

## PERCEPÇÕES DE MULHERES IDOSAS SOBRE SUA CORPOREIDADE NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO



<https://doi.org/10.56238/arev6n1-003>

Data de submissão: 26/08/2024

Data de Publicação: 26/09/2024

### **Deise Claudiane Rodrigues Antunes**

Psicóloga, Mestra em Diversidade Cultural e Inclusão Social  
Universidade Feevale

E-mail: [psi.deiseantunes@gmail.com](mailto:psi.deiseantunes@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9101-7040>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/2931084475449095>

### **Marliese Christine Simador Godoflite**

Fonoaudióloga, Mestra em Diversidade Cultural e Inclusão Social  
Universidade Feevale

E-mail: [fonomarliese@gmail.com](mailto:fonomarliese@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2714-1623>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/6687726978117285>

### **Igor de Oliveira Lopes**

Enfermeiro, Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social  
Universidade Feevale

E-mail: [oliveira.oliveiraigor@hotmail.com](mailto:oliveira.oliveiraigor@hotmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7666-4052>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/8737309007563994>

### **Algaides de Marco Rodrigues**

Psicóloga, Doutora em Educação e Mestre em Ciências (Educação)  
Universidade Federal de Pelotas

E-mail: [algaidesrodrigues@gmail.com](mailto:algaidesrodrigues@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8351-9964>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/9473413301573633>

### **Maristela Cassia de Oliveira Peixoto**

Enfermeira, Doutora em Diversidade Cultural e Inclusão Social  
Universidade Feevale

Centro Interdisciplinar de Pesquisas em Gerontologia

E-mail: [maristelapeixoto@feevale.br](mailto:maristelapeixoto@feevale.br)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7885-0000>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/4067287415762416>

### **Geraldine Alves dos Santos**

Psicóloga, Doutora em Psicologia  
Universidade Feevale

Centro Interdisciplinar de Pesquisas em Gerontologia

E-mail: [geraldinesantos@feevale.br](mailto:geraldinesantos@feevale.br)

## RESUMO

O objetivo desta pesquisa foi compreender a percepção de mulheres idosas, acerca das mudanças corporais no processo de envelhecimento. O delineamento foi qualitativo, descritivo e transversal. Participaram desse estudo 11 mulheres idosas, com idade entre 60 e 69 anos, com diferentes níveis de escolaridade, selecionadas de maneira intencional. O instrumento utilizado foi um roteiro de entrevista semiestruturada. Para a análise dos dados foi utilizado o método de Análise de conteúdo de Bardin. Identificou-se a avaliação de uma boa percepção corporal ao longo da vida, mas sem deixar de apresentar as ambiguidades encontradas no envelhecimento da mulher. Coexistem uma vigilância em manter um corpo jovem e belo, em contrapartida de uma maturidade para aceitar o corpo real.

**Palavras-chave:** Mulheres Idosa. Corporeidade. Envelhecimento.

## 1 INTRODUÇÃO

A partir do crescente envelhecimento populacional no Brasil, algumas demandas ganham destaque, na cultura e nos estudos acadêmicos, um desses pontos é a feminização do envelhecimento. Ou seja, o fato de o número de mulheres com idade igual ou superior a 60 anos ser maior que o masculino, inclusive a cada década de vida aumentando a diferença percentual da quantidade de mulheres comparada a quantidade de homens que envelhecem no Brasil (Maximiano-Barreto et al., 2019).

Ao falarmos especificamente sobre o envelhecimento da mulher não há como dissociar a constituição desta dentro de uma sociedade e cultura, onde os papéis femininos e masculinos impõem regras, deveres e cobranças de acordo com o gênero ao longo da vida. As representações do corpo são construídas ao longo da vida, assim como o envelhecimento é construído, esses processos ocorrem marcados pelas diferenças entre os gêneros (Moraes, 2011).

A partir disso padrões de beleza são formados e modificados constantemente. Esses estereótipos trabalham como forma de opressão ao corpo do feminino. As mulheres recebem ao longo da vida expectativas explícitas em relação aos seus corpos, que além de belo deve manter-se jovem (Novaes, 2011).

O aumento da longevidade e o fato de mulheres serem a maioria expressiva na população idosa faz com que surjam questionamentos acerca do envelhecimento feminino e as peculiaridades que este apresenta. O impacto da percepção corporal é algo que acompanha muitas mulheres, desde o nascimento, considerando os atravessamentos culturais e padrões de beleza pré-estabelecidos.

Partindo das diferenças existentes na construção da percepção corporal no processo de envelhecimento das mulheres, o objetivo deste estudo foi analisar a percepção de mulheres idosas, com idade de 60 a 69 anos, acerca das mudanças corporais no processo de envelhecimento.

## 2 METODOLOGIA

O presente estudo apresenta um delineamento metodológico qualitativo, descritivo e transversal. Optou-se por uma pesquisa qualitativa com o intuito de realizar uma escuta mais profunda da própria mulher idosa, em respeito à sua subjetividade, a fim de escutar a perspectiva de sua experiência pessoal. Augusto et al. (2013) descrevem que a possibilidade de o investigador adentrar ao que é o ambiente natural de seu objeto de pesquisa, permite que a compreensão se dê a partir das significações que os participantes concedem. No que se refere ao estudo ser descritivo, os autores referem que este deverá manter os fatos e fenômenos encontrados explícitos conforme foram vistos.

Participaram deste estudo 11 mulheres idosas, com idade de 60 a 69 anos, residentes na região do Vale dos Sinos, Rio Grande do Sul. As participantes foram selecionadas de maneira intencional. Os critérios de inclusão foram possuírem idade entre 60 e 69 anos, não apresentarem diagnóstico de transtornos mentais e deficiências intelectuais e consentirem em participar do estudo através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O instrumento utilizado para este estudo foi um roteiro de entrevista semiestruturada. Este roteiro abordou perguntas relacionadas a como foi sua relação com seu corpo ao longo da vida, os períodos melhores e os que foram desafiadores, como percebem o envelhecimento de seus corpos e como se sentem em relação a isso, foi questionado ainda como elas observaram o envelhecimento de outras gerações (mais velhas e mais jovens). Arcuri (2004) descreve a importância da entrevista, com intuito de possibilitar que os próprios sujeitos interpretem a si mesmos “[...] dar voz aos sujeitos devolve-lhes autonomia, dignidade, autoconfiança, transforma-os em senhores dos seus desejos, integra o seu pensar com o seu agir” (p. 98).

A coleta de dados ocorreu no período do segundo semestre de 2023, posteriormente à aprovação do projeto pelo Comitê de Ética e Pesquisa, tendo recebido o parecer nº 6.167.791.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Para análise dos dados foi utilizado a Análise de conteúdo, de acordo com o método elaborado por Laurence Bardin. Segundo Câmara (2013) esta técnica é sugerida para aplicação em diversas formas de comunicação. A partir dela, o pesquisador investigará características que estão além das manifestações verbais do sujeito. O pesquisador no primeiro momento vai focar a atenção em entender o sentido daquilo que foi comunicado e posteriormente buscará outras significações possíveis dentro do discurso. Bardin (2011) considera que a análise de conteúdo, no âmbito de entrevistas, apresenta a necessidade que o pesquisador use de delicadeza ao fazê-lo. A autora considera que o material verbal exige desenvoltura e o material coletado contém riqueza e complexidade, por tratar-se de um discurso subjetivo do entrevistado. Onde existe “encenação livre daquilo que essa pessoa viveu, sentiu e pensou a propósito de alguma coisa” (2011, p. 93), incluindo então sua singularidade, até mesmo no que se refere à emergência de seu inconsciente.

Na Figura 1 apresentamos a descrição das participantes do estudo demonstrando que a média de idade foi de 63,09 anos, a metade com a presença de um companheiro e a outra metade solteira, viúva e divorciada. Em relação ao grau de escolaridade optou-se por apresentar uma diversidade de situações, pois considerou-se a importância desta variabilidade para a análise dos resultados. A

totalidade das participantes era da raça branca. As participantes tiveram suas identidades protegidas e assim foi adotado um nome de flor para poder identificar no estudo.

