

Stella De Marco Amaral

**SAUDÁVEL BELEZA: REPRESENTAÇÕES DO CORPO FEMININO NA REVISTA
ATREVIDA (1994-2005)**

Belo Horizonte
Universidade Federal de Minas Gerais
2009

Stella De Marco Amaral

**SAUDÁVEL BELEZA: REPRESENTAÇÕES DO CORPO FEMININO NA REVISTA
ATREVIDA (1994-2005)**

Monografia apresentada como critério para conclusão da Disciplina Seminário de TCC II do curso de Licenciatura em Educação Física da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais.
Orientadora: Profa. Meily Assbú Linhales.

Belo Horizonte
Universidade Federal de Minas Gerais
2009

AGRADECIMENTOS

Nesse momento de conquista, gostaria de agradecer primeiramente a Deus, por estar sempre do meu lado, guiando e protegendo todos os meus passos.

Aos meus pais, agradeço pelo apoio. Sem vocês seria impossível até mesmo sonhar em chegar até aqui. Aos meus familiares, aos amigos e ao Jú, agradeço por cada palavra de incentivo, por cada oração e por estarem sempre do meu lado.

Aos professores da Educação Física, em especial, minha orientadora Meily, agradeço por terem acreditado em mim, por terem me incentivado e feito parte da minha formação de maneira tão positiva e intensa.

Aos amigos da Licenciatura, obrigada por tudo, vocês com certeza marcaram muito a minha trajetória. Me orgulho de ter compartilhado com vocês tantos momentos e tantas discussões que contribuíram tanto para a minha formação como professora e também como pessoa, e também me orgulho dos professores que vocês se tornaram! Agradeço também à minha colega Vanessa, que cedeu todas as suas revistas para que fosse possível a realização desse trabalho.

Impossível citar todos aqueles que contribuíram para que eu chegasse até aqui, mas a todos vocês muito obrigada! Esse sonho não foi só meu e, essa vitória não é só minha!

RESUMO

Esse trabalho é a respeito da relação do Corpo com a mídia e de ambos com a adolescência feminina. O Corpo é aqui considerado como um resultado de uma pedagogia provisória que se configura como uma construção social, histórica e política. Sendo um resultado, ele é de alguma forma construído e, acredito que hoje em dia a mídia, que se configura como uma instância pedagógica, vem sendo cada vez mais influente nessa construção. Ela se utiliza dos corpos, e de todas as mudanças que nele podem ser feitas, para disseminar tudo aquilo que pode trazer algum benefício para ela. E é nesse contexto que as adolescentes vêm sendo educadas, em um mundo no qual se aprende nos shoppings, na internet, nas ruas. Em um mundo no qual o corpo se torna talvez o principal meio para se alcançar vitórias em todas as áreas da vida, no qual a aparência desse corpo se torna uma preocupação fundamental. A partir dessas considerações, escolhi como objeto de estudo a Revista *Atrevida*. Analisei 66 revistas, publicadas entre 1994 e 2005, buscando compreender quais representações de Corpo feminino são por ela veiculadas e também procurando identificar quais representações de mulheres e adolescentes ela constrói e quais conhecimentos do corpo e da Educação Física são disseminados por ela. Organizei os meus estudos a partir de dois grandes eixos, o primeiro, nomeado Saúde e cuidados com o corpo e, o segundo, nomeado Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, Esportes e profissionais da Educação Física. A partir desses eixos as reportagens foram categorizadas e analisadas. É possível afirmar então que a Revista *Atrevida* educa as adolescentes. Ela apresenta comportamentos esperados, roupas da moda, dicas de cuidados com a saúde e, apresenta até mesmo um corpo considerado como ideal e esperado das mulheres. A Revista ensina jeitos adolescentes de ser, e faz isso com a ajuda inclusive de discursos de diversos profissionais, até mesmo daqueles da área da Educação Física.

Palavras-chave: Corpo. Mídia. Adolescência.

Sumário

Apresentação.....	6
Capítulo 1- Reflexões acerca do Corpo, da Mídia e da Adolescência.....	11
1.1 - Sobre o corpo.....	11
1.2 - Mídia em Revista.....	15
1.3- Adolescência.....	18
Capítulo 2 - O percurso metodológico.....	21
Capítulo 3 - Os corpos na Revista Atrevida: saúde, beleza e exercício.....	26
3.1-Saudável Beleza.....	26
3.2- Atividade Física, é possível viver sem?!.....	35
Considerações finais.....	44
Referências.....	46
Apêndices.....	49

Apresentação

Quando se pensa em construção do corpo na contemporaneidade, inevitavelmente, se pensa em mídia, afinal, ela nos bombardeia com notícias e reportagens sobre o corpo cotidianamente.

Dessa maneira, a mídia em geral, ocupa um importante espaço na vida de todos nós, ela faz muito mais do que apenas apresentar notícia; traz saberes, influencia a nossa construção de identidades, contribui para a construção do senso comum. Procuro, através dessa pesquisa, entender melhor de que maneira esse poder midiático chega até os corpos das adolescentes do século XXI.

Meu interesse por esse tema surgiu quando eu estava envolvida com um estágio em uma equipe de futsal feminino sub15 dentro de uma escola particular em Belo Horizonte. Através de conversas informais com as adolescentes participantes dessa equipe, percebi que todas estavam insatisfeitas com seus corpos, a maioria reclamava de 'gordurinhas' e mais enquanto outras se achavam muito magras. Entendi que a maneira como elas enxergavam seus corpos e, os corpos das colegas, tinha como base o padrão de beleza que é veiculado pela mídia, um padrão que muitas vezes é cruel por ser tão distante da realidade da maioria das mulheres. Surgiu então a minha curiosidade sobre esse padrão de beleza. De onde ele vem? Por que o corpo bonito é de tal maneira e não de outra? Qual é a participação da mídia na construção dos olhares e identidades das adolescentes?

Partindo dessas questões, escolhi como objeto de estudo para esse trabalho, a mídia impressa (a revista). Essa escolha foi baseada em uma vivência própria; quando adolescente, fui apresentada por algumas amigas a uma revista destinada às adolescentes que é muito popular até os dias de hoje. A partir daí, comprei durante um ano todas as edições de tal revista, aprendi com ela (e com as outras mídias), diversas coisas, e o que foi mais marcante, é que, o corpo que eu tenho depende da minha vontade, se eu praticar algum esporte e regradar minha alimentação posso ter um corpo "belo". Porém, não foi bem assim que as coisas aconteceram, apesar da minha

vontade e dos meus esforços para mudar meu corpo, nessa fase de transição, a adolescência, comecei a me incomodar com ele, passei a escondê-lo com roupas largas, a andar só com o cabelo preso, a chamar o mínimo de atenção possível, afinal o meu corpo estava longe de ser bonito e eu não conseguia modificá-lo da maneira que queria! Entrei em uma fase de dietas e mais dietas, comecei a praticar atividades físicas não por prazer ou por buscar saúde, e sim por querer transformar o meu corpo em um corpo ideal, a atividade física passou a ser uma obrigação, um dever. A mídia teve uma influência negativa na construção de minha identidade, de certa maneira só tornou mais difícil a minha adolescência. E hoje, olhando as revistas atuais vejo como é claro que, o que elas apresentam para as adolescentes não é muito diferente do que me foi apresentado. Corpos brancos, sem rugas, espinhas ou cicatrizes, cabelos lisos, barrigas ‘malhadas’ sem nenhum sinal de gordura ou estrias. As mulheres modelos e exemplares que as revistas trazem são sempre meninas que controlam a alimentação e praticam alguma atividade física. Nesse contexto optei então por realizar os estudos com revistas.

Utilizei como critérios para a escolha da revista a sua circulação e sua acessibilidade a diferentes extratos sociais. Decidi então por realizar a pesquisa com a Revista *Atrevida*, que já está no mercado há 15 anos e tem uma periodicidade mensal. No início de meu trabalho enviei um e-mail para a Editora de tal Revista com perguntas a respeito de qual seria o público alvo e os objetivos dessa Revista. Obtive a resposta de que o público alvo, em geral da Revista, são adolescentes entre 13 e 18 anos e, ela tem como objetivo informar as adolescentes sobre assuntos relacionados a comportamento (namoro, pai e mãe, amizades), beleza, saúde, moda, tecnologia e atualidades.

A *Atrevida* é uma revista que tem um estilo bem parecido com a revista que marcou a minha adolescência. Ela traz reportagens sobre a banda do momento, a roupa que você tem que ter no seu guarda roupa, o que é bom comer (e normalmente não engorda), a atividade física da moda, ensina como se comportar para conquistar um menino tímido e, outra maneira para se conquistar o menino ‘popular’, ela traz reportagens com dicas para ter um beijo bom, tira dúvidas sobre sexo, sobre relacionamentos com o mesmo sexo e com o sexo oposto; traz dicas sobre como lidar com os pais. Enfim, ela ensina jeitos adolescentes de ser.

Refletindo sobre todas essas influências externas que os corpos sofrem percebi a grande importância que um profissional da área de Educação Física pode ter na vida de uma adolescente. Ele é um educador que pode atuar não só dentro das escolas, como também nas academias, nos espaços de lazer e etc.

Esse profissional deve reconhecer que atualmente os professores, junto com a igreja e a família não são mais os únicos educadores na sociedade. Educa-se na rua, nos shoppings, nos filmes, na televisão, nas revistas; todas essas instâncias se configuram como instâncias pedagógicas. É importante ressaltar que os próprios professores aparecem em muitas dessas instâncias 'vendendo' conselhos, oferecendo serviços para solucionar os 'problemas' do corpo. Eles se configuram na sociedade atual como conselheiros (juntamente com profissionais da área da nutrição, médicos esteticistas e etc.), para aquelas pessoas que buscam a atividade física, seja por saúde, por condicionamento físico ou por estética. E cabe aos profissionais encontrarem a melhor maneira de lidar com as informações que as pessoas adquirem em outros lugares, informações que muitas vezes são incorretas, não consideram contextos diferentes e assim sendo homogeneizam as pessoas.

Os jovens de hoje se configuram como a geração mais bem informada de todas, eles já nasceram em um mundo globalizado. Porém essa geração não sabe como utilizar toda essa informação (SILVIA E SOARES, 2003). O professor de Educação Física, no papel de educador, deve ajudar esses jovens a refletirem sobre tudo o que lêem, vêem e escutam, ajudando-os a construir suas identidades.

É interessante também a idéia de Outeriel, citado por Alex Fraga,(2000), de que os adolescentes contemporâneos amadurecem sem acompanhar o processo de amadurecimento biológico do corpo, o comportamento desses sujeitos rompeu as fronteiras etárias. Crianças que, apesar de ainda não terem o corpo transformando, já possuem uma postura adolescente, já sabem como ser adolescentes, apesar de ainda não o serem. Acredito que isso acontece principalmente por que essas crianças são bombardeadas desde sempre pela mídia.

A adolescência é aqui entendida como uma fase da vida na qual o 'homem' está se descobrindo um novo sujeito. Ao mesmo tempo em que ele não quer deixar para trás

a sua infância, ele busca desenvolver sua autonomia. O sujeito deixa o seu corpo e seu mundo infantil e começa a entrar com muitas desconfianças, inseguranças e medos em um novo corpo e mundo, o adulto. É necessário então que esses jovens encontrem um ambiente adequado para vivenciarem essas mudanças, para se adaptarem da melhor maneira possível à sociedade na qual estão inseridos.

É fato que hoje em dia, na nossa sociedade ocidental moderna, a mídia desempenha um papel de extrema importância na vida desses jovens, ela produz e difunde idéias e valores na sociedade. Entendo então a revista como um artefato cultural, uma instância pedagógica que veicula uma pedagogia cultural própria, atingindo um grande número de adolescentes. Essa grande influência da mídia impressa na vida dos adolescentes pode ser comprovada, por exemplo, pelas pesquisas de Lucia Afonso (2001), que revelam que os adolescentes utilizam como fonte de informações sobre sexualidade, principalmente os amigos, os livros e as revistas. As revistas produzem conhecimentos e valores. Elas ensinam maneiras de se comportar, de se vestir, quais acessórios usar, qual o penteado da moda, elas hierarquizam os corpos, decidem qual é belo, qual é saudável e dão dicas de como se alcançar esses corpos... Enfim, as revistas educam, trazem conhecimentos sobre os corpos e, por isso, não devem ser desconsideradas pelos profissionais de Educação Física. Pelo contrário, esses educadores devem se familiarizar com tal instância pedagógica que atinge tantos jovens, refletir sobre os conhecimentos que ela traz e tentar descobrir a melhor maneira de lidar com essa realidade.

Com esse estudo pretendo contribuir com os professores que estão em constante formação, ajudando-os a perceber as revistas com outros olhares, a perceber a influência delas nas vidas das adolescentes. Dessa forma esses professores serão capazes de refletir sobre melhores maneiras de lidar com essas adolescentes, contribuindo verdadeiramente e de forma eficiente na construção de identidade dessas meninas. Meninas que vivem em um mundo globalizado, no qual ter acesso a qualquer tipo de informação, inclusive sobre o corpo, é fácil, ao mesmo tempo em que saber como utilizar tais informações, não é tão fácil assim.

Com esse trabalho pretendi investigar as representações de Corpo Feminino veiculadas pela Revista *Atrevida* no período compreendido entre 1994 e 2005. Além disso, busquei também identificar quais representações de mulheres e adolescentes

ela constrói e/ou legítima, a partir do entendimento de quais marcas, aparências e comportamentos são considerados desejados ou indesejados nas mulheres adolescentes pela Revista e, também identificar quais conhecimentos a respeito do corpo da Educação Física são disseminados por essa Revista.

O capítulo I desse trabalho configura-se como uma revisão a respeito de assuntos que são base para as discussões que são apresentadas posteriormente. São eles: o Corpo, a Mídia e a Adolescência. O Capítulo II traz todo o percurso metodológico estabelecido para a realização dessa pesquisa. Já o capítulo III traz a análise dos conteúdos estudados, divididos em dois subtemas, o primeiro mais especificamente sobre saúde e cuidados com o corpo e, o segundo, mais especificamente sobre prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, esportes e profissionais da Educação Física. Dessa maneira a discussão de um subtema não se reduz somente a ele, um completa o outro.

