



**Tramitação Editorial:**

**Data de submissão:** 07/07/2020

**Data de reformulação:** 16/07/2020

**Data de aceitação:** 29/07/2020

**Data de disponibilização no site:** 20/08/2020

**DOI:** <http://doi.org/10.5281/zenodo.3992831>

**Publicado:** 20/08/2020

## **TRANSTORNO ALIMENTAR E OBJETIFICAÇÃO FEMININA: UM RESULTADO DAS RELAÇÕES DE PODER?**

### *EATING DISORDER AND FEMALE OBJECTIFICATION: A RESULT OF POWER RELATIONS?*

*Juliana Andreza Soares dos Santos<sup>1</sup>  
Vanessa Lima Rodrigues da Trindade<sup>2</sup>  
Ondina Pena Pereira<sup>3</sup>  
Luciana da Silva Santos<sup>4</sup>*

<sup>1</sup> Graduação em andamento em Psicologia. Universidade Católica de Brasília, UCB/DF, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8401-0550>.

<sup>2</sup> Graduação em andamento em Psicologia. Universidade Católica de Brasília, UCB/DF, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8334-871X>.

<sup>3</sup> Possui graduação em Ciências Sociais pela Universidade Federal de Minas Gerais (1984), mestrado em Filosofia pela Universidade Federal de Minas Gerais (1991), doutorado em Antropologia pela Universidade de Brasília (1997) e pos-doutorado em Psicologia Social na Université du Québec à Montreal. É professora adjunta da Universidade Católica de Brasília. Pesquisa a área de saúde e sua relação com as ciências humanas e a filosofia; a psicanálise e suas relações com a sociedade; epistemologias em psicologia; a psicologia e a interculturalidade; teorias de gênero e feminismo; imagens técnicas e teoria do simulacro; clínica política.

<sup>4</sup> Docente do Curso de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia da Universidade Católica de Brasília (UCB). Doutora (2014) e Mestre (2008) pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura da Universidade de Brasília. É graduada em Licenciatura Plena (2003) e Formação em Psicologia (2004) pela Universidade Federal da Paraíba. É coordenadora da pesquisa "Violência(s) contra as mulheres donas-de-casa: Ausência de direitos e impactos na saúde mental - VISMM, financiada pela Fundação de Apoio à Pesquisa (FAP-DF). Psicoterapeuta fenomenológica-existencial, formadora de psicoterapeutas e supervisora com enfoque em teorias humanistas e saúde mental. Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-2280-3483>

## Resumo

A objetificação do corpo feminino é um conceito que tem ganhado cada vez mais visibilidade nas discussões sobre o machismo, sendo um conceito que se refere à banalização da imagem das mulheres, de maneira que a aparência é colocada em evidência em detrimento de todos os atributos que as definem enquanto seres humanos, levando à imposição de padrões sobre como devem aparentar e agir. Este estudo aborda diferentes concepções a respeito do corpo feminino e da subjetividade das mulheres sob a ótica do patriarcado, buscando discutir sobre as relações entre a cultura patriarcal, os papéis de gênero e o sistema de dominação, para compreender os termos pelos quais atravessam a saúde mental e corporal das mulheres. Dessa forma, este estudo procurou identificar e caracterizar a objetificação feminina por meio da literatura feminista e investigar os efeitos da objetificação sobre a autopercepção corporal de mulheres que desenvolveram transtornos alimentares, trazendo luz sobre a contribuição da Gestalt-terapia no processo de emancipação feminino. Considerando que muitas mulheres não se veem bonitas, cumpre destacar a contribuição do estudo para a Psicologia no que diz respeito à possibilidade de esta ciência proporcionar às mulheres a percepção de novas formas de existir, libertando-as do sofrimento psíquico que as relações de poder e de domínio podem causar. Vale destacar a importância de os demais profissionais, não somente das áreas da saúde, estarem atentos aos perigos da imposição dos padrões de beleza, a fim de contribuir para intervenções saudáveis e positivas junto às mulheres.

**Palavras-chave:** Transtorno alimentar. Objetificação feminina. Relações de poder. Patriarcado. Gestalt-terapia.

## Abstract

*The objectification of the female body is a concept that has gained increasing visibility in discussions about chauvinism, being a concept that refers to the trivialization of the image of women, so that the appearance is put in evidence at the expense of all the attributes that define them as human beings, leading to the imposition of standards on how they should look and act. This study addresses different conceptions about the female body and the subjectivity of women from the perspective of patriarchy, seeks to discuss the influence of patriarchal culture in relation to gender roles and relationships of dominator and dominated, and discusses how this information crosses women's body health and health mental. This study sought to identify and characterize female objectification through feminist literature and to investigate the effects of objectification on the body self-perception of women who developed eating disorders, shedding light on the contribution of Gestalt-therapy in the female emancipation process. Considering that many women do not see themselves as beautiful, it is important to highlight the contribution of this study to Psychology, concerning to the possibility of this science provides to women perception of new ways of existing, freeing them from the psychological suffering that power relations and dominance can cause. It is worth highlighting the importance of other professionals, not only in the health areas, being aware of the dangers of imposing beauty standards, in order to contribute to healthy and positive interventions with women.*

**Keywords:** Eating disorder. Female objectification. Power relations. Patriarchate. Gestalt therapy.

## **Introdução**

A compreensão do corpo feminino é caracterizada por um conjunto de fenômenos que não está atrelado somente aos aspectos afetivos. São vários fenômenos que se justapõem, como os de ordem cognitiva, motora, o meio ao qual o sujeito está inserido, além dos aspectos sociais e culturais.

O intuito dessa pesquisa é o de contribuir para uma melhor compreensão do universo feminino, principalmente em relação ao corpo e à autopercepção das mulheres em sua totalidade, tendo em vista a importância da sua atuação como mulher na sociedade. O interesse em aprofundar nesse tema surgiu de problematizações sobre a falta de compreensão, por parte das mulheres que buscam apoio terapêutico, dos reflexos do patriarcado e do machismo na concepção da sua imagem corporal e idealização do corpo.

Os autores Boris e Cesídio (2007) esclareceram que uma nova forma de existir foi imposta às mulheres, forma essa que passou a valorizar a estética do corpo, sua independência financeira, posição social e profissional. Esses fatores contribuíram para a construção de uma nova subjetividade, uma nova forma de se perceber no mundo, quicá de objetificação. Conceito este que parte de um processo que atribui ao ser humano a ideia de um material simbólico cabível de utilização, além de ser dominado pelo outro. A objetificação do corpo feminino está atrelada à banalização da imagem da mulher, em relação a sua aparência física, como ela deve agir, como deve se parecer e, principalmente, em relação ao tamanho e formato que seu corpo deve ter.

De acordo com os autores Bercht e Costa (2018), a concepção da existência da mulher se limitava à reprodução, maternidade e dedicação ao lar. Mas, atualmente, dentro de uma sociedade que, apesar de todas as lutas e conquistas das mulheres, nunca deixou de ser machista, a mulher é representada por outras atribuições, como, por exemplo, o padrão estético de beleza, pelo apelo de um corpo magro. E, muitas vezes, a busca por essa magreza pode desencadear o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Ao observar a importância da temática abordada surge a indagação sobre quais os efeitos da objetificação na autopercepção corporal de mulheres e qual a relação com o desenvolvimento de transtornos alimentares. Complementarmente, busca-se a contribuição da Gestalt-terapia para uma compreensão, acolhimento e intervenção psicoterápica para com essas mulheres em suas totalidades.

Portanto, o presente estudo tem como objetivo principal compreender como a objetificação do corpo das mulheres impacta ou influencia a sua autopercepção corporal, além de descrever a relação entre os transtornos alimentares e a objetificação feminina, sob a perspectiva da Gestalt-terapia. Como objetivos específicos tem-se: compreender como a Gestalt-terapia pode contribuir para que mulheres alvo de objetificação possam passar por um processo de desconstrução do mundo preestabelecido ao qual (não) devem se adaptar; investigar o sofrimento psíquico que as relações de poder e de domínio trazem às mulheres que estão ocupando um lugar de dominadas e, por fim, refletir sobre a relação entre a objetificação das mulheres e os transtornos alimentares.