Figura 1. Caracterização das participantes

Pseudônimos	Idade	Estado civil	Escolaridade	Raça
Jasmim	62	Viúva	Ensino fundamental incompleto	Branca
Dália	60	União estável	Ensino médio incompleto	Branca
Astromélia	64	Casada	Ensino médio incompleto	Branca
Margarida	62	Solteira	Ensino médio incompleto	Branca
Tulipa	67	Viúva	Ensino médio completo	Branca
Gérbera	68	Divorciada	Tecnólogo	Branca
Camélia	60	Divorciada	Superior	Branca
Rosa	60	Casada	Superior	Branca
Magnólia	64	Casada	Mestrado	Branca
Orquídea	65	Casada	Mestrado	Branca
Violeta	62	Viúva	Mestrado	Branca

Fonte: Dados da pesquisa

Considerando os aspectos supracitados e as fases da análise de conteúdo foram definidas três categorias que serão a seguir apresentadas: O corpo no processo do envelhecimento da mulher, A relação do peso com a percepção corporal e as diferenças geracionais e culturais na percepção corporal das mulheres.

### 3.1 O CORPO NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO DA MULHER

Durante o processo de envelhecimento o corpo passa por diversas mudanças, isso inclui as dimensões corporais como peso, altura e composição. Essas alterações costumam ser identificadas a partir dos 45 anos em relação ao peso, por exemplo, que tem tendência a aumentar, estabilizando ao chegar aos 70 anos e podendo diminuir a partir dos 80 anos. Essas situações têm justificativas multifatoriais, que incluem mudanças hormonais, e ainda hábitos praticados ao longo da vida. Essas mudanças físicas, embora previstas, são fatores diretamente relacionados à qualidade de vida da pessoa idosa (Lima, 2007).

O marcador da idade no processo de envelhecimento, para algumas pessoas idosas, pode representar inquietações, diante do padrão juvenil divulgado pela mídia, que permite a classificação sociocultural de quem é velho e quem é jovem. O conceito de idade é algo criado com o intuito de padronizar aspectos sociais, facilitando a dinâmica social e cultural. Mas que também é uma

experiência vivida de formas distintas, onde ter uma idade cronológica não torna todas as pessoas desta idade iguais (Lima; Rivemales, 2013).

O grupo de mulheres estudadas apresentou um recorte específico de faixa etária dos 60 aos 69 anos, consideradas idosas jovens. A média de faixa etária ficou em 63,09 anos, sendo uma amostra que em países desenvolvidos poderia não ser considerada como idosa. Dentre as 11 mulheres que participaram do estudo, duas são aposentadas e mantem as atividades do lar, duas também são aposentadas, mas mantem uma rotina de trabalho voluntário e as outras sete ainda tem trabalho regular. São mulheres majoritariamente ativas, o que contribui tanto no sentido individual, quanto no senso social de participação que tende a ser vinculado ao mercado de trabalho. Sendo assim, compreende-se essa percepção de não pertencimento ao grupo de mulheres idosas, pois suas vidas não se encaixam nos estereótipos sociais em relação à população idosa, que normalmente é vinculado a características como passividade, por exemplo.

Segundo Debert (1994) o envelhecimento é um processo que gera crise de identidade e está diretamente relacionado ao fato de reconstruí-la. Com a contemporaneidade e os direitos adquiridos pelas mulheres na sociedade, o envelhecer feminino também foi redefinido, oferecendo possibilidades de novos estilos de vida, com mais liberdade e autonomia, “uma passagem de um mundo totalmente regrado para outro em que se sentem impelidas a criar as próprias regras” (p. 48). Neste sentido temos as falas de Rosa e Dália:

Eu ainda não me sinto idosa – apesar de ser idosa, agora fiz 60 e me deram um cartão do idoso – acredita que eu tive que estacionar aqui e não consegui botar na vaga do idoso? (risos) tinha uma vaga ali e aí eu pensei eu não me sinto uma idosa, vou deixar para alguém mais idoso que eu, aí atravesssei e botei do outro lado, pensei não vou pegar o lugar de alguém que precisa né (Rosa, 60 anos).

E assim engraçado que eu não penso “meu deus eu estou com 60 anos!” Eu não acredito sabe, porque eu tenho a idade, mas é só na idade cronológica porque eu não me sinto com essa idade sabe? E isso é bom, isso é muito bom (Dália, 60 anos).

Segundo Lima (2007), muitos dos preconceitos identificados em relação à pessoa idosa estão relacionados aos seus corpos, dentro da identificação capital que eles não são mais ágeis e rentáveis. “A discriminação aos velhos é o resultado dos valores típicos de uma sociedade de consumo e de mercantilização das relações sociais” (p.35). Lima e Bueno complementam esse discurso referindo que:

[...] deve-se encontrar e promover novas formas de valorização do processo da velhice e envelhecimento que não sejam um ‘arremedo’ dos valores que se almejam para a juventude, numa constante tentativa de juvenilização da terceira idade, negando o direito às pessoas de serem como são, sem que tenha que assumir uma identidade que não lhes é própria, negando-se a si mesmas somente para serem aceitas socialmente. Fonte de alienação, sofrimento e até enfermidades, que encontra na mulher o alvo mais fértil, devido às insistentes cobranças sociais pela eterna juventude, beleza e um corpo sexuado e desejável (Lima; Bueno, 2009, p. 277).

Lima (2007) destaca que o corpo da pessoa em processo de envelhecimento não deve ser considerado sinônimo de um corpo passivo ou inativo. Na sociedade os corpos são vistos a partir da sua funcionalidade e durabilidade, demonstrando sua ‘competência’ ao manterem-se imunes ao envelhecimento, vistos como uma mercadoria. A visão capitalista da função desses corpos ressalta que: “O que é feio, finito, perece e morre... não consome e, indiscutivelmente, ainda não se encontrou um valor mercadológico ou de troca para esse fenômeno” (Vilhena et al., 2005, p. 113). Fin et al. (2017) complementam que:

A experiência estética do olhar sobre si revela uma dualidade entre imagens apreciadas e depreciadas, externadas pelas diferentes maneiras de compreender e sentir a realidade da velhice. Ao desvendar a aparência do corpo que envelhece, as mulheres confessam seus sentimentos perante os aspectos dos anos vividos num entrelaçamento de beleza e fealdade (2017 p.86).

Manter a sequência do que foi o padrão normal no decorrer da vida e a habilidade de realizar atividades do seu cotidiano, configuram a capacidade funcional da pessoa idosa. Neste quesito a funcionalidade se relaciona à própria manutenção de autonomia do sujeito, que possui as habilidades necessárias para manter uma vida independente. As mulheres dessa amostra por serem idosas jovens, que em sua maioria mantêm suas atividades, não se percebem como pessoas totalmente idosas também por um entendimento social do que é ser idosa, vinculando a um tempo de passividade que não as descreve. (Novelli; Silva, 2018)

### **3.1.1 Relação com os ambientes sociais**

Em diferentes narrativas a questão do meio social em que estão ou estiveram inseridas, foi ressaltado pelas participantes do estudo. O ambiente social podia ser um aspecto de cobranças de como deveriam ou não se apresentar ou mesmo ser considerado por elas um fator protetor quando outras

peessoas do seu círculo levavam de uma maneira equilibrada as pressões estéticas existentes. Camélia, Astromélia e Gérbera demonstram em diferentes fases da vida que os ambientes sociais podem ajudar ou atrapalhar o processo de desenvolvimento/envelhecimento.

Antes a gente sempre se preocupava, eu sempre tinha o cabelo pintado, enquanto eu trabalhava até minha aposentadoria, até por uma questão de aparência. Eu tenho cabelo grisalho acho que desde os meus 35, bem jovem, aí a minha aparência acho que essa questão de ter o cabelo apresentável (Camélia, 60 anos).

Sim, com os comentários né, porque eu estudava em colégio de freira, um colégio bem-conceituado (...) então lá todo mundo tinha que ser padrão, tinha que ser ajeitado, eu ficava diferente (Astromélia, 64 anos).

Eu não dou muita bola para essas rugas que tão aparecendo aí, então as cabeças são muito boas, daqui um pouco eu só me envolvi com gente cabeça boa... Eu acho que isso ajuda né!? Porque se tu tens um ambiente doentio, de pessoas paranoicas, que nem eu já convivi na empresa, nossa... (Gérbera, 68 anos).

