



DOSSIÊ: CUIDADO E EMOÇÕES: DISCURSOS, PRÁTICAS E EXPERIÊNCIAS

## Obesidade adolescente: emoções e cuidado no processo de emagrecimento

*Teenage obesity: emotions and care in the weight-loss process*

*Obesidad adolescente: emociones y cuidados en el proceso de pérdida de peso*

**Régia Cristina Oliveira<sup>1</sup>**

[orcid.org/0000-0002-2940-8419](https://orcid.org/0000-0002-2940-8419)  
[re.oliveira@usp.br](mailto:re.oliveira@usp.br)

**Recebido:** 31 ago.2023.

**Aprovado:** 22 fev. 2024.

**Publicado:** 03 jul 2024.

**Resumo:** O presente artigo busca refletir sobre emoções e cuidado no processo de reconstrução corporal/emocional e de trabalho sobre si, empreendido por jovens adolescentes que, juntas, participaram de um programa voltado para a atenção ao sobrepeso e à obesidade na adolescência. Metodologicamente, a pesquisa teve abordagem qualitativa, contando, como técnicas, com observações de atividades biomédicas voltadas para a família das jovens; entrevistas com os pais e reunião de grupo focal com as jovens adolescentes atendidas no programa. O texto traz discussão sobre apontamentos levantados pelas jovens em relação às emoções e às relações de (auto)cuidado no processo de emagrecimento. Como resultados, que serão aqui apresentados, podem ser destacados: a centralidade da mãe nos cuidados da alimentação e as tensões familiares; o destaque ao sentimento de vergonha, dado pelas jovens; o aspecto da responsabilização de si e da resignificação do termo corpo/subjetividade, no processo de emagrecimento.

**Palavras-chave:** Obesidade adolescente. Corpo/emoções. Relações de cuidado.

**Abstract:** The present article seeks to reflect on emotions and care in the process of rebuilding bodily/emotional and self-care work aspects, undertaken by female youngsters and teenagers who, together, participated in a program geared towards attention to overweight and obesity in adolescence. Methodologically, the research resorted to a qualitative approach, relying on, as techniques, the observation of biomedical activities geared towards the youngsters' families; interviews with parents and focal group meetings with the teenagers participating in the program. The text discusses the points raised by the young females themselves regarding the emotions and (self)care relations involved in the process of losing weight. Among the results, which will be presented here, I highlight: the centrality of the mother regarding nutrition care and familial tensions; the significance of the feeling of shame, brought up by the teenagers; aspects of self-blaming and the re-signification of the binomial body/subjectivity in the process of losing weight.

**Keywords:** Teenage obesity. Body/emotions. Care relations.

**Resumen:** Este artículo busca reflexionar sobre las emociones y el cuidado en el proceso de reconstrucción corporal/emocional y autotrabajo, emprendido por jóvenes adolescentes que, juntas, participaron en un programa dirigido al cuidado del sobrepeso y la obesidad en la adolescencia. Metodológicamente, la investigación tuvo un abordaje cualitativo, contando como técnicas con observaciones de actividades biomédicas dirigidas a la familia de las mujeres jóvenes; Entrevistas con los padres y reuniones de grupos focales con las adolescentes asistidas en el programa. El texto trae discusión sobre las notas planteadas por las mujeres jóvenes en relación con las emociones y las relaciones de (auto) cuidado en el proceso de pérdida de peso. Como resultados, que se presentarán aquí, se pueden destacar: la centralidad de la madre en el cuidado de la alimentación y las tensiones familiares; El énfasis en el sentimiento de vergüenza, dado por las mujeres jóvenes; La cuestión de responsabilizarse y el aspecto de la resignificación del término cuerpo/subjetividad en el proceso de pérdida de peso.



Artigo está licenciado sob forma de uma licença  
[Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

<sup>1</sup> Universidade de São Paulo (USP), São Paulo, SP, Brasil.

**Palabras clave:** Obesidad adolescente. Cuerpo/emociones. Relaciones de cuidado.

## Introdução

As questões discutidas no presente artigo integraram a problemática de uma pesquisa,<sup>2</sup> realizada entre 2010 e 2011, que teve como propósito investigar, em dois espaços de atuação biomédica, as ressignificações e reapropriações dos discursos dos profissionais de saúde, por jovens e familiares que são ali atendidos, sobre o corpo adolescente, em razão de referências dadas pelo seu contexto sociocultural. Buscou-se apreender as perspectivas tanto dos adolescentes quanto de seus familiares sobre questões referentes ao corpo/emocões e à alimentação, em especial, a referência à obesidade e à anorexia. Importante destacar que a alimentação é aqui entendida como um evento complexo, do qual faz parte a articulação entre as dimensões biológica, subjetiva e social (Aguirre 2010; Adam e Hertzlich 2001). A própria fome é aqui tomada como um fenômeno múltiplo, de muitos matizes (Aguirre 2004).

A pesquisa contou com abordagem qualitativa (Martins 2004), uma vez que as questões norteadoras da investigação eram de natureza interpretativa. Como técnicas de pesquisa, o estudo contou com: (a) observação participante (Becker, 1994) de estudo de casos clínicos sobre anorexia, em um dos espaços estudados, apreendendo discursos (Foucault 2008) de psicólogos, psiquiatras, nutrólogos e educadores físicos; (b) observação participante de palestras voltadas para familiares responsáveis pelas adolescentes consideradas obesas; (c) entrevistas semiestruturadas (Queiroz 1983) com pai e/ou mãe das jovens em atendimento, nos dois espaços biomédicos estudados; e (d) grupo focal (Krueger e Casey 2000) com 15 adolescentes, com idade entre 15 e 16 anos, que participavam de um programa de atenção ao sobrepeso e à obesidade.

Este programa conta com atendimento multi-

profissional voltado a jovens adolescentes do sexo feminino. Essa delimitação, segundo afirmam os profissionais do local, responde a maior demanda e a melhor adesão desse público. Importante destacar, no entanto, que essa justificativa não se faz desconectada das considerações biomédicas sobre as diferenças corporais entre os sexos, as quais fundamentam normatizações sobre os corpos e referenciam pesquisas quantitativas, no local, sobre a construção da imagem corporal dos e das adolescentes (Oliveira 2015). A partir de considerações biomédicas homogêneas da adolescência e das diferenças apontadas entre os sexos, essas pesquisas destacam o desejo dos jovens do sexo masculino em adquirir músculos, enquanto as jovens adolescentes buscariam emagrecer.