## **Aspectos culturais dos transtornos alimentares em mulheres brasileiras: padrões de beleza**

Os transtornos alimentares (TA) compõem um conjunto de doenças psiquiátricas caracterizadas por graves alterações do comportamento alimentar e que afetam principalmente adolescentes e jovens do sexo feminino (BORGES et al., 2006).

Os principais tipos de TA são: anorexia nervosa (AN) e bulimia nervosa (BN), porém, além desses, há o transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP), obesidade, vigorexia, síndrome do gourmet, pica e transtorno alimentar noturno.

Tanto a bulimia nervosa quanto a anorexia nervosa apresentam, como característica principal, demasiada preocupação com o peso, medo de engordar e excesso de autoavaliação com base na forma física, além de haver um distanciamento entre como o indivíduo percebe seu corpo e como ele realmente é. Comumente a anorexia nervosa tenha seu início na infância ou adolescência, principalmente em meninas. Esse início é assinalado a partir de rigorosas restrições alimentares, excluindo alimentos que podem apresentar algum risco de engordar, como, por exemplo, carboidratos e açúcar. A anorexia nervosa tem como especificação a perda de peso ocasionada pelo resultado de uma dieta excessivamente restritiva (APPOLINÁRIO; CLAUDINO, 2000). De acordo com Borges *et al.* (2006, p. 341):

O início do quadro clínico ocorre frequentemente a partir da elaboração de uma dieta, em que o paciente inicia a restrição de grupos alimentares, eliminando aqueles que julga mais calóricos. Essa restrição alimentar aumenta progressivamente, com diminuição do número de refeições, podendo evoluir drasticamente, até o jejum. O paciente tem como meta emagrecer, cada vez mais, desejando a todo custo ficar cada vez mais magro.

É comum que o início do quadro ocorra após alguma vivência que acarrete ao indivíduo uma experiência ruim, que seja estressante de alguma forma, como, por exemplo, um comentário em relação ao seu peso corporal, sua forma física, vivência do luto ou alguma perda significativa. Pode-se, então, perceber um indivíduo que gradativamente vivencia sua relação com o corpo de forma severa, estando exclusivamente em função de dietas e atividades físicas, tendo, assim, uma perda de peso contínua (BORGES *et al.*, 2006).

A bulimia nervosa tem como característica dominante episódios em que há uma rápida ingestão de grande quantidade de alimentos, seguida da sensação de perda de controle (ESPÍNDOLA *et al.*, 2006). Esses episódios, chamados de episódios bulímicos, são acompanhados de reações compensatórias a fim de evitar o ganho de peso, tais como: uso de medicamentos, exercícios físicos, dietas, e, principalmente, a indução de vômito. Nesse sentido, Appolinário e Claudino (2000, p. 29-30) afirmam que a bulimia:

Inclui um aspecto comportamental objetivo que seria comer uma quantidade de comida considerada exagerada se comparada ao que uma pessoa comeria em condições normais; e um componente subjetivo que é a sensação de total falta de controle sobre o seu próprio comportamento. Estes episódios ocorrem às escondidas na grande maioria das vezes e são acompanhados de sentimentos de intensa vergonha, culpa e desejos de autopunição.

A compulsão alimentar é um dos principais sintomas da bulimia sendo comumente presente em dietas restritivas. A restrição na alimentação acarreta na privação de certos alimentos. Após um momento de descontrole o mesmo se percebe comendo uma quantidade que excede o necessário para saciar a fome e, por conseguinte, tende a optar por métodos purgativos para eliminar o excesso alimentar, situação essa que pode provocar sentimentos negativos como tristeza, decepção e culpa.

Os transtornos alimentares podem apresentar origens multifatoriais, constituídas de tendências socioculturais, genéticas e vulnerabilidades psicológicas, sendo também importante levar em consideração que:

entre os fatores predisponentes, destacam-se a história de transtorno alimentar e (ou) transtorno do humor na família, os padrões de interação presentes no ambiente familiar, o contexto sociocultural, caracterizado pela extrema valorização do corpo magro, disfunções no metabolismo das monoaminas centrais e traços de personalidade (MORGAN; VECCHIATTI; NEGRÃO, 2002, p. 18).

Os padrões estéticos pré-estabelecidos estão diretamente ligados às práticas alimentares e o público que, majoritariamente, sofre os efeitos da problemática são as mulheres. A naturalidade com a qual a cultura pós-moderna percebe o corpo feminino como um modelo de beleza seguindo um ideal de magreza tem obrigado mulheres a modificarem sua forma física em busca de bem-estar e autoestima, já que, nesse contexto, a promessa de felicidade pode estar diretamente ligada ao alcance de um ideal de corpo imposto e legitimado culturalmente.

De acordo com Oliveira e Hutz (2010), o conceito de beleza vem sofrendo muitas mudanças ao longo da história. E, sendo fiel as suas palavras: “quanto ao padrão estético corporal, o belo é normalizado desde os primórdios dos regimes patriarcais. Todas as culturas se desenvolvem marcadas por modelos estéticos” (p. 576). Segundo as autoras, em épocas em que os alimentos eram escassos, o tamanho do corpo da mulher representaria seu sinal de poder, enquanto em um período como atualmente, em que se tem alimentos oferecidos de forma abundante, a magreza representa uma autodisciplina e sucesso, confirmando também que o modelo de beleza tem se modificado a partir dos cenários econômicos.

Em um cenário não tão distante, no período colonial, marcado por uma sociedade patriarcal, a mulher era percebida como uma propriedade do homem. Este possuía o direito de controlá-la, o que ainda hoje é encontrado como característica residual desse período, impactando de maneira negativa na autopercepção da mulher acerca do próprio corpo, bem como na qualidade das relações estabelecidas. Dessa forma, a luta feminista acontece também para a libertação dos seus desejos e corpos. Oliveira e Hutz (2010, p.577) afirmam que:

A sociedade, principalmente a feminina, mais vulnerável aos ideais de beleza criados culturalmente, é pressionada para essa representação por castigos (críticas, desprezo, deboche) e gratificações (dinheiro, poder, admiração). Os ganhos secundários são muitas vezes tão poderosos que o indivíduo renuncia ao contato interno e perde a conexão com seu corpo real.

Ao observar a evolução dos padrões estéticos, percebe-se que as mulheres têm assumido um modo de existir adaptativo aos modelos expostos. Assim sendo, muitas podem até não reconhecer quais são suas verdadeiras características e gostos, não conseguir mais separar o que é dela e o que é do outro. Percebe-se então que, ao se adaptar ao modelo estipulado pela cultura machista dominadora, as mulheres correm um grande risco de perder aquilo que lhes é particular e se perceber em um vazio existencial.

De acordo com Boris e Cesídio (2007), reproduzir os modelos que já estão estabelecidos significa que o ser humano perde sua originalidade e suas particularidades em seu modo de existência, ou seja, mesmo que as mulheres tenham seus próprios desejos e necessidades de mudança, será preciso a afirmação da atração de um homem para que sua necessidade seja confirmada, já que o corpo das mulheres é voltado ao desejo masculino. Ainda segundo os autores Boris e Cesídio (2007, p.467):

A sua submissão a tais leis pode gerar uma despersonalização da mulher, isto é, a perda da consciência da originalidade das suas características peculiares, do seu estilo de vida e do seu modo de se comportar, pois a sua subjetividade é construída a partir da qualidade das relações sociais e da maneira como elas são vivenciadas, particularizadas e organizadas.

O final do século XX e início do século XXI (CASTILHO, 2001, *apud* OLIVEIRA; HUTZ, 2010) são marcados pelo culto ao corpo e essa busca obsessiva pelo corpo perfeito tem aumentado o preconceito contra a obesidade. Nessa via, a insatisfação corporal é um dos primeiros sintomas para o desenvolvimento dos transtornos alimentares.