As mulheres precisam de disciplina e dedicação para manterem o controle sobre seus corpos. Os discursos entoam uma “moralidade” em manter sua beleza dentro do esperado. Então ainda que não gostasse ou quisesse pintar seus cabelos Camélia descreve ter interpretado que essa era a escolha certa a fazer, como uma exigência não dita de seu ambiente de trabalho. “A Supermulher, sem perceber todas as implicações, teve de acrescentar a seus compromissos *profissionais* o trabalho sério no campo da ‘beleza’. Essa nova responsabilidade foi se tornando cada vez mais rigorosa” (Wolf, 2020, p. 48).

Uma das mudanças sociais encontrada na vida das mulheres foi sua condição de trabalho, a partir disso se observa que este também é um ambiente que favorece comparações e competições entre o próprio gênero. Segundo Goldenberg (2011), no Brasil, existe uma ambiguidade entre o desenvolvimento do individualismo e a maior intensidade das pressões sociais.

A moralidade se relaciona diretamente com o corpo em forma, então corpos que não tenham essa apresentação padronizada tornam-se imorais no contemporâneo. “O corpo em toda sua superfície deve ser mostrado, exibido, para que possa na mesma medida ser apreciado, desejado, invejado ou apenas e tão somente ser notado, contando que esteja adequado para isso” (Albino; Vaz, 2008, p. 205).

Segundo Bitencourt (2015) observa-se que investimentos são necessários para os cuidados desse corpo feminino, sendo eles financeiros e emocionais. Estes são imprescindíveis para estar de acordo com os padrões normativos do corpo que se apresenta ao social. Santaella (2004) corrobora ao



afirmar que: “O corpo está em todos os lugares. Comentado, transfigurado, pesquisado, dissecado na filosofia, no pensamento feminista, nos estudos culturais, nas ciências naturais e sociais, nas artes e literatura” (p.133).

Essa nova moralidade, onde o critério é a boa forma, apenas corpos extremamente cuidados sem marcas do tempo ou de excessos – como rugas, estrias, celulites, gordura, flacidez, cabelos brancos – são os corpos que estando ou não vestidos são considerados decentes. Em contrapartida, quem possuir essas marcas ou excessos representa o defeito moral, já que não trabalharam ou se dedicaram de forma suficiente a este corpo (Goldenberg, 2011).

### **3.1.2 Os 50 anos e a menopausa**

Os corpos apresentam diferentes atributos quando considerados a partir da perspectiva de gênero. A cultura atribui masculinidade e feminilidade em campos separados. A mulher quando observada dentro das especificidades biológicas, é entendida como o corpo que gera. Esse corpo é atravessado pela maternidade como identidade do gênero feminino. Atualmente, com a maior autonomia feminina a questão da maternidade pode ser uma escolha, embora culturalmente possa não ser compreendido dessa forma. Mas, ainda que essa escolha seja individual o aspecto da idade para gerar, que é biológico, transmite uma a ideia de que os corpos das mulheres possuem um “prazo de validade” e essa questão ainda é um atributo que reverbera sobre como corpos femininos são vistos (Bitencourt, 2015, p. 446).

Entre os 40 e os 50 anos as mulheres passam por mudanças significativas que estão presentes em seus corpos e em como esses são identificados e interpretados no social, a mulher passa de seu período fértil para reprodução para um corpo não reprodutivo, de uma forma generalizada. As mudanças fisiológicas, como a diminuição do estrogênio, muitas vezes, chega acompanhada de sintomas físicos e emocionais, existem os fogachos, uma maior probabilidade para instabilidade de humor, mudanças na sua estética que pode influenciar sua autoestima como um todo (Xavier; Pinto, 2019). Dália, Rosa e Jasmin referem a entrada na menopausa e os efeitos:

Ali na entrada da menopausa que a gente se dá conta assim, porque a menopausa é um processo que eu já conversei com mulheres que passaram assim de boa e nem perceberam nada, para mim não. Foi confuso assim, muitas coisas novas, muita mudança, na verdade é uma mudança muito brusca assim de repente do organismo, então eu senti, eu senti muito aqueles calorões, eu senti, eu tive momentos de depressão, de angústia (Dália, 60 anos).

Ali nos 50 começa a transformação que eu percebi, externo, que daí eu percebi que a pele muda, o cabelo, eu menstruei até os 52, ali no 52 foi a última menstruação, dali que... foi ladeira abaixo! (Rosa, 60 anos).

O que eu menos gostei foi quando eu entrei na menopausa, isso foi assim que me incomodou bastante! Enfraqueceu a unha... eu entrei ali acho que mais ou menos eu tinha o que? Acho que 55 por ali, eu fiquei estressada, mas sei lá assim sabe fez uma... deu uma mudança assim no meu corpo (Jasmim, 62 anos)

Santos et al. (2016), ao estudarem sobre as percepções de mulheres em relação as mudanças corporais e emocionais no período do climatério identificou que as mudanças físicas e estéticas são significativas para elas, mas que em seus relatos atribuem maior significância as mudanças emocionais enfrentadas. Esse aspecto também foi possível compreender a partir do relato das mulheres entrevistadas nesta pesquisa, onde as emoções, o sentir-se estressada, com humor mais depressivo foi descrito como o maior desafio desse período quase como unanimidade. Orquídea descreve as alterações emocionais e a influência da imagem corporal:

A menopausa é um período muito ruim para a mulher tá, ela é ruim por quê? Ela te entristece, porque tem a questão química os hormônios todos vão lá embaixo, eles te abandonam, tu engordas, entristece e te fragiliza, então a menopausa é horrorosa para a mulher! (...) A menopausa foi um impacto emocional e no meu humor, fiquei com um humor deprimido, encolhida não queria sair de casa, saia voltava, mas era diferente... um período ali acho que assim durou uns oito anos, até oito anos, fiquei entre melhoras e piores, se eu perdia peso eu ficava melhor meu humor era conforme meu peso também (Orquídea, 65 anos).

Mota et al. (2021) desenvolveram um estudo no sudeste baiano com mulheres no climatério e os resultados também mostraram a instabilidade do humor (69% da amostra) e as alterações do sono (61,9%) como as queixas mais abordadas com impacto negativo em relação a qualidade de vida das entrevistadas. Os autores também pontuam as mudanças sociais ocorridas, identificando naquele grupo acesso à educação, independência financeira, cuidados com o corpo, diferentemente de gerações anteriores de mulheres, algo que vai de encontro com as mulheres estudadas nesta pesquisa. Porém, destacam que apesar dessas mudanças ainda existe uma invisibilidade em relação ao climatério o que leva a não se pensar em estratégias de saúde que proporcionem maior bem-estar para as mulheres que vivenciam essa fase. “Desse modo, a compreensão global desse período é imprescindível para uma melhor assistência à saúde, pois é necessário não ficar restrito apenas na esfera da sexualidade e da beleza” (Mota et al., 2021, p.7).

Em nosso estudo outro aspecto que foi bastante pontuado durante a menopausa foi o aumento de peso que algumas delas tiveram nesse período, fazendo com que passassem a se preocupar em manter um peso, ter uma vigilância com a balança que não as descrevia ao longo da vida. “Se o contexto social valoriza um modelo de corpo magro, correspondendo ao padrão de beleza, sobrepeso e obesidade causam constrangimento” (Fin et al., 2017, 81). Neste sentido destacamos a fala a Magnólia sobre o aumento de peso e a forma como lida com essas alterações de percepção corporal:

Acho que a partir dos 55/56 anos, há uns dez anos assim, que aí minha barriga aumentou, os seios cresceram, eu tenho que cuidar a alimentação, coisa que eu nunca me preocupei antes, eu sei que é a idade, faz parte... é o envelhecimento do corpo, ele vai envelhecendo, eu não me preocupo em ter assim um corpo de uma mulher mais jovem ou um corpo mais jovem do que eu tenho porque eu sei que isso não vai acontecer e é contra a natureza humana (risos) 64 é 64 né, mas me incomoda assim aquele excesso de gordura, celulite na barriga que eu não tinha e agora eu tenho (Magnólia, 64 anos)

Ferreira et al. (2013) referem um ponto que se relaciona também com os discursos das mulheres entrevistadas: “um atributo fisiológico, a menopausa, aparece como marca do envelhecimento” (p. 418). Em suas narrativas elas descrevem que nesse período passam a observar mais o corpo. Ao se olharem no espelho percebem a passagem dos anos, como se não estivessem ali antes desse período, o que leva à reflexão e a pausa. Mesmo que essas mudanças sejam naturais, fisiológicas, é como se tornasse real aquilo que estava muito distante, o envelhecimento, por isso é um marcador tão importante para as mulheres, por exigir uma elaboração que passa pelo emocional de cada uma.