Capítulo 1

Reflexões acerca do Corpo, da Mídia e da Adolescência

Tendo em vista os meus objetivos e as questões que procurei responder no desenrolar dessa pesquisa, considero de extrema importância uma compreensão de noções sobre o Corpo e a Mídia, em diálogo com a adolescência. A revisão que se segue traz noções fundamentais sobre esses três temas e a relação existente entre eles.

1.1- Sobre o corpo

Na concepção dualista, o corpo é visto como coexistente de outros aspectos como a alma, o espírito, a mente e a razão, é uma limitação; ocupava o lugar da natureza, do primitivo, do animal e instintivo e é o oposto da cultura, do civilizado, do racional e humano.

Em outra perspectiva, o corpo é aqui entendido como um resultado provisório das pedagogias existentes em determinadas sociedades, em determinadas épocas. Ele está inscrito na história, é formado pelos hábitos, valores, pelas práticas. Em outras palavras, é um artefato social, histórico, cultural, político, um processo e um resultado, não possui estruturas ou necessidades fixas. Ele ainda se configura como uma possibilidade, um:

“conjunto de músculos, ossos, vísceras, reflexos e sensações, o corpo é a roupa e os acessórios que o adornam, as intervenções que nele se operam, a imagem que dele se produz, as máquinas que nele se acoplam, os sentidos que nele se incorporam, os silêncios que por ele falam, os vestígios que nele se exibem, a educação, seus gestos...enfim, é um sem limite de possibilidades sempre reinventadas, sempre à descoberta e a serem descobertas “.
(Figueira, 2003)

Ele é considerado não só apenas um resultado da cultura, mas também um local de construção de identidade e de controle social. É através dele que nos posicionamos em relação a nós mesmos, em relação ao outro e ao mundo.

De acordo com Mauss, citado por Maria Cristina Paim e Strey (2004), toda sociedade, em qualquer tempo e lugar, desenvolveu modos de trabalhar o corpo humano de acordo com as necessidades emergentes da época. O significado do corpo em uma sociedade é único e depende da posição que esse corpo ocupa nessa sociedade. Dessa forma, cada sociedade manipula o corpo de uma forma particular, atingindo diferentes posturas, maneiras de se alimentar, de higiene, práticas sexuais, técnicas esportivas e etc. Em cada sociedade, e em cada época específica, um determinado corpo é valorizado.

Podemos comprovar essa idéia através dos estudos de Denise Sant'anna (1995). Segundo a autora entre 1900 e 1920 no Brasil, o médico tinha um papel fundamental na sociedade e a Igreja Católica tinha muita influência sobre tudo e todos. Nesse contexto, considerava-se que Deus distribuía a beleza entre as mulheres, e cabia àquelas mulheres que ganharam esse presente, apenas tentar conservá-lo. A falta de beleza era uma doença digna de exame e tratamento médico, a beleza e a saúde se misturavam, havia remédios para afinar a cintura, branquear a pele, curar males como peito caído, manchas e etc. Porém as mulheres que utilizassem esses remédios sem a indicação médica eram consideradas excessivamente vaidosas, de moral duvidosa. O embelezamento era segredo entre as mães e filhas e entre as amigas, e as mulheres procuravam sempre dissimular os problemas físicos (fingir ter uma cintura fina ou uma voz mais aveludada).

A partir de 1920, com a crescente urbanização, as mulheres começaram a se expor mais, surgindo então uma maior preocupação com a apresentação física. Nesse contexto, aparecem os primeiros salões de beleza, os produtos de beleza se tornam mais comuns, a moda ganha espaço na vida das mulheres.

Nos anos 50, os conselheiros de beleza que até então eram apenas do sexo masculino perdem espaço para as Mulheres Mitos. Essas mulheres eram aquelas consideradas dotadas de uma beleza exemplar e passavam a idéia de que é bom,

fácil e importante fazer-se bela. Não há mais segredos, tudo depende do aprendizado de algumas técnicas que já são acessíveis para todas as mulheres. A beleza é um direito, basta querer. Outra importante idéia que surge também nessa época é a de que a mulher que cuida de si torna-se mais feliz e satisfeita, a publicidade passa a priorizar o prazer de se embelezar. Os produtos de beleza deixam de ser remédios, ocorre uma modernização de suas técnicas de produção. Como não há mais momentos para fazer-se bela, surge a necessidade de produtos em pequenas embalagens para acompanharem as mulheres que passam o dia fora de casa.

Atualmente a idéia de que a mulher é a única responsável pela sua aparência vem ganhando ainda mais forças. Existem diversos conselheiros, que são os conhecidos especialistas, como os médicos, nutricionistas, modelos e até mesmo os professores de Educação Física. Eles vendem 'receitas' que, se forem seguidas rigidamente pelas mulheres, as levarão a tão sonhada beleza, que continua sendo sinônimo de felicidade e satisfação. Esses conselhos se destinam a todas as mulheres, independente da etnia, da situação financeira, do contexto no qual elas vivem. Percebe-se uma grande valorização da força de vontade e do autocontrole da mulher, características que hoje são mais do que admiráveis. Os pudores antigos dão lugar a um novo pudor, o de não se conhecer, não se tocar, não se ouvir. A beleza física que um dia foi considerada um atributo divino e imutável, passou a ser uma possibilidade, e até mesmo uma obrigação, ela está ao alcance de todos.

O culto ao corpo é uma característica muito marcante da nossa sociedade ocidental contemporânea. Se tornam cada dia mais comuns as mulheres que freqüentam academias de ginásticas ou que se submetem à cirurgias estéticas, "o corpo torna-se objeto de consumo, onde substanciosos investimentos fazem as pessoas estarem em constante busca da imagem ideal" (PAIM e STREY, 2004).

Somos convidados por essa sociedade consumista a buscar a beleza, a reconstruir o nosso corpo, a saber, usufruir de nossa aparência, manter a jovialidade escondendo o envelhecimento e as fragilidades. Podemos trocá-lo como quem troca de roupa, 'comprá-lo', utilizando alimentos dietes, pomadas, cremes, remédios, ou até mesmo serviços, como cirurgias, tratamentos estéticos e academias de ginástica. Esse corpo contemporâneo, que é "maleável, transitório, pode ser (re)construído e transformado

de acordo com o design mais atual, é um projeto que jamais estará pronto, sempre inacabado e a ser conquistado.

O 'querer' modificar o corpo, inicialmente é entendido como uma escolha do sujeito, como se fosse uma responsabilidade individual, mas na verdade as pessoas são intimadas a querer buscar um aperfeiçoamento do corpo, aquele que não se preocupa com o seu corpo é considerado um desleixado, preguiçoso e, também culpado pela doença que pode vir a apresentar. As pessoas são intimadas pela própria sociedade, pelo sistema capitalista, pelo mercado. Segundo Ana Márcia Silvia (2001) o corpo está no centro do interesse da economia de mercado, ele é instrumento e resultado das relações mercantis; os meios de comunicação, segunda a autora, tem demonstrado repetidamente e excessivamente uma suposta carência de saúde e beleza dos indivíduos, o que acaba os induzindo ao consumo de mercadorias e serviços que se relacionam com essas necessidades. O 'cuidar do corpo' objetivando uma melhor aparência vem se tornando uma necessidade, esta que por sua vez é acompanhada pelo crescimento de variados conhecimentos relacionados ao corpo.

Nos preocupamos em deixar o corpo mais forte e mais resistente em uma época na qual "as atividades físicas que exigem força tendem a desaparecer substituídas pelas máquinas" (LE BRETON, 2007). Esse fato deixa claro que muitas vezes essas tentativas de modificar o corpo não têm como fim ou principal objetivo, a saúde.

Os sujeitos buscam a mudança de si mesmo através da mudança do corpo. Pode-se dizer que o sujeito ao modificar seu corpo, está criando uma identidade provisória mais favorável, um desejo do momento. O corpo se configura como suporte dessa identidade escolhida, uma proclamação momentânea de si, uma identidade efêmera. A pele se torna o mais profundo, a aparência do corpo torna-se a identidade daquela pessoa naquele momento. Além disso, os sujeitos procuram mudar o corpo como se esse fosse um caminho para a mudança da vida também. A idéia é que, com a atividade física se consegue saúde, com a saúde se consegue o corpo bonito, com esse corpo se tem o bem estar, e então, pronto! A receita está completa, pois se você tem saúde, beleza e bem estar, você é feliz. Embelezamento e saúde, são um binômio indissociável no imaginário social contemporâneo.

Considerando então todo esse contexto ocidental contemporâneo, percebe-se que os corpos femininos sofrem muito devido às exigências da sociedade. Se espera determinados comportamentos e características das meninas desde quando elas nascem. A beleza física é, e sempre foi, uma das características fundamentais. Porém, ainda existe uma enorme multiplicidade de identidades culturais, as certezas dos saberes são cada vez mais provisórias, não há uma identidade feminina fixa. Em cada grupo (social, religioso, étnico e etc.) ela é representada de uma maneira. Há uma pressão natural da sociedade sobre as mulheres, e as adolescentes, por diversos motivos parecem sofrer mais com essa pressão, apresentando um crescente quadro de problemas como anorexia, bulimia e etc.

1.2- *Mídia em Revista*

Atualmente a educação não está mais sob responsabilidade apenas das instituições tradicionais modernas (escola, família, igreja), qualquer lugar onde se efetue a educação, onde o poder é organizado e difundido, pode ser considerado um espaço pedagógico. Entendo por pedagogia a reflexão, sistematização e produção de conhecimentos, ela é formada por processos através dos quais as pessoas compreendem a si próprias e as possíveis formas pelas quais elas interagem com outras pessoas e seu ambiente; pedagogia é um modo de produção cultural.

De acordo com Giroux, citado por Sandra Andrade (2002), “existe pedagogia em qualquer lugar em que o conhecimento é produzido, em qualquer lugar em que exista a possibilidade de traduzir experiência e construir verdades.”, e essa idéia fica cada vez mais clara, já que atualmente a juventude vive muito mais fora de suas casas, das escolas e das igrejas do que dentro dessas instituições.

A adolescência ocidental moderna vive em uma sociedade do consumo, que tem como características a elevação do nível de vida, a abundância das mercadorias e dos serviços, uma sociedade materialista que cultua objetos. A regra do efêmero governa a produção e o consumo desses objetos, o novo é sempre superior ao velho, o novo que exclui a maioria e que aumenta as distâncias entre as pessoas.

A mídia que é uma área da publicidade, nesse contexto, se configura como uma dessas instâncias pedagógicas, ela produz conhecimentos, valores, veicula uma pedagogia cultural própria, regula condutas, molda identidades corporais. É uma forma de “comunicação socialmente legítima” (LIPOVETSKY, 2007. p. 185,), que difunde, de uma maneira mais atrativa, normas e ideais.

É interessante notar que essa mídia dissemina apenas signos, significantes e significados que já nos são familiares. Ela traz o que está relacionado com os conhecimentos que circulam na sociedade e que é produzido socialmente pela cultura, ela traz apenas aquilo que é visto como “natural”. O poder de um discurso está diretamente ligado a sua capacidade de ser visto como algo natural. A mídia não inventa discursos e representações, quando a publicidade fala, toda a sociedade também está falando” (SABAT, 2001).

Mais especificamente sobre a mídia impressa, ou melhor, sobre a revista destinada ao público feminino, percebe-se que em relação ao corpo, ela se apropria de um discurso técnico-científico de forma a legitimar-se com o auxílio de entrevistas com especialistas no assunto. Ela traz saberes médicos, psicológicos que adquirem legitimidade, o público alvo é “educado” a olhar o seu corpo e vê-lo a partir desses saberes. E esses saberes avaliam, de acordo com esse público o que é seguro ou perigoso na condução dos corpos, apresentam um modo de ser, de pensar, de viver. Mostram para o público o que é “legal” de se vestir, do que é legal gostar, a maneira “apropriada” de se falar, traz depoimentos de celebridades consideradas exemplares pelo corpo editorial da revista, como por exemplo, das Top Models, (re)produzem identidades, relações de poder, ensinam modos de ser mulher e de ser homem. Através das imagens e textos podemos observar como as relações de gênero estão sendo entendidas pela sociedade, os significados ligados às mulheres e homens, os significantes ligados ao comportamento feminino e masculino que são esperados socialmente.

Nessas revistas destinadas às mulheres, encontram-se reportagens que incentivam a mulher a ser do jeito que ela se sente melhor, a ter a sua personalidade mas, ao mesmo tempo, na página seguinte, reportagens falando do que os homens gostam, ou sobre como a mulher deve se vestir ou se comportar para conseguir conquistar um

homem ou se dar bem no trabalho. Ainda percebe-se nessas revistas uma maior predominância de reportagens a respeito de como mudar o corpo, elas dizem que a mulher não deve ter vergonha de mostrar seu corpo ao mesmo tempo em que outras reportagens ensinam caminhos para se ter um corpo ‘sarado’, bronzeado e sem estrias. Segundo Gomes e Silva, citados por Helena Miranda (2008), essas reportagens utilizam os verbos no imperativo, (exprimem idéias de ordem, conselho, convite, pedido etc.) o que deixa claro que, na realidade, a liberdade de escolha das leitoras, apesar de ser incentivada, é praticamente inexistente.

Essas revistas são sustentadas pela indústria da beleza, pelas propagandas de moda e cosméticos. Seus discursos utilizam estratégias de convencimento, persuasão e sedução que influenciam as leitoras em relação aos produtos que elas anunciam (que são entendidos como essenciais para nosso corpo). Produtos que mudam conforme a linha adotada pela publicação. É válido reforçar a idéia de que um produto é vendido apenas para quem pode comprá-lo, porém, um anúncio é distribuído indistintamente. As revistas muitas vezes não admitem a existência de diferenças culturais, étnicas e de classes sociais; qualquer mulher pode ver os anúncios que elas trazem, porém poucas terão reais condições de adquirirem os produtos anunciados.

