

# A DANÇA DO VENTRE COMO INSTRUMENTO DE RECONSTRUÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM MULHERES OBESAS

Sandra Marques

## Introdução

O Projeto “Uma Medida de Peso” foi resultado da parceria entre o departamento de Nutrologia da Unifesp e o Núcleo de Extensão e Qualidade de Vida da Universidade São Marcos. Durante dez anos este projeto foi dirigido por uma equipe multidisciplinar formada por médicos, psicólogos, nutricionistas e educadores físicos através de grupos de orientação para mulheres obesas.

Em 2004 foi discutida a importância de se integrar ao projeto um trabalho de consciência corporal visto que a mulher obesa apresenta dificuldade de experimentar sua dimensão corporal.

Woodman, psicoterapeuta e pesquisadora da obesidade feminina, aponta que o indivíduo obeso apresenta um distúrbio na capacidade de metabolizar as calorias ingeridas e que isto pode estar associado tanto a causas de ordem fisiológica quanto de natureza psicológica. Ao relatar seu estudo sobre a obesidade feminina, aponta que a mulher obesa apresenta uma alienação em relação ao próprio corpo. Salienta que por muitos séculos as mulheres têm vivido numa cultura orientada a serviço do masculino, mantendo-as inconscientes do próprio princípio feminino, que fica distorcido. Nessas tentativas de encontrarem seu próprio lugar num mundo masculino elas têm aceito tais valores: *“orientadas para impulsos compulsivos e um alimento concreto que não consegue nutrir-lhes o mistério feminino, sua feminilidade inconsciente se rebela, assumindo alguma manifestação somática”*.<sup>(1)</sup>

Pelo fato de não reconhecer as próprias funções corporais, a mulher obesa interpreta erroneamente os sinais vindos do corpo, a fome em especial. Woodman aponta que por ela não ter consciência do seu “eu” autêntico, da sua própria feminilidade, de seu corpo e sexualidade, tende a preencher seu vazio com algum substituto e a comida torna-se o bode expiatório de suas emoções.

A obesidade é um dos principais problemas de neurose no mundo ocidental que tende a atribuir a causa à ingestão de comida, permanecendo ocultas as raízes do

problema. O profissional que acompanha a obesa, seja ele médico ou nutricionista, se não for atualizado na moderna pesquisa da área tende a acreditar que a obesa é mais uma gordinha que não teve força de vontade para seguir a dieta prescrita.

A pesquisa dos últimos anos deixou bem claro que o equilíbrio energético do corpo não depende apenas da ingestão de calorias e do gasto de energia; as revistas médicas contém relatos de experimentos que introduzem fatores psíquicos e somáticos a serem considerados. Elas apontam que a pressão e a voracidade da vida moderna impõem crescentes exigências físicas e mentais ao corpo levando a um desequilíbrio emocional.

Schilder, ao abordar seu estudos sobre imagem corporal menciona que não existe separação entre o orgânico e o funcional, sendo que os processos psíquicos têm raízes comuns com os processos que se realizam no organismo.

Ele define imagem corporal como o modo pelo qual nosso corpo está representado em nossa mente, sendo continuamente construída tanto por fatores internos e subjetivos quanto por fatores do mundo externo. O corpo físico, tal como é percebido pelo indivíduo, é um instrumento de intermédio pelo qual a pessoa pode estabelecer esses contatos, tanto consigo mesmo, ou com seu ambiente.

Pelo fato da mulher obesa apresentar uma imagem corporal distorcida, não percebendo como a esfera psíquica está refletida em seu corpo, acreditou-se que a vivência da dança do ventre poderia, neste caso, contribuir para uma melhor integração psicofísica visto que é um meio prático da mulher poder perceber o próprio corpo, dar forma e expressar seus sentimentos, possibilitando um contato maior com o feminino. A proposta não teve como interesse proporcionar uma atividade física visando redução de peso e perda de calorias através do exercício, pois isto foi uma preocupação dos profissionais de educação física.