### **3.1.3 Desencontro com o reflexo no espelho**

Na cultura, a imagem da mulher está entrelaçada com a beleza. Esse discurso é repetido e enfatizado constantemente, trazendo a beleza como um dever feminino. Desta forma as que não possuem beleza não podem ser consideradas totalmente mulheres. Ainda como resultado dessas representações sociais, inúmeras inquietações surgem na mulher em relação ao seu próprio corpo, para que ele seja identificado com seu gênero através da beleza exigida (Vilhena et al., 2005).

Lima (2008) descreve que as mudanças que acontecem no corpo resultam da forma como os sujeitos se colocam nos espaços socioculturais. A compreensão e percepção acerca do envelhecimento do corpo, que é um caminho irreversível, põe as mulheres em conflito. No geral a questão do espelho é um dos mais predominantes. A solicitação social e de permanência da juventude são percebidas como formas de manutenção da beleza. O imperativo social é que a mulher deve ser bela e jovem, e o corpo

nesse ambiente, está constantemente sendo julgado e controlado, agregando preconceitos ao corpo da mulher idosa. O conflito referido é demonstrado por Rosa e Astromélia:

Emocionalmente eu me sinto jovem então assim, com energia de como se eu tivesse meus 30, mas quando eu me deparo com o espelho e quando eu me olho..., mas eu não sou mais aquela pessoa, sabe? E aí tu vais ficando, vai dando tipo uma depressãozinha assim sabe, tu vais se sentindo mais triste. Desencontro da minha energia como pessoa, assim com meu corpo, parece que não condiz mais, porque eu penso uma coisa, mas o corpo já não é igual, então dá um conflito (Rosa, 60 anos)

Ah nossa, tudo está diferente, cria mais celulite, cria mais ruga, se olha no espelho tu pensa que vai enxergar aquela pessoa e tu tá enxergando outra. Eu tenho a ideia que eu tenho aquele rosto jovem, mas quando chego no espelho ele tá velho, a conversa é a mesma, tu continuas sendo a mesma, mas tua aparência está diferente. É essa a diferença, certas coisas não podem ser usadas, certas roupas não caem bem, então tem esse cuidado com tudo. (Astromélia, 64 anos)

Diante das cobranças em relação à juventude, mulheres se adaptam para serem aceitas e percebem a importância de estarem dentro dos padrões para que isso aconteça. Elas negam sua subjetividade e identidade, para moldar-se ao que a sociedade as exige, ou seja, beleza e juventude. Preocupam-se com a imagem que as pessoas têm sobre seu corpo, “passando a cobrar mais de si próprio, pois ele mesmo não se pode imaginar fora desses padrões pré-estabelecidos” (Malheiros Junior; Freitas, 2012, p. 284).

Conforme a sociedade manifesta o que se espera do corpo; beleza, potência, força, funcionalidade, jovialidade cria-se também a expectativa de se apresentar conforme essa descrição e é isso que se espera do reflexo no espelho. Com isso, surge a verdade do corpo e as mudanças da aparência, que relembram também as mudanças funcionais, despertando a pessoa que envelhece de uma representação de seu corpo que agora é ilusória por não ser mais o que se encontra refletido (Ferreira et al., 2013).

Jorge (2005) em pesquisa com mulheres idosas relata a descrição de preocupações delas relacionado às angústias e sofrimentos em lidar com as mudanças que chegam com a idade. Segundo a autora, “tais sentimentos surgem a partir da imagem que o espelho lhes revela” (p. 57), associando o papel das mudanças corporais a isso. Ainda acrescenta que a relação com o outro e o papel da mulher na sociedade está diretamente atrelado ao corpo e à beleza. A mulher, que culturalmente sempre foi

associada à beleza e admiração, passa a sentir uma desvalorização conforme envelhece, de não ser mais “olhada e admirada” pela sua ausência de juventude.

O corpo passa por diversos processos, modificando-se de acordo com as demandas do mercado de consumo. A pessoa ao consumir também se torna o próprio consumo ao buscar a imagem de beleza que se vende, dentro dos modelos expostos na sociedade. Dessa forma, se reproduz a desvalorização do envelhecimento, tendo como consequência que essa população muitas vezes torna-se invisibilizada. Não há interesse em expor no social algo que é negado, a finitude do ser, que esse corpo expõe ao apresentar declínios físicos. O vigor e juventude são elementos importantes dentro de uma sociedade em que o corpo, além de um meio de expressão é também construtor de identidades. O corpo é submetido a um controle em que deve ser belo, jovem e vigoroso, ainda que a longevidade seja algo iminente que necessita de maior destaque e visibilidade (Lima; Rivemales, 2013).

### **3.1.4 Melhora da relação na maturidade**

Durante o envelhecimento existem mudanças que ocorrem de forma natural. A rotina, a dinâmica social e de trabalho mudam e em consonância neste período também ocorrem as mudanças de prioridades na vida de quem envelhece. Nesse ponto também ocorrem mudanças na forma de ver e interpretar seus corpos. Aspectos culturais, sociais e financeiros contribuem para um olhar de insatisfação corporal, mas para mulheres mais velhas, seu desenvolvimento de maturidade ao longo dos anos vividos, pode contribuir positivamente ao definir suas prioridades, estando mais vinculadas a preocupações com aspectos de saúde e bem-estar do que necessariamente na estética (Fin et al., 2017). Camélia e Tulipa demonstram em suas falas essa transição para a maturidade:

Eu acho a fase adulta melhor do que na minha adolescência, na adolescência a gente acha defeito em tudo, caramba! (...) a gente se aceita muito melhor quando tem uma certa idade, para que? Não preciso agradar os outros, preciso agradar a mim, acho que é maturidade mesmo, para que eu vou querer agradar os outros, eu tenho que estar bem comigo mesma (Camélia, 60 anos).

Eu acho que nós, por exemplo, a gente ser realista acima de qualquer coisa a gente tem que ser realista e saber que com a minha idade eu não posso ter mais um corpo de 15 ou 17 ou 20, tudo muda, tudo transforma (Tulipa, 67 anos).

Fin et al. (2017) desenvolveram um estudo sobre a percepção de mulheres idosas sobre a beleza corporal e o seu significado no envelhecimento onde a amostra foi dividida em dois grupos de acordo com seu nível socioeconômico. Observou-se que em uma dinâmica com o espelho o grupo que tinha

uma renda maior, predominantemente, captou apreciação a sua imagem, demonstrando bem-estar e satisfação com seus corpos. Em contrapartida o grupo de baixa renda, em sua maioria, trouxe depreciação e melancolia ao observar seu reflexo no espelho. Isso pode se justificar a partir de muitas perspectivas, tanto no sentido econômico vinculado ao poder financeiro, quanto na forma de olharem para si próprias quando existem demandas, ao longo da vida, mais emergentes.

Em outra pesquisa realizada por Bonfim et al. (2019), que buscava identificar as percepções de mulheres idosas sobre sua autoimagem no envelhecimento, foi encontrada a questão da liberdade que estar nessa faixa etária pode apresentar. Liberdade de tempo, de escolhas, de pressões familiares e de trabalho, revelando assim algo positivo em relação ao que vivenciaram em sua juventude, algo que está diretamente relacionado com a forma como seu cotidiano ocorre, podendo ser mais leve e com qualidade de vida. De certa forma esse aspecto também se relaciona ao quanto as pressões estéticas podem, para algumas mulheres, ter menor impacto no envelhecimento, visto que consideram interesses e prioridades diferentes do que agradar outras pessoas ou ambientes.

### 3.2 RELAÇÃO DO PESO COM A PERCEPÇÃO CORPORAL

As participantes deste estudo mesmo com diferentes níveis de escolaridade, em sua maioria referiram ao longo da vida não ter percebido dificuldade de aceitação ou mesmo de julgamentos externos em relação ao seu corpo. Dentre elas muitas associaram rapidamente essa boa relação ao fato de serem mulheres magras e de essa circunstância inclusive lhes trazer elogios ao longo da vida, favorecendo a forma como interpretavam a si mesmas. As participantes Rosa e Magnólia referem essa relação da percepção corporal com a situação de serem magras.