No caso das revistas destinadas às adolescentes, são ensinadas maneiras de ser uma adolescente bela, atraente, saudável e moderna. Tais revistas “impõem a uns a delícia e a outros a dor de ser adolescentes” (FISCHER, 1999). Elas levam as adolescentes a se compararem, a compararem seus corpos com outros a procura de vantagens e desvantagens o tempo inteiro, e se a garota se encontrar fora do padrão desejável, ela deve procurar corrigir seus “defeitos”, que muitas vezes são apenas marcas de seus corpos ou características de seus diferentes biótipos impossíveis de se modificar.

Entendo que a mídia impressa possui um grande espaço na vida de muitas mulheres e adolescentes da nossa sociedade contemporânea, ela é fonte de consulta sobre sexualidade, relacionamento, comportamento. Ela assume o papel e a pretensão de orientar, é uma instância que educa as condutas femininas, sua pedagogia está voltada para a educação dos corpos e, por isso, merece a atenção daqueles que pretendem também educar esses mesmos corpos.

2.3 Adolescência

Ser adolescente é muito mais do que ter uma determinada idade, é estar em uma fase da vida, na qual o sujeito passa por diversas transformações, tanto físicas como psicológicas. Para as meninas, o corpo muda, aparecem as 'formas', os seios, a primeira menstruação e, ao mesmo tempo, surge um interesse maior por questões relacionadas à temas como sexualidade e futuro, surgem os primeiros namoradinhos, o 'eu gosto dele e ele gosta dela', surgem as primeiras preocupações em relação ao 'que vou ser quando crescer'.

O adolescente se descobre um sujeito totalmente novo, e esse processo é caracterizado por autores como Aberastury e Knobel, citados por Fraga (2000), como muito turbulento, marcado por crises de personalidade. Ainda de acordo com Fraga (2000), a adolescência é uma construção social, é uma fase da vida na qual o sujeito se encontra perdido entre os sonhos de sua infância que não fazem mais sentido e um mundo adulto que ainda não passa de uma promessa. Nessa fase os sujeitos estão buscando reconstruir suas identidades, personalidades e encontram-se muito vulneráveis a todos os tipos de influência que podem vir a sofrer do meio no qual vivem.

Assim sendo, o meio no qual os adolescentes estão inseridos tem um papel extremamente importante na constituição deles como sujeitos detentores de idéias, ideais, de (re)conhecimentos, concepções a respeito da sociedade, da relação com o outro e da relação com si mesmo. Vale ressaltar também que há pedagogia em qualquer espaço no qual se efetua a educação, onde o conhecimento é produzido, logo, os adolescentes não são educados apenas nas escolas pelos professores ou dentro de casa pelos pais, eles são educados por diversas outras instâncias, sendo que uma delas é a mídia.

Segundo Castro (1999), os adolescentes contemporâneos estão inseridos desde que nasceram em um mundo do consumo, no qual o desejo humano nunca se satisfaz, havendo sempre uma necessidade da busca por novidades. Esse mundo do

consumo, difundido pela mídia, acaba transformando não só os jovens, mas também as crianças e adultos em consumidores vorazes, que quase nunca estão satisfeitos com o que têm. A maior preocupação que surge na adolescência passa a ser por muitas vezes o que 'se ter', e esse ter inclui tanto coisas materiais como até mesmo a própria aparência física.

Os jovens, em sua maioria, já cresceram nesse contexto e, por isso, acabam por encarar esse novo mundo com naturalidade, são "constituídos pela experiência de que as demandas de consumo se renovam constantemente e permanentemente" (CASTRO, 1999, p.58). E consomem mais do que produtos, eles consomem idéias, concepções, imagens. A mídia normalmente traz uma concepção, um ideal, acompanhados de uma imagem que retrata felicidade e, só depois, apresenta um produto. Ou seja, a pessoa ao consumir quer muito mais do que o simples produto. As coisas ganham o poder de veicular informações a respeito dos sujeitos que as portam, definem quem é quem dentro da sociedade (CASTRO, 1999).

Nesse contexto o corpo ganha uma importância especial, ele se veste com as roupas, os acessórios e, ainda de acordo com Castro (1999), ele carrega uma linguagem simbólica, além de ser um corpo erotizado e de desejos. Os jovens tratam seus corpos com o entendimento de que a imagem que transmitem pode "permitir o trânsito pelos espaços que querem freqüentar, ou impedir sua circulação" (CASTRO, 1999, p. 131). Eles usam esses corpos a fim de pertencer temporariamente a um grupo e, por isso, têm dedicado grande parte do tempo para trabalhar o corpo. É a valorização do estético colocando em evidência a importância do 'estilo de vida', o que conseqüentemente estimula o consumo.

O corpo ganha para os adolescentes uma importância exagerada, o mundo passa a girar em torno deles, e tudo passa a depender de como esses jovens acham que esse corpo é visto e entendido pelo próximo. Fica a idéia de que o sujeito com boa aparência, que está na moda e que possui um bem material que se 'deve possuir' é capaz de conquistar tudo e, a preocupação com outras questões como as relacionadas aos vínculos sociais e à carreira profissional ficam para segundo plano.

É nesse mundo que os adolescentes estão crescendo e se constituindo como sujeitos. Fraga (2000) ainda afirma que, hoje, o mundo adulto que deveria orientar os adolescentes está fragilizado em sua intenção educativa, sendo incapaz de agir dentro dos pressupostos tradicionais de família e educação. Essa falta de orientação adequada gera uma maior turbulência nessa fase da vida, fato que retrata que a atitude que os jovens têm atualmente é condizente com um mundo que eles não produziram, mas herdaram.

É de extrema importância, então, reconhecermos que lidar com a adolescência implica em ter a consciência de que essa fase de transição da vida deve ser acompanhada pelos adultos e educadores a fim de se tentar proporcionar aos adolescentes condições favoráveis às mudanças que ocorrem em tal fase. O adolescente precisa dessas condições para se constituir como um novo sujeito de uma forma menos turbulenta e mais adequada, sendo capaz de entender o mundo capitalista sem apenas absorve-lo, e sim refletindo sobre ele e o problematizando e, para que isso seja possível é imprescindível a presença dos adultos e educadores.

Capítulo 2

O percurso metodológico

Essa pesquisa caracterizou-se como um estudo qualitativo que priorizou a análise de conteúdo e de representações sociais em circulação na mídia escrita. De acordo com Bardin, citado por Balbino (2005), a análise de conteúdos é um conjunto de técnicas de análise da comunicação que visa obter, através de procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores que vão permitir a inferência de conhecimentos que são relativos às condições de produção e recepção dessas mensagens. Ainda sobre esse método de pesquisa temos a ideia de Laville (1999), de que a análise de conteúdo consiste em demonstrar a estrutura e os elementos de um conteúdo para esclarecer suas diferentes características e extrair sua significação, é um caminho para se revelar o sentido de um conteúdo.

Esse estudo constituiu-se, então, de uma pesquisa interessada em conhecer o universo das revistas de grande circulação e acessibilidade que são destinadas às meninas adolescentes. A partir de uma análise desse universo identifiquei diversas revistas com esse perfil, tais como, Capricho, Todateen, Witchies, Atrevida, entre outras.

Optei por pesquisar a Revista Atrevida, ela já está em circulação há 15 anos, possui periodicidade mensal e um corpo editorial bem estruturado. A Revista possui diversas seções relacionadas a comportamento, moda, beleza e saúde, música, pessoas famosas, sexo, horóscopo e até uma seção sobre profissões.

Inicialmente pretendi obter acesso às revistas através de contato com a própria editora, porém uma colega que assinou a Revista durante sua adolescência se disponibilizou a me ceder todos os números que ainda tinha guardado em sua casa. Assim sendo, realizei um levantamento e constatei um total de 66 números que vão de 1994, o ano de sua criação, até 2005 (Apêndice 1). Apesar de haver uma maior concentração de números de revistas disponíveis entre os anos de 1996 a 2000, optei

por trabalhar com todas para que fosse possível uma análise de conteúdos mais completa e que não se restringisse apenas a esses anos.

Durante a leitura das Revistas observei que as reportagens são divididas em seções regulares, que vez ou outra se alteram. A seção intitulada 'Comportamento' traz reportagens relacionadas com questões como namoro, profissões, testes para a leitora conhecer melhor sua personalidade e etc. A seção nomeada 'Moda', como o próprio nome já diz, traz reportagens com dicas de roupas, música, maquiagem, entre outras. A Revista possui ainda a seção chamada 'Especial' que traz uma reportagem sobre temas variados, a seção 'Gente' com informações sobre a vida de pessoas famosas e pôsteres de meninos considerados 'gatinhos' pela Revista, a seção 'Atrevida e você' que traz as cartas das leitoras, a seção 'Toda Vez' que é composta por sete subseções que trazem desde informações sobre profissões até horóscopos e por fim, a subseção chamada 'Beleza e Saúde'.

Optei por trabalhar com essa última subseção, pois ela é a que traz mais reportagens que se aproximam dos temas que são de meu interesse. Essa seção é dividida em subseções que se repetem com certa regularidade, sendo que algumas não são identificadas por um nome, e sim pelo próprio título da reportagem que ela traz. São elas:

- "Toques e truques", que traz dicas sobre moda,
- Uma subseção sobre esportes e atividade física, que apresenta com a ajuda de um atleta e de um professor dicas e vantagens de praticar o esporte apresentado ou a atividade física.
- "Pele e rosto" que traz dicas de cuidados com a pele e dicas de maquiagem,
- Outra subseção que traz cuidados com o cabelo e penteados
- E uma última subseção que traz reportagens relacionadas aos cuidados com o corpo.

Esta última inclui todos os tipos de cuidados, sejam eles relacionados à estética (aparelhos para os dentes, celulite, excesso de peso...) ou à saúde (picadas de insetos, dor de cabeça, proteção da pele...). Ela traz reportagens sobre alimentação saudável, tatuagens e *piercings*, postura corporal, perda de peso, dicas para diminuir

ou aumentar medidas do corpo, soluções para problemas como câimbras, dicas de exercícios de alongamento e etc.

Tendo então a seção “Beleza e Saúde” como objeto principal para análise de conteúdo, optei por trabalhar mais especificamente com as reportagens da subseção sobre esportes e outras atividades físicas e com a última subseção, cuidados com o corpo. Realizei então um levantamento das reportagens que aparecem nessas subseções em todos os números da Revista que tenho disponíveis e depois categorizei tais reportagens por eixos temáticos.

Os primeiros eixos selecionados foram: 1) Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, 2) Esportes, 3) Saúde, 4) Corpo, e 5) Atuação do professor de Educação Física. Porém, após o levantamento das 93 reportagens percebi que aquelas categorizadas no eixo Corpo, também foram categorizadas no eixo Saúde. O mesmo aconteceu com os eixos Esportes, Atuação do professor de Educação Física e Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios. Logo, optei por trabalhar em um novo agrupamento temático agora estabelecido em dois grandes eixos:

1- Saúde e cuidados com o corpo.

2- Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, esportes e profissionais da Educação Física.

A partir da categorização das reportagens nesses eixos temáticos, realizei uma análise mais minuciosa do conteúdo e das representações sobre o corpo feminino, a luz do referencial teórico que orienta essa pesquisa.

Após essa análise percebi que esses dois eixos também possuem certa correlação, afinal, de acordo com a Revista, as atividades físicas, e entre elas os esportes, são uma forma de se cuidar do corpo e da Saúde, assim, algumas reportagens analisadas no eixo 2 também fazem parte do eixo 1.

No quadro 1 Apresento as 59 reportagens analisadas sobre o eixo saúde e cuidados com o corpo da subseção ‘Beleza e Saúde’.

QUADRO 1 - Saúde e cuidados com o Corpo.

Título	Número	Ano
Atchim !	10	II
Aparelhos dentários	8	II
Pequenos problemas, grandes soluções	4	I
Ai ai que dor de cabeça	31	IV
Hábitos nada legais que você pode mudar já	29	IV
Água! Água! Muita água!	28	III
O que é mesmo terapia?	27	III
A primeira vez no ginecologista	24	III
Essa tal ansiedade ansiedade	23	III
Depressão	21	III
Olha as costas menina!	22	III
TP..oquê	66	VII
Eu ronco!	65	VII
Previna-se	61	VI
Cigarro, a pior idéia do mundo	60	V
Tô de aparelho!	58	V
Mania de ser magra.	55	V
Xô gambá	42	IV
Atchim	71	VII
Candidíase	71	VII
Cirurgia Plástica	14	II
Tom de verão	17	III
Celulite	19	III
Dieta já!	18	III
Tatuagem	18	II
Trate, hidrate e trate	10	II
Celulite	7	IV
Celulite tem jeito sim!	32	IV
SOS bronze	29	VII
Uma questão de pele	28	III
Projeto verão	27	III
O mapa da beleza	26	III
Sem medo de sorrir	26	III
Corpinho de sereia	25	III
Seios sem segredos	24	III
Um charme	23	III
Pegue um bronze na sombra!	66	VII
SOS sol	65	VII
Pé de anjo	64	VI
Proteja-se	63	VI
SOS rosto	60	V
Você está usando o seu hidratante de forma correta?	58	V
O cravo brigou com a rosa.	55	V
Vamos limpar a área	52	IV
Orelhas de abano	46	IV
Hora da faxina	50	IV
Máscaras de beleza	42	IV
Piercing	41	IV
SOS beleza	40	IV
Depilação sim!	37	IV
Dieta não é tortura	37	IV
Teste – Você sabe comer direito?	36	IV
Três pontos críticos	35	IV
Cuide bem dos seus pés	44	IV
É guerra contra a acne	43	IV
Pisando nas nuvens	100	IX
Pé ante pé	125	XII
Acerte na pele	120	XI
O segredo das modelos	43	IV

No quadro 2 apresento as 34 reportagens analisadas sobre o eixo Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, esportes e profissionais da Educação Física.

QUADRO 2 - Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, Esportes e Profissionais da Educação Física.