Originária dos rituais em honra às divindades femininas, a dança do ventre representa a vida, a fertilidade e o crescimento, características estas associadas ao princípio feminino. Corbett faz uma menção a estes rituais de dança em devoção à Deusa:

Passando por entre ruínas de civilizações antigas, nossa mente consegue ver o templo como outrora deve ter sido. Uma figura move-se graciosamente diante do altar de Vênus iluminando-o, pondo fogo nas lamparinas de óleo feitas de barro, que a circundam. . . ela é mistério coberta de véus e à medida que avança pela porta aberta, começa a dançar ao som de música de flauta, pandeiro e címbalos. Seus gestos, sua expressão facial e os movimentos de seu corpo flexível, tudo fala de

maneira a dar boas vindas à paixão. Não há modéstia em relação a seu corpo, e quando dança, os contornos de sua forma feminina revelam-se sob sua túnica cor de açafraão quase transparente. Seus movimentos são graciosos e ela tem plena consciência de sua beleza.”<sup>(2)</sup>

Sendo o ventre o ponto principal a ser trabalhado na dança, esta técnica permite uma maior integração do centro com as demais partes do corpo, ampliando a noção do eixo-corporal. A aluna deve utilizar roupas e acessórios específicos, de forma que o corpo feminino seja visto com mais detalhes como por exemplo utilizar um lenço em volta da cintura para acentuar o tamanho e forma do quadril. Os movimentos da dança do ventre são predominantemente redondos estimulando por um lado a sensualidade e por outro favorecendo a flexibilidade, leveza e soltura das articulações. Cada seguimento corporal é trabalhado separadamente para depois fazer uma composição global de movimentos, o que propicia o contato e a discriminação de cada parte do corpo. A música, parte integrante da dança, leva a mulher a um contato maior com os seus sentimentos e desta forma ela pode experimentar a sua totalidade.

A dança do ventre teve como objetivo servir como canal para o desenvolvimento da expressão corporal e da criatividade através da vivência dos seus movimentos sendo que em nenhum momento pensou-se em fazer interpretações “psicológicas” sobre o modo como as alunas dançaram e o significado disto. A formação em Psicologia, pela orientadora do curso, foi importante no sentido possibilitar um “olhar” diferenciado sobre as atitudes e a forma de perceber o corpo por parte das alunas ajudando a discriminar o que poderia ser aprofundado ou não em termos de conteúdo do curso, repetindo os limites dessas alunas e levando-se em consideração as questões e conflitos envolvidos na obesidade feminina.

Observou-se nas aulas iniciais em grupo, que as alunas apresentaram dificuldade de entrar em contato com o próprio corpo vestindo roupas de tamanho grande de forma a encobri-lo. Ao mesmo tempo, verificou-se que ao executar os movimentos da dança do ventre muitas alunas tentavam desviar a atenção do trabalho através de conversas paralelas retratando o quanto o corpo delas era feio, rindo de si mesmas. Os comentários durante os exercícios eram muito pejorativos e agressivos em relação à auto-imagem, projetando na figura do professor a beleza e a “perfeição” que elas não tinham.

Além da dança do ventre foi utilizado como metodologia o “desenho do próprio corpo” aplicado no início e no final do curso para observar se o trabalho com a dança trouxe mudança em relação à imagem corporal dessas mulheres.

Machover aponta que o desenho da figura humana está fundamentado na expressão da dinâmica da personalidade, do seu movimento, das sensações e do seu processo mental. O desenho de uma pessoa representa a expressão do eu, ou do corpo, no ambiente, ou seja, tudo o que é expresso no desenho pode ser definido como imagem corporal do indivíduo. A escolha desta metodologia de análise da imagem corporal através dos desenhos do grupo “antes” e “depois” mostrou-se útil e como referência mais segura e concreta para se verificar a influência do trabalho e para fornecer indícios mais precisos sobre a psicodinâmica dessas mulheres.

Os resultados da comparação entres os dois desenhos verificados nos seis grupos de mulheres obesas apontaram para mudanças bastante significativas em relação à auto-imagem, em especial ao aparecimento de traços femininos.