Orientado por essas considerações, o programa, que tem duração de quatro meses, recebe então adolescentes do sexo feminino que passam, inicialmente, por uma avaliação clínica nutricional, na primeira consulta, sendo definidos seu enquadramento nos critérios de sobrepeso e de obesidade, segundo parâmetros dados pela OMS. Em seguida, as adolescentes começam a receber orientações alimentares de nutricionistas e participam de duas horas de atividades físicas, duas vezes por semana, enquanto seus pais frequentam reuniões semanais, sem a presença das jovens, para também receberem orientações e compartilhar desafios e progresso das filhas nas questões alimentares.

Na primeira consulta, as jovens vão sempre acompanhadas de algum familiar, sendo trazidas, na maior parte das vezes, pela mãe. As consultas são sempre acompanhadas pelo familiar da jovem. Já no decorrer das atividades, as jovens nem sempre estão acompanhadas.

Embora o programa não esteja restrito a adolescentes de classes populares, são jovens dessa camada social que acabam procurando pelo programa, como também confirmam as 15 jovens que participaram da pesquisa.

Para o presente texto, serão trazidas discus-

<sup>2</sup> Pesquisa de pós-doutorado em Ciências Sociais, financiada pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).

sões referentes às falas dessas adolescentes, apreendidas em reunião de grupo focal<sup>3</sup> e que evidenciam um trabalho tanto sobre "o corpo", com exercícios e dietas, quanto sobre "a mente", conforme ressaltaram, o que, por fim, resultou em um trabalho sobre si, com forte participação da família e apoio mútuo entre as jovens. A ideia é repensar questões apresentadas pelas jovens, na época da pesquisa, aprofundando discussões sobre juventude, adolescência e obesidade, bem como sobre as emoções e os cuidados que perpassam a obesidade adolescente e a busca pelo emagrecimento. Ao mesmo tempo, serão trazidas novas reflexões que, naquela ocasião, não foram empreendidas, sobre: (a) os cuidados alimentares maternos, dos quais fazem parte a mescla entre apoio e controle; (b) as emoções prescritas pela biomedicina e aquelas vivenciadas pelas jovens, com destaque para o sentimento de vergonha e sua relação com o desempenho de papéis, os signos da juventude e a estruturação das emoções na sociedade capitalista; e (c) a ressignificação de si pelas jovens por meio da construção de um corpo relacional e significativo.

Importante destacar que a compreensão das questões aqui propostas está apoiada em autores (Le Breton 2006; 2011; Scribano 2012; Cervio 2015; Cena 2015) que (a) tomam corpo/emoção impensáveis em separado e (b) que destacam a existência de um processo de degradação corporal e de cisão corpo-espírito nas sociedades ocidentais contemporâneas que têm, no plano filosófico, desde Descartes, a sua sustentação, concomitante ao processo de dessacralização da natureza e o avançar do individualismo.

Busca-se compreender em que termos a cisão é colocada pelas adolescentes quando falam de si e do processo de emagrecimento, tendo em vista a forte referência a orientações e prescrições biomédicas e sua focalização no corpo biológico e, no caso das adolescentes, à centralização na gordura física que constitui esse corpo. Essas referências e orientações são pensadas em uma sociedade capitalista marcada, dentre

outros aspectos, pelo individualismo, pela ideia de autocontrole, pela privatização das emoções e por um forte apelo ao consumo, especialmente entre os jovens.

A apreensão dessas falas deu-se por meio da técnica do grupo focal (Krueger e Casey 2000), que consiste na reunião, em grupo, de pessoas que partilham de pontos comuns, com vistas à apreensão de diferentes perspectivas sobre um tema levantado pelo(a) pesquisador(a). As pessoas são, então, reunidas em um local previamente combinado e estimuladas a falar livremente sobre determinado tema, a partir de questões que vão sendo lançadas pelo(a) pesquisador(a). No caso das jovens, elas partilhavam uma experiência comum de estarem participando de um programa para adolescentes obesas ou com sobrepeso.

A reunião de grupo focal ocorreu logo após uma atividade física realizada pelas jovens. A escolha do local e do momento para a realização da atividade levou em conta a disponibilidade das jovens e a possibilidade de encontrá-las juntas. Tendo em vista o conhecimento da pesquisa e das etapas previstas de trabalho de campo pelos profissionais de saúde do programa, foi possível realizar o grupo focal somente com as 15 jovens, sem a presença de um familiar ou um profissional de saúde, o que deixou as jovens mais à vontade para compartilharem suas questões relativas ao sobrepeso e à obesidade.

### Juventude, adolescência e obesidade

O presente texto apoia-se em autores que consideram juventude e adolescência como construções sociais e históricas, tomando-as em sua diversidade (Bourdieu 1983; Margullis 2008). Apreendida, muitas vezes, como sinônimos, "a" adolescência e "a" juventude apresentam distinções, como mostram diferentes pesquisas (Oliveira 2010; 2015; Pimenta 2017) sobre essas categorias temáticas. É preciso, assim, atentar-se para as diferentes formas de viver a condição juvenil, uma vez que fatores como classe e/ou gênero resultam em formas desiguais de manifes-

<sup>3</sup> Essas jovens não serão identificadas, buscando-se, na fluência das falas e conversas ocorridas no grupo, as perspectivas coletivas apresentadas.

tação da condição de juventude, não tendo essa um conceito unívoco (Margulis e Urresti 2008).

No referente à adolescência, a não naturalização desta categoria também se refere aos limites que buscam circunscrevê-la. Bourdieu (1983, 112), em texto que resulta de uma entrevista concedida pelo autor, discute o caráter arbitrário das divisões entre as idades. Segundo o autor, essa é uma divisão dos poderes. "A classificação por idade (mas também por sexo, ou, é claro, por classe...) acaba sempre por impor limites e produzir uma ordem onde cada um deve se manter, em relação à qual cada um deve se manter em seu lugar", destaca. Cada campo (como, por exemplo, arte, política, ciência, dentre outros), tem seus critérios e leis próprias de definição das idades.