Título	Número	Ano
Ginástica	9	II
Pernas	8	II
Entre em forma	31	IV
Corpinho de sereia	25	III
Barriga e cintura	22	III
Estique e... relaxe	63	VI
Malhação é sua praia	54	V
Calorias? Brinque com elas	45	IV
Deixa rolar	35	IV
Barriga? Acabe com ela!	33	IV
Hipismo	11	II
Alpinismo	14	II
Hidrogenástica	15	II
Boady boarding	16	II
Boxe	17	III
Kart	19	III
Vôlei de praia	18	III
Handebol	10	II
Tênis	9	II
Basquete	7	II
Futebol	4	I
Em guarda mosqueteira	32	IV
Viagem ao fundo do mar	29	IV
A praia é sua	28	III
Jiu-Jitsu	26	III
Ginástica Olímpica, você também pode!	24	III
Trekking	23	III
Tênis de mesa	21	III
É bola na água	42	IV
Tae kwon-do	33	IV
Judô	8	II
Estique e Relaxe	63	VI
Vem Dançar Comigo	37	IV
Ginástica	9	II

Os títulos já nos dão pistas dos temas centrais. Todavia, nos Apêndices 2 e 3 desse trabalho apresento também breves sinopses de cada uma delas. Essas reportagens foram discutidas no capítulo que se segue, apesar de nem todas terem sido citadas, todas foram analisadas e serviram como base para as discussões que constituíram esse trabalho.

Capítulo 3

Os corpos na Revista Atrevida: saúde, beleza e exercício

Esse capítulo contém as discussões e reflexões que resultaram da análise de conteúdo realizada nas reportagens da seção “Beleza e Saúde” da Revista Atrevida. Como já dito anteriormente, o capítulo está dividido em duas partes, a primeira que trata mais especificamente do eixo 1 dessa pesquisa – Saúde e cuidados com o corpo – e, a segunda parte que trata mais especificamente do eixo 2 – Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, esportes e profissionais da Educação Física. É importante ressaltar que a divisão da discussão entre esses dois eixos foi realizada para facilitar a organização das idéias e do próprio trabalho, porém, apesar de existir essa divisão, um eixo complementa o outro.

4.1 Saudável Beleza

É recorrente a presença de temas como saúde e beleza nas páginas da Revista Atrevida. O modo como esses dois temas aparecem nas reportagens deixa claro que ambos são complementares, e por esse motivo, optei por discuti-los juntamente.

Relacionadas a essa temática, como observado nas tabelas que se encontram no capítulo 2, levantei reportagens que trazem temas diretamente ligados com doenças, sejam elas físicas ou mentais e, reportagens que trazem temas que se relacionam de alguma forma com a construção de um corpo mais saudável.

No primeiro grupo, encontram-se reportagens com temas tais como vírus, dor de cabeça, hábitos ruins, postura do corpo, aparelhos dentários, desidratação e também sobre problemas como depressão, anorexia, anticoncepcionais e etc. São reportagens mais ligadas a uma perspectiva médica, com dicas de como agir em determinadas situações, de quais produtos utilizar, quais médicos procurar.

Reportagens que trazem informações simplificadas a respeito de problemas como a gripe e o torcicolo e guias de soluções práticas que as garotas podem seguir até mesmo de dentro de casa. As reportagens dão explicações do que são esses problemas, de como tratá-los e porque as adolescentes devem se preocupar em tratá-los. Esse 'porque tratá-los' é justificado pela saúde em si e também pela estética. Afinal, a representação que a Revista veicula é a de que a mulher que tem o corpo saudável conseqüentemente tem o corpo bonito.

Um exemplo de reportagens desse grupo é a intitulada "To de aparelho", trazida na edição número 58, publicada no ano V da revista. Essa reportagem apresenta dicas para a menina saber se precisa usar aparelho ortodôntico, qual aparelho usar, quanto tempo de uso para cada problema. Ela passa informações que só deveriam ser dadas por um profissional adequado, após um exame clínico. A forma como as reportagens como essa aparecem na revista acabam por desprezar a formação e os conhecimentos de profissionais de diversas áreas e podem levar a adolescente a se auto-diagnosticar erroneamente com algum problema e até mesmo tentar tratar tal problema sem consultar um especialista.

No segundo grupo de reportagens estão aquelas que se relacionam de alguma maneira com o cuidado que as garotas devem ter com o corpo, sendo que este cuidado está diretamente relacionado à estética. Como já dito anteriormente, há aqui uma relação entre estética e saúde, ter uma estética dentro dos padrões midiáticos é uma forma de expressão do ser saudável.

Nesse contexto percebi, através da análise das reportagens, que a Revista traz fortemente a idéia de que se preocupa com a saúde e bem estar de suas leitoras. Todavia, como já exemplificado anteriormente, a Revista acaba por assumir o papel do próprio médico, trazendo um diagnóstico com todos os sintomas e a cura, dispensando a presença de um profissional devidamente qualificado. Ela também assume por inúmeras vezes o papel do nutricionista, do professor de Educação Física e de diversos outros profissionais, se configurando como um manual rápido e de fácil acesso para ajudar as meninas a se cuidarem. Muitas vezes aparecem esses

profissionais nas reportagens, porém suas falas estão sempre descontextualizadas, como se a Revista selecionasse apenas aquilo que vai ao encontro com suas idéias.

Assim sendo, a Revista produz uma banalização do conhecimento científico sobre a saúde, ajustando-o a um conjunto de padrões, considerados por ela como ideais, de ação e de comportamento.

Ainda nesse segundo grupo de reportagens, se encontra com grande freqüência dicas de como solucionar problemas estéticos do corpo (ou disfarçá-los) tais como perna fina, perna grossa, nariz grande, orelha de abano, sendo presente também, inclusive dicas de cirurgias plásticas, explicações sobre elas e opiniões de médicos.

Podemos citar nesse tipo de reportagem o tema Celulite, que no total das revistas analisadas, ganhou 3 reportagens e foi citado em quase todas as outras que traziam atividades físicas e esportes. A revista considera a celulite um problema enorme, as reportagens explicam o que é, por que aparecem e como combatê-la. É recorrente a idéia de que é dever da adolescente se preocupar com esse enorme problema que inferniza a vida das mulheres. Produtos e informações não faltam e, só não cuida quem não quer. A celulite é um 'problema' que atinge a maioria das mulheres no mundo inteiro, porém a Revista acaba por fazer as adolescentes acreditarem que é fácil a busca por um corpo sem a celulite, e que a presença dela é culpa do descaso das garotas com o próprio corpo.

Outra reportagem que exemplifica bem as dicas da revista para solucionar problemas estéticos é a que aparece na edição número 8, página 86, intitulada: "Pernas". Essa reportagem afirma que as pernas estão sempre à amostra no Brasil, e são objeto de atenção por parte dos meninos. Por isso, a adolescente deve se preocupar em deixar suas pernas sempre "lindas, lisinhas, sem nada fora do lugar". Logo em seguida aparecem então as maneiras de se concertar cada problema. Entre os problemas estão as pernas finas e as pernas grossas, ou seja, se sua perna é fina, você deve malhar para deixá-la mais grossa, mas se sua perna já é grossa, então é hora de emagrecer e afiná-las. Independente do tipo de perna que a garota tem, há uma maneira de melhorá-la, dessa forma, a Revista acaba fortalecendo a idéia de que o corpo nunca está pronto, ou seja, nunca estará da maneira ideal.

Temos ainda dentro desse grupo reportagens que tratam o tempo inteiro dos corpos fora dos padrões 'ideais', são os corpos gordos, envelhecidos, com singularidades que são entendidas pela revista como defeitos. Esses corpos, porém, nunca são exibidos nas reportagens, "sua presença manifesta-se na sua ausência" (FIGUEIRA 2002, p. 87), eles são silenciados não só nas revistas, mas em todas as instâncias culturais nas quais o discurso pela boa forma é o discurso dominante. Esses corpos são considerados, segundo Figueira (2002), o antimodelo do que se busca evidenciar como bonito e, por isso, eles não aparecem, mas o tempo todo se fala neles.

Na reportagem "Hidroginástica" (Número 15, ano VI, p.64), a repórter afirma que essa Ginástica é boa por não fazer 'estragos' no corpo já que o impacto dos exercícios sobre as articulações é menor devido ao diferente meio no qual eles acontecem. Por causa dessa característica da Hidroginástica a repórter faz a seguinte afirmação: "Por ser mais segura que a ginástica tradicional, a hidro costuma atrair uma legião de pessoas. Nela, gordinhas, meninas com problemas de coluna e até nossos avôs têm a sua vez.". Essa frase comprova a idéia anterior de que os corpos fora do padrão 'ideal' são tratados o tempo inteiro através da própria ausência deles, e quando aparecem na fala de algum sujeito, é como se a Revista estivesse fazendo o favor de incluí-los, e essas reportagens se configuram como concessão.

É ensinado às meninas o controle do corpo, as reportagens trazem dietas prontas, exercícios localizados, produtos e até mesmo cirurgias plásticas que tratam dessa questão. De acordo com Deborah Lupton citada por Figueira (2002), o excesso de peso é visto como resultado de uma grande falta de controle, de impulsividade e, o corpo magro é sinônimo de autodomação, de domínio da mente sobre o corpo, é resultado de um virtuoso sacrifício.

A adolescente não tem a opção de se sentir bem com o seu próprio corpo, pois a todo o momento vê, lê ou escuta que esse corpo é feio por sua culpa e pode e deve ser melhorado por seu esforço. E de acordo com o discurso da Revista, basta querer melhorar já que não há mais segredos, tudo depende do aprendizado de algumas técnicas que são acessíveis para todas as mulheres. A Revista produz assim uma imposição de uma verdade; a beleza é um direito, basta querer.

É nítido nesses exemplos que a publicidade em geral traz a idéia de que cuidar de si é um caminho para a felicidade e satisfação da mulher. Logo, o tempo todo é imposto às adolescentes que elas têm a obrigação, o dever de cuidar do seu corpo e que isso é algo que a Revista ajuda a tornar fácil e divertido através, por exemplo, das dicas de produtos, de esportes e ginástica com a amiga.

Essa obrigação de cuidar da aparência do corpo e conseqüentemente da saúde, é uma idéia que permanece na história, a pessoa que não cuida do seu corpo é uma desleixada e é culpada pela doença que pode vir a apresentar.

Esse comportamento das mulheres é o esperado por toda a sociedade, é a responsabilização das meninas por terem o corpo que tem. Alguns problemas como pele seca, estrias, celulite, podem até ser naturais, mas também são culpa dos maus hábitos das meninas. A reportagem “Trate, hidrate e trate” (Número 10, ano II, p.96) deixa isso claro quando apresenta a seguinte frase: “O inverno trás alguns problemas que aparecem por culpa sua também”. De acordo com essa reportagem, no inverno a pele fica mais ressecada, os joelhos mais grossos, mas isso acontece mesmo só se a garota não cuidar da maneira devida dessas regiões, usando produtos hidratantes, esfoliando a pele, se hidratando com água.

Os argumentos giram sempre em torno da idéia de que as adolescentes possuem uma obrigação inerente de se cuidar para terem o corpo o mais próximo do ideal possível, aquele que está retratado nas páginas da Revista. Elas só terão o corpo com excesso de gorduras, com a pele seca ou oleosa demais se elas quiserem, a mulher só será infeliz se ela quiser, ou melhor, se ela ler e tiver preguiça de seguir as dicas da Revista. São vitoriosas e exemplares aquelas que têm o autocontrole, a capacidade de se auto vigiar.

É interessante observar que a Revista assume o papel de ajudar as meninas nesse desafio que é alcançar a beleza máxima, porém, no caso de fracasso, a única responsável é a própria menina que não teve o autocontrole ou a força de vontade suficiente. Segundo Serra e Santos (2003), esse autocontrole funciona, ao mesmo tempo, como sedução para as adolescentes que julgam estar tornando-se

independentes e, também como uma forma de transferir para elas a responsabilidade por esse possível fracasso, que só vai ocorrer se elas não seguirem rigidamente as orientações veiculadas pela Revista.

Todas as reportagens analisadas trazem a idéia de práticas e ações para cuidar do corpo, seja cuidar da pele, das formas, da parte psicológica. São reportagens que trazem idéias como “Dieta não é tortura”, “Cuidados para se prevenir contra os efeitos nocivos do sol”, “Trate, hidrate e trate” (dicas de como tratar de cada parte do corpo durante o inverno), “Cuide bem dos seus pés”, “Olha as costas menina!”, “Candidíase” e por aí vai. Na reportagem “Dieta já!”(Número 18, ano III, p.90), encontramos a seguinte frase: “Comeu muito? Hora de consertar as curvinhas que estão comprometidas”. Em uma única frase a revista culpa a menina pelo corpo que ela tem e não apresenta outra alternativa a não ser a que ela deve lutar pela beleza desse corpo.

Ainda em relação ao autocontrole percebi que, para a Revista, os benefícios que ele pode trazer são mais do que uma estética melhor. As reportagens que apresentam dicas de dietas e até mesmo dietas prontas e aquelas que trazem atividades físicas, por exemplo, justificam esses cuidados como essenciais para deixar o corpo com as curvinhas no lugar e fortalecer o organismo. Porém os benefícios não acabam por aí, ao se cuidar seguindo as dicas da Revista a adolescente vai ter um astral melhor, vai relaxar, ter mais prazer.

Nas páginas da *Atrevida*, os cuidados são uma forma de tornar mais agradável a vida, de se alcançar a saúde, tanto biologicamente quanto psicologicamente. Ter um corpo com músculos fortificados, uma boa resistência cardiorrespiratória, a pele bem hidratada, as gordurinhas em seu devido lugar, ajuda a garota a, além de conseguir conquistar aquele gatinho, poder usar a roupa da moda, se conhecer melhor, se sentir bem consigo mesma, e por causa disso tudo, alcançar a felicidade. É novamente aquela idéia de que Saúde e Beleza se complementam, e a idéia de desconsideração das singularidades e contextos e também a reificação de uma norma padrão.

Com tanta recorrência dessa idéia do autocontrole, fica claro que ele é bem aceito por toda a sociedade, já que os meios de comunicação só difundem aquilo que é

socialmente aceito, porém de forma mais atrativa (LIPOVETSKY 1997). As pessoas não enxergam com estranhamento a existência de um corpo “ideal” tão inatingível, elas compram a idéia que as mídias disseminam de que se é responsável pelo corpo que se tem, a idéia de se controlar, se vigiar, de ter força de vontade e persistência, características estas consideradas invejáveis e fundamentais para o sucesso em qualquer área da vida.