Então assim... eu sempre fui - graças a deus! Eu sou magra, assim por natureza... (Rosa, 60 anos).

Eu nunca tive muito problema com meu corpo e nunca me preocupava muito com meu corpo, porque eu nunca tive problema assim de obesidade, de engordar muito.... Então se eu percebo que aumentei um pouco o peso eu diminuo um pouquinho o carboidrato, eu me peso toda semana, no máximo de 15 em 15 (dias) (Magnólia, 64 anos).

Cruz et al. (2021) em um estudo da área da nutrição referem que principalmente após a evolução midiática a imagem corporal e seu reconhecimento no meio social associa-se a uma “interpretação de felicidade, confiança e autoestima” (p. 96) quando seus corpos são aceitos e elogiados. Então a associação que as participantes realizam da boa relação com seus corpos ao fato de serem magras ou

dentro de padrões não ocorre a partir de uma interpretação isolada, mas sim, de um meio social que a interpreta dentro de sua imagem.

Os padrões de beleza e suas interpretações sociais se referem a um tempo cultural onde são construídos. O surgimento da exaltação de um corpo magro para mulheres se vincula a uma época pós instalação de movimentos feministas, da década de 1960. Neste período algumas mulheres adquirem percepções para além dos olhares masculinos sobre si. Quase como uma consequência desse período iniciam-se incentivos do mercado para essa regulação de um corpo magro, de produtos light, de vigilância corporal para mulheres (Hessel; Furtado, 2019).

Neste contexto, o autocontrole sobre seu próprio corpo torna-se claro e a disciplinarização e padronização dos corpos femininos também. Distanciar-se do ideal de beleza magro recebe a interpretação social e médica de se estar doente caso torne-se gorda, ou fora do mercado de consumo, podendo fazer com que a mulher se sinta insegura quanto a sua imagem corporal (Hessel; Furtado, 2019, p. 83).

Essas expectativas socioculturais da magreza dos corpos femininos fazem com que mulheres naturalmente magras se sintam privilegiadas diante das que não são, como identificamos nas participantes de nosso estudo. Mesmo não tendo sido questionado o seu peso corporal, para elas serem magras é compreendido como um facilitador na relação com seus corpos.

No discurso social o corpo magro é o naturalizado, como se esse fosse o esperado para todos e essa concepção é disseminada tanto no senso comum, quanto em discursos médicos. O discurso midiático por vezes se afasta de questionamentos relacionados ao corpo saudável e se aproxima do mercado capitalista, incluindo um senso de necessidade de medicalização, de procedimentos em pessoas gordas, em especial na situação das mulheres (Hessel; Furtado, 2019).

Ao falarmos de mulheres é necessário considerar que o padrão de beleza enaltece não somente a magreza, mas também a jovialidade. Um padrão que naturalmente não tem como ser atingido, visto que o corpo está envelhecendo com a passagem dos anos. Ainda que os padrões de beleza estejam em constante movimento, assim como a cultura, os costumes, os movimentos políticos e sociais, a exigência de ser bela persiste. Os padrões de beleza podem variar em cada geração, mas a forma controle sobre os corpos permanece (Fin et al., 2017).

Considerando a população de mulheres que estão na velhice é importante observar que mesmo as que possuem o peso esperado e tem hábitos considerados essenciais para a manutenção de uma vida saudável, como uma boa alimentação e exercícios físicos, não deixam de apresentar insatisfações com seus corpos. Esse ponto relaciona-se ao modo que as pressões socioculturais em relação a estética se



constituem, ou seja, onde a sociedade e a mídia moldam um padrão de beleza que está além de um peso – ainda que ele seja um aspecto bastante valorizado. O foco então pode ser identificado em um conjunto estético específico, com um cabelo, uma forma de vestir-se, uma juventude, entre outros aspectos que se tornam inalcançáveis (Caluête et al., 2015).

Lima e Bueno (2009) pontuam que com a instalação do feminismo, se apresentam mudanças sociais que precisam ser consideradas. As autoras descrevem o quão essencial é a equidade de gênero, distinguindo que ela não é sobre as diferenças encontradas entre homens e mulheres, mas sobre a repercussão da injustiça que algumas delas apresentam na sociedade. As mulheres precisam enfrentar uma vulnerabilidade maior durante o envelhecimento, associando a valorização da juventude pela perspectiva social, que ocorre em especial com as mulheres.

Wolf (2020), ao referir o mito da beleza e seu surgimento salienta que “... a cada geração em que houvesse um forte avanço por parte das mulheres, algum ideal surgia para sugar as energias e assim garantir que elas não progredissem demais” (p. 10). Essa constatação está associada a preocupações estéticas e a busca por um corpo referido como ideal e consequentemente inalcançável. Periodicamente ocorrem mudanças para que esses padrões sejam modificados e as mulheres passem a dedicar-se à busca desse ideal, fazendo com que espaços políticos e sociais escapem de suas prioridades.

Heine e Marinho (2014) referem as mudanças que ocorreram ao analisar campanhas midiáticas da década de 40 e da década de 90. Na primeira os produtos oferecidos visavam o aumento de peso e na segunda a perda dele. A enorme mudança de discurso interfere na interpretação do corpo ideal divulgado e compreendido pela população feminina, como detentor de beleza e felicidade.

Identifica-se o quanto para as participantes de nosso estudo ser magra foi associado a algo positivo e um padrão a ser alcançado, mesmo que na geração anterior a delas beleza e saúde feminina fosse associada à sobrepeso, a um corpo gordo. Nos discursos, ainda que tendo esse corpo magro, também é possível identificar a vigilância para que esse assim permaneça, ressaltando o fato de mesmo com uma boa relação corporal essas mulheres não estarem imunes a pressões estéticas, em uma manutenção que desconsidera questões hormonais e metabólicas do envelhecimento, como podemos avaliar pela fala de Violeta (62 anos) “Eu nunca tive problema com meu corpo, como eu volto a te dizer, eu sempre estive dentro dos padrões. Eu nunca fui fora dos padrões, padrão estipulado pela sociedade vamos dizer assim, então eu sempre estive dentro dos padrões”.

Um estudo que buscou identificar a influência do comportamento alimentar e da imagem corporal na autoestima conseguiu descrever o quanto as mulheres mesmo que estejam dentro do seu peso ideal, segundo o Índice de Massa Corporal (IMC), tendem a ter uma visão estética mais afetada



ao se identificarem como sendo maiores do que na realidade. Diferentemente dos homens que não tendem a distorcer suas imagens, ainda que tenham sobrepeso ou obesidade (Cruz et al., 2021).

Essa constante vigilância corporal e estética das mulheres tem maior tendência em ser conflituosa distanciando o corpo real do corpo esperado ou desejado. Esta situação leva a pontos que exigem atenção, mas que não pertencem ao escopo deste estudo, como as buscas por soluções rápidas relacionadas a dietas restritivas, métodos e procedimentos estéticos que por muitas vezes não são congruentes com um corpo com saúde física e mental. Esses procedimentos estão muito relacionados com a distorção de imagem e o alto índice de distúrbios alimentares no público feminino.

### 3.3 DIFERENÇAS GERACIONAIS E CULTURAIS NA PERCEPÇÃO CORPORAL

#### 3.3.1 Envelhecimento da geração anterior

Considerando as mudanças sociais e os avanços na questão dos direitos das mulheres, atualmente é possível viver novas configurações acerca do envelhecer. Por muito tempo o envelhecimento feminino foi relacionado apenas a sua função em ser a avó, como Lima (2008) pontua: “(...) há um estigma social que ainda persiste na imagem da mulher velha como avó” (p. 95). O envelhecimento de mulheres, geralmente viúvas, já foi em sua grande maioria dependente dos filhos, sendo assim vinculadas ao papel exclusivo de ser avó. Margarida e Dália realizam uma reflexão sobre como era o envelhecimento da geração anterior marcada por muitas dificuldades.