A medicina do adolescente é um desses importantes campos de definição das idades, de saber e de produção de discursos hegemônicos sobre o corpo (Breton 2011). Um corpo que apresenta diferenças em relação ao sexo e que tem, na puberdade, a evidência dessas diferenças corporais (Rohden 2001).

Como categoria médica, a puberdade faz referência a um conjunto de transformações corporais, diferente segundo o sexo, sob as quais são desenvolvidos discursos médicos a respeito e que orientam os atendimentos e as prescrições em relação a prevenções, em diferentes assuntos, dentre os quais, os comportamentos alimentares e os chamados transtornos alimentares. Um desses transtornos refere-se à obesidade, considerada atualmente uma epidemia de âmbito global que atinge todas as idades, com crescimento mais acentuado, nos últimos anos, entre crianças e adolescentes (Freire 2011). No entanto, a apreensão desse problema social passa pela necessidade de compreensão das dificuldades envolvidas no referente ao processo de emagrecimento, da consideração do grupo social de pertencimento dos indivíduos e de sua rede de apoio, bem como dos sentidos da alimentação para eles (Adam e Herzlich 2001).

No caso das adolescentes, é preciso ainda a compreensão mais apurada desse período da vida, da qual faz parte a sensibilização para as

diferenças relacionadas à classe social e ao gênero, tendo em vista as mesmas, além de outras clivagens sociais, como raça/etnia, diversificar as vivências da adolescência. Um trabalho multidisciplinar que deve contar também com a família da qual as jovens fazem parte. Desse trabalho em equipe, é então considerado pela biomedicina, e de modo primordial, o contato com a família, em especial, com a mãe, vista como parceira das iniciativas e atividades apresentadas às jovens adolescentes. A família é pensada como o principal elo de amor e cuidado, imprescindível ao emagrecimento das jovens. No contexto da família, destaca Scribano (2019), o amor está envolvido por múltiplos vínculos que se estabelecem em diferentes direções, dentre os quais, de pais para filhos, irmão para irmão, filhos para pais. São esses laços complexos que proporcionam a energia necessária para a construção de práticas coletivas baseadas no que os autores chamam de amor filial e que, na presente pesquisa, mostraram-se fundamentais para o mútuo amparo entre as jovens no grupo de atenção à obesidade, da qual fizeram parte.

### **Controle e cuidado alimentar: do preparo dos alimentos à observação das emoções**

Hegemônica nos discursos sobre o corpo e os males que o afetam, a medicina (Le Breton 2011) "em sua face mais preventiva" (Russo 2006, 190) tem orientado as pessoas a viverem uma vida mais saudável e mais regrada. Nessa orientação, os excessos de toda ordem, dentre os quais, aqueles relacionados à comida, têm sido vistos como uma "falta moral", argumenta a autora. No entanto, pondera, no tocante à alimentação, é importante considerá-la tanto na sua dimensão física quanto moral, uma vez que o ser humano, ao se alimentar, ingere junto com os nutrientes, "um certo modo de ver e de organizar o mundo" (Russo 2006, 191).

Isso é especialmente importante na consideração da obesidade adolescente, tanto em relação aos valores e hábitos do grupo familiar de pertencimento, quanto em relação às relações

de sociabilidade, não circunscritas ao espaço doméstico. Neste espaço, os cuidados maternos relacionados à alimentação, ao preparo dos alimentos e do acompanhamento da dieta das filhas foram bastante presentes nas falas das jovens, que destacaram o descompasso entre a rotina familiar e as orientações recebidas pelo programa em relação à alimentação. A esse respeito, uma das jovens diz, "sábado e domingo é pior, não tem almoço, jantar e o almoço é 3, 4 horas da tarde. A gente acorda tarde e já é hora de almoçar", destacando a dificuldade de seguir a orientação de se alimentar de três em três horas. Outra jovem também comenta: "domingo eu não consigo jantar, às vezes o almoço sai às 18 horas e eu já acordo meio-dia". Uma terceira jovem complementa: "eu fico esperando o almoço porque antes de almoçar eu não consigo fazer nada". Observando esses comentários, uma outra jovem pondera: "não é culpa dos nossos pais porque eles acordam tarde e não estão acostumados a comer de três em três horas". Assim, quer seja pelo descompasso entre o horário da família e os novos hábitos a serem desenvolvidos pelas jovens, quer seja pela dificuldade de comerem de três em três horas, especialmente nos finais de semana, as jovens ressaltam uma espera pela refeição, que pode sair muito tarde ou que acaba mesclando almoço e jantar, porque não é feita por elas, mas, principalmente, pela mãe, responsável pela alimentação da família.

Daniel e Cravo (2005) também discutem a centralidade da figura materna no preparo dos alimentos para a família. Nessa relação de cuidado entre mãe e filha, cabe trazer a conceituação de Levi-Strauss (1968) sobre "endo-cozinha" e "exo-cozinha". A primeira, destinada a um pequeno grupo fechado e relacionada ao cozimento; a segunda, "oferecida a convidados". A mãe, figura central do preparo dos alimentos, está associada à "endo-cozinha", responsabilizando-se pelo preparo e cozimento da comida para a família, em especial, para os filhos.

A responsabilização por essas tarefas, pela mãe, é discutida por Sarti (1996) em estudo que já em sua sétima edição nos revela valores e

uma ordenação moral, segundo um conjunto de códigos e obrigações recíprocas muito presentes nas famílias brasileiras, em especial, das classes populares. Uma dessas obrigações relaciona-se ao preparo dos alimentos pela mãe, que compõe parte da tarefa de cuidado dos filhos.

Também pertencentes às classes populares, as adolescentes que frequentavam o programa voltado para obesidade e sobrepeso vinham, em suas primeiras consultas, com a mãe. Entre essas jovens, a mãe é também a responsável pelo preparo dos alimentos e, segundo afirmam, colabora para que a dieta recomendada no programa seja seguida pelas filhas. Há, assim, a busca por um controle em relação à quantidade e à qualidade da alimentação, realizado tanto pelas jovens quanto pela mãe, o que, muitas vezes, resulta em tensões.

No programa, mãe e filha são orientadas tanto em relação aos passos necessários para o controle da alimentação, no tocante tanto à qualidade e quantidade dos alimentos, quanto aos sentimentos que devem orientar essa busca, com destaque para a motivação da família, a força de vontade da jovem e o sentimento de aceitação da existência de um corpo considerado ideal para cada uma das jovens, segundo um equilíbrio orgânico observado pela biomedicina.