Essas idéias nos são impostas por setores da sociedade e acabamos por aceitá-las como naturais. Será que a única responsável por não ter um corpo dentro dos padrões ideais da nossa época é a adolescente dona desse corpo? O lugar no qual ela nasceu e/ou foi criada, as experiências que ela teve em seu crescimento, e até mesmo a sua genética não podem contribuir para um “insucesso” na busca por essa beleza que a Revista acredita ser a beleza real?

A Revista, e não só ela, como todos os meios de comunicação, desconsidera as individualidades dos sujeitos tornando-as defeitos a serem corrigidos ou disfarçados. Na reportagem “Dieta já!” (Número 18, ano III, p.90) fica claro esse problema, ela traz 3 cardápios de dietas diferentes e afirma que se a adolescente seguir um deles poderá emagrecer até 5 kg em um mês. Não só aqui, mas em todas as outras reportagens é desconsiderado, como Figueira (2002) já afirma em seu trabalho, a situação na qual a adolescente se encontra, sua auto-estima, a percepção que ela possui de seu próprio corpo, seus afetos e desejos, sentimentos, a classe social a qual ela pertence, enfim o seu contexto.

O que chega às adolescentes e as educa, e educa seus olhares, são dicas e receitas generalizadas, como se fosse possível a existência de um “sujeito adolescente feminino universal” (FIGUEIRA, 2002, p.63).

Especificamente em relação a saúde vale também interrogar o que os meios de comunicação, e anteriormente a própria sociedade, estão considerando como saúde. Percebe-se pela análise da Revista em questão, tanto pelos textos quanto pelas imagens, que a saúde não é apenas a ausência de doenças, ela é equivalente a um corpo sarado, com os músculos torneados, a pele impecável e, acima de tudo, um corpo jovem, ou um corpo no qual as fragilidades, o envelhecimento e até mesmo as diferenças estão disfarçados. As imagens que acompanham as reportagens deixam

claro essa idéia, pois tratam de corpos invariavelmente jovens, femininos, bonitos, de garotas consideradas felizes; e esses corpos são assim por terem se submetido às recomendações do discurso midiático sobre saúde e estética.

Percebi também que a saúde é utilizada pela Revista como uma mercadoria a ser vendida, que é dependente do consumo de outras mercadorias, de bens e de serviços. Essa idéia é outra que permanece na história sofrendo, porém, sutis alterações. Como já comentado anteriormente em diálogo com Santana, a falta de beleza continuou a ser digna de tratamento, entretanto antes a mulher que usasse os produtos sem o aconselhamento médico era considerada de moral duvidosa, e hoje o que se percebe é que além de não ser necessária a indicação de um médico para se utilizar tais produtos, a mulher que não os usa é considerada desleixada e preguiçosa.

Para se obter a saúde, as mulheres devem contar com diversos produtos. Na reportagem “Você está usando o seu hidratante de forma correta?” (Edição 58, ano V, p.104), aparecem, por exemplo, diferentes produtos hidratantes para cada parte específica do corpo. São produtos para combater radicais livres, outros com camada protetora, outros para dar brilho dourado a pele ou para melhorar a elasticidade. Várias outras reportagens trazem diversos outros produtos como cremes anticelulite, cremes que tiram manchas de sol, que limpam a pele, que dão um bronzeado natural, protetores solar de várias marcas, produtos para esfoliar a pele, cremes que ajudam a reduzir a gordura localizada. Aparecem também serviços como tratamentos para celulite ou que ajudam a reduzir as medidas do corpo, dicas de cirurgias plásticas, tratamentos que reduzem manchas do corpo e por ai vai.

A saúde, assim como a beleza, tem um preço a se pagar. Esse preço está relacionado com o esforço, a vontade que a mulher deve ter e também com a aquisição de todos esses produtos que são considerados essenciais para se atingir o corpo saudável e bonito. A respeito dessa questão me parece ser possível dizer que as reportagens são feitas de acordo com os produtos que devem ser anunciados na Revista, ou seja, aqueles textos são na verdade propagandas, os produtos indicados como melhores são aqueles que trazem mais benefícios para a Revista e não aqueles que comprovadamente vão trazer um resultado melhor para a leitora.

Ainda na reportagem “Você está usando o seu hidratante de forma correta?” (Edição 58, ano V, p.104), podemos perceber uma representação que a Revista traz de que sua leitora nunca sabe o suficiente sobre o seu corpo, o que torna aquela instância pedagógica indispensável para a vida da adolescente que se preocupa e que cuida de si.

Não há como negar a grande influência que a mídia desempenha na educação das adolescentes, nos olhares dela sobre os seus corpos e sobre os corpos das outras, no entendimento delas a cerca do que é ser saudável e do que é ser bela. A Revista faz mais do que ensinar as garotas a cuidarem de si, elas trazem modelos, representações dos corpos femininos e também opções de atividades físicas, de dietas, de produtos, opções se aliam aos discursos de diversos profissionais, esses que por sua vez dão credibilidade ao que está sendo apresentado.

Os corpos representados acabam sendo tomados como verdadeiros, são os corpos buscados, desejados e invejados por toda mulher. São corpos que escondem a naturalidade do ser humano, as fragilidades, as marcas do envelhecimento, as individualidades. A Revista apaga as histórias individuais, caracterizando as singularidades como defeitos a serem corrigidos, e principalmente, ela produz um ideal inatingível de saúde e beleza que deixa os sujeitos sempre em dívida consigo mesmo e com o mundo.

3.2 Atividade física. É possível viver sem?

Para a *Atrevida*, praticar alguma atividade física é um tanto quanto inevitável para qualquer adolescente. Como já discutido anteriormente, cuidar do corpo é uma obrigação para todas as pessoas, e a maneira fundamental de exercer esse cuidado é praticar alguma atividade física.

A Revista torna essa idéia rotineira ao apresentar em 66 números, 34 reportagens que apresentam alguma atividade física, seja um esporte, ginásticas, exercícios ou alongamentos, que muitas vezes são sinônimos. Essas reportagens também foram agrupadas na categoria Cuidados com o corpo e na categoria Saúde, pois as atividades físicas são justificadas pela Revista tanto por trazerem benefícios para a saúde quanto para a própria estética.

De acordo com as reportagens, as atividades físicas fortalecem o organismo, acertam a postura, tonificam e alongam a musculatura, ajudam a coluna a ficar reta, alinham os ombros, deixam os movimentos mais soltos, melhoram a concentração, apuram os reflexos, aprimoram a coordenação neuromotora, trabalham a resistência cardiorrespiratória e, além disso tudo, ainda ajudam a adolescente a, nas palavras da Revista, 'entrar em forma', emagrecer, ficar com um 'corpinho de sereia', 'sem nada fora do lugar'.

A Revista traz opções de atividades para todo os tipos de pessoa, para aquelas que gostam de se aventurar tem o alpinismo (Número 14, ano II, p.76), para as "gordinhas" tem a hidroginástica que não causa nenhum impacto nas articulações do corpo (Número 15, ano II, p.64), para aquelas que gostam de ficar em casa, tem uma série de exercícios para se fazer em frente à televisão (Número 63, ano VI, p.114). São tantos benefícios e opções que é impensável um único motivo para a adolescente não querer praticar alguma atividade física, pois, como dito anteriormente, elas trazem ao mesmo tempo prazer, saúde e beleza.

Nessa categoria observa-se também que a Revista assume o papel de ajudar as meninas a cumprirem o dever de se manterem belas. Já que exercitar-se é uma

obrigação inerente da mulher, por que não torná-la fácil e divertida? E é justamente essa a proposta das reportagens, que além de trazerem opções de atividades para todos os gostos com os benefícios que elas trazem para o corpo, ainda destacam como é legal praticar as atividades apresentadas.

Temos como exemplo a reportagem 'Ginástica' (Número 09, ano II, p.94), na qual são apresentados exercícios para se praticar com uma amiga, tornando a atividade mais divertida. Já na reportagem sobre o Body boarding (Número 16, ano II, p.76), a idéia é de que se pode ao praticá-lo, curtir o sol, refrescar-se e até mesmo paquerar "aquele gatinho que você está de olho". Dessa forma fica óbvio que, além de não haver um único motivo para não se praticar as atividades físicas, existem vários motivos para praticá-las.

Esse discurso deixa claro que, como na Revista Capricho estudada por Figueira (2002), a Revista Atrevida selecionou o estilo de vida atlético como o mais adequado para as mulheres contemporâneas. Esse estilo de vida é considerado o ideal, pois ele previne as enfermidades do sedentarismo através do fortalecimento do corpo, além de proporcionar beleza. Porém só vai possuir esse estilo aquela mulher que tiver força de vontade, autocontrole e a capacidade de se auto vigiar.

Aquela menina que não se exercita e/ou não cuida da alimentação pode até ter um corpo magro, mas se for comparado com outra adolescente que pratica exercícios e se alimenta bem, seu corpo será hierarquizado como inferior. Afinal, segundo a Revista, a atividade física fortalece os músculos e melhora diversas capacidades do corpo que não são visíveis a olho nu, tornando este corpo 'melhor' do que o da primeira menina. Esse corpo atlético torna-se alvo de admiração, e é colocado em destaque pela Revista por ser a consolidação de um corpo saudável.

A hierarquização dos corpos acaba se tornando natural para as adolescentes pois ela acontece a todo o momento, não só nas revistas, mas em outros meios de comunicação e principalmente na televisão. Dessa maneira a maioria das meninas acabam se acostumando com a idéia de que possuem um corpo inferior, já que elas o comparam com aquele disseminado pela mídia; um corpo perfeito, sem celulite, estrias ou gordurinhas a mais, o corpo sonho de todas as mulheres, porém, realidade

de poucas. A naturalidade como essa comparação de corpos acontece a torna cruel, as meninas são educadas a ver seus corpos como piores ou melhores, surge uma competição por uma melhor estética, como se a obtenção dessa estética garantisse felicidade e qualidade de vida.

A idéia de que corpo saudável, beleza e felicidade são sinônimos não é novidade, ela existe desde meados da década de 50. Nessa época já existia a suposição de que a mulher que cuida de si torna-se mais feliz e satisfeita. Mas vale ressaltar que o cuidado de si em excesso pode ser maléfico para a mulher, pois pode acabar afastando-a de valores como a família e até mesmo de sua carreira profissional priorizando o seu 'sucesso físico' como se ele fosse o caminho para todas e quaisquer outras conquistas. Além disso, é de extrema importância destacar que, como já discutido anteriormente, a idéia que a mídia tem e dissemina sobre o que é Saúde não é uma verdade pronta e indiscutível, a saúde nesse contexto se configura apenas como ausência de doenças.

O que se observa é que aquela competição por uma estética mais próxima da ideal gera, na maioria das vezes, mulheres frustradas que gastaram horas nas academias e/ou fazendo tratamentos estéticos, que passaram dias controlando a vontade de comer e que até mesmo se submeteram a intervenções como cirurgias plásticas. Sendo que no fim, todo esse esforço vai resolver apenas temporariamente o 'problema' dessas mulheres, pois é inevitável, apesar de adiável, por exemplo, o aparecimento das marcas do envelhecimento, que são o antagonico do ideal de beleza.

Voltando àquela idéia de obrigatoriedade de cuidar de si, logo de se exercitar, nota-se que várias reportagens trazem depoimentos, histórias de meninas comuns ou de mulheres/meninas famosas relatando como as suas vidas melhoraram com a prática de atividade física. Na reportagem sobre o Boxe (Número 17, ano III, p.62), por exemplo, aparecem os depoimentos de três garotas 'normais'. A primeira tem 14 anos, ela diz que sempre gostou de lutas e encontrou no Boxe uma atividade com muitas emoções. A segunda menina, com 18 anos, relata que se irritava com qualquer coisa e após começar a praticar tal esporte se tornou uma pessoa muito mais tranqüila. A terceira menina, também com 14 anos, relata que entrou na aula

incentivada por uma amiga e que hoje ela “coloca para fora” toda a sua raiva durante a aula.

Já na reportagem sobre Jiu-jítsu (Número 26, ano III, p.78) também são entrevistadas meninas, essas com 16 e 15 anos. A primeira afirma que trocou o vôlei e o tênis por tal esporte por sentir uma agradável sensação de relaxamento após as aulas. Outra afirma que antes de praticá-lo o achava muito agressivo, mas quando começou a treinar descobriu um esporte gostoso e saudável.

Algumas reportagens como a “Em guarda mosqueteira” (Número 32, ano IV, p.72) traz a foto e um pequeno comentário de uma garota que era considerada comum pela Revista e que após muito treino se tornou uma campeã. Isso também acontece na reportagem sobre o Tênis, trazendo inclusive a rotina de treino da garota, que envolve corridas, treinamento de força e de flexibilidade.

Esses depoimentos têm o objetivo de fortificar a idéia de que o estilo de vida atlético é possível para todas as garotas e que ele é a melhor opção. Mas por outro lado, deixam implícito que na verdade são preciso algumas características para ter esse estilo. Primeiro, o tempo para a prática das atividades físicas, depois o dinheiro para se associar a algum clube, ou para se comprar o tênis, a raquete, a roupa necessários para a prática. A Revista Atrevida possui um discurso contraditório a respeito da prática das atividades físicas, justamente por isso, ao mesmo tempo em que afirma que qualquer adolescente pode praticá-las trazendo depoimentos de garotas comuns, traz na mesma reportagem tudo aquilo que é preciso ter para se praticar essas atividades.

Percebe-se novamente que a revista desconsidera completamente as diferentes realidades nas quais as adolescentes público de suas reportagens estão inseridas. É totalmente ignorada a possibilidade de diferenças em preparo físico, idade e até mesmo as diferenças sociais das meninas. As reportagens prescrevem atividades que não são possíveis para a grande parte da população brasileira, há adolescentes que não têm acesso a esportes como hipismo ou alpinismo, adolescentes que nem mesmo têm acesso a uma quadra ou uma piscina, que nunca foram a uma praia, que

não podem comprar aquele elástico para se alongarem e muito menos seguir as dietas também prescritas pela Revista.

