina e alimentado cada vez mais a inovação de métodos de emagrecimento e rejuvenescimento. Nota-se grande pressão da indústria cosmética, mídias digitais, eletrônicas, revistas e meios de comunicação. A conscientização sobre esses fatores serem fisiológicos e inevitáveis é de extrema importância, para que as mulheres não se submetam a procedimentos que possam causar danos a sua saúde.

Destaca-se que é fundamental mais produções científicas referentes ao tema a fim de identificar os principais problemas acarretados pela pressão estética sob a saúde feminina, bem como a importância da terapia psicológica e apoio emocional às mulheres, promovendo empoderamento das mesmas para que enfrentem a sociedade, que por sua vez deve ser tolerante e interromper a imposição de padrões estéticos utópicos.

O tema foi escolhido devido a popularização das mídias digitais, que está em alta uma imposição de um padrão de beleza a ser seguido e não é tão debatido a necessidade de desfazê-lo. O empoderamento é uma questão social que parte de uma ação conjunta de mulheres que se dão suporte, assim promovendo maior fortalecimento do papel da mulher perante a sociedade e desfazendo essa ideia de que há um modelo de corpo ideal. Neste meio, é possível observar a representatividade de mulheres que não se encaixam no padrão de beleza e mesmo assim são enaltecidas, levando a desmistificação da perfeição corporal.

#### 4. REFERÊNCIAS

- 1) CASTRO, V. H. A. P.; CATIB, N. O. M. Corpo e beleza: como anda a saúde na busca pela perfeição estética?. **Revista Eletrônica de Educação e Ciência**. Avaré, v. 4, n. 1, p. 37, 2014. Disponível em: [http://www.fira.edu.br/revista/2014\\_vol1\\_num1\\_pag37.pdf](http://www.fira.edu.br/revista/2014_vol1_num1_pag37.pdf). Acesso em: 11 set. 2019.
- 2) COUTO, A.G.; DITTRICH, A. Feminismo e análise do comportamento: caminhos para o diálogo. **Revista Perspectivas**, v.8, n.2, p.3 . São Paulo jul./dez. 2017. Disponível em:

- 3) FIN, T. C. et al. Estética e expectativas sociais: o posicionamento da mulher idosa sobre os recursos estéticos. **Revista Kairós Gerontologia**. São Paulo, v. 18, n. 4, p. 133-134, out./dez. 2015.
- 4) FIN, T.C; PORTELLA, M.R; SCORTEGAGNA, S.A; FRIGHETTO, J. 2015. **Estética e expectativas sociais: o posicionamento da mulher idosa sobre os recursos estéticos**. São Paulo, v.18, n. 4, p. 134-136. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/27683/19510>. Acesso em: 28 de julho. 2019.
- 5) MELO, C. M.; OLIVEIRA, D. R. O uso de inibidores de apetite por mulheres: um olhar a partir da perspectiva de gênero. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**. Viçosa, v. 16, n. 5, p. 2524-2530, Março 2011. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2011.v16n5/2523-2532/pt>. Acesso em: 09 set. 2019.
- 6) OLIVEIRA, L. L.; HUTZ C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v. 15, n. 3, p. 576-578. jul./set. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v15n3/v15n3a15>. Acesso em:09 set. 2019.
- 7) PIMENTEL, R. C.; Baptista, T. J. R. Modelos de saúde e estética: uma análise das capas da revista Playboy brasileira em 2012. **Revista tempos e espaços em educação**. [s.l.], v 7, n. 13, p. 57-62, mai./ago. 2014. Disponível em: <https://seer.ufs.br/index.php/revtee/article/download/3258/2877>. Acesso em: 12 set. 2019.
- 8) PINHEIRO, M. C. T.; FIGUEREDO, P. M. V. Padrões de beleza feminina e estresse. **Revista CADE**. Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 124-128, 2012. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/cade/article/download/4909/3714>. Acesso em: 12 set. 2019.
- 9) VIANNA, C. S. M. Da imagem da mulher imposta pela mídia como uma violação dos direitos humanos. **Revista da Faculdade de Direito UFPR**. Paraná, v. 43, n. 0, p. 2-6, 2005. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/direito/article/view/6991/4969>. Acesso em: 09 set. 2019.
- 10) SOARES, V. Movimento feminista: paradigmas e desafios. **Estudo Feminista**. 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/viewFile/16089/14633>. Acesso em 15 set. 2019.
- 11) VILHENA, J.; MEDEIROS, S.; NOVAES, J. V. A violência da imagem: estética, feminino e contemporaneidade. **Revista Mal Estar e Subjetividade**. Fortaleza, v. 5, n. 1, mar. 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/malestar/v5n1/06.pdf>. Acesso em 14 set. 2019.