Em relação aos demais fatores acarretados por esses transtornos na contemporaneidade, Gonzalez, Sacomani e Rondina (2014) explicaram que se pode perceber baixa autoestima em indivíduos com transtorno alimentar, por se sentirem menos donos das próprias decisões. No geral, também demonstram algumas atitudes perfeccionistas. Perfeccionismo esse que muitas vezes é voltado à estética e, quando associado à percepção distorcida que o indivíduo tem da sua imagem corporal, pode tornar-se um estímulo desencadeador de comportamentos como a compulsão e purgação.

## **CULTURA, SUBJETIVIDADE E OBJETIFICAÇÃO DO CORPO FEMININO**

As mulheres têm protagonizado uma série de lutas em prol de sua libertação social e pessoal. Essas lutas são acompanhadas pela interpretação que as mulheres dão a sua subjetividade e ao seu corpo. Dito de outra forma, os processos de mudanças históricas e sociais que as mulheres têm vivenciado são acompanhados também da mudança da forma como ela se percebe culturalmente como mulher.

Em meados do século XIX, havia uma concepção de que a existência das mulheres era limitada à reprodução (BERCHT; COSTA, 2018). Havia para elas uma limitação às suas atividades. As mulheres basicamente eram criadas para servir ao seu senhor e a criação de seus filhos. Atualmente, a concepção do feminino se altera e são acionados aos ideais de beleza, podendo-se, então, identificar elementos de que as mulheres têm sido objetificadas, inclusive sexualmente. Boris e Cesídio (2007, p.462) esclarecem que:

Esta nova forma de existir passou a valorizar a estética do corpo e a independência financeira e profissional da mulher, o que contribui para a construção de uma nova subjetividade feminina. Porém, tal valorização foi tão reforçada pelos meios de comunicação que, a partir do século XX, ocorreu uma banalização do corpo da mulher, pois a mídia o expôs em propagandas, revistas, jornais, programas de TV etc. a fim de estabelecer um padrão do corpo feminino.

Entende-se, então, que a ideia de corpo como uma mercadoria é incentivada pela mídia como um objeto a ser consumido. E as mulheres, ao se deixarem arrastar para essa posição e adequar-se ao modelo imposto, vê-se em um vazio existencial, perdendo sua subjetividade. Subjetividade essa que já era influenciada pelo patriarcado, pois de um lado temos uma mulher casada, dependente e devota ao marido, enquanto do outro lado temos uma mulher que deve ser sensual, provocante, independente financeiramente, mas que é submetida às imposições da mídia (BORIS; CESÍDIO, 2007).

Tendo em vista que a objetificação feminina ocorre quando o corpo feminino é reduzido a uma condição de objeto a partir do olhar de outra pessoa, as mulheres

tornam-se um objeto simbólico constituinte da 'dominação masculina'. Bourdieu (1999) definiu como ser um "corpo-para-o-outro". Segundo Loureiro (2014, p. 20):

Considerando que as mulheres aprendem desde a infância que os corpos femininos são objetos de constante observação, avaliação e potencial objetificação sexual, a Teoria da Objetificação propõe que esse ambiente cultural objetificante as leva a introjetarem esse comportamento e a tratarem a si mesmas como objetos a serem observados e avaliados de acordo com sua aparência.

A autoobjetificação baseia-se, portanto, em internalizar e naturalizar a forma como o outro percebe seu corpo. Ao entender que estarão sendo avaliadas e classificadas a partir de sua aparência, algumas mulheres podem ser levadas a uma maior preocupação em relação a sua própria aparência e estado corporal. Colling (2004) discorreu a respeito de como as mulheres sempre tiveram pouco delas e muito das expectativas que lhes são impostas, principalmente se forem avaliadas de acordo com os desejos masculinos.

As mulheres aprenderam culturalmente a se voltarem para a conquista do desejo do homem usando o seu corpo. Assim, o modo como as mulheres existem no mundo e sua relação com seu corpo dependem não só de sua autoavaliação, mas também de uma aprovação masculina e da sociedade no geral. Considerando que, ao se alienar no padrão do corpo feminino que vem de um desejo masculino, as mulheres se percebem como objeto a ser manipulado. E, como resultado, há a perda de uma consciência crítica permitindo que seja dominada pelo outro, "Quando falamos relações de Gêneros, estamos falando de poder. À medida que as relações existentes entre masculino e feminino são relações desiguais, assimétricas, mantêm a mulher subjugada ao homem e ao domínio patriarcal" (Costa, 2008, *apud* SILVA, 2009, p.2).

Mesmo que hoje as mulheres tenham consciência de seu corpo como fonte de seu prazer, ainda há a necessidade da aprovação masculina para que o prazer dessa mulher seja alcançado de forma completa, e caso esse corpo não esteja dentro do que é considerado bonito isto é analisado como falta de cuidado, desleixo e até mesmo falta de caráter. Não se esforçar para ser uma "melhor versão de si" seria um indicativo de descuido consigo mesma.

Dois pesquisas realizadas no Rio Grande do Sul, uma com 187 mulheres de 18 a 59 anos (POLTRONIERI et al., 2016) e a outra com 325 meninas de 11 a 14 anos (SCHERER et al., 2010), permitiram constatar que 45.9% das mulheres e 75.8% das meninas entrevistadas apresentaram estar insatisfeitas com seu corpo. Há um nível elevado de mulheres que relatam a insatisfação com sua imagem corporal e como os demais podem perceber e avaliar sua forma física. Há um padrão de beleza marcado pela imagem de uma mulher bem-sucedida e feliz, porém, tal sucesso e felicidade são diretamente associados à magreza. Foi instituída a crença de que a única forma de uma mulher ser bem-sucedida seria através de sua forma estética.

De acordo com Andrade e Bosi (2003, *apud* BORIS; CESÍDIO, 2007), em decorrência da supervalorização do corpo das mulheres, a publicidade tem instituído a ideia de que a felicidade e o conhecimento podem ser adquiridos através do consumo de produtos. É dado ênfase ao processo de produção da imagem corporal feminina e reforçando o pensamento de que através de aquisições na busca pelo corpo perfeito as mulheres podem encontrar sucesso, segurança e felicidade.

Fredrickson e Roberts (1997, *apud* LOUREIRO, 2014) discorreram sobre a associação entre magreza, beleza e a idealização de que essas características levam ao sucesso pessoal (e que, na ausência delas tal sucesso não pode ser alcançado).

Nesse sentido, Boris e Cesídio (2007, p.466) afirmaram que:

A construção do corpo feminino está ligada ao modo como a mulher organiza a sua subjetividade, pois o fato de não conseguir sua adequação ao modelo de corpo imposto pela cultura, seja por limites financeiros, genéticos ou pessoais, interfere na sua saúde psicológica, desenvolvendo uma maneira alternativa de enfrentar a situação.

Compreende-se que a alta valorização da forma física das mulheres pode fazer com que novos comportamentos sejam desenvolvidos, dentre eles, o desencadeamento de transtornos alimentares, ansiedade voltada para a aparência, vergonha corporal, baixa autoestima, depressão, entre outros. Há também uma necessidade excessiva referente à prática de atividades físicas e dietas alimentares, nem sempre voltadas à saúde em si, mas sim vislumbrando a satisfação pela aparência corporal.

O modo como as mulheres se constroem como sujeitos na sociedade, como se percebem como corpo objetificado, está diretamente ligado a como se identificam em sua subjetividade, à forma de existir e de adquirir liberdade. Percebe-se então a necessidade de um empoderamento que, de acordo com Berth (2019, *apud* LUCZINSKI *et al.*, 2019, p.957), trata-se da:

Condução articulada de indivíduos e grupos por diversos estágios de autoafirmação, autovalorização, auto reconhecimento e autoconhecimento de si mesmo e de suas variadas habilidades humanas, de sua história, e principalmente de um entendimento quanto a sua posição social e política e, por sua vez, um estado psicológico perceptivo do que se passa ao seu redor.