## **Metodologia**

Foram atendidas 130 mulheres, de idade entre 23 e 65 anos, com IMC (índice de massa corporal) entre 30 e 38 kg/cm<sup>2</sup> - consideradas com obesidade leve à moderada. Essas mulheres foram distribuídas em seis grupos, com uma média de participação de 22 alunas por grupo. Cada grupo foi acompanhado ao longo de doze encontros com duração de uma hora e meia cada um, realizados uma vez por semana ao longo do semestre.

Como metodologia foram realizadas aulas de conscientização corporal que envolveram os conceitos básicos dos movimentos da dança do ventre e a educação corporal baseada na consciência da pele, ossos, músculos e tecidos (base na Eutonia de Gerda Alexander).

Como atividade inicial do curso foi pedido para que a aluna escrevesse “a história do próprio corpo”, apresentando-se para o grupo em seguida através deste relato. Essa proposta foi apresentada ao grupo de maneira simples sem serem estimuladas explicações ou comentários exaustivos sobre dada situação. O motivo desta escolha deu-se pelo fato de que por tratar-se de um curso cujo foco foi o trabalho com o corpo, foi proposto desde o início dar ênfase nesta abordagem.

A aplicação do “desenho do próprio corpo” foi realizada nos seis grupos de obesas no primeiro dia do curso e no final do mesmo com o objetivo de se verificar se houve modificação da imagem corporal dessas mulheres ao longo do trabalho.

A utilização do Desenho da Figura Humana iniciou-se com Machover, fundamentada no fato de que o desenho expressa a dinâmica da personalidade, sendo uma técnica projetiva baseada no conceito de imagem corporal.

No presente trabalho o desenho não interessou enquanto teste, mas sim como recurso para uma maior sistematização e avaliação da eficácia da dança nesta amostra. Por esta razão substituímos o “desenho da figura humana” pelo “desenho do próprio corpo”.

Como elementos para orientar a análise dos dados coletados na observação dos desenhos seguiu-se o roteiro sugerido por Wahba <sup>(3)</sup>, que propõe a organização dos seguintes itens: **1. Relação do próprio corpo com o espaço** (tamanho do desenho; localização na folha; contorno do desenho e limites do corpo; movimento implícito à figura); **2. Vivência do próprio corpo** (aspectos da postura e tipo de traçado, borraduras ou sombreados); **3. Autoconceito e auto-imagem** (tamanho; traçado, diferenciação sexual; expressividade das diversas partes do corpo; presença ou não de roupas e acessórios; idade aparente da mesma); **4. Imagem social** (posição da figura - frente, costas, perfil etc -; roupas e acessórios; localização do desenho; detalhes e tratamento do rosto; mãos e braços bem como sua proporção em relação ao todo da figura; roupas e acessórios; esteriótipos); **5. Afetividade envolvida na auto-imagem** (tipo de traçado; expressividade das partes do corpo; dificuldade no traçado de áreas específicas do corpo; tamanho e postura da figura; maneira de representar a identidade sexual); **6. Análise comparativa das duas figuras** (análise dos dados obtidos, bem como a elaboração da síntese final) .

Após a realização de cada desenho foi pedido um registro, por escrito, das impressões pessoais que cada aluna teve frente à observação dos mesmos. É importante ressaltar que na realização do segundo desenho a aluna não teve contato com o primeiro, sendo este apresentado só depois.

## **Resultados**

Das 130 mulheres atendidas, apenas 40% ficou até o final dos doze encontros propostos, havendo uma desistência significativa de 60% das alunas principalmente entre

os três primeiros dias do trabalho e também, mas em número mais reduzido, no último dia do curso quando o segundo desenho seria realizado.

Em relação a esta amostra de desistentes foram observados aspectos que chamaram bastante a atenção quanto à auto-imagem dessas mulheres. Em 70% deles a imagem corporal aparece bastante distorcida quando comparada à amostra das alunas que permaneceram no curso, ocorrendo ausência de partes do corpo, traços muito descontínuos de contorno da figura, falta de definição do corpo, imagens infantilizadas e estereotipadas (baleia, urso panda) sendo que uma delas não conseguiu se representar desenhando uma paisagem.