Antigamente quando uma mulher tinha 40 anos ela era velha e velha em todos os sentidos, ela era velha para casar, ela era velha para viver, ela era velha para tudo, isso eu acho muito triste sabe, essa geração que passou, coitadas né, porque viveu menos. Hoje a gente vive né, hoje com 70 anos tu está ativa ainda se tu tens saúde, meu deus, elas não... era muito chata essa parte assim, mas era um preconceito, uma ignorância também tudo, mas era muito triste, era uma vida muito judiada (Margarida, 62 anos).

Não muito tempo atrás uma pessoa de 60 anos, nossa, estava lá já de bengalinha, muitas vezes. Lá na época que a gente era criança, minhas tias de 45-50, eram senhorinhas, então isso a gente percebe, hoje em dia não, as mulheres estão mais ativas, com 60 anos muitas estão recomeçando (Dália, 60 anos)

Atualmente, conta-se com outras possibilidades, como as mulheres entrevistadas nessa pesquisa apresentam, estando ativas, em sua maioria trabalhando e dedicando-se aos seus desejos para além dos papéis familiares que exercem. “Hoje o envelhecimento tem sido, para algumas mulheres, tempo de realização de sonhos e desejos postergados” (Lima; Bueno, 2009, p. 276).

Os corpos das idosas dessa amostra se constituíram em uma sociedade que passou a envelhecer, um dos pontos citados quando olham para geração anterior é justamente o peso, que majoritariamente era desejado pelas mães, avós e tias. Elas entendiam que ter gordura demonstrava saúde dentro do entendimento daquela geração. “Os corpos robustos e formas volumosas, que foram contempladas e retratadas por grandes artistas no passado, hoje são admirados pelo valor da obra de arte, mas não como referência de beleza corporal para as mulheres contemporâneas” (Fin et al., 2017, p. 78). Entretanto, Camélia, Rosa, Jasmin, Violeta e Magnólia entendem que a percepção corporal de formas mais volumosas era decorrente da falta de oportunidades de cuidado e de preocupação da sociedade com as mulheres idosas.

A minha mãe é complicada! Se eu for analisar a geração da minha mãe, a geração da minha mãe era uma geração que não respeita o corpo (...) a geração dela é de um envelhecimento sem saúde, um envelhecimento com medicação para dor, com medicação para ansiedade, com remédio Rivotril para dormir a grande maioria tem, a grande maioria toma Omeprazol para aguentar os remédios que toma, então é complicado! Esse é o envelhecimento que a gente aprendeu a olhar “a não quero isso!”. (Camélia, 60 anos).

As mulheres mais velhas no caso não tinham preocupação assim, não tinha procedimentos, não tinha, não vejo assim... eu vejo minha mãe fazer muita dieta também, isso sim, preocupação com o corpo ela tinha de tá gordinha, sabe de emagrecer. Mas procedimentos estéticos de botar peito, de fazer cirurgia plástica, isso não existia, na época.... (Rosa, 60 anos).

Olha a minha mãe... eu nunca vi ela reclamar do corpo dela e ela é mais fortinha do que eu, mas eu nunca vi ela reclamar muito do corpo dela ou então que eu sei de tias também, elas eram bem tranquilas sobre isso (Jasmim, 62 anos).

As mulheres de outra geração realmente quando eu paro e penso eu digo meu deus como elas aparentavam mais velhas, não tinham um cuidado ao longo da vida, porque isso não é um cuidado que eu fiz agora, é o resultado de um cuidado ao longo da vida (Violeta, 62 anos).

Mudança drástica, mudança de geração para a geração é uma mudança drástica, a minha mãe é da geração das mulheres – tanto minha mãe quanto minha sogra – que não se preocupavam com o corpo, não tinham cuidado (Magnólia, 64 anos).

A minha família, as tias, eram pessoas muito pobres, elas não pensavam nisso, as preocupações dessa geração eram diferentes. Era saber se o bolo estava pronto, se... não tinha a nossa vida, não... (Gérbera, 68 anos).

Debert (1994) descrevia que a população feminina, por muitas vezes, carrega uma interpretação negativa acerca do que foi o envelhecimento de suas mães e avós – a dependência dos filhos, o isolamento, as roupas pretas – com isso, buscam formas de viver seu próprio envelhecimento de forma distinta e ativa. Ao compararmos com os achados desta pesquisa, cerca de três décadas depois, observamos que as mulheres idosas continuam buscando viver um envelhecimento diferentemente de suas mães, mas hoje suas interpretações sobre saúde, qualidade de vida e formas de trabalho são os pontos mais citados em busca de diferenciação da geração anterior.

Del Priore (2000) já apontava, na virada deste século, que a geração atual vivenciava preocupações diferentes de suas avós. Esta geração tornou-se muito menos religiosa, mas muito mais preocupada em manter o corpo imune a rejeições sociais. “Nosso tormento não é o fogo do inferno, mas a balança e o espelho” (p. 11). A autora ainda descreve que mesmo que atualmente a mulher tenha maior poder sobre seu corpo, com o advento dos métodos contraceptivos, muito ainda se repete dos modelos tradicionais. Mesmo que de formas diferenciadas a submissão feminina não deixou de existir, hoje associada não mais a gestações, mas pela busca do corpo perfeito e idealizado.

Em relação aos corpos das mulheres das gerações anteriores as participantes dessa pesquisa demonstram que se incomodam com a questão de o corpo ser mais gordo. Heine e Marinho (2014) pontuam o quanto o corpo está diretamente relacionado com sua construção discursiva, que ocorre junto aos aspectos socioculturais.

Os padrões de beleza da época relatada eram o de uma mulher mais “cheinha”, não muito magra, cuja compleição física indicasse saúde e, conseqüentemente, a capacidade física para gerar filhos. Na época, o discurso sobre a saúde também era diferente: a gordura, ao invés de indicar algo negativo, era vista como símbolo de corpo saudável, enquanto ser magro era sinal de pouca saúde, de fraqueza, de doença (Heine; Marinho, 2014, p. 98).

### **3.3.2 A geração mais jovem e o corpo**

Por uma perspectiva observa-se a emancipação do corpo da mulher, sendo ele foco em vários aspectos como sexual, de reprodução e de vestimenta. Por outro lado, atualmente, a mulher vivencia maiores opressões estéticas, que são capazes de gerar mais ansiedades que no passado. “Um dos momentos de maior independência e liberdade feminina é também aquele em que um alto grau de controle em relação ao corpo se impõe à mulher brasileira” (Goldenberg, 2011, p. 550).

Existe uma espécie de exigência em praticar uma dedicação minuciosa ao corpo, uma vez que esse corpo precisa ser exposto, estar em exibição e avaliação constante e cada vez mais detalhista sobre como cada parte do corpo precisa estar. “Em meio aos paradoxos que compõem o discurso, prevalece

a máxima de que todas podem ser bonitas, desde que invistam em si mesmas, utilizam produtos de beleza, cuidem da saúde, mereçam ser belas” (Albino; Vaz, 2008, p. 210).

[...] é importante destacar as imposições dos padrões de beleza da indústria, já que as mulheres têm visto, cada vez mais, a obrigatoriedade de realizar procedimentos estéticos a fim de se encaixar na sociedade, uma vez que ao se achar infeliz e inferior aos outros não é possível ser reconhecida e valorizada. (Cruz et al., 2021, p. 103).

A seguir apresentamos as preocupações das participantes com a nova geração. Rosa demonstra o desconforto com a geração de sua filha, que mantém uma relação superficial com seu corpo. Violeta também apresenta essa preocupação reforçando a ideia de que as mulheres buscam agradar os outros. Astromélia e Orquídea apontam os exageros na busca pela estética.

Essa geração da minha filha então agora, meu deus do céu, a vida é isso! Parece que fica uma vida superficial, uma vida paralela, uma vida artificial, uma vida... sabe, que é vivida preocupada com coisas tão superficiais, voltada mais para essa parte estética e física, eu fico louca, com as outras coisas boas da vida. Eu penso será que eles pensam? O que vai ser daqui para frente, eu fico bem preocupada porque é demais eu vejo minha filha já assim (Rosa, 60 anos).

Eu acho que eles estão mais preocupados com o corpo para exposição, para agradar os outros! (Violeta, 62 anos).