A história das mulheres é marcada por um longo caminho de condicionamento do seu modo de ser e agir, sendo importante levar em consideração que a imagem corporal não se limita apenas ao sentido da palavra, mas abarca, também, as representações que o indivíduo carrega dos outros e de si mesmo. Essas representações não são apenas conscientes e são compostas de forma gradativa, podendo ser modificadas a cada processo vivenciado pelo indivíduo.

## **GESTALTE-TERAPIA, MÉTODO FENOMENOLÓGICO E O CONTEXTO CULTURAL DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES**

O corpo para a Gestalt-terapia é de extrema significância, pois é nele que são expressados os anseios, as emoções, sentimentos e sensações que são vivenciadas até mesmo de forma inconsciente (CARVALHO; LIMA, 2017). Ao se tratar especificamente de transtornos alimentares a partir de uma visão gestáltica, tendo como base o método fenomenológico-existencial, tem-se um cenário voltado ao adoecimento e como consequência pode-se contextualizar esse sujeito como um ser-no-mundo (HEIDDEGEER, 2005).

O humano é reconhecido na Gestalt-terapia como um ser único e particular, moldável, tolerante às suas mudanças e responsável por suas escolhas. Sendo assim, deve-se olhar para cada indivíduo único anulando quaisquer concepções prévias acerca de como é uma pessoa com transtorno alimentar. A Gestalt-terapia tem como principal objetivo trabalhar os sentimentos que desencadeiam o transtorno alimentar, fazendo com que a pessoa se perceba dentro de suas infinitas possibilidades.

De acordo com Carvalho e Lima (2017), através de um enfoque fenomenológico pode-se compreender os transtornos alimentares em uma perspectiva de totalidade, entendendo que o transtorno integra o ser humano e que



esse, por sua vez, faz parte de uma totalidade ainda maior como sendo indivíduo em seu meio e em suas relações. É necessário compreender o sintoma como uma forma de ser-no-mundo.

Para Heidegger (2005), o humano não “é” primeiramente, ele é humano na exata medida de seu ser-em-relação, por isso não se pode compreender o comportamento de uma pessoa de maneira isolada. É fundamental perceber esse sujeito de forma integral, ou seja, não analisar somente sua forma de estar em contato com o mundo ao seu redor, mas também consigo mesmo, levando todo o sujeito em consideração de forma que jamais se aliene a doença.

Para a abordagem existencial, o sintoma pode ser compreendido como um *modus vivendis*, um jeito de ser/estar no mundo, no modo em que ele se dá e faz com que o indivíduo se perceba enquanto existente. Para se proteger de determinadas experiências, o indivíduo é capaz de adoecer como uma forma de ajustamento criativo (CARVALHO; LIMA, 2017), ou seja, para não entrar em contato direto com conteúdos dolorosos, o adoecer emerge como um mecanismo de defesa, possibilitando o desvencilhar-se dos conflitos com os outros e consigo mesmo.

Ao utilizar esse enquadre do transtorno alimentar a partir de uma perspectiva de adoecimento, de uma forma desatualizada internamente de se perceber no mundo, a Gestalt-terapia pode proporcionar um movimento de autoconhecimento, de reabilitação afetiva e tomada de consciência (awareness). De acordo com Nunes e Holanda (2008, p. 01):

O melhor caminho é o contato com esse “modo doente”, para que com a tomada de consciência essa pessoa consiga criar novas formas de estar no mundo, de lidar com ele, tendo em si um novo suporte e aí sim mudar sua maneira de lidar com sua alimentação, com seu nutrir-se. O foco deve permear o “como” e não o “porque”, como esse sujeito está no mundo, se relacionando com ele.

É primordial para o profissional que atende a partir da Gestalt-terapia atuar de forma que ajude seu paciente a perceber seu sofrimento e suas fragilidades, trazendo de volta ao seu conhecimento forças internas que estavam esquecidas, fazendo com que ele tenha consciência de si próprio, inclusive quando se trata de questões relacionadas ao transtorno alimentar especificamente em mulheres decorrente da objetificação feminina.

Luczinski *et al.* (2019) discutiram a respeito do alto número de mulheres que chegam ao setting terapêutico sofrendo por uma espécie de “inadequação à própria pele”, tanto por dúvidas como escolha profissional, relações conjugais, escolha (ou não) da maternidade - entre demais conteúdos - quanto por motivos de insatisfação com o próprio corpo. Pensando a relação terapêutica gestáltica seguida de uma ideia de empoderamento dessas mulheres, cabe ao terapeuta ajudá-las a perceber seu modo de existir-no-mundo. É perceptível a exigência de uma sociedade que carrega bagagens de uma cultura com histórico patriarcal, e vem reduzindo mulheres a uma condição de inferioridade. Essa inferioridade tem mantido mulheres em situação de dominação e essas mulheres precisam ser acompanhadas e percebidas com mais atenção. Luczinski *et al.* (2019, p. 959) esclareceram:

Numa sociedade patriarcal, tende-se a menosprezar as necessidades das mulheres em relação às necessidades dos homens e, assim, as possibilidades femininas vão sendo “atrofiadas” por não serem reconhecidas e valorizadas. A relação terapêutica se mostrou uma grande aliada no processo de empoderamento feminino ao acompanhar o contato das mulheres com o contexto à sua volta, consigo mesmas e com suas possibilidades de atuação no mundo.

Seguindo o conceito existencial de Heidegger (2005), o de que a existência tem como principal significado o "ser si mesmo do homem", entende-se que a percepção que cada indivíduo tem sobre si mesmo estará sempre afetando e influenciando seu modo de entrar em contato com a realidade e seus posicionamentos referentes às situações vivenciadas. As contribuições teóricas da Gestalt-terapia, assim como suas bases filosóficas, dentre elas a fenomenologia-existencial, nos levam a pensar que os processos de empoderamento não são apenas individuais, mas sim relacionais, culturais/sociais.

## **METODOLOGIA**

### **PESQUISA BIBLIOGRÁFICA QUALITATIVA**

Para este estudo foi adotada a abordagem qualitativa e o método de pesquisa bibliográfico, com intuito exploratório de compreender como a objetificação feminina impacta a autopercepção corporal de mulheres brasileiras com transtornos alimentares e descrever a relação entre esses transtornos e a objetificação feminina sob a perspectiva da Gestalt-terapia.

De acordo com Godoy (1995), os estudos denominados qualitativos têm como maior preocupação a análise do mundo empírico em seu ambiente natural. O método qualitativo visa valorizar o contato direto do pesquisador com a temática a ser estudada, tendo como lugar de destaque a palavra escrita, tanto no processo de obtenção dos dados quanto na divulgação dos resultados. Diferente da abordagem quantitativa, a abordagem qualitativa não busca utilizar e analisar dados estatísticos, ao contrário, o método qualitativo não tem como propósito medir ou categorizar numericamente. Todo dado coletado deve ser analisado a partir de um processo dedutivo.

Turato (2005) afirmou que a pesquisa qualitativa geralmente é empregada nos estudos das Ciências Humanas, tendo como característica principal não a compreensão do fenômeno, mas dos significados que são atribuídos às experiências. A pesquisa é sustentada no estudo aprofundado de experiências que são vivenciadas e percebidas de forma única, já que um fenômeno é vivenciado de diferentes formas por pessoas diferentes.

A pesquisa bibliográfica baseia-se na análise da bibliografia, com o intuito de levantamento de dados de conteúdos que já foram produzidos a respeito do assunto que se pretende investigar. Os materiais encontrados e selecionados influenciam todo o desenvolvimento da pesquisa. Lakatos e Marconi (1992, p.43-44) explicaram que:

A pesquisa bibliográfica permite compreender que, se de um lado a resolução de um problema pode ser obtida através dela, por outro, tanto a pesquisa de laboratório quanto a de campo (documentação direta) exigem, como premissa, o levantamento do estudo da questão que se propõe a analisar e solucionar. A pesquisa bibliográfica pode, portanto, ser considerada também como o primeiro passo de toda pesquisa científica.