Para o familiar que acompanha a jovem, geralmente a mãe, há orientações sobre a alimentação das filhas, ao mesmo tempo em que uma solicitação para que as motivem em todo o processo de tratamento no programa. Para as jovens, orientações sobre alimentação, atividade física, atendimento individual, em diferentes áreas da saúde que, em seu conjunto, buscam trazer uma reorganização física, corporal/emocional e alimentar.

Nesse processo, a família, especialmente a mãe, é pensada como uma importante esfera de incentivo e motivação das jovens. Importante eixo de referências simbólicas, local de afetividade, de amor e de conflitos, a família é, ao mesmo tempo, palco de constantes negociações de estilos de vida e de escolhas, uma vez que não está fechada à variedade de referências que vêm

de fora e que são trazidas especialmente pelos filhos (Sarti 2004). Mas é como espaço de referência afetiva que a família é pensada por esses profissionais de saúde. Amor, afeto e autoridade são elementos que conectam mãe, pai e filhos e que dão peso ao incentivo daqueles às jovens, no processo de emagrecimento. Como destacou uma das jovens, "a família fica em primeiro lugar", ao falar do apoio para o emagrecimento. Uma outra jovem reforça a importância desse apoio e da autopercepção de si, "meus pais me trouxeram, mas você também vê a realidade".

Esse apoio é também mesclado a tensões percebidas pelas jovens, nas brincadeiras feitas por familiares, como mencionou uma outra participante, que destacou que foi por conta dessas brincadeiras, por meio de apelidos sobre seu peso, feitos pelo seu pai, e da preocupação da mãe com a dor de joelho da jovem, que fez com que ela decidisse iniciar o processo de emagrecimento. Uma outra jovem menciona: "minha mãe que cozinha, mas ela sempre tem noção, não deixava eu repetir", evidenciando a combinação entre controle, autoridade materna e sentimentos de amor e afeto, no cuidado alimentar da filha.

O amor filial, desenvolve Scribano (2019), tem origem nos laços familiares, envolvendo vínculos de conexão multidirecionais, de onde também surge a energia para construção de práticas coletivas. E é por essa via do amor como conexão, do afeto e da autoridade materna e paterna que a família, especialmente a mãe, é incentivada pelos profissionais da saúde ao trabalho de constante motivação das jovens. Um trabalho que ocorre no ambiente doméstico, espaço privado, envolve, conforme Certeau (2011, 205), "o entretenimento e a convivialidade que dão forma humana à sucessão dos dias e à presença do outro". Nesse espaço privado, destaca o autor, "a criança cresce e acumula na memória mil fragmentos de saber e de discurso que, mais tarde, determinarão sua maneira de agir, de sofrer e de desejar".

### **Vergonha, autocontrole e consumo**

Historicamente, avalia Le Breton (2006), a invenção do corpo no pensamento ocidental está

referida a uma tripla excisão: a distinção entre o homem e seu corpo (corpo e espírito; alma e corpo); a separação do homem do coletivo, ou seja, dos outros, (passagem de uma estrutura comunitária à individualista); separação do homem do universo. Uma das marcas de sustentação das ciências biológicas e, portanto, da biomedicina, "como saber e práticas" (Sarti 2010) é a separação do homem de seu corpo. O corpo humano está sob controle da medicina, que se fundamenta no modelo dualista corpo e mente. O dualismo contemporâneo, avalia Le Breton (2011, 241), distingue o homem de seu corpo e o coloca "em dois pratos de balança: o corpo desprezado e destituído, da tecnociência, e o corpo mimado, da sociedade de consumo". Scribano (2019), ao discorrer sobre o desenvolvimento capitalista em sua contradição de predação/consumo, destaca o fato de que vivemos hoje em sociedades normalizadas no desfrute imediato do consumo e da predação da energia corporal.

O corpo, então depredado em suas energias e cindido, segue o processo de individuação ocidental, de recolhimento privado do indivíduo em si, atomizado, de acordo com Le Breton (2006) – e ligado aos outros em laços sociais mais frouxos. O corpo torna-se o valor último, refúgio e âncora de investimentos crescentes.

Esse cenário traz imensas incertezas, uma vez que o corpo se torna esvaziado de valor simbólico (Ortega 2008), da possibilidade de, por seu intermédio, relacionar o homem com o mundo, com os outros que com ele compartilham um universo de significados (Mauss 1974). O corpo passa a ser o lugar de rompimento, de diferenciação individual, ao mesmo tempo em que se inscreve como passível de se tornar o conector que o une aos outros, um dos imaginários sociais da modernidade (Le Breton 2006).

Nos tratamentos biomédicos do estudo observado, há a preocupação da conexão, da junção daquilo que fundamenta as práticas e o saber das ciências biológicas em corpo objeto e corpo pessoa (Russo 2006) e que, no programa e nas falas das jovens, são reatualizadas nos seguintes termos: "corpo" e "mente"; "corpo" e "pensamento".

Uma das jovens destaca a autonomia do corpo em relação à pessoa, o primeiro, parecendo ter vontade própria: "Tem dias ruins. Hoje eu tô mais cansada, como no carro pra vir aqui. Você faz seu corpo não querer, diz, 'ah, hoje eu não tô afim". É como se houvesse um embate entre um corpo, cansado, e um pensamento que busca convencê-lo, neste caso, a não ir às atividades do programa. Como diz a jovem: "Você faz seu corpo não querer".

A junção dessas partes cindidas deverá ser feita pela jovem em tratamento, com auxílio e incentivo daqueles que lhes são próximos e que as ajudará e as incentivará no processo de "cura": as pessoas por elas responsáveis, a mãe e/ou o pai.

Essa ajuda também é pedida pelo próprio corpo, visto como um outro de si. Uma das jovens destaca: "o seu corpo pede ajuda, tudo começa a doer, o joelho é a natureza pedindo ajuda", ressaltando o caráter central do joelho como a parte responsável pela sustentação do corpo, dada a "natureza" daquele de colocar o corpo de pé. Outra jovem também destaca o joelho como uma das partes do corpo que mais doía antes de iniciar as atividades para o emagrecimento: "eu ficava com o joelho doendo, perna doendo".