E o jovem também tá recorrendo mais e também tá se cobrando mais e não tá se amando, tanto é que a maioria toma remédio, por causa dessas cobranças... a amiguinha fez, a amiguinha tá com o corpo melhor, aquela coisa toda e tem o recurso mais rápido, é muito imediato “aí que lindo teu nariz, eu quero um igual!” Antigamente era roupa “aí que lindo teu olho, onde é que tu fizeste esse olho?” (risos) “esse teu cabelo, onde tu arrumaste essas luzes? Ai vamos lá!” O bonito é aquela boca grande, aquele corpo, aquele traseirão turbinado que eles colocam, antigamente era o seio grande acabou um pouquinho essa moda, agora é o rosto! (Astromélia, 64 anos).

O que eu vejo hoje um exagero em correção, tá? Correção facial, correção labial as pessoas todas têm um mesmo padrão de feição, bocão bota um monte de coisa aqui fica tudo enorme e todo mundo faz cirurgia do nariz, né?! “aí quero fazer isso, a vou fazer” todo mundo tá bombado, eu acho assim, eu vejo que tem um exagero eu observo esse exagero (Orquídea, 65 anos).

Percebe-se nas falas das participantes que a geração anterior tomava remédios para as dores causadas pelo desgaste e descuido com o corpo e a nova geração toma remédios por causa das cobranças para atingir um corpo ideal. Atualmente não podemos eximir o papel da mídia em relação a definições e propagação do corpo padrão, aquele que deve ser aceito, desejado e objetivo tanto para mulheres como para os homens. Quando falamos de mulheres na linha do tempo observa-se que durante um período o sobrepeso era desejável e mais recentemente a magreza torna-se o padrão. Hoje surgem ainda os corpos malhados e desenhados de academia, porém ainda não sendo universalmente aceito, como quando falamos de magreza. Mas seja qual for o padrão de beleza, sua difusão toma proporções maiores, principalmente ao falarmos da população mais jovem, através dos discursos midiáticos, que desconsidera o biotipo da maioria das mulheres, apresentando alguns modelos de corpos que serão os corpos ideais (Polli et al., 2021).

Secchi et al. (2009) realizaram uma pesquisa com estudantes universitárias sobre a percepção da imagem corporal e as representações sociais do corpo, ele apresentou o quanto o padrão idealizado encontra-se distante de um corpo “ideal”. Isso porque a imagem corporal desejada pelas mulheres participantes da pesquisa é a representação de um corpo reconhecido pela OMS como abaixo do peso normal. Observou-se que o corpo da mulher - jovem nesse recorte -, é acompanhado de exigências de ser belo, ser magro, gerar poder e status social e ainda de ser saudável. Este último critério fica mais distorcido com a contribuição das exigências anteriores, levando muitas vezes a distúrbios alimentares.

#### **4 CONCLUSÃO**

Dentre as narrativas das participantes deste estudo destacam-se as ambiguidades presentes no envelhecimento da mulher. Elas narraram suas boas relações com o corpo tanto no passado quanto no presente, mas sem deixar de mencionar as coisas com as quais se incomodam, como a vigilância no peso, o medo de obesidade e os procedimentos realizados. Demonstraram a pressão estética que interfere em suas interpretações sobre si mesmas. Por outro lado, também pontuam certa leveza ao não se importar como antes com algumas mudanças, atribuindo à maturidade, essa forma de lidar com o corpo.

A menopausa surgiu com muita intensidade nos discursos e mesmo a minoria delas que disse não ter sofrido impactos com esse período comentou sobre as dificuldades vividas por amigas e familiares. Para muitas delas as mudanças fisiológicas foram importantes, como o ganho de peso após uma vida dentro do “padrão” de magreza, mas os aspectos emocionais e psicológicos foram classificados como mais desafiadores. Devemos entender que as participantes deste estudo já se adaptaram à menopausa, mas ainda estão se organizando nesta nova imagem de serem mulheres idosas.

Consequentemente, estão elaborando as perdas e ganhos deste novo período evolutivo, mas os impactos resultantes da menopausa ainda estão presentes em sua relação corporal e são predominantes ao falarem de corpo e envelhecimento.

As mudanças percebidas entre as gerações também foi um aspecto muito relevante. Um assunto bastante abrangente que exige maiores discussões, mas que dentre as narrativas corroboram com as discussões de movimentos políticos como o feminismo e as mudanças ocorridas desde então. Dentre as percepções de um passado em que as mulheres não estavam preocupadas com seus corpos e sua saúde para uma visão de que a geração mais jovem possa estar com uma relação mais distorcida, interpretado por muitas delas como exagerada na busca de moldar seus corpos a partir do desejo da exposição e na busca pela perfeição. Neste sentido, contribui também para pensarmos que essa visão mais crítica da geração mais jovem também impactará na forma como se configurarão nas próximas décadas os processos de envelhecimento.

Neste estudo foi possível dar voz para 11 mulheres sobre suas relações e percepções acerca de seus corpos, com vivências e compreensões diferentes, mas que se encontraram em alguns aspectos, em especial logo no início de suas narrativas quando questionadas sobre sua relação com o corpo ao longo da vida. As associações de uma visão, no geral, positiva em relação aos seus corpos foram predominantes, assim como o discurso relacionado a justificar a mesma em função de serem mulheres magras.

No delineamento deste estudo as participantes foram escolhidas para que existissem diferenças em relação ao nível de escolaridade, mas a amostra se mostrou homogênea. Portanto, ainda que tenha existido uma preocupação em poder ouvir mulheres de diferentes níveis de escolaridade, esse ponto se mostrou menos relevante - dentro desse contexto encontrado - do que teria sido uma avaliação a partir de níveis socioeconômicos. As participantes com menores níveis de escolaridade, em sua maioria, relataram ter um poder aquisitivo que lhes permitiu, ao longo da vida, fazer procedimentos e pagar por profissionais da saúde, por exemplo. Pontos que contribuíram para uma melhora de suas relações com seus corpos, algo que entendemos não ser a realidade de grande parte da população brasileira.

## AGRADECIMENTOS

CAPES. CNPq

## REFERÊNCIAS

ALBINO, Beatriz Stainbach; VAZ, Alexandre Fernandez. O corpo e as técnicas para o embelezamento feminino: esquemas da indústria cultural na revista boa forma. *Movimento*, Porto Alegre, v. 14, n. 1, p. 199–223, abril de 2008. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2089>.

ARCURI, Irene Gaeta. *Memória corporal: O simbolismo do corpo e da trajetória de vida*. 1º ed. São Paulo: Vetor, 2004.

AUGUSTO, Cleiciele Albuquerque; SOUZA, José Paulo de; DELLAGNELO, Eloise Helena Livramento; CARIO, Silvio Antônio Ferraz. Pesquisa Qualitativa: rigor metodológico no tratamento da teoria dos custos de transação em artigos apresentados nos congressos da Sober (2007-2011). *Rev. Econ. Sociol. Rural* [online] v. 51, n. 4, p. 745-764, 2013. ISSN 0103-2003.

BALDIN, Nelma; MUNHOZ, Elzira M. Bagatibin. Educação ambiental comunitária: Uma experiência com a técnica de pesquisa *snowball* (bola de neve). *Rev. eletrônica Mestr. Educ. Ambient.* ISSN 1517-1256, v. 27, p.46-60, julho a dezembro de 2011.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011.

BITENCOURT, Silvana Maria. Gênero e Envelhecimento: reflexões sobre o corpo que envelheceu. *Revista Kairós Gerontologia*, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 443-458, 2015. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18i2p443-458>

BONFIM, Amanda Silva Pereira; SILVA, Maria Auricélia Sousa da; CARVALHO JÚNIOR, José Arnaldo Moreira de; COSTA, Antonio Werbert Silva da; AZEVEDO, Amanda Pereira de; COSTA, Francisca Winola Silva da. Feminilidade, corpo e envelhecimento humano: percepções da autoimagem de mulheres idosas na velhice. *Revista Uningá*, v.56, n. S6, pág. 1–12, 2019. DOI: <https://doi.org/10.46311/2318-0579.56.eUJ805>

CALUÊTE, Maria Emília Evaristo; NÓBREGA, Antônio José Sarmiento da; GOUVEIA, Roberta de Araújo; GALVÃO, Fábio Ricardo de Oliveira; VAZ, Luciana Maria Martinez. Influência do estado nutricional na percepção da imagem corporal e autoestima de idosas. *Revista Brasileira De Geriatria E Gerontologia*, v.18 n.2, p. 319–326, 2015. <https://doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14062>

CÂMARA, Rosana Hoffman. Análise de conteúdo: da teoria à prática em pesquisas sociais aplicadas as organizações. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, v. 6, n. 2, p. 179-191, 2013. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso)

CRUZ, Marcella Cantanhêde de Oliveira; CAMPOS, Leticia Pereira; MAYNARD, Dayanne da Costa. Influência do comportamento alimentar e da imagem corporal na autoestima de indivíduos. *Advances in Nutritional Sciences*. v. 2, n. 1, p. 94–105, 2021. DOI: 10.47693/ans.v2i1.29. Disponível em: <https://ansj.com.br/journal/index.php/1/article/view/29>.