A presente pesquisa se detém, então, unicamente ao método de pesquisa bibliográfica e abordagem qualitativa a fim de compreender como a objetificação feminina impacta a autopercepção corporal de mulheres, e para isso, foi feita uma coleta de informações e busca de diversos materiais como livros, artigos, revistas acadêmicas e dissertações.

### **Coleta do material e análise dos dados**

Inicialmente foi feita uma pesquisa após ser definida a área de interesse a ser investigada. Foi observado, a partir dos materiais encontrados nessa primeira fase de busca, que a maioria das pessoas com transtornos alimentares apresentam uma condição limitada em relação aos seus sentimentos, subjetividade e ao seu próprio corpo. Percebeu-se, então, que além da necessidade de uma abordagem que entendesse e acolhesse essa insatisfação em relação ao próprio corpo, seria necessário investigar os aspectos culturais dos transtornos alimentares e tópicos referente a epistemologia feminista.

Para realizar a discussão dos achados bibliográficos, foram definidos dois eixos teóricos: 1) as teorias feministas, que têm como debate a luta contra o machismo e cultura do patriarcado, levando em consideração que a maioria das mulheres com transtornos alimentares se sentem objetificadas; e 2) a Gestalt-terapia, que tem como base o método fenomenológico-existencial com uma visão voltada ao adoecimento e em como empoderar essas mulheres, atentando-se para como trabalhar os seus sentimentos de maneira que possam se perceber dentro de suas infinitas possibilidades.

Tanto para a primeira parte da pesquisa quanto para a segunda parte, foram utilizadas as plataformas de busca bibliográfica através das bases de dados eletrônicos SciELO, PubMed, LILACS, ISI, PsycINFO, EMBASE, PePSIC e Google Acadêmico. Como estratégia de busca, na primeira parte da pesquisa, foram utilizados os seguintes termos: “objetificação feminina”, “transtornos alimentares”, “objetificação + transtorno alimentar” e “objetificação + saúde mental”. Após essa verificação uma nova pesquisa foi realizada, usando os descritores: “Gestalt-terapia + transtorno alimentar”, “Gestalt-terapia + feminismo”, “epistemologia feminista” e, por fim, “aspectos culturais dos transtornos alimentares”.

Foram selecionados apenas artigos que estivessem no idioma português e que eram especificamente relacionados aos transtornos alimentares e objetificação feminina. Foram excluídos da pesquisa os artigos que, embora se enquadrassem nos critérios de palavras-chave, fugiram ao tema proposto inicialmente e artigos cujo foco central não eram os transtornos alimentares mais comuns. Não foi utilizado filtro de data de publicação.

53 artigos foram encontrados durante a primeira busca, e destes foram selecionados 27 para, a seguir, passarem por uma breve leitura flutuante. Após leitura flutuante, avaliar os títulos e resumos, a fim de verificar se conteúdo trazido era mesmo interessante para a pesquisa em questão, foram selecionados somente 13 arquivos que eram relevantes para a pesquisa.

De 35 artigos encontrados, foram selecionados, a partir da segunda busca, 18 artigos a serem analisados, e as referências bibliográficas desses artigos foram revisadas a fim de encontrar outros artigos relevantes para a pesquisa. Em princípio foi realizada minuciosa leitura de cada trabalho selecionado com o objetivo de encontrar materiais adequados aos objetivos da pesquisa. Em seguida, novas leituras foram feitas a fim de analisar a relação entre aspectos trazidos por diferentes autores e como os mesmos relacionam os temas a serem investigados, além de averiguar se na literatura encontrada havia propostas de intervenções a serem realizadas.

Ao final da análise a partir dos mesmos critérios de exclusão que foram citados anteriormente, dos 18 que haviam sido analisados apenas 7 artigos foram utilizados. Além dos materiais que foram encontrados através das pesquisas aqui explicitadas, foram utilizados livros e artigos encontrados em bibliotecas.

## **UMA DISCUSSÃO CONCEITUAL ACERCA DA LUTA PELO PROTAGONISMO FEMININO**

### **UMA QUESTÃO DE GÊNERO: A CONDIÇÃO DE SER MULHER E A ÉTICA DE PODER**

Levando em consideração a concepção da ética de Spinoza de que cada corpo é dotado de um conatus, ou seja, de um esforço para preservar o seu próprio ser, compreende-se que nenhum corpo contribui para sua própria destruição, logo, esta é efetuada apenas por um outro corpo exterior. Os afetos surgiriam das afecções dos outros corpos sobre os nossos, sendo nossa potência diminuída ou aumentada (SPINOZA, 2007).

Para Spinoza (2007), a nossa mente em alguns momentos age, enquanto em outros ela padece. A medida em que temos ideias inadequadas nos tornamos cada vez mais incapazes de agir, assim como ao ter ideias adequadas, nos sentimos impulsionados a mover-nos.

Conforme nos posicionamos de forma passiva quanto as nossas relações com os outros e nós mesmos, o somos de corpo e alma, como já citado anteriormente. Sabe-se que é através do nosso corpo que percebemos, vivemos e experienciamos o mundo.

Ao passo que as mulheres sejam afetadas por afetos tristes, seu corpo também o será, principalmente quando falamos de mulheres objetificadas que buscam uma mudança para que sejam aceitas, o seu corpo também manifestará essa inadequação, e é necessário levar em consideração que o corpo das mulheres tem seu sentido construído cultural e socialmente.

Oliveira e Hutz (2010) discorreram sobre como as mulheres são vulneráveis aos ideais de beleza que são criados culturalmente. De acordo com os autores, as mulheres são pressionadas a partir de representações externas como desprezo e deboche a aderirem a esses ideais que são impostos. E ao ceder e aderir às imposições do padrão de beleza ideal, podem ser recompensadas com poder e admiração, por exemplo. Quando isso acontece, ao renunciar o contato com seu corpo real (OLIVEIRA, HUTZ; 2010) essas mulheres podem acabar perdendo a conexão com o seu eu interno, assumindo um modo de existir adaptativo, correndo o risco de perder suas individualidades.

De acordo com Boris e Cesídio (2007), ao se submeterem a tais exigências, as mulheres podem se perceber em um movimento de despersonalização. Compreende-se que a subjetividade é construída a partir do modo como nos relacionamos com as outras pessoas, além da forma como nos percebemos e vivenciamos essas relações. Ao se modificar, modificar seu modo de ser até mesmo por uma tentativa de mudar seus desejos, as mulheres podem não se reconhecer mais como indivíduo particular.

Ao compreender a epistemologia feminista a partir da ética de Spinoza, percebe-se que a potência intelectual está diretamente ligada ao momento em que as mulheres se percebem como um corpo objetificado e em uma relação de violência, que tende a torná-la menos potente, ou seja, pode-se caracterizar como um efeito de ideias inadequadas, assim como o surgimento de transtornos alimentares decorrente desses efeitos.

De acordo com a autora Pereira (2016, p. 29):

Quando somos afetados por relações (entre ideias, entre pessoas) que compõem com nossas próprias relações (nós somos sempre um conjunto de relações), tornamo-nos mais potentes para agir, mais próximos da nossa natureza, portanto, atingimos um grau maior de perfeição. Esse estado, segundo Spinoza, é a alegria, e, no caso das mulheres, torna-as capazes de perceber criticamente a moral sobre a qual as relações de gênero se estabelecem e através da qual até então representavam suas vidas. Essas relações de gênero passam a ser percebidas, desde a alegria, como relações que diminuem sua potência, porque são relações que as decompõem, que as afastam do que seria seu desejo próprio.

A realidade social aponta para a necessidade de observar como as relações são construídas e mantidas, para, então, tornar-se possível identificar o que precisa ser ajustado para alcançarmos um padrão de interação saudável para todos. Os padrões patriarcais decompõem as relações das mulheres, diminuindo sua potência. As relações amorosas que estes valores criam tendem a reduzir suas vivências afetivas a situações de exclusão, submissão, dependência e inferioridade, de tal forma que venham a se conformar como objetos, o que aniquila a sua potência enquanto humanas (PEREIRA, 2016).