É possível perceber nas falas das jovens como essas "entidades" ("corpo" e "mente") aparecem apartadas e, ao mesmo tempo, dependentes, respondendo a uma hierarquia que define a supremacia da mente sobre o corpo, como se isso fosse possível, como se ambas as "partes" não estivessem desde sempre interligadas, como resultado de uma construção social (Scribano 2012).

Pelas falas das jovens, é possível ver a percepção de que o corpo é o objetivo, o alvo sob o qual recaem os esforços da mente, orientada pelas prescrições biomédicas que também a ligam às emoções. Nos tratamentos para sobrepeso e obesidade, busca-se o emagrecimento do corpo via mudança da mente ou, como diz uma jovem, o "emagrecimento da mente". "Para você emagrecer", diz, "você tem que emagrecer a cabeça; tratar o psicológico porque vem alguém e fala algo que te faz mal e isso mexe com o psi-

cológico". "Emagrecer a cabeça" é transformar o campo dos pensamentos; é cuidar de uma esfera que responde pelo "psicológico", pelas emoções e percepção de si que se faz mediada pelo modo como os outros nos vêem.

Uma jovem destaca, "a opinião dos outros importa sim", respondendo a outras colegas que diziam não se importar com os comentários sobre seu corpo. "É um dos motivos que te faz emagrecer", diz essa jovem, que comenta:

Eu não tinha vergonha do meu corpo, mas aí a ficha caiu, foi caindo e eu fiquei com vergonha. Eu usava tamanho M e comecei a usar G, pensei só em emagrecer certinho, depois o G já não ficava bem, principalmente calça Jeans, aí você quer opitar pelo mais fácil, usa calça bailarina, aí você vê que não tem opção, começa a acordar para a vida. Aí você tem que mudar.

A jovem aponta o sentimento de vergonha como um dos motivos que a fez "acordar para a vida" e buscar emagrecer. A vergonha tem a ver com o sentimento de não cumprimento do desempenho de um papel social (Goffmann 1995), segundo expectativas em relação à impressão que a jovem deseja passar.

Construído histórica e socialmente (Elias 1994, 14), a partir de um longo processo de mudança de padrão de comportamento, o sentimento de vergonha relaciona, em cada tempo e espaço, o que é permitido e o que é considerado proibido a cada um dos indivíduos, não sendo, portanto, naturalmente dado. O autor desenvolve a ideia de que essa mudança no padrão de comportamento ocorre lentamente, e isso influencia a forma como o indivíduo sente e se comporta. "Muda o padrão do que a sociedade exige e proíbe. Em conjunto com isto, move-se o patamar do desagrado e medo, socialmente instilados." A criança, observa o autor, guarda uma estrutura de sentimentos e de consciência que apresenta certa "semelhança com as pessoas incivis", diferente dos adultos, que é submetido com maior rigor à censura em situações em que descumpra o que é esperado dele, em dada situação e local. Com o passar do tempo, a criança vai sendo socializada e desenvolvendo um autocontrole das emoções,

característica essa que marca de modo especial o processo civilizador.

Le Breton (2011) e Ortega (2008) discutem esse aspecto do autocontrole das emoções nas sociedades modernas ocidentais, temática também abordada por Scribano (2012) e Cena (2015), que destacam a existência de dispositivos de regulações dos corpos/emoções nas sociedades capitalistas. Como destaca Cena (2015, 218), apoiando-se em Turner (1989), os regimes de acumulação capitalista pretendem regular a forma como os sujeitos se comportam, não se restringindo à regulação dos modos de produção, distribuição e consumo de mercadorias. Assim, a conquista desse autocontrole resulta de um conjunto de disciplinamentos internos, no sentido da expressão das emoções, e externos, estes conseguidos por meio de diferentes técnicas de intervenção no corpo como, por exemplo, exercícios físicos, dietas e até mesmo cirurgias.

Esse autocontrole reitera a não naturalidade das emoções e seu caráter social e cultural. Em "A expressão obrigatória dos sentimentos", Mauss (2001) evidencia o caráter social e cultural dos sentimentos; a vinculação da expressão e do conteúdo dos sentimentos individuais à coletividade da qual o indivíduo faz parte.

No caso da jovem, o sentimento de vergonha que ela expressou por não entrar em uma calça jeans tamanho G está relacionado à revisão sobre seu corpo a partir do olhar do seu grupo de referência e dos valores ali desenvolvidos, em especial, sobre o corpo feminino e as expectativas sociais desenvolvidas sobre ele, da qual faz parte uma associação entre beleza e feiura, esta, historicamente associada à gordura e ao envelhecimento (Novaes 2011). Como afirmou a jovem, "Eu não tinha vergonha do meu corpo, mas aí a ficha caiu, foi caindo e eu fiquei com vergonha". Como já destacado, a jovem afirma ter ficado com vergonha de não caber na calça jeans tamanho G.

Trata-se, assim, do "despertar" do modelo de juventude que usa jeans, um despertar que é acionado pela fala de outros significativos das jovens, seus pais, e que está relacionado à

estruturação das emoções, segundo os grupos (Le Breton 2006).

O uso de um dos signos da juventude, o jeans, possibilita ao indivíduo reconhecer-se como pertencente ao universo juvenil. Segundo Pais (2001), a utilização desses signos, pela juventude, como roupas da moda, também estão associadas à prática do consumismo. No capitalismo, onde a prática de consumo é muito evidente (Scribano 2019), algo que não tem essa mesma evidência, aparecendo como "natural" e quase imperceptível, são as regulações e a seleção das sensações, estas, socialmente determinadas. Scribano (2012) analisa esse aspecto da regulação das sensações e da astúcia dos dispositivos de regulação, destacando o fato de que tais mecanismos de regulação são quase imperceptíveis aos indivíduos, atuando no emaranhado dos costumes, das sensações e do senso comum, aparecem como se fossem algo próprio de cada indivíduo, agente social.

A vergonha da jovem de não caber na calça jeans, um signo da juventude e uma importante peça para o mercado que vende o produto e, ao mesmo tempo, um modelo de ser jovem, pode também ser lida como resultado de uma sensação e de uma sensibilidade que foram estruturadas de maneira imperceptível, fazendo parte de um senso comum em relação ao que é considerado adequado para os jovens consumirem. Esse consumismo, nas sociedades capitalistas, não se restringe a aspectos econômicos, antes, liga-se a essa estruturação das emoções, das sensibilidades e sensações (Scribano 2019), construindo as identidades e a imagem que os indivíduos querem manter ou conquistar, empreendendo, para tanto, seus esforços de continuarem continuamente consumindo.