Os comentários a seguir relatam as impressões que as mulheres dessa amostra de desistentes escreveram sobre o próprio desenho:

*“Um urso panda redondo, quase em extinção, com olheiras, na verdade eu me sinto uma bola, mas com a docilidade dos ursos, observei que meus pés não estão no chão, é meu auto-retrato”*

*“Sinto-me com o corpo horrível, seios caídos, o abdome forma uma bolsa, quadris caídos, enfim estou péssima com a minha flacidez”*

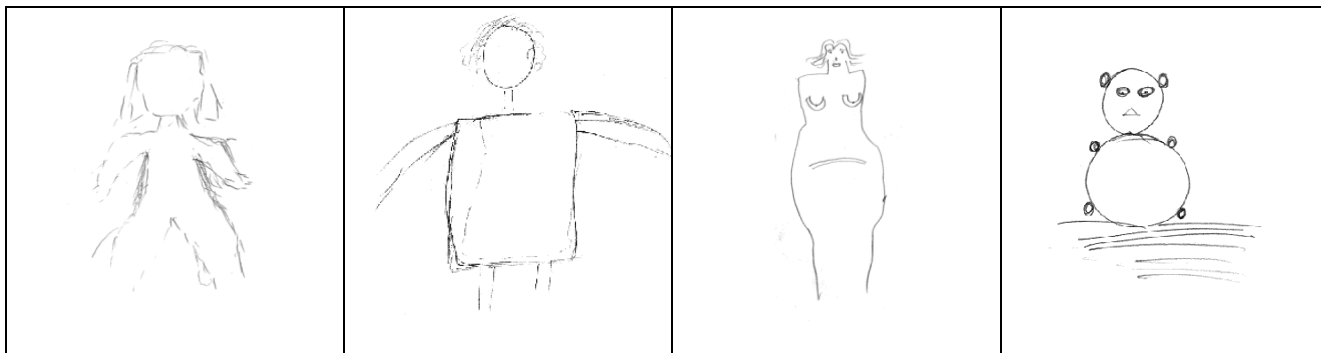
*“Foi difícil todo o desenho pois não sei me desenhar”*

*“Não gostei de nada”*

*“Só sei fazer desenho estilizado e nada por hora me chamou a atenção”*

*“Acredito que eu não consiga me representar com exatidão porque não me conheço de verdade”*

A seguir foram selecionados quatro desenhos realizados por alunas desistentes:



Analisando os relatos sobre a “história do corpo” observou-se que a maioria das alunas mencionou o momento de vida em que perceberam que houve aumento de peso. Nesse material o sobrepeso foi associado a vários fatores: ao próprio nascimento; ao ingresso à vida adulta; ao casamento; à primeira gravidez; ao nascimento do filho; à mudança de cidade; à mudança do estilo de vida; ao afastamento dos estudos; à perda ou afastamento do emprego; ao stress emocional; à separação; à perda de um ente querido; à cirurgia ou problema físico; à aposentadoria; à menopausa.

Abaixo foram selecionados algumas falas sobre a “história do desenho” onde a mulher obesa aborda a atitude de levar uma vida em termos das necessidades e reações dos outros:

*“Me dediquei mais aos outros do que a mim mesma, procuro então atualmente deixar transparecer essa outra pessoa que procura esconder-se e mostrar realmente o que sou no meu íntimo, sem receios, sem preconceito e ser feliz”*

*“Após o casamento, mais problemas, mais responsabilidades, filhos e na verdade acabei esquecendo de mim e comendo demais”*

*“Fiquei gorda pelo desprezo do meu marido sempre achando que eu não estava mais como eu era”*

A figura da mãe também aparece presente em alguns relatos:

*“Minha mãe me achava magrinha quando criança e me entupiu de vitaminas para engordar”;*

*“Engordei quando tive que cuidar da minha mãe e após o falecimento dela”*

*“Certa vez, olhando umas fotografias, eu não conseguia saber se era eu mesma ou a minha mãe- que é uma obesa”*

Analisando a amostra total dos 130 primeiros desenhos de forma mais detalhada observou-se a ocorrência de aspectos comuns.