Atitudes discriminatórias não são apenas atitudes discriminatórias em si, mas uma forma de demonstrar aprendizagens carregadas de valores vinculados ao social, ao político e econômico que se estendem a movimentos excludentes. Ao falar sobre os processos psicossociais da exclusão, Denise Jodelet (2011, p.53) afirma que:

Se dá nas relações interpessoais ou intergrupais, na forma material ou simbólica, nomeadamente: na segregação, através da dissociação de grupos ou pessoas; na marginalização, colocando o indivíduo à parte do corpo social; e na discriminação, através do fechamento do acesso a certos bens ou recursos, certos papéis ou status (p. 53).

Quando se entende esse processo de exclusão dos diferentes, entende-se também o quão importante é a consolidação de uma subjetividade emancipadora, levando em consideração que não devemos apenas compreender e acolher as nossas diferenças e as dos demais, mas também desejá-las.

De acordo com Pereira (2016, p. 54), "isso significa a produção de modos de subjetivação que se engajem em linhas de fuga em meio à repetição normatizadora, que afirmem uma atividade criadora, transformadora", ou seja, há um incessante sistema autoritário que vem produzindo ideias inadequadas, tornando mulheres submissas, presas a valores oprimentes, sendo condicionadas a permanecerem em relações de tristeza, e o intuito é romper com as crenças que impedem essa emancipação feminina.

O autor Sennett (1998) traz uma concepção de que as pessoas tendem a trocar intimidades a partir das personalidades que são apresentadas nas interações sociais, de tal forma que a comunicação acaba sendo estruturada numa dinâmica narcísica. Não se vê uma pessoa em um corpo, mas apenas um corpo. Não há um sujeito, há um corpo que serve para a competitividade e conquista masculina. Isso se dá como uma consequência de atos que cultuam o corpo feminino, especialmente o corpo magro. E é nessa busca obsessiva de alcançar esse corpo visto como perfeito, que algumas mulheres vem transformando seu estilo de vida.

O medo de engordar favorece com que as mulheres venham a realizar práticas arriscadas que possam contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares, como a realização de dietas extremas, práticas purgativas, e atividades físicas em excesso (OLIVEIRA, HUTZ; 2010). Entende-se, então, a partir da ética de Spinoza,

que em circunstâncias vulneráveis acarretadas por situações de violações de direitos como o machismo, não são apenas ações, mas repetições aprendidas durante a existência, além de haver uma busca enganosa em prol de satisfazer as necessidades do seu eu, logo, acarretando adoecimento psíquico.

## **UMA QUESTÃO DE GÊNERO: A CONDIÇÃO DE SER MULHER E A LÓGICA DO PODER**

Ao falarmos de relações de gênero, automaticamente falamos também de relações de poder. Quando entendemos que, dentro de uma perspectiva patriarcal, mulheres e homens são criados e educados de formas diferentes, entende-se também que as relações existentes entre homem-mulher são relações desiguais.

Relações que mantêm as mulheres em um lugar de dominadas, enquanto os homens ocupam o lugar de dominadores. Assim como já citado anteriormente, os autores Bercht e Costa (2018) falaram a respeito de como as mulheres eram criadas para reproduzir, servir ao lar e ao seu “senhor”, ocupando um lugar de submissão aos seus maridos, que, ao contrário delas, eram instruídos a estudar, ter uma profissão e trabalhar.

A lógica de poder está atrelada a uma ideia de submissão, superioridade e servidão. Ao analisarmos historicamente, pode-se perceber que as situações de vulnerabilidade das mulheres foram sendo enraizadas ao longo do tempo. De acordo com Pereira e Timm (2017), o modo como as relações são estabelecidas socialmente envolvem posições de poder, posições nas quais os grupos com menor força simbólica são estigmatizados e marginalizados por ocuparem um “grau de menor importância na sociedade”.

Gonçalves (2018, p.62) explicou que:

O poder, no decorrer de toda a história humana, apresentou-se como forma de repressão. Desde os momentos em que respaldava ações erradas de líderes políticos, até as situações em que padronizava a grande massa populacional por intermédio de um estatuto moral, poucas vezes não dogmático.

Tal perspectiva nos dá a possibilidade de perceber e, ainda mais, de nos mobilizarmos contra os discursos de supremacia, que são terminantemente constrangedores a qualquer liberdade. Inclusive, à liberdade das mulheres de existirem com respeito aos seus corpos, aos seus desejos e de serem exatamente o que quiserem ser. A soberania é o poder absoluto e o poder compõe um fundamento repressivo. A lógica do poder tem como base a segregação, segregar aquilo que não atende aos padrões, aquilo que atende ao que é imposto e instituído pelos dominadores.

Ao discorrer a respeito da soberania, Foucault (1987) explicou que a mesma se fundamenta em relações de poder em que há um sujeito e um sujeitado, um dominado e um dominador. Com isso, entende-se que as situações de repressão são propagadas por relações em que um sujeito elege o que é o “certo e errado” e o “aceito e proibido” a partir de uma opinião própria, sem levar em consideração as opiniões do sujeitado. O verdadeiro significado do poder, portanto, se remete não a uma força física, mas principalmente às questões morais em relação ao outro, em relação às práticas de dominação que vem nos acompanhando durante muito tempo, práticas machistas, patriarcais e também racistas e homofóbicas.

Boris e Cesídio (2007) dissertam sobre a nova forma de existir das mulheres. Ao conseguirem seus direitos sociais, passaram a ser dominadas de uma forma diferente,

agora também pela mídia. Essa nova forma de dominação veio voltada à estética do seu corpo. As mulheres vêm conquistando sua independência financeira, porém, acabam sendo dominadas novamente com a banalização do seu corpo, corpo esse que é visto como mercadoria.

De acordo com Pereira e Timm (2017, p.68):

Um aspecto fundamental na construção da identidade é que ela não acontece de forma individual, “a identidade é um fenômeno que deriva da dialética entre o indivíduo e a sociedade”. Portanto o conceito de identidade envolve um aspecto tanto pessoal quanto social, na medida em que é compreendida como resultado de uma construção coletiva.

As autoras esclarecem que a identidade de muitas mulheres brasileiras fora alterada e influenciada pelo poder. Ou seja, as mulheres têm sido mudadas, os seus corpos têm sido mudados e os seus interesses também foram mudados. Até mesmo a forma como elas são percebidas, como elas se percebem e percebem o mundo ao seu redor tem sido determinada por construções históricas, sociais e culturais emergidas em posturas machistas.

Segato (2003) explicou que os corpos de mulheres, vítimas do machismo, não são apenas objetos sexuais definidos para marcar o poder masculino, mas também corpos considerados descartáveis e desprezáveis a partir de um contexto hegemônico. E é através dessas percepções que se pode abrir novos caminhos que proporcionem extinguir determinadas narrativas, a fim de estruturar e instituir a libertação de mulheres aprisionadas às relações de domínio por outrem só pelo fato de serem mulheres.

Assim como já foi citado anteriormente, para Spinoza o corpo pode ser afetado de diversas maneiras, fazendo com que sua potência seja aumentada ou diminuída. Quando há o aumento da potência de agir, têm-se uma potência criadora, mas, quando é ao contrário e essa potência é diminuída, têm-se uma potência de submissão. Quando falamos de homens constituídos a partir de uma visão hegemônica do gênero, seu nível de potência de agir é baixíssimo, esse homem tende à impotência, a um não-agir.

É necessário que essas mulheres possam refletir a respeito de suas relações, além de se perceberem com vínculos afetivos e sociais ativos, deixando de lado os significados que vêm trazendo de valores e crenças que as fazem crer que são vulneráveis, e que devem se manter submissas aos dominadores. Deve-se levar em consideração também o sofrimento psíquico que as relações de poder e de domínio trazem às mulheres que estão dominadas. Cabe à psicologia proporcionar que essas mulheres percebam novas formas de existir, além de buscar encontros efetivos que venham a contribuir com a independência dessas mulheres.