A vergonha de não entrar em uma calça jeans não faz referência isolada ao peso do corpo da jovem, uma vez que há outras roupas que podem ser por ela usadas. Antes, relaciona-se à impossibilidade desse consumo e, por meio dele, da utilização de um signo da juventude e da adolescência, categorias de pertencimento da jovem.

Como desenvolve Sarti (2004, 123), os jovens

buscam falar de si no plural, recriando famílias. Segundo a autora, "Os jovens caracterizam-se precisamente pela busca de outros referenciais para a construção de sua identidade fora da família, como parte de seu processo de individuação, perante o mundo familiar e social. Necessitam falar de si, no plural, recriando famílias [...]".

Há, desse modo, uma modelação social no interior dos grupos juvenis, informados eles mesmos por signos da juventude, por representações sociais sobre a juventude e por dispositivos astutos de estruturações imperceptíveis das emoções, sensações e sensibilidades (Scribano 2012). Dessa modelação fazem parte posturas, vestimentas e sentimentos em relação àquilo que vai sendo definido como adequado e inadequado para cada um dos grupos sociais.

### **Corpo/mente/emoções e (auto) cuidado: jovens adolescentes um trabalho sobre si**

Desde a infância, somos socialmente modelados e dessa modelação faz parte a expressão dos sentimentos. Como destaca Le Breton (2006, 8), "ao nascer, a criança é constituída pela soma infinita de disposições antropológicas que só a imersão no campo simbólico, isto é, a relação com os outros, poderá permitir o desenvolvimento." Por meio de processos de socialização, iniciado na família e continuado a vida toda, o autor destaca que vão sendo então desenvolvidas formas de sensibilidade que vão desenhando a relação do indivíduo com o mundo e com os outros. Educa-se tanto de modo intencional quanto não intencional, destaca o autor.

Berger e Luckmann (1974) trabalham com os conceitos de socialização primária, relacionado aos saberes de base incorporados na infância e na socialização secundária, referida à interiorização de "submundos institucionais especializados". Nos processos de socialização primária, as relações e as dinâmicas afetivas da família, o modo como as crianças vão submetendo-se ou resistindo a essa trama, vão aparecendo como coordenadas em suas relações com o mundo. Um mundo que vai sendo apreendido por todos os sentidos. Como

destacada Cervio (2015), é por meio do corpo, das sensações e impressões e percepções de seus cinco sentidos que os sujeitos conhecem o mundo; é pela corporeidade que os indivíduos apreendem o mundo, tornando-o familiar. As crianças precisam de alguns anos para que seu corpo esteja inscrito em uma "teia de significações que cerca e estrutura seu grupo de pertencimento", afirma Le Breton (2006), que destaca que esse "processo de socialização da experiência corporal", ainda que seja algo permanente da vida social dos indivíduos, encontra na infância e na adolescência os momentos mais fortes.

Na adolescência, os jovens vivenciam transformações corporais próprias da puberdade e essas transformações, avalia Le Breton (2010, 27) fazem com que o adolescente se sinta desconfortável em um corpo que não reconhece como o seu, que não é mais o corpo da criança que foi; um corpo que possui um rosto de homem ou de mulher que o adolescente não reconhece; que lhe traz dúvidas, medo, desconforto e vergonha. "Esse corpo despojo do adolescente é o lugar onde se cristalizam todos os males", destaca o autor, que assinala que para o adolescente, seu corpo, é, enquanto representação de sua relação com o mundo, ao mesmo tempo "eu e não-eu, em suas mudanças, a sexualização que o atravessa, o sentimento de ser propriedade dos pais, etc".

Esse desconforto no corpo e com o corpo parece ser mais radicalmente vivido na situação de obesidade, em especial, para as jovens adolescentes, uma vez que os padrões de beleza socialmente reproduzidos são de mulheres magras (Novaes 2011). Um desconforto que é evidenciado ao serem mencionadas as "brincadeiras" feitas em família, pela mãe ou pelo pai, em referência ao peso das filhas. Como menciona uma das jovens, "minha mãe me chamava de jabulane e eu sei que era por brincadeira". Uma outra jovem também comenta, "no meu caso, meu pai jogava na minha cara que eu era gorda, me zoava e ele não é esbelto, mas eu sabia que às vezes era para o meu bem".

Essas "brincadeiras" evidenciam a existência de padrões de beleza, no Brasil, segundo

o gênero (Novaes 2011). Em outro contexto, Le Breton (2006) e Ortega (2008) discutem como a existência de um padrão de beleza imposto leva à constante mutação do corpo e, no limite, à sua anulação. O corpo é separado da pessoa, de sua identidade e visto como uma entidade a ser trabalhada, transformada segundo determinações e imposições externas. Nesse processo, o corpo deixa de ser a raiz de identidade do homem, avalia Le Breton, e se torna pura matéria prima a ser transformada.

Uma matéria que, no caso da obesidade adolescente, ganha uma radicalidade, definindo-se por sentimentos de um mal-estar, como o sentimento de vergonha que se entrelaça ao corpo e define a tomada de decisão de procura por cuidado biomédico, na orientação para o emagrecimento, que pressupõe os cuidados familiares para o acompanhamento e controle da alimentação das jovens, bem como um trabalho de autoaperfeiçoamento constante da jovem orientado pela responsabilização de cada uma nesse processo. "Tem que pensar que a gente se esforçou, o que deixou de comer, o que fez, o que consegui seguir", avalia uma das jovens. Outra jovem diz, "a gente tá aqui porque a gente quer", em apoio à fala sobre esforço.