Outro aspecto desconsiderado pela Revista é o da totalidade do corpo. Esse é apresentado como um corpo fragmentado, possuidor de partes a serem ajustadas. Reportagens como “Pernas” (Número 8, ano II, p.86), já citada anteriormente, ou “Barriga e cintura” (Número 22, ano III, p.102), deixam claro essa idéia, pois como muitas outras, trazem exercícios para uma parte específica do corpo, como se essa ‘parte’ existisse sem as outras. Figueira afirma em seu trabalho que essa visão fragmentada e individualizada do corpo parece existir sem a pessoa que o possui e, até mesmo sem estar vinculada a algum contexto sociocultural. É interessante destacar também que por diversas vezes as imagens que acompanham esse tipo de reportagem é apenas daquela ‘parte’ do corpo ao qual ela se refere, aparece só a barriga (sarada) de uma mulher, ou só o rosto ou só as pernas.

Segundo Rocha (2001), os anúncios, e isso também cabe às reportagens, fragmentam indefinidamente o corpo, dividindo-o em tantos pedaços quantos forem necessários aos produtos anunciados, cabelo, pé, mão, unha, olho, cílio, dente, pernas. Essa segmentação do corpo reforça a idéia de que cada parte precisa constantemente de um tratamento específico. E também reforça a idéia de que a Revista trabalha com sujeitos e seus corpos totalmente descontextualizados.

São pedaços de corpos que não são de ninguém, não possuem uma identidade. As mulheres donas dessas partes não são consideradas, são irrelevantes, afinal, provavelmente não possuem todas as outras ‘partes’ do corpo dentro do padrão desejado. A Revista traz apenas aquelas partes dos corpos que se encaixam no padrão estético ‘ideal’ da Revista, e mais do que isso, essas partes também são mediadas pelos interesses da indústria do consumo. Como já discutido anteriormente, os segmentos do corpo que vão aparecer dependem do produto e/ou serviço que se está sendo anunciado na reportagem.

São segmentos dos corpos invariavelmente jovens, femininos, bonitos, de garotas consideradas saudáveis e, principalmente, felizes; e são assim por terem se submetido às recomendações do discurso midiático sobre saúde e estética. Essas

imagens se tornam objeto de desejo das mulheres, e elas representam mais do que um corpo bonito, também trazem a idéia de vitória, de sucesso. Afinal, para se conseguir aquele corpo, de acordo com a Revista, são necessários sacrifícios, autocontrole, determinação. A idéia que mais uma vez a revista traz é de que a conquista do corpo 'ideal' traz outras conquistas, e dentre elas, a felicidade e realização pessoal.

Já sobre o esportem, pode-se afirmar que a Revista o considera um tipo de atividade física, porém não ficou claro o que exatamente o diferencia de atividades como musculação e alongamento.

Observei que em praticamente todos os números analisados, há um espaço reservado para a atividade física. As atividades que aparecem e que são consideradas como esporte são as seguintes: Hipismo, Alpinismo, Hidroginástica, Bodyboarding, Boxe, Kart, Vôlei de praia, Handebol, Tênis, Judô, Basquete, Futebol, Esgrima, Mergulho, Bicicleta, Jiu-Jitsu, Ginástica Olímpica, Trekking, Tênis de mesa, Frescobol, Caminhada, Pólo aquático e Tae kwon-do.

Percebe-se que existe uma polissemia do conceito de esporte expresso pela Revista *Atrevida*; que pode significar a sua prática institucionalizada (futebol, handebol), como também atividades de lazer (entre elas andar de bicicleta, jogar frescobol). O esporte não se encontra mais ligado aquela idéia de competição, pelo contrário, em nenhuma reportagem essa característica ganha alguma visibilidade. O que interessa dos esportes para a Revista são os benefícios físicos e psíquicos que eles podem trazer.

Entendo que a Revista procurou modificar o que é o esporte para então inseri-lo em suas páginas. Isso nos remete um pouco à idéia de necessidade de pedagogização dos esportes para a inserção dos mesmos na escola. Vejo essa concepção de esporte diferente do esporte de alto rendimento em parte como positiva para a formação dos sujeitos adolescentes, porém, é válido problematizar também a idéia do 'estilo de vida atlético' e os objetivos que a revista dá aos esportes na vida das meninas.

Ao trazer tantas opções de esportes, incluindo aqueles que envolvem aventura, adrenalina, brincadeiras, fica claro que, com tantas alternativas a única que a

adolescente não tem é a de não praticar nada. Outra questão é a dos objetivos dos esportes, como são atividades físicas, não há um único motivo pra se praticá-los afinal eles divertem, geram prazer, fortalecem o corpo, acabam com as gordurinhas extras além de tonificar os músculos deixando o corpo mais bonito e sarado.

Segundo Lisboa (2007), existe na mídia uma inquestionável positividade do esporte como remédio para quase todos os males, inclusive os sociais. Na Revista *Atrevida* o esporte resolve 'problemas' físicos relacionados com a estética, melhora a saúde, acalma e relaxa a mente e também funciona como prevenção de problemas que podem vir a aparecer. Em outras mídias o esporte tira a criança da rua, se torna a possibilidade de um futuro melhor, os atletas são vistos como esforçados, disciplinados e, por isso, exemplos de vencedores na vida.

Mariana Mendonça Lisboa (2007), em diálogo com Quint e Matiello Jr, afirma que, como consequência deste quadro, o esporte acaba por ser 'consumido' pela sociedade como um remédio induzido pela "cultura do medo e da culpa", pelo medo de ser diferente do 'padrão ideal' e de ser o culpado pela doença que se pode um dia apresentar. Nesse contexto, a concepção do esporte que a Revista e a mídia em geral assumem, também possui seu lado negativo para a formação dos sujeitos adolescentes.

Quanto aos Professores de Educação Física, percebi que a presença deles confere um "tom" científico às matérias, porém, o discurso é mediado por um repórter que pode acabar excluindo partes do discurso original ou alterando-o em outros aspectos para que este se encaixe de uma melhor maneira aos objetivos da reportagem e da revista. Dessa forma, não pode se dizer até que ponto tais argumentos se aproximam ou se afastam dos estudos científicos realizados no âmbito da Educação Física.

Nas reportagens sobre esportes, os profissionais da área falam sobre aqueles benefícios já citados que a prática pode trazer, em alguns casos dão dicas de exercícios de 'aquecimento' e de alongamento. Na reportagem "Tênis" (Número 09, ano II, p.58), por exemplo, o professor consultado orienta que, antes de começar o jogo deve-se fazer um aquecimento correndo lentamente e movimentando os braços em todos os sentidos e deve-se também alongar a musculatura durante dez minutos.

No caso de reportagens como essas é nítido a despreocupação dos profissionais com as diferentes maneiras que as leitoras podem realizar, por exemplo, um exercício de alongamento. Esses profissionais não ensinam a posição correta do corpo, não falam até onde cada garota deve ir, até por que, para falar isso eles deveriam ter conhecimento sobre o corpo de cada uma das meninas, o que é impossível. E essa orientação despreocupada e descontextualizada pode acabar causando até mesmo uma lesão nos praticantes.

Os profissionais da área aparecem também em outras reportagens trazendo receitas prontas, guias de atividades físicas para melhorar cada parte do corpo. Na reportagem “Ginástica” (Número 9, ano II, p.94), por exemplo, é apresentado à leitora um “guia com exercícios divertidos”, uma “super aula” com dicas de alongamentos, e com 17 exercícios com fotos, explicações e vantagens de cada um para cada parte do corpo, cintura, pernas, bumbum, ombros e etc. Mais uma vez se comprova a despreocupação de tais profissionais com as diferentes realidades das leitoras, com a possibilidade delas executarem algum exercício de maneira errada e prejudicar algum ligamento ou músculo.

Essas receitas prontas caracterizam a descontextualização que marca tanto as reportagens da revista. Penso que um professor de Educação Física que se considere um profissional consciente, deveria refletir sobre essa questão antes de ‘se vender’, de vender tais receitas. Como ele espera que uma menina, adolescente realize exercícios como os citados na reportagem “Barriga e cintura” (Número 22, ano III, p.102) corretamente sem uma supervisão adequada? Como o professor passa um exercício para uma pessoa sem conhecer seu histórico, sem saber se o sujeito já teve alguma lesão? E se a adolescente cometer algum erro e por causa disso se lesionar, não seria o professor o responsável?

Acredito que essas questões são pertinentes e deveriam ser consideradas tanto pelo profissional quanto pela Revista, mas aparentemente elas não são uma preocupação de ambos. Percebe-se na verdade é que a Revista acredita e transmite a idéia de que a garota que seguir as “receitas” prontas que ela traz terá um corpo saudável e bonito e, por isso poderá vestir aquela roupa da moda (mini-blusa, mini-saia) “sem medo de ser feliz” (Barriga e cintura, número 22, ano III, p.102), irá ganhar elogios do

gatinho, e se sentirá mais realizada por isso. E em caso de falha, a culpa é unicamente da adolescente que em algum momento não teve força de vontade e autocontrole suficientes.

Percebe-se então que tudo na Revista gira em torno da vontade que a garota tem de ter um corpo saudável e bonito. Os produtos anunciados, as inúmeras reportagens sobre atividades físicas, a presença de profissionais especializados, tudo isso existe para que as garotas tenham meios para 'lutar' por um corpo melhor e por uma vida melhor, porém, é importante ressaltar que essa vontade provavelmente existe devido ao enorme bombardeio que as mulheres sofrem em relação ao padrão de beleza e de saúde impostos pela mídia, que não são ou pelo menos não deveriam ser os únicos possíveis na nossa sociedade.

Considerações finais

O corpo feminino que é trazido às pessoas através da mídia é intrínseco a todo um contexto capitalista no qual o consumo de produtos e serviços ganha, cada vez mais cedo, espaço na vida das mulheres. Esse corpo está inserido em uma lógica de mercado impregnada por um padrão estético de corpo “ideal”, e também marcada por uma concepção de Saúde e Beleza que se complementam e se confundem.

Nos dias de hoje uma adolescente vê a todo o momento na TV ou nas páginas das revistas como é feio e não saudável se ter, por exemplo, celulite, uma característica do corpo que na verdade é natural e praticamente não eliminável. Porém a adolescente vê também as milhares de formas, de produtos, tratamentos e de conselhos de especialistas para se combater os ‘males’ que, como esse, ‘atingem’ os corpos e o deixam fora do “ideal”.

A Revista *Atrevida*, fonte no estudo realizado, e os outros meios de comunicação, anunciam e fazem o público feminino também acreditar que para se ter um corpo dentro ou próximo do “ideal” é necessário vontade, autocontrole, e que basta seguir todas as dicas, os guias que são trazidos nas reportagens. A única culpada por um insucesso na busca pelo corpo “ideal” é a própria mulher que falhou em algum momento de sua trajetória. A mulher, seja ela adulta ou adolescente, é responsabilizada por ter o corpo que tem. Se o corpo está dentro do que é considerado saudável e conseqüentemente bonito para a mídia, a mulher é exemplo; se o corpo se enquadra no que é considerado doente e conseqüentemente “feio” ela é acusada de ser preguiçosa, desleixada e culpada por qualquer doença que o corpo possa vir apresentar. As mulheres, dentro da realidade atual possuem então a obrigação de cuidar de si, tanto para o caso da saúde quanto esteticamente.

Uma das maneiras essenciais desse cuidado é, segundo a Revista, como foi discutido anteriormente, a prática de atividades físicas. Ficou claro que a Revista em questão dá todas as alternativas para as mulheres, atividades para as que gostam de

emoções, para as que gostam de ficar em casa, a única alternativa que a mulher parece não ter é a de não se exercitar.

É nesse contexto da obrigatoriedade da prática de atividade física que se dá, na Revista, a presença dos profissionais de Educação Física, presença que julgo acontecer de forma irresponsável. Esses profissionais aparecem “vendendo” apenas aqueles conhecimentos que vão ao encontro das idéias da Revista, além de não considerarem as diferentes realidades de vida que podem existir entre as leitoras.

O corpo vem ganhado, cada vez, mais um espaço central na vida dos sujeitos, e profissionais da nossa área deveriam refletir sobre essa realidade para serem capazes de influenciar de forma crítica e positiva na vida das pessoas e não apenas contribuir para a disseminação de idéias como a de um corpo “ideal”, imutável, que esconde e anula as individualidades do ser humano.

Percebi também que a Revista não diferencia os corpos e as responsabilidades relacionadas a eles. As adolescentes também são cobradas e responsabilizadas sem qualquer preocupação por parte da Revista em relação ao que essa fase da vida representa, a Revista orienta, porém, de uma forma genérica, descontextualizada.

Fica claro, então, a importância da influência do sujeito adulto, atento a todas essas questões, na vida dessas adolescentes que estão procurando se constituir como um novo sujeito. Também torna-se importante atentar para o meio no qual elas estão inseridas. É impossível pensar em educação sem se pensar em todo esse contexto de maneira crítica. Dessa forma, é essencial que, como professores, sejamos capazes de realizar tal reflexão a fim de encontrar uma melhor maneira de ajudar e orientar as adolescentes a lidarem com todas as transformações que ocorrem nessa fase da vida.

Esse é um desafio que cabe a todos aqueles profissionais que realmente acreditam que os corpos que hoje são tomados com verdadeiros para a mídia são na verdade passíveis de serem repensados em suas diversas dimensões, não se restringindo a padrões que excluem e anulam as naturalidades do ser humano.

Referências

AFONSO, M. Lúcia M. **A polêmica sobre adolescência e sexualidade**. Belo Horizonte: Edições do Campo Social, 2001.

ANDRADE de S. S. **"Uma boa forma de ser feliz"**: representações de corpo feminino na revista Boa Forma. 2002. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2002.

BALBINO, Hermes Ferreira. **Pedagogia do treinamento: Método, procedimentos pedagógicos e as múltiplas competências do técnico nos jogos desportivos coletivos**. 2005. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade de Campinas, 2005.

BAGRICHEVSKY, ESTEVÃO E PALMA. **A saúde em debate na Educação física**. 1ª ed. Volume 3. Bahia: Editus, 2007

CASTRO, L. R. de (Org.). **A infância e a adolescência na cultura do consumo**. Rio de Janeiro: NAU, 1999.