## **CONTRIBUIÇÕES DA GESTALT-TERAPIA E A ESCUTA PSICOLÓGICA**

Para o feminismo o corpo das mulheres tem sido construído social e culturalmente. Desde o século XX, os padrões definidos para o corpo bonito e corpo feio já eram instituídos, além do jogo das relações sexuais em que mulheres são percebidas como objeto de consumo masculino.

Para a Gestalt, o corpo é muito mais do que apenas “um corpo”, não é somente uma parte ou uma casa para o “eu”, o corpo é o próprio eu. A Gestalt-terapia tem como principal objetivo fazer com que o indivíduo, apesar de todos os “deverias” que a sociedade o impõe, consiga se desenvolver como pessoa integral, com suas particularidades que são únicas.

Quando falamos em mulheres que estão em posição de objetificação, é possível entender que em uma tentativa de se integrar em uma sociedade cheia de imposições, que buscam atender os interesses de outrem. Essas mulheres podem acabar se entregando a uma existência mísera, submetendo-se a agir de acordo com essas determinações, mudando seu modo de existir e aderindo a novos métodos que as levem ao ideal de corpo projetado, deixando o que é real. De acordo com Perls (1988, p. 131):

A ideia da terapia Gestalt é transformar pessoas de papel em pessoas reais [...] E fazer o homem inteiro de nosso tempo vir à vida, e ensiná-lo a usar seu potencial inato [...] Todas estas ideias parecem muito pretensiosas, mas acredito que é possível que possamos fazer isto agora, que não temos que deitar no divã por anos, décadas e séculos sem mudanças essenciais [...] Nas décadas precedentes o homem da sociedade viveu para o que é certo, e fez seu trabalho sem se importar se realmente queria fazê-lo ou se era talhado para ele. Mas toda a sociedade estava regida e regularizada pelo “deveria” (shouldism).

O encontro entre a epistemologia feminista e a Gestalt se dá no momento em que as teorias Gestalt-terapêuticas se posicionam em uma tentativa de desconstrução do que já é estabelecido, uma sociedade que, assim como afirmou Perls (1998), está regida por muitos “deveria”, onde há também uma hierarquização, uma relação de superioridade entre homem-mulher. O feminismo vem caminhando em busca de uma autonomia feminina, dando lugar às suas potencialidades, enquanto a Gestalt tem como base uma proposta que vai ao oposto do comportamento normativo que, na maioria das vezes, domestica as potencialidades humanas.

Em uma tentativa de fortalecer a autonomia das mulheres, dentre todas as suas individualidades e particularidades, a Gestalt traz uma noção de pessoa livre das dependências e exigências externas. De acordo com Pereira, Timm e Gonçalves (2019, p. 57):

tornou-se urgente questionar o papel da Psicologia no enfrentamento às violências e às vulnerabilidades. Além desse papel, à Psicologia cabe também se perguntar sobre formas de contribuir com a produção de novos processos de subjetivação, desvencilhados de velhos modelos patriarcais, racistas e homofóbicos.

O movimento feminista visa ir contra as formas de controle tradicionalmente exercidas por determinados grupos de interesse, seu propósito é não reproduzir esse modelo, cabendo, então, ao psicólogo, estar preparado para uma prática terapêutica acolhedora. Entende-se, então, que a clínica gestáltica, juntamente com o feminismo, contribuiu levando a psicologia a repensar sua forma de atuação, buscando ir contra uma escuta engessada e rígida, a fim de proporcionar autonomia ao profissional para trabalhar a potência criadora do paciente.

Assim como as autoras Luczinski *et al.* (2019) afirmaram, muitas mulheres chegam ao consultório com “inadequação à própria pele”, seria uma espécie de inadequação ao próprio corpo. Essas mulheres não se percebem como sujeitos singulares, não se reconhecem em suas atividades e em seus desejos. Cabe, assim, ao psicólogo estabelecer uma relação terapêutica consistente com a liberação da potência criadora dessas mulheres.

De acordo com Perls (1988), o principal objetivo terapêutico é perceber se o indivíduo está disposto a despertar de seu sonho e tomar parte em sua vida de forma efetiva, universal. Ou seja, de acordo com o autor a mudança não pode ser instituída, ela deve acontecer de forma natural, assim como o processo terapêutico também deve



acontecer de forma natural.

Para a Gestalt-terapia, todo evento mental tem sua repercussão no organismo (GALLI, 2009), as enfermidades podem estar tentando explicar algo sobre momentos e experiências dos indivíduos. Galli (2009) discorreu a respeito de como muitas vezes as verdadeiras causas atribuídas às doenças são na verdade psicológicas, e estão revelando as queixas e angústias existenciais que essa pessoa está enfrentando. A partir disso, quando falamos de mulheres com transtornos alimentares, entendemos que esses transtornos têm significados únicos e particulares, e que devem ser entendidos a partir, também, do contexto social em que elas estão inseridas. Esses transtornos surgem como uma queixa e um resultado em relação a angústia vivenciada por essas mulheres.

Ainda de acordo com Galli (2009, p. 68):

O conceito de cura que a Gestalt-terapia se propõe só pode ser compreendido a partir da concepção fenomenológica-existencial do ser humano. Esta concepção se opõe radicalmente ao controle, à manipulação ou à correção que representam saídas autoritárias e simplistas. [...] Somos profissionalmente tomados pela compulsão do "orientar", "do salvar", "do curar", "do educar" e com isso tiramos a oportunidade da pessoa encontrar seu próprio caminho. [...] Para nós, cura não é solucionar problemas, mas entrar em contato consciente com o sábio, que cada um tem dentro de si e, a partir daí, realizar o que este sábio decidir.

Vale ressaltar também que "uma verdadeira mudança dessa situação não se passa somente pelo nível individual, mas também através do nível coletivo" (PEREIRA, 2016, p. 137). É necessário que haja uma mobilização para a mudança das leis e práticas culturais de velhos modelos patriarcais e machistas.

Compreendemos que esse processo de cura e empoderamento não é algo individual, e sim relacional. Não se deve apenas focar o ato clínico na paciente, mas também nas dimensões sociais do que for trazido por ela, assim como questões políticas, sociais, religiosas e econômicas. Contextos sociais, políticos e culturais suplicam por olhares mais sensíveis a questões como essas.

A psicoterapia não acontece somente dentro do consultório, em um setting terapêutico, não se deve esquecer que é no - e com o - mundo que nos relacionamos, experimentamos e colocamos em prática aquilo que somos e o que aprendemos. Os temas trazidos por essas mulheres à clínica devem ser compreendidos, desconstruídos e ressignificados, proporcionando a elas uma nova forma de se perceberem, e um novo modo de perceber o mundo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este trabalho se expressa na possibilidade de se abrir horizontes e caminhos acerca da compreensão da auto percepção das mulheres em suas totalidades, trazendo então a dimensão da necessidade de que as mulheres possam viver suas subjetividades de forma efetiva. Foram realizados estudos referentes à concepção da imagem corporal de mulheres brasileiras, buscando perceber nessa concepção os vestígios de uma sociedade com histórico patriarcal sustentado por relações de poder.

Procuramos investigar qual o impacto causado na autopercepção corporal de mulheres com transtornos alimentares por conta da objetificação e como a Gestalt-terapia pode contribuir no processo de emancipação dessas mulheres frente às exigências de um mundo machista. Ainda que as hipóteses tenham sido confirmadas e que, sim, transtornos alimentares muitas vezes são desenvolvidos por conta da objetificação vivenciada pelas mulheres, é importante ressaltar a necessidade de levar

em consideração que as experiências são vivenciadas de forma singular, entendendo que os sujeitos vivem suas experiências de forma única e individual.