No programa, esse esforço de cada uma das jovens tem como finalidade o ganho de um novo sentimento, em um novo corpo. A ideia é que as jovens se sintam bem, que aumentem sua autoestima no decorrer do processo de transformação corporal e "mental". A esse respeito, uma das jovens menciona: "você chegar no espelho e falar; 'é isso que eu quero, tem que achar o corpo perfeito pra você". Outra jovem reforça, "a gente se sentir à vontade naquilo que você quer usar, um biquini, por exemplo". Para tanto, é preciso se responsabilizar pelo cuidado de si e, ao longo do processo, buscar o conforto em seu próprio corpo. Como diz uma jovem, "acho que a gente precisa se esforçar mais, ultrapassar o limite", referindo-se à prática de atividade física, que requer esforço. Um esforço que também busca respeitar, nesse processo, o ideal a ser alcançado por cada uma, evidenciando a di-

versidade de corpos possíveis, resultado dessa transformação, ainda que o emagrecimento seja a meta de todas. O que também as une é a ideia corrente no grupo sobre autoaceitação. Como ressalta uma outra jovem, "não temos que pensar só na balança, no número, mas na roupa que tá servindo, no espelho que você, que você tá se sentindo bem. O que é importante é você estar se sentindo bem".

Sentir-se bem em seu próprio corpo vai além de uma aceitação da imagem corporal; é, em realidade, o momento em que conseguem a exata junção corpo/mente; a conexão, por meio do afeto do outro e de si, que transforma o ter um corpo em ser um corpo; um corpo que não é mais acessório, mas um corpo de identidade, que permite uma percepção de si mediada nesse corpo e não apartada do mesmo. Esse corpo ressignificado é um corpo de sentido, não mais esvaziado; é um corpo que resulta de um trabalho sobre si, feito em relação: com as outras jovens e suas experiências, com os profissionais que as atendem e com a família, em especial, com aqueles que mais diretamente contribuem para essa conquista de um novo corpo e de uma nova subjetividade, por meio dos laços de afeto e dos nós que também encontram no caminho. Como diz uma jovem "[...] Não tem um peso ideal. É emagrecer pra você e não para os outros". E é também emagrecer com os outros, com as outras jovens. O sentir-se à vontade consigo mesma é ação que se faz com as outras jovens que, juntas no programa, redefinem um novo corpo e uma nova subjetividade.

A construção dessa nova subjetividade se faz pelo controle de si e pela construção da aceitação do corpo que agora se integra ao indivíduo e que permite a sensação de bem-estar e a conexão, não apenas por ser um corpo mais magro, mas por ser um corpo que resultou de um esforço que fez sentido para as jovens e para aqueles que com elas convivem. Não é um corpo para o outro, antes, um corpo para si e, ao mesmo tempo, um corpo relacional.

Em artigo sobre a fome, entendo-a como um problema social e geopolítico, Scribano e

Eynard (2011) fazem referência a uma relação de equilíbrio/desequilíbrio entre corpo indivíduo, subjetivo e social, que resulta em marcas vivenciais. De modo análogo, o trabalho sobre o corpo apresentado pelas jovens, manifesta as histórias individuais, suas marcas, e a busca por um equilíbrio entre essas dimensões.

Nos termos de Russo (2006), trata-se do acesso a um corpo-pessoa que resulta de um processo de transformação de um corpo antes objetificado, apartado do ser e que se transforma a partir de um processo relacional e afetivo, onde cada jovem se reencontra com as possibilidades e limites de seu corpo, processo esse que é vivido e compartilhado com todas as participantes do grupo, profissionais de saúde e a família. Ao final do programa, as jovens recebem um dia de curso de maquiagem e moda, o que acaba por reforçar todo o processo de (re)construção da autoestima, feito no coletivo.

De modo análogo ao que analisa Le Breton (2010) em seu estudo sobre escarnificações na adolescência, em que o autor discute os sentidos da apropriação pelo indivíduo da mudança de seu corpo, é possível afirmar, nesse ponto específico, a existência de um processo equivalente, uma vez que as jovens que participaram do programa para sobrepeso e obesidade também buscam tomar para si a tarefa de transformação do próprio corpo, suplantando o desconforto em um corpo que não reconheciam como seu.

### Comentários finais

A experiência vivida pelas jovens no programa voltado para a atenção ao sobrepeso e a obesidade na adolescência revela uma reapropriação do corpo para si, este um pouco mais magro do que quando iniciaram as atividades, talvez não tão magro quanto ditam os padrões atuais na consideração do corpo feminino, mas certamente mais confortável e adequado a cada uma das jovens, uma vez que mais repleto de significados.

As jovens mostraram sair mais preenchidas de conhecimentos sobre alimentação saudável, prática de atividade física, mas, especialmente, sobre si mesmas e as possibilidades de seus corpos.

Entram no programa e realizam suas metas em corpos vistos separados da mente, hierarquizando-os, pois cabe à mente comandar um corpo que parece ter vontade própria, um corpo alter ego, como destaca Le Breton (2011). Mas é no trabalho sobre si, junto à família ao seu apoio e laços de afeto, às prescrições e orientações de profissionais de saúde e às outras jovens, que reconstróem um corpo dotado de sentido; um corpo relacional e, nesse momento, processam um corpo-pessoa (Russo, 2006) e acessam a um ideal de cada uma, ainda que referenciado pelos ditames biomédicos que também estruturam as emoções, ainda que circunscrito à imposição do autocontrole e autoaperfeiçoamento constantes, não é mais um corpo abjeto. Mudam o verbo ao pensarem no resultado desse trabalho sobre corpo e sobre si, deixando de terem um corpo para serem um corpo. Um trabalho que não é sem tensões, tampouco sem ajuda, antes, é coletivo e individual. A família é então fundamental, enquanto apoio, afeto, referência e, ao mesmo tempo, estranhamento e relativização. Quase nunca sem conflitos e talvez por conta mesmo dos conflitos, dos nós junto aos laços, no espaço da família e fora dele, tantas mudanças se fazem, tantos corpos/emoções e cuidados se entrelaçam uns aos outros, com os outros e especialmente consigo mesmo, resultando em um corpo que materializa um novo ser, mais nutrido de sentido, na vivência dessa adolescência que também aí se reconfigura.

### Referências

- Adam, Philippe, e Claudine Herzlich. 2001. *Sociologia da doença e da medicina*. Bauru: Edusc.
- Aguirre, Patricia. 2004. *Ricos flacos y pobres gordos. La alimentación en crisis*. Buenos Aires: Capital Intelectual.
- Becker, Howard S. 1994. *Métodos de pesquisa em ciências sociais*. São Paulo: Hucitec.
- Berger, Peter, e Thomas Luckmann. 1974. *A construção social da realidade: tratado de sociologia do conhecimento*. Petrópolis: Vozes.
- Bourdieu, Pierre. 1983. A juventude é apenas uma palavra. In *Questões de sociologia*, organizado por Pierre Bourdieu, 112-21. Rio de Janeiro: Marco Zero.
- Cena, Rebeca Beatriz. 2015. Políticas sociales, cuerpos y emociones a principios del siglo 21 en Argentina.