Em 70% dos desenhos foram observados traçados descontínuos sendo que em 60% a figura é representada ora de forma avantajada ora muito pequena . Houve o aparecimento, em 30% dos desenhos, de traçados mais sombreados nas regiões sexuais bem como ausência de roupa. A ausência de traços femininos no primeiro desenho chegou a 70%. O quadril, em 90% dos desenhos foi representado, ora de forma avantajada ora com

pouca ou nenhuma definição. O rosto foi outro aspecto que chamou muito a atenção sendo que em 60% da amostra ele aparece sem expressão, com olhos vazados ou fechados. Em 50% dos desenhos a figura aparece acima do centro da folha como se estivesse solta. Em 30% da amostra a figura aparece infantilizada. Em 45% dos desenhos os pés aparecem ora pequenos demais, ora grandes e quadrados, ausentes ou tocando o chão apenas com a ponta. Cerca de 40% da amostra apresenta uma imagem corporal distorcida, onde as partes do corpo aparecem pouco definidas. Em 85% da amostra aparece curiosamente distorções relacionadas aos braços e mãos com representações de um lado maior que o outro, membros curtos e distorcidos. A ausência de mãos e/ou braços cruzados para trás foi observada em 60% da amostra. O tórax desenhado de forma “quadrada” aparece em cerca de 45% desta amostra.

A seguir estão mencionados, de forma literal, alguns dos comentários feitos pelas alunas a respeito do primeiro desenho:

*“Existe no desenho uma falta de proporcionalidade, braços curtos e grossos, pernas compridas cabeça e o rosto são muito grandes, quanto ao meu cabelo não consegui desenhar”*

*“Consegui expressar meu quadril exatamente do jeito que é, é a parte onde tenho mais complexo”*

*“Eu não gostei do abdômen porque ele é muito gordo, o olhar fechado”*

*“O lado esquerdo e o lado direito estão desproporcionais. Os dedos estão longos demais, seios pequenos e pouco bumbum, não sobrou espaço para desenhar os pés”*

*“Meu desenho mostra que meu corpo está reto e sem curvas, estou quase um robô”*

*“Difícil representar o pé, o quadril é muito grande”*

*“Tentei desenhar a feminilidade que estou buscando, porém a expressão facial ficou bizarra, gostei do vestido, pois sempre me vejo de calças compridas”*

*“Achei meu desenho másculo, um pouco sem formas delicadas, tentei me retratar mas ficou muito bruto, posso dizer que não sou eu”*

O segundo desenho foi realizado após as doze aulas de dança do ventre e os resultados são decorrentes da análise gráfica de uma amostra de 55 mulheres obesas. Estes resultados foram comparados em relação aos resultados obtidos no primeiro desenho.

Em 80% dos desenhos foi observado o aparecimento de traços femininos como adereços, presença de curvas no corpo, partes femininas mais diferenciadas, aparecimento de roupas femininas, cabelos mais desenhados. O quadril aparece em 70% dos desenhos mais definido e em boa proporção com as demais partes do corpo. A cintura também aparece nos desenhos. Outro fator bastante interessante encontrado foi o ajuste mais adequado do tamanho da figura em relação às dimensões do papel e o aparecimento de um traçado mais firme verificados em 50% dos desenhos. Observando o segundo desenho também nota-se que em 50% da amostra existe uma melhora significativa da proporção de cada parte da figura em relação ao corpo, resultando num todo mais harmonioso.

Em 70% dos desenhos a figura aparece mais centralizada, diferente do primeiro desenho onde a figura estava no alto da folha. Os pés são representados em toda a amostra sendo que na maioria deles aparecem de forma mais delicada. Os braços aparecem em 50% da amostra mais soltos e desatados, ocorrendo o aparecimento das mãos em 80% dos desenhos. A expressividade do rosto, os contornos da cabeça e olhos abertos são verificados em 75% dos desenhos, demonstrando um semblante mais vivo e feliz.

Em 50% dos desenhos a figura está em movimento, diferente do primeiro desenho onde a figura foi representada de forma rígida e parada.

A seguir estão mencionados de forma literal alguns dos comentários feitos pelas alunas a respeito do segundo desenho, na comparação com o primeiro:

*“Estou mais bonita, mais feminina, parece que