A fim de chegarmos a uma conclusão, alguns tópicos importantes para a pesquisa foram levantados, sendo eles: a necessidade de investigar o sofrimento psíquico que as relações de poder e de dominação trazem às mulheres e, a partir daí, compreender como a Gestalt-terapia pode contribuir para que mulheres alvo de objetificação possam passar por um processo de desconstrução das relações de poder preestabelecidas. Para tal, foi necessário identificar e caracterizar a objetificação feminina por meio da literatura feminista.

Entendendo que o(a) psicólogo(a) é o(a) profissional que tem como objeto de estudo os fenômenos psicológicos, a experiência de produção desse estudo nos levou a diversas reflexões. Foi possível repensar o papel da Psicologia e dos profissionais que atuam nessa área, no enfrentamento às imposições e exigências de toda uma sociedade machista, que ecoa não somente nos corpos femininos, mas também no modo como as mulheres existem e se percebem no mundo. Foi possível abordar os avanços da epistemologia feminista, verificando que diversas vezes as mulheres se recusam a lidar com as cobranças e os "deverias" que lhes surgem, de forma a abrir novos caminhos que venham a proporcionar a libertação dessas mulheres aprisionadas em relações de poder.

Levando em consideração que a insatisfação corporal é um dos primeiros sintomas para o desenvolvimento dos transtornos alimentares, vale destacar a necessidade de que os demais profissionais de diversas áreas, áreas da saúde, estejam atentos aos perigos dos padrões de beleza atuais, que são impostos de forma violenta, a fim de projetar intervenções eficazes junto às mulheres. E a Psicologia, como ciência e profissão, cabe o dever de continuar intervindo e construindo estratégias que dêem visibilidade ao sofrimento de mulheres em situação de violência, com o intuito de ajudar a promover a sua emancipação em relação uma existência marcada pela submissão aos padrões patriarcais que ainda vigoram.

As autoras e o autor desse texto compreenderam que por diversas razões como cultura, política, história e economia, as mulheres têm experimentado muitas maneiras de compreender seus corpos. O intuito é que elas tenham liberdade e autonomia para se expressar e vivenciar seus prazeres e suas necessidades da forma como acharem necessário, sem a obrigação de estarem, a todo momento, se adequando aos modelos corporais que lhes são impostos.

## REFERÊNCIAS

APPOLINÁRIO, José Carlos; CLAUDINO, Angélica M. Transtornos alimentares. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 22, p. 28-31, 2000.

BERCHT, Ana Maria; COSTA, Angelo Brandelli. **Objetificação e saúde mental**. XVII Seminário Corpo Gênero e Sexualidade. Universidade Federal do Rio Grande. [https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/14381/2/OBJETIFICACAO\\_E\\_SAUDE\\_MENTAL.pdf](https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/14381/2/OBJETIFICACAO_E_SAUDE_MENTAL.pdf), 2018.

BORIS, Georges Daniel Janja Bloc; CESÍDIO, Mirella. Mulher, corpo e subjetividade: uma análise desde o patriarcado à contemporaneidade. **Revista mal-estar e subjetividade**, v. 7, n. 2, p. 451-478, 2007.

BORGES, Nádia Juliana Beraldo Goulart et al. Transtornos alimentares-quadro

clínico. **Medicina** (Ribeirão Preto. Online), v. 39, n. 3, p. 340-348, 2006.

BOURDIEU, Pierre. A dominação masculina; tradução Maria Helena Kuhnner. **Rio de Janeiro: Bertrand Brasil**, 1999.

CARVALHO, Marianne Lima de; LIMA, Deyseane Maria Araujo. A Anorexia em Adolescentes Sob a Ótica da Gestalt-terapia: The anorexia in adolescents from the perspective of Gestalt therapy. **IGT na Rede**, v. 14, n. 26, p. 23-30, 2017.

COLLING, Ana. A construção histórica do feminino e do masculino. **Gênero e cultura: questões contemporâneas**, v. 1, p. 13, 2004.

ESPÍNDOLA, Cybele Ribeiro et al. Bulimia e transtorno da compulsão alimentar periódica: revisão sistemática e metassíntese. **Rev Psiquiatr RS**, v. 28, n. 3, p. 265-75, 2006.

FOUCAULT, Michel. **A arqueologia do saber**. 3. ed. Rio de Janeiro: Forense, 1987.

GALLI, Loeci Maria Pagano. Um olhar fenomenológico sobre a questão da saúde e da doença: a cura do ponto de vista da Gestalt-terapia. **Estudos e pesquisas em Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 59-71, 2009.

GODOY, Arlida Schmidt. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de administração de empresas**, v. 35, n. 2, p. 57-63, 1995.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. A lógica do poder, a heteronormatividade e o racismo: o epistemicídio e a subalternidade como estratégias de repressão e de vulnerabilidade. **Revista JRG De Estudos Acadêmicos**, v. 1, n. 2, p. 59-82, 2018.

GONZALEZ, Gabriela Andrea Leite; SACOMANI, Junior; RONDINA, Regina. As vivências de um grupo de pacientes com transtornos alimentares: a relação como espelho e a imagem corporal. **Revista Subjetividades**, v. 14, n. 3, p. 383-394, 2014.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e tempo**. Parte I. 15ª ed. Tradução de Márcia Sá Cavalcante Schuback. Petrópolis: Vozes, 2005.

JODELET, Denise. Os processos psicossociais da exclusão. **As artimanhas da exclusão: análise psicossocial e ética da desigualdade social**, v. 2, p. 53-66, 1999.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Metodologia Científica**. São Paulo: Atlas, 1992.

LOUREIRO, Carolina Piazzarollo. **Corpo, beleza e auto-objetificação feminina**. 2014. Dissertação de Mestrado.

LUCZINSKI, Giovana Fagundes et al. Gestalt-terapia e Empoderamento Feminino na Relação Terapêutica: Reverberações a partir do Atendimento Psicoterápico entre Mulheres. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 19, n. 4, p. 947-963, 2019.

MORGAN, Christina Marcondes; VECCHIATTI, Ilka Ramalho; NEGRÃO, André

Brooking. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v.24, suppl.3, pp.18-23, 2002.

NUNES, Arlene Leite; HOLANDA, Adriano. Compreendendo os transtornos alimentares pelos caminhos da Gestalt-terapia. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, v. 14, n. 2, p. 172-181, 2008.

OLIVEIRA, Leticia Langlois; HUTZ, Cláudio Simon. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**, v. 15, n. 3, p. 575-582, 2010.

PEREIRA, Ondina Pena. **Saúde mental, ética e política: Vidas dissidentes e práticas psicológicas contra-hegemônicas**. Paco Editorial, 2016.

PEREIRA, O. TIMM, F. **O amor em tempos de consumo**. Curitiba: CRV, 2017.

PEREIRA, Ondina Pena; TIMM, Flávia Bascuñán; GONÇALVES, Jonas Rodrigo.

Psicologia da diferença: por uma ética da Singularidade. **Revista JRG De Estudos Acadêmicos**, v. 2, n. 4, p. 49-62, 2019.

PERLS, Fritz. A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia. 2ª. **RJ: Guanabara**, 1988.

POLTRONIERI, Taiara Scopel et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres do sul do Brasil. **Ciência & Saúde**; Saúde, v. 9, n. 3, p. 128-134, 2016.

SCHERER, Fabiana Cristina et al. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **J Bras Psiquiatr**, v. 59, n. 3, p. 198-202, 2010.

SEGATO, R. L. **Las estructuras elementares de la violencia**. Bernal: Universidad Nacional de Quilmes, 2003.

SENNETT, R. **A corrosão do caráter: conseqüências pessoais do trabalho no novo capitalismo**. Rio de Janeiro: Record, 1998.

SPINOZA, Benedictus de. **Ética** (Tradução e notas de Tomaz Tadeu). **Belo Horizonte, Autêntica Editora**, 2007.

SILVA, Carla da. **ilva**. **Revista Direito em Foco, São Paulo**, v. 5, p. 2-9, 2009.

TURATO, Egberto Ribeiro. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 3, p. 507-514, June, 2005.