- Convergencia Revista de Ciencias Sociales 69: 213-32. <https://doi.org/10.29101/crcs.v22i169.3652>.
- Certeau, Michel de. 2011. *A invenção do cotidiano. Morar, Cozinhar*. Vol. 2. Petrópolis: Vozes.
- Cervio, Ana Lucia. 2015. Experiencias en la ciudad y políticas de los sentidos. Lecturas sobre la vista, el oído y el olfato. In *Sentidos y sensibilidades: exploraciones sociológicas sobre cuerpos-emociones*, organizado por Rafael Sánchez Aguirre, 17-48. Buenos Aires: Estudios Sociológicos Editora.
- Elias, Norbert. 1994. *O processo civilizador*. Rio de Janeiro: Zahar editores.
- Goffmann, Erving. 1995. *A representação do eu na vida cotidiana*. Petrópolis: Vozes.
- Krueger, Richard A., e Mary Anne Casey. 2000. *Focus Groups – A practical guide for applied research*. London: Sage Publication.
- Le Breton, David. 2006. *Sociologia do corpo*. Petrópolis: Vozes.
- Le Breton, David. 2010 Escarnificações na adolescência: uma abordagem antropológica. *Horizontes Antropológicos* 33: 25-40. <https://doi.org/10.1590/S0104-71832010000100003>.
- Le Breton, David. 2011. *Antropologia do corpo e modernidade*. Petrópolis: Vozes.
- Foucault, Michel. 2008. *A ordem dos discursos*. São Paulo: Loyola.
- Freire, Dirce de Sá. 2011. Com açúcar, sem afeto. In *História do corpo no Brasil*, organizado por Mary del Priore e Marcia Amantino, 453-76. São Paulo: Editora Unesp.
- Lévi-Strauss, Claude. 1968. *O triângulo culinário*. São Paulo: L'Arc Documentos.
- Mauss, Macel 1974. As técnicas corporais. In *Sociologia e Antropologia*, 209-33. São Paulo: Edusp.
- Mauss, Macel. 2001. A expressão obrigatória dos sentimentos. In *Ensaio de Sociologia*, 225-35. São Paulo: Editora Perspectiva.
- Martins, Heloísa Teixeira de S. 2004. Metodologia qualitativa de pesquisa. *Educação e Pesquisa* 30 (2): 289-300. <https://doi.org/10.1590/S1517-97022004000200007>.
- Margulis, Mario, e Marcelo Urresti. 2008. La juventud es más que una palabra. In *La juventud es más que una palabra*, organizado por Mario Margulis, 13-30. Buenos Aires: Biblos.
- Novaes, Joana de Vilhena. 2011. Beleza e feiura: corpo feminino e regulação social. In *História do corpo no Brasil*, organizado por Mary del Priore e Márcia Amantino, 477-506. São Paulo: Editora Unesp.
- Oliveira, Régia Cristina. 2010. Gênero e corpo adolescente: considerações biomédicas e reflexões sociológicas sobre comportamento alimentar. *Bahia Análise e Dados. Edição especial Juventude: questões contemporâneas* 20 (4): 617-28.
- Oliveira, Régia Cristina. 2015. O adolescente em consulta: percepções biomédicas. *Saúde e Sociedade* 24 (3): 964-76. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902015133637>.
- Ortega, Francisco. 2008. *O corpo incerto. Corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea*. Rio de Janeiro: Garamond.
- Pais, José Machado. 2001. *Ganchos, tachos e biscates*. Lisboa: Ambar.
- Pimenta, Melissa de Mattos. 2017. *Ser jovem, ser adulto. Identidades, representações e trajetórias*. Jundiaí: Paco Editorial.
- Queiroz, Maria Isaura P. 1983. *Variações sobre a técnica de gravador no registro da informação viva*. São Paulo: Ceru.
- Rohden, Fabiola. 2001. *Uma ciência da diferença: sexo e gênero na medicina da mulher*. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz.
- Russo, Jane. 2006. Do corpo pessoa ao corpo objeto: desnaturalização de um pressuposto médico. In *Saúde, corpo e sociedade*, organizado por Alicia Navarro de Souza e Jacqueline Pitanguy, 183-94. Rio de Janeiro: Editora UFRJ.
- Sarti, Cynthia Andersen. 1996. *A família como espelho. Um estudo sobre a moral dos pobres*. São Paulo: Hucitec.
- Sarti, Cynthia Andersen. 2004. O jovem na família: o outro necessário In *Juventude e sociedade. Trabalho, educação, cultura e participação*, organizado por Regina Novaes e Paulo Vannuchi, 115-29. São Paulo: Editora Fundação Perseu Abramo.
- Sarti, Cynthia Andersen. 2010. Corpo e doença no trânsito de saberes. *Revista Brasileira de Ciências Sociais* 74: 77-191 <https://doi.org/10.1590/S0102-69092010000300005>.
- Scribano, Adrián. 2012. Sociología de los cuerpos/emociones. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - Relaces* 10 (4) :93-113.
- Scribano, Adrián. 2019. El amor filial como acción colectiva y confianza. *Sociologias* 12: 104-31. <https://doi.org/10.1590/15174522-91368>.
- Scribano, Adrián, e Martín Eynard. 2011. Hambre individual, subjetivo y social (reflexiones alrededor de las aristas límite del cuerpo). *Boletín Científico Sapiens Research* 1 (2): 65-9.
- Turner, Brian. 1989. *El cuerpo y la sociedad. Exploraciones en teoría social*. México: Fondo de Cultura Económica.

---

### Régia Cristina Oliveira

Doutora em Sociologia pela Universidade de São Paulo (USP), em São Paulo, SP, Brasil. Docente da USP, na Escola de Artes, Ciências e Humanidades (EACH/USP), na graduação e no Programa de Pós-graduação em Estudos Culturais, em São Paulo, SP, Brasil.

Os textos deste artigo foram revisados pela SK Revisões Acadêmicas e submetidos para validação da autora antes da publicação.