

ESCOLA \_\_\_\_\_ DATA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

PROF: \_\_\_\_\_ TURMA: \_\_\_\_\_

NOME: \_\_\_\_\_

Leia o texto abaixo e responda as questões de 1 a 8

### **O peso do estereótipo**

No que se refere aos distúrbios da alimentação podemos dividir a humanidade em dois grandes grupos, aquelas que comem de menos e aqueles que comem demais. Os primeiros compreendem aqueles para os quais falta comida – os habitantes do Terceiro Mundo – e aqueles que, mesmo dispondo de alimento, recusam-no por razões emocionais. A abundância de comida e a voracidade, por sua vez, geraram o problema da obesidade, que, mesmo em países como o Brasil, é hoje uma questão de saúde pública.

A extrema obesidade está associada a diabetes, hipertensão arterial, doença cardiovascular, problemas articulares. E resulta numa imagem corporal que não é das mais agradáveis – ao contrário do que acontecia no passado, quando a maior ameaça era representada pela desnutrição. Mulheres gordinhas eram valorizadas, como se pode ver nos quadros de Rubens ou de Cézanne. Na época deste último, o grande espectro era a tuberculose, comumente associada à extrema magreza. Pela mesma razão, na cultura hotentote são valorizadas mulheres com nádegas grandes; a gordura ali depositada equivale a uma “poupança” mais importante que qualquer poupança bancária. As coisas mudaram: “*You can never be too rich or too*

*thin*” é um dito corrente nos Estados Unidos. Ou seja: excesso de riqueza ou de magreza não prejudica. Riqueza é símbolo de sucesso, magreza é a imagem da elegância. O corpo transformou-se num objeto a ser exibido. E isso resulta num conflito: de um lado está a indústria da alimentação, com toda a sua gigantesca propaganda; assim, ninguém mais vai ao cinema sem levar junto um contêiner com pipocas (como se a pessoa não pudesse passar duas horas sem comer). De outro lado, temos o estigma representado pela obesidade. O resultado é um conflito psíquico que se manifesta de várias maneiras, mais notavelmente pela anorexia nervosa. Que não é coisa nova. Já na Idade Média, Santa Catarina de Siena tornou-se famosa por evitar o alimento. Comia pouquíssimo, apenas o suficiente para não morrer de fome. Mas a razão ali era religiosa; voracidade era pecado, contenção alimentar era virtude. O conflito emocional que leva à anorexia é de outra natureza, e bem mais recente. Até os anos 50 a anorexia nervosa era pouco mais que uma curiosidade médica. Mas em meados dos anos 70 um estudo mostrava que cerca de 10% das adolescentes suecas eram anoréxicas. Em 1980 os transtornos psicológicos da alimentação já eram um dos problemas mais frequentes entre as

jovens universitárias americanas. O gênero, no caso, é fundamental porque anorexia é muito mais frequente entre moças. Também é importante a classe social: a classe média é mais propensa a ela que os pobres.

Estudar a anorexia e outros distúrbios alimentares tornou-se prioridade médica. Aqui é preciso destacar o papel pioneiro da psiquiatra americana Hilde Bruch, nos anos 70. Baseada em vasta experiência, Bruch mostrou que a anorexia resultava de um conflito entre o desejo de atender às expectativas sociais de uma silhueta esbelta e a vontade de comer, fomentada pela mídia. E por que isso é mais frequente no sexo feminino? Porque, diz Bruch, os rapazes têm outras formas de expressar seus conflitos, através da revolta juvenil, por exemplo. Entre as garotas, o

perfil familiar também é importante. A anoréxica vem de uma família em que o pai ou a mãe, ou ambos, são pessoas bem-sucedidas, ambiciosas, preocupadas com aparência física e a pressionar a filha para ser esbelta e elegante. O resultado pode ser uma sobrecarga emocional insuportável, com consequências devastadoras, até porque a anorexia pode se acompanhar de distúrbios hormonais graves. E não raro a jovem necessitará de acompanhamento terapêutico especializado.

Em termos de peso corporal, como em relação à carga emocional, o ideal não é nem a falta nem o excesso. O ideal é o equilíbrio, mas para isso a sociedade precisa se conscientizar dos problemas representados pelos estereótipos que cria.

Retirado da Revista Bem Viver – Mente & Cérebro, ano 13, n.152. Acessado em: 13/02/2015

1. De acordo com o texto, como se caracterizam os distúrbios alimentares?

2. Qual problema a abundância de comida e a voracidade traz para a saúde humana?

3. Quais problemas a extrema obesidade causa na saúde do ser humano?

4. De acordo com o texto, qual era a maior ameaça à saúde pública no passado? E por quê?

5. Você concorda com dito popular corrente nos Estados Unidos: "excesso de riqueza ou de magreza não prejudica"? Justifique sua resposta.

6. De acordo com o texto as mulheres valorizadas no passado eram as "gordinhas" com nádegas grandes. Essa realidade mudou. Hoje o "corpo transformou-se num objeto a ser exibido". Explique por quê?

7. A anorexia nervosa, de acordo com o texto, é um distúrbio alimentar que provoca a perda de peso. Qual o gênero e a classe social em que ela é mais frequente?

8. Em relação ao peso corporal e à sobrecarga emocional causada pela busca do corpo perfeito, qual é a receita indicada pela Revista Bem Viver?