FISCHER, Rosa Maria Bueno. **Adolescência em discurso**: mídia e produção de subjetividade. Tese (Doutorado em Educação.) - Faculdade de Educação da UFRGS, Porto Alegre, 1996

FIGUEIRA, Márcia Luiza Machado. **Representação de corpo adolescente feminino na Revista Capricho: saúde, beleza e moda**. 2002. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2002.

FIGUEIRA, Márcia Luiza Machado. Revista capricho e a produção de corpos adolescentes femininos. In: FELIPE, Jane; GOELLNER, Silvana Vilodre; LOURO, Guacira Lopes (Org.). **Corpo, gênero e sexualidade**: um debate contemporâneo na educação. Petrópolis: Vozes, 2003. p. 124 -135.

FIGUEIRA, M. L. M; GOELLNER, S. V. A promoção do estilo atlético na Revista Capricho e a produção de uma representação de corpo adolescente feminino contemporâneo. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 26, 2008.

FRAGA, Alex branco. **Corpo, identidade e bom mocismo: o cotidiano de uma Adolescência Bem Comportada**. Belo Horizonte: Autêntica, 2000.

LAVILLE, C. & Dionne, J. **A construção do saber**. Manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas. Porto Alegre: Artmed, 1999.

LE BRETON, David. **Adeus ao corpo: Antropologia e sociedade**. 1ªed. São Paulo: Papirus, 2003.

LIPOVETSKY, Gilles. **O império do efêmero: a moda e seu destino nas sociedades modernas**. São Paulo: Companhia das Letras, 1997.

LISBOA, Mariana Mendonça. **Representações do Esporte-da-Mídia na Cultura Lúdica das Crianças**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Florianópolis: UFSC, 2007.

PAIM, M. C. C.; STREY, M. N. **Corpos em metamorfose: um breve olhar sobre os corpos na história, e novas configurações de corpos na atualidade**. *Lecturas educación física y deportes*, Buenos Aires, n. 79, p. 1-9, dez. 2004.

ROCHA, E. A mulher, o corpo e o silêncio: a identidade feminina nos anúncios publicitários. **Revista de Comunicação, Cultura e Política**, v. 2, n. 3, p. 15-39, jul./dez. 2001.

SABAT, Ruth. Pedagogia cultural, gênero e sexualidade. **Revista Estudos Feministas**, v. 9, n. 1, p. 4-21, 2001.

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. Cuidados de si e embelezamento feminino: fragmentos para uma história do corpo no Brasil. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi

de. (Org.) **Políticas do corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. SP: Estação da Liberdade, 1995.

SANTOS, Helena Miranda dos. A Construção da Imagem “Ideal” da Mulher na Mídia Contemporânea. 2008. **Fazendo Gênero 8** - Corpo, Violência e Poder. Disponível em: http://www.fazendogenero8.ufsc.br/sts/ST39/Helena_Miranda_dos_Santos_39.pdf. Acesso em 13 ago. 2009.

SILVA, A. M. **Corpo, Ciência e Mercado**: reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo de felicidade. Campinas: Autores Associados; Florianópolis: UFSC, 2001

SILVA, R. A. e SOARES, R. Juventude, escola e mídia. In: LOURO, Guacira Lopes; NECKEL, Jane Felipe e GOELLNER, Silvana Vilodre. (Org.) **Corpo, gênero e sexualidade**: um debate contemporâneo na educação. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

SERRA, Giane Moliari Amaral; SANTOS, Elizabeth Moreira dos. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. **Ciência e Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 8, n. 3, 2003.

APÊNDICES

Apêndice 1

Relação de revistas disponíveis de acordo com ano e mês

MÊS	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
ANO												
1994												X
1995			X	X	X	X	X			X	X	X
1996	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
1997	X	X	X	X	X			X	X	X		X
1998	X	X	X	X	X	X	X			X		X
1999		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2000	X	X		X	X	X	X					X
2001								X				
2002	X											X
2003	X											
2004	X				X		X	X				
2005	X											

Apêndice 2

Sinopses das reportagens do eixo Saúde e cuidados com o Corpo

Título	Comentários	Número	Ano	Pgn
Atchim !	Essa reportagem traz diversas informações sobre a gripe, os vírus que a causam, os motivos deles aparecerem nos dias mais frios, como driblar os vírus (alimentação, lavar sempre as mãos...), como se livrar do nariz entupido, o que fazer depois que já ficou doente.	10	II	94
Aparelhos dentários	Traz alguns tipos de aparelhos, tipos de problemas e como identifica-los (dente ancavalado, queixo para frente, recuado...), dicas de cuidados com o aparelho, traz 'bons' motivos segundo a Revista para usa-los: ficar mais bonita, mastigar melhor...e responde a seguinte pergunta: Como vou beijar de aparelho?	8	II	81
Pequenos problemas, grandes soluções	Essa reportagem se configura, segundo a Revista, como um guia de primeiros socorros para os problemas que aparecem no verão. (picadas de inseto, torcicolo, câimbras, brotoejas, manchas, pressão baixa, queimaduras, dor de cabeça, dor de cotovelo – “dê um belo sorriso e chegue perto daquele gatinho que está de olho em você...”.)	4	I	90
Ai ai que dor de cabeça	Apresenta as causas mais freqüentes da dor de cabeça e dicas de como se livrar dela.	31	IV	96
Hábitos nada legais que você pode mudar já	Dicas de como se livrar de hábitos que fazem mal ao corpo, como morder lápis, espremer espinhas, fugir das aulas de EF, e o por que não ter esses hábitos.	29	IV	96
Água! Água! Muita água!	Traz dicas de oque se fazer para evitar a desidratação. Sinais de alerta, dicas de soro caseiro.	28	III	112
O que é mesmo terapia?	“Nem sempre conseguimos resolver sozinhas os nossos problemas.” A terapia ajuda, por exemplo, de acordo com a Revista, a pessoa a se conhecer melhor, a descobrir de onde vem aquela raiva, entre muitas outras coisas.	27	III	64
A primeira vez no ginecologista	Essa reportagem traz diversas perguntas sobre a consulta ginecológica e suas respostas.	24	III	94
Essa tal ansiedade	A Revista traz o porque a ansiedade aparece, o que ela pode causar, e como evitá-la: dicas para a mulher aprender a relaxar.	23	III	102
Depressão	Por que acontece, com quem (todo mundo) sinais de alerta, como sair dessa. (o que é: “crises que nos deixam tristes, confusas, deprimidas, sem animo...”)	21	III	116

Olha as costas menina!	Reportagem sobre a postura (se não cuidar pode ter problemas futuros), O que causa a postura errada, dicas de cuidados. Consultoria: entre os profissionais, um professor de Educação Física.	22	III	108
TP..oquê	Explica o que é, por que acontece, quais são os sintomas, como driblar: ex físicos, relaxar, alimentação, e se nada resolver procurar um médico.	66	VII	92
Eu ronco!	O que é o ronco, os motivos dele aparecer (desvio de septo, obesidade, bebidas alcoólicas, cansaço), e seus possíveis tratamentos.	65	VII	94
Previna-se	Guia de anticoncepcionais, como funcionam, cuidados ao utilizá-los, e cita os métodos não indicados (não eficazes).	61	VI	108
Cigarro, a pior idéia do mundo	De acordo com a reportagem, 90% dos fumantes entram nessa “onda” durante a adolescência. Ela traz então as doenças que o cigarro causa na saúde, e outros efeitos “horripilantes”: dentes amarelados, mau hálito, celulite, “há quem garanta que beijar uma garota fumante é “tão” legal quanto lamber um cinzeiro sujo”.	60	V	90
Tô de aparelho!	Dicas para a menina saber se precisa usar, qual usar, tipos de aparelho, tempo de uso de cada um, Dicas de Escovação e alimentação. A reportagem traz também alguns motivos para ter um sorriso bonito, ele é mais charmoso, ajuda a mastigar melhor e falar corretamente.	58	V	106
Mania de ser magra.	Reportagem sobre a Anorexia – Depoimento de uma menina que se tornou anorexa e superou o problema, traz os fatores que levam à anorexia (genética, história familiar, problemas emocionais, baixa estima....), os sinais de quem sofre com a doença, problemas que ela causa na saúde, e tipos de tratamentos.	55	V	96
Xô gambá	Essa reportagem traz informações sobre o suor, porque ele é necessário para o corpo (termorregulação...) como combater o cheiro debaixo do braço que aparece na adolescência e também traz informações sobre o mau-hálito e mau cheiro dos pés.	42	IV	96
Atchim	Dicas de como se prevenir da gripe e do resfriado, diferença entre eles, e dicas do que se fazer caso já tenha “pegado” um desses dois problemas.	71	VII	72

Candidíase	Traz informações sobre a doença, o que é, por que acontece, sintomas, tratamentos com orientação médica, cremes especiais, como prevenir.	71	VII	88
Cirurgia Plástica	Segunda essa reportagem, quando a pessoa “fica grande” ela começa a notar imperfeições no corpo que só são resolvidas com cirurgia plástica. A reportagem trás dicas de quando se deve fazer a cirurgia (idade), quem pode fazer o que fazer antes da cirurgia, e responde algumas perguntas como: Dói?, Ela muda a vida? E afirma que a cirurgia facilita a relação com o espelho, melhora o visual, mas não transforma ninguém em alguém diferente.	14	II	110
Celulite	Traz “os 12 mandamentos anticelulite” – o que é, o que fazer (alimentação, tipos de ex, cremes, tratamentos).	19	III	88
Dieta já!	“Comeu muito? Hora de consertar as curvinhas que estão comprometidas.” Há 3 cardápios de dietas diferentes. “Faça um desses regimes e emagreça até 5 kg em um mês”.	18	III	90
Tatuagem	Segundo a reportagem a tatuagem é uma forma de se diferenciar dos outros ou de mostrar ao mundo como a pessoa encara a vida. Ela define os tipos de tatuagem que as meninas românticas preferem (borboletas, joaninhas...), meninas divertidas (cartoons), meninas místicas (fadinhas...), meninas sofisticadas (ideogramas japoneses..). Ainda fala dos lugares preferidos das meninas e dos tipos de tatuagem.	18	III	94
Trate, hidrate e trate	Essa reportagem afirmar que o inverno trás alguns ‘problemas’ que aparecem no corpo por culpa da menina também, (pele ressecada, joelhos grossos, etc.).O que fazer com cada ‘problema’ e quais produtos usar.	10	II	96
Celulite	De acordo com a reportagem, é na adolescência que a celulite começa a se formar. Ela explica o que é, o que fazer para combatê-la (alimentação, ex, não beber, não fumar) dicas de produtos anticelulite, e tratamentos da medicina estética.	7	II	78
Celulite tem jeito sim!	O que é, por que aparece, onde ela costuma aparecer, o que fazer para prevenir, dicas de alimentação, exercícios, tratamentos.	32	IV	100
SOS bronze	Essa reportagem traz, de acordo com a Revista, os segredos para se “bronzear sem fritar”, dicas de produtos, de hidratação e etc. E traz também 10 dicas para “se salvar depois que já fritou”.	29	IV	100

Uma questão de pele	Ensina a menina a identificar o seu tipo de pele para tratar o rosto corretamente e traz dicas de produtos.	28	III	106
Projeto verão	De acordo com a reportagem as meninas devem se preparar “para caber naquele biquine” e poder usar minisaia. Ela dá dicas de como fazer essa preparação como usar cremes hidratantes, Dicas de depilação, cuidados com cabelo e unhas. Ainda afirma que “perna peluda não é nada feminina e não combina mesmo com o nosso projeto de beleza”.	27	III	98
O mapa da beleza	Traz os cuidados especiais para cada parte do corpo como por exemplo para os seios: “para não ter estrias use creme”, ou para as pernas: “faça exercícios”.	26	III	108
Sem medo de sorrir	Essa reportagem traz dicas para a escolha da escova de dente, pasta de dente, fio dental, como escovar e etc.	26	III	114
Corpinho de sereia	Traz uma dieta e um programa de exercícios elaborados respectivamente por uma nutricionista e um professor de musculação. A reportagem afirma que com esse programa se perde até 4kg em um mês. Fala também sobre problemas de dietas muito rígidas e de excesso de exercícios e ainda traz uma tabela: Exercício – Calorias gasta. Tabela que não considera o tempo de cada atividade para calcular as calorias gastas.	25	III	78
Seios sem segredos	De acordo com a reportagem as mulheres devem ter cuidado com eles, pois são estruturas frágeis, sem nenhum músculo que os sustente e por isso podem ficar “meio caídos”. Traz dicas como dieta equilibrada para evitar a flacidez, o que fazer para evitar estrias; sobre sutiã, cirurgia plástica (fala apenas para diminuir), Imagens e explicações para mante-los “durinhos”.	24	III	86
Um charme	Traz dicas de “como tirar proveito de certos “defeitiños” e transforma-los em marca registrada. Porém todas as dicas são para disfarçar os “defeitiños” – nariz grande, óculos, olhos pequenos, pernas curtas, sardas e sobrancelhas grossas.	23	III	96
Pegue um bronze na sombra!	Essa reportagem apresenta produtos que aceleram o bronzeado e o mantém, ou que são autobronzeadores, com fotos, marcas e preços.	66	VII	86
SOS sol	Traz dicas para recuperar a pele e o cabelo que o sol estragou	65	VII	90
Pé de anjo	Roteiro de cuidados para deixar os pés bonitos: Lixar, exfoliar e etc. Explica o que são certos “problemas” como o chulé e a micose e as formas de prevenção. “Vc sabia que os pés são objetos de admiração de muitos garotos ?”	64	VI	