DEBERT, Guita Grin. Gênero e envelhecimento. *Revista Estudos Feministas*, v. 2, n. 3, p. 33-51, 1994. DOI: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/16288/14829>



DEL PRIORE, Mary. *Corpo a corpo com a mulher: pequena história das transformações do corpo feminino no Brasil*. São Paulo: Editora SENAC, 2000.

FERNANDES-ELOI, Juliana; DANTAS, Anne Joyce Lima; SOUZA, Aline Maria Barbosa Domício; CERQUEIRA-SANTOS, Elder; MAIA, Luciana Maria. Intersecções entre envelhecimento e sexualidade de mulheres idosas. *Saúde & Transformação Social / Saúde & Mudança Social*, v. 8, n.1, p. 61-71, 2017. Disponível: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265351592008>

FERREIRA, Vanessa Nolasco; CHINELATO, Renata Silva de Carvalho; CASTRO, Marcela Rodrigues; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Menopausa: marco biopsicossocial do envelhecimento feminino. *Psicologia & Sociedade*, v.25, n.2, p. 410-419, 2013. Disponível: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/Wb8Js5hSLSnXVJ4LkqBCvLt/>

FIN, Thais Caroline; PORTELLA, Marilene Rodrigues; SCORTEGAGNA, Silvana Alba. Velhice e beleza corporal das idosas: conversa entre mulheres. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 20, n. 1, p. 74-84, jan. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.150096>

GOLDENBERG, Mirian. Gênero, 'o Corpo' e 'Imitação Prestigiosa' na Cultura Brasileira. *Saúde e Sociedade*, v. 20, n 3, p. 543-53, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902011000300002>.

HEINE, Palmira Virginia Bahia.; MARINHO, Flágila. Entre a magreza e o sobrepeso: discurso, corpo e sentido sobre a mulher em anúncios publicitários. *Sitientibus*, n. 50, p.89-109, 2014. DOI: <https://doi.org/10.13102/sitientibus.vi50.8569>

HESSEL, Beatriz Ribeiro Cortez Cardozo Barata de Almeida; FURTADO, Izaura Maria Carvalho da Graça. A influência do padrão de magreza para a mulher na contemporaneidade. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, v. 8, n. 1, p. 75-85, 2019. DOI: 10.17267/2317-3394rpd.v8i1.2098. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/2098>.

JORGE, Márcia de Mendonça. Perdas e ganhos do envelhecimento da mulher. *Psicologia em Revista*, Belo Horizonte, v. 11, n. 17, p. 47-61, jun. 2005. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-11682005000100004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682005000100004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 30 abr. 2023.

LIMA, Claudia Feio Da Maia; RIVEMALES, Maria Da Conceição Costa Rivemales. Corpo e envelhecimento: uma reflexão - artigo de revisão. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, Porto Alegre, v. 18, n. 1, setembro de 2013. DOI: <https://doi.org/10.22456/2316-2171.22236>

LIMA, Lara Carvalho Vilela; BUENO, Cléria Maria Lobo Bittar. Envelhecimento e gênero: A vulnerabilidade de idosas no Brasil. *Revista Saúde e Pesquisa*, v.2, n.2, p.273-280, mai./ago. 2009. Disponível em: <<https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/1173/792>>.

LIMA, Mari Auxiliadora V. P. Corporeidade e envelhecimento: As diversas faces do corpo quando envelhece. *Connection line – Revista eletrônica do UNIVAG*, v. 0, n. 2, maio 2007. DOI: <https://doi.org/10.18312/1980-7341.n2.2007.149>.

LIMA, Susana Moreira de. *Outono Da Vida: Trajetórias Do Envelhecimento Feminino Em Narrativas Brasileiras Contemporâneas*. Dissertação (Doutorado em Literatura Brasileira) - Universidade de Brasília, Brasília, 194p. 2008.

MALHEIROS JUNIOR, Alberto; FREITAS, Silvane Aparecida de. Envelhecimento e Consumo: As representações da velhice feminina no discurso midiático. Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento. 17, n. 1, p. 275-291, 2012. 10.22456/2316-2171.27746.

MAXIMIANO-BARRETO, Madson Alan; ANDRADE, Larissa; CAMPOS, Lucas Bueno de; PORTES, Filipe Augusto; GENEROSO, Fernanda Karoline. A feminização da velhice: uma abordagem biopsicossocial do fenômeno. Interfaces Científicas - Humanas e Sociais, v. 8, n. 2, p. 239-252, 2019. DOI: <https://doi.org/10.17564/2316-3801.2019v8n2p239-252>

MORAES, Andrea. O corpo no tempo: velhos e envelhecimento. In: DEL PRIORE, Mary; AMANTINO, Marcia (Orgs.). História do corpo no Brasil. São Paulo: Editora Unesp, 2011. p.427-452.

MOTA, Livia Jardim; MATOS, Guilherme Vieira; AMORIM, Aline Teixeira. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. Research, Society and Development, v. 10, n. 7, p. 1-8, 2021. DOI: <https://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16563>

NOVAES, Joana de Vilhena. Beleza e feiura: corpo feminino e regulação social. In: DEL PRIORE, Mary; AMANTINO, Marcia (Orgs.). História do corpo no Brasil. São Paulo: Editora Unesp, 2011. p.427-452.

NOVELLI, Marcia Maria Pires Camargo; SILVA, Thaís Bento Lima da. Avaliação direta e indireta da funcionalidade no envelhecimento. In: FREITAS, Elizabete Viana de; PY, Ligia (Orgs.). Tratado de geriatria e gerontologia. 4º ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018. p.1439-1443.

POLLI, Gislei Mocelin; JOAQUIM, Bianca Oliveira; TAGLIAMENTO, Grazielle. Representações sociais e práticas corporais: influências do padrão de beleza. Arquivos brasileiros de psicologia., Rio de Janeiro, v. 73, n. 3, p. 54-69, dez. 2021. DOI: 10.36482/1809-5267.ARBP2021v73i3p.54-69

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. [recurso eletrônico]. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

SANTAELLA, Lucia. Corpo e comunicação: Sintoma da cultura. Porto Alegre: Paulus, 2004.

SANTOS, Árkuisa Antônia de Sousa; SILVA, Flávia Ventura da; MARTINS, Fabiana Lopes. Percepção das mulheres no município de Paulo Afonso, na Bahia, sobre as mudanças corporais e emocionais no período do climatério. Estação Científica (UNIFAP), Macapá, v. 6, n. 1, p. 91-104, jan./abr. 2016. <https://periodicos.unifap.br/index.php/estacao>

SECCHI, Kenny; CAMARGO, Brigido Vizeu; BERTOLDO, Raquel Bohn. Percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v.25 n.2, p. 229-236, 2009. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722009000200011>

VILHENA, Junia de; MEDEIROS, Sergio; NOVAES, Joana de Vilhena. A violência da imagem: estética, feminino e contemporaneidade. Revista Mal-estar e Subjetividade, v. 5, n. 1, p. 109-144, 2005. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27150106>>.

WOLF, Naomi. O mito da beleza. 12ª ed. Rio de Janeiro: Rosa dos tempos, 2020.

XAVIER, Tamires de Sousa.; PINTO, Wilza Maria. Percepção das mulheres na faixa etária de 40 a 50 anos sobre período do climatério em uma unidade básica de saúde no município de princesa Isabel: mudanças emocionais e corporais. Revista Multidisciplinar do Sertão, v. 1, n. 2, p. 227-239, 30 jun. 2019. DOI: <https://doi.org/10.37115/rms.v2i1.28>