Proteja-se	Fotos e nome de vários protetores contra os raios solares.	63	VI	110
SOS rosto	Dicas para resolver “dramas” de ultima hora (espinhas, bigodinhos, rosto inflável, manchas, nariz vermelho, pele oleosa e etc.) – Dicas de itens que “não podem faltar” em casa e dicas para evitar esses ‘problemas’. A reportagem ainda faz a seguinte afirmação: “Se não tiver descolorante em casa, vai bigoduda mesmo ou comece a chorar”.	60	V	86
Você está usando o seu hidratante de forma correta?	Dicas de produtos (marcas com fotos) e de como utilizar os produtos em cada parte do corpo. (produtos para combater radicais livres, c/ camada protetora, p/ dar brilho dourado a pele, p/ melhorar elasticidade e etc.)	58	V	104
O cravo brigou com a rosa.	“Os cravos adoram aparecer na pele das adolescentes”. A reportagem explica o que é, dicas para cuidar, “arsenal” de cremes, sabonetes e produtos de várias marcas para combatê-los!	55	V	92
Vamos limpar a área	Essa reportagem afirma que no Verão as pernas ficam de fora e por isso devem ser depiladas. Apresenta os problemas que podem aparecer com a depilação, o por que aparecem e como evita-los.	52	IV	100
Orelhas de abano	Algumas características do corpo como seios pequenos, ossinho em cima do nariz, formato das orelhas são considerados pela Revista como um “Descuido da natureza”. Fala sobre o que é cada uma desses descuidos, sobre as cirurgias possíveis (idade para operar, como ela é, onde é, duração e etc.). a reportagem faz ainda a seguinte afirmação: “somos mais do que orelhas” trazendo a idéia de que “não adianta culpar a orelha por tudo que da errado na vida.”	46	IV	112
Hora da faxina	Segundo essa reportagem a menina deve sempre manter a pele bonita. A Revista apresenta dicas de cuidado para cada tipo de pele e dicas de produtos e marcas diferentes.	50	IV	96
Máscaras de beleza	Dicas de máscaras faciais a base de produtos naturais que podem estar, de acordo com a reportagem, na geladeira da leitora. São máscaras para clarear manchas, remover células mortas, nutrir, deixar a pele mais hidratada, melhorar a circulação e por ai vai.	42	IV	90
Piercing	Metade dessa reportagem foi arrancada, era sobre piercing de “mentirinha”, que são uma alternativa para aquelas garotas que acham legal ter um mas que tem medo ou os pais não deixam furar um piercing de verdade.	41	IV	84

SOS beleza	Traz dicas para solucionar, segundo a reportagem, probleminhas de ultima hora como espinhas, olheiras, cravos e etc. Fala sobre cada problema, o truque para solucioná-lo e dicas para o dia a dia.	40	IV	120
Depilação sim!	Essa reportagem vai ser resumida com as seguintes afirmativas da Revista: “Nada mais tenebroso do que uma perna peluda”, “fiozinhos pretos que acabam com nossa beleza”, “sua pele e os meninos agradecem”. Ela traz tipos de depilação e dicas sobre cada tipo.	37	IV	126
Dieta não é tortura	Traz a Dieta atrevida, na qual segundo a reportagem, se come de tudo (inclui massas e sorvetes) e pode perder até 4kg em um mês. Fala sobre dieta saudável, algumas dicas e um cardápio de uma semana elaborado por uma nutricionista.	37	IV	130
Teste – Você sabe comer direito?	Essa reportagem trata-se de um quadro com várias perguntas com opções de resposta, cada resposta vale uma pontuação diferente. Ao final soma-se os pontos. Cada soma equivale a um resultado final como por exemplo: Quase:” ...você precisa prestar mais atenção ao hábito de pular refeições...”	36	IV	104
Três pontos críticos	Traz os cuidados que se deve ter com a pele dos joelhos, cotovelos e calcanhares. “Se você quiser ficar linda por inteiro, siga as dicas...” de exfoliação, limpeza, hidratação entre outras.	35	IV	88
Cuide bem dos seus pés	Traz dicas de hidratação e exfoliação. A reportagem afirma que a garota deve cuidar para evitar problemas que tiram o charme do pé. Fala também que há problemas que podem “dar a maior dor de cabeça” e atenta as garotas para que elas observem bem os pés pois alguns desses problemas podem estar relacionados com a saúde.	44	IV	98
É guerra contra a acne	É um manual com 18 dicas para se combater a acne. “É melhor acabar de vez com os cravos e espinhas antes que eles acabem com a sua pele, não espere a adolescência acabar”.	43	IV	90
Pisando nas nuvens	Traz dicas de cuidados que as meninas devem ter com os pés e alguns produtos com foto e marca.	100	IX	34
Pé ante pé	Cuidados com os pés, de acordo com a Revista, para poder deixá-los ficar de fora durante o verão. 5 passos para deixá-los macios, cheirosos e bem tratados.	125	XII	94

Acerte na pele	Traz os tratamentos para cada tipo de pele, como identificar cada uma, características de cada, cuidados e maquiagem.	120	XI	94
O segredo das modelos	Seis modelos dão um depoimento de como elas cuidam de seus corpos. A maioria afirma fazer algum tipo de atividade física, mesmo sem gostar e também fazem controle da alimentação. A reportagem traz de cada uma, a foto, idade, altura e peso.	43	IV	96

Apêndice 3

Sinopses das reportagens do eixo Prescrição de atividades físicas e/ou exercícios, Esportes e Profissionais da Educação Física

Título	Comentários	Número	Ano	Pgn
Ginástica	Um guia com de exercícios “divertidos” para fazer com a amiga e evitar aquela camada de gordura que se acumula no corpo no inverno.	9	II	94
Pernas	Dicas de exercícios, produtos e tratamentos para deixar as pernas sempre “lindas, lisinhas, sem nada fora do lugar”.	8	II	86
Entre em forma	“Abusou nas férias? Comece já a se cuidar”, importância dos exercícios físicos, diferenças entre alongamento, exercícios aeróbicos e anaeróbicos, quando fazer cada um, o que deve e o que não se deve comer.	31	IV	66
Corpinho de sereia	Dieta elaborada por nutricionista e um programa de exercícios elaborado por um professor de musculação. A reportagem diz que com esses programas se perde até 4 kg em um mês e também fala sobre problema de dietas muito rígidas e de excesso de exercícios.	25	III	78
Barriga e cintura	“Exercícios são o grande segredo para você perder aquelas medidas a mais e poder vestir miniblusa e calça de cintura baixa sem medo de ser feliz!”. Dicas de exercícios aeróbicos e localizados, fotos de 14 exercícios com explicações.	22	III	102
Estique e... relaxe	Dicas de um professor de Educação Física de exercícios para se fazer enquanto estuda, vê TV. São exercícios de alongamento com fotos e explicações.	63	VI	114
<i>Malhação é sua praia</i>	<i>Dicas de esportes de verão que deixam o corpo “impecável”, e levantam o astral. Traz as modalidades, o que precisa para praticá-las, o que elas exercitam, quantas calorias que se perde e em quanto tempo.</i>	54	V	94

Calorias? Brinque com elas	Fala sobre as calorias, quando engorda/emagrece. Listão: Alimento-caloria- o que fazer para gasta-las. Dica da Revista: Pregue na geladeira: Ex – calorias que gasta. (Consultoria: Professor de Educação Física).	45	IV	78
Deixa rolar	Ginástica com bolas que “define o corpo sem deixar você cansada demais”. Um professor de academia da dica de séries de exercícios para acertar a postura, tonificar braços, pernas, bumbuns. A Revista afirma que é o “fim da flacidez”.	35	IV	58
Barriga? Acabe com ela!	<i>A Revista propõe a mudança de certos hábitos, que a garota fique de olho no que come, que ela mexa-se, mantenha a postura, use cremes. Explica por que a barriga aparece, dá dicas de exercícios para “deixá-la em forma”. (Consultoria: Médico especialista em medicina esportiva)</i>	33	IV	102
Hipismo	De acordo com a Revista, esse esporte é elegante, ele relaxa e tranqüiliza. Melhora a concentração e os reflexos, acerta a postura e traz outros inúmeros benefícios para o corpo.	11	II	50
Alpinismo	Emoção, liberdade, para destemidos, jovens e pessoas cheias de energia “como você”.	14	II	76
Hidroginástica	Essa ginástica é considerada pela Revista como a atividade que não estraga o corpo por não ter impacto sobre as articulações. A reportagem ainda afirma que por esse motivo, nessa ginástica até as gordinhas, meninas com problema na coluna e os avós têm sua vez.	15	II	64
Boady boarding	Traz vários motivos para se praticar: curtir o sol, refrescar-se, paquerar e segundo um professor de EF, fortalecer os músculos. Traz também a historia de uma tricampeã, e uma tabela com a rotina de atleta para quem quer se tornar uma.	16	II	76

Boxe	Esporte que segundo a Revista é ótimo por controlar a agressividade, ajudar a emagrecer além de trazer diversos outros benefícios para o corpo. “Deixa você com um corpinho de sereia”. Traz também entrevistas com uma Top model, outras modelos e outras meninas ‘comuns’ que falam das vantagens de praticar tal esporte e o que ele trouxe de bom para a vida delas.	17	III	62
Kart	Está na moda, é divertimento, aventura e prazer pela velocidade. Traz características do esporte, dicas para iniciar, materiais, gastos, e os benefícios para o corpo segundo um médico esportivo. A reportagem ainda fala que as meninas estão desafiando os preconceitos ao andar de kart.	19	III	54
Vôlei de praia	Diversão, trabalho físico e prazer de verão. Traz os benefícios para o corpo, dicas de aquecimento e alongamento.	18	III	54
Handebol	Emocionante e divertido, “pode ser praticado pelas altas e baixinhas”, Dicas sobre o esporte de acordo com um professor de EF e as histórias de duas “gatinhas” que praticam o esporte.	10	II	64
Tênis	Considerado como um esporte cheio de emoções quando bem jogado. A reportagem traz dicas de materiais, de exercícios para se fazer antes e depois do Tênis, dá dicas de treinamento para aquelas meninas que querem ser campeãs, traz uma entrevista com uma menina que pratica e ainda traz a seguinte frase: “E não se esqueça da dieta, pois as gordinhas têm mais dificuldades de se locomover”.	9	II	58
Basquete	A reportagem fala dos benefícios que o esporte traz para o corpo (desenvolve velocidade, coordenação motora, capacidade de deslocamento rápido, trabalha musculatura, fortalece coração e pulmões), explica como é o esporte, o caracteriza como divertido, e traz dicas da jogadora Hortência.	7	II	52

Futebol	Considerado um esporte divertido e alegre que traz todos aqueles benefícios já citados em outras reportagens para o corpo, dicas de 'aquecimento' e alongamento, dicas do jogador profissional Caio do Clube São Paulo. A reportagem afirma que muitas garotas como a modelo entrevistada, estão ai para provar que o futebol combina perfeitamente com beleza e feminilidade. (Traz a historia dessa modelo)	4	I	50
Em guarda mosqueteira	Sobre o Esgrima, esporte que, segundo a Revista, dá elegância aos participantes, ele é cheio de emoções e traz todos aqueles benefícios já citados para o corpo. Por trabalhar a concentração, considera-se que pode inclusive ajudar o praticante a prestar mais atenção na aula. Traz dicas de onde praticar, de materiais além da história de uma menina 'comum' que pratica o Esgrima e outra que é vice campeão brasileira infantil.	32	IV	72
Viagem ao fundo do mar	Sobre Mergulho. Tem a historia de duas meninas que praticam, os benefícios que ele traz para o corpo, dicas de cursos, equipamentos e etc.	29	IV	62
A praia é sua	Essa reportagem traz diferentes atividades para se praticar na praia que são consideradas esportes pela Revista, como caminhar, futebol, vôlei e bicicleta. São exercícios "em ritmo de diversão", que fortalecem o coração, exercitam os músculos e relaxam. A Revista traz, com ajuda de um professor de EF os benefícios e vantagens de cada um e os cuidados que se deve ter ao praticá-los.	28	III	68
Jiu-Jitsu	Esporte que segundo a Revista transmite disciplina, respeito, perseverança e humildade. Essa luta ainda serve para se treinar o autocontrole, a concentração e os reflexos. Ela alivia tensões, treina força, flexibilidade e emagrece. Traz também depoimento de três meninas que praticam.	26	III	78

Ginástica Olímpica, você também pode!	A reportagem afirma que quem já não é uma menininha ainda pode praticar tal esporte. Várias academias estão abrindo turmas para pessoas mais velhas que querem usar a GO para melhorar o condicionamento físico e a saúde. “A ginástica olímpica está aberta até para as gordinhas”.	24	III	56
Trekking	Esporte que, de acordo com a reportagem, não tem preconceito em relação a sexo e idade. Traz os benefícios dele para o corpo, explica os tipos de trekking, os equipamentos necessários, dá dicas de alguns lugares para se praticar (RJ,SP e MG) e o telefone de algumas agencias que promovem tal esporte (SP,BA,RJ,PR,MG)	23	III	60
Tênis de mesa	<i>Reportagem que traz dicas do menino que era o primeiro no tanking juvenil brasileiro, explica o esporte, os benefícios que ele traz para quem o pratica e dicas de alguns lugares onde se pode aprende-lo</i>	21	III	72
É bola na água	Pólo aquático – “Além de divertido esse esporte esculpe belos corpos” sem celulite, flacidez.	42	IV	64
Tae kwon-do	Essa reportagem começa citando uma garota de 16 anos que descobriu que poderia perder peso praticando essa luta, e após três anos, com 12kg a menos, ela “não tem do que reclamar”. Fala também que as meninas estão ganhando espaço nessa luta, traz os benefícios para o corpo segundo um professor de Educação Física, a história da luta, fotos com meninas executando alguns movimentos e dicas para quem quer começar a praticar esse esporte.	33	IV	66
Judô	É considerado pela reportagem como o esporte “perfeito para se combater o stress e a agressividade” além de trazer vários benefícios para o corpo e mente. O Judô “molda a agressividade ensinando as pessoas a serem mais dóceis”. A reportagem traz a história dessa luta, dicas da luta dadas por uma judaica e dica de uma profissional da EF a respeito de ‘aquecimento’, alimentação e relaxamento.	8	II	52
Estique e Relaxe	Traz exercícios de alongamento que podem ser feitos enquanto a menina estuda ou assiste TV. A reportagem possui fotos de cada exercício com explicações e o momento de se fazer cada um (ao acordar, depois de tomar banho, vendo TV, etc.).	63	VI	114
Vem Dançar Comigo	<i>Essa reportagem apresenta a dança como uma atividade física que além de trazer inúmeros benefícios para a saúde e o corpo ainda pode ajudar aquelas meninas mais tímidas a se soltarem. A reportagem afirma que as meninas que dançam fazem mais sucesso com os meninos.</i>	37	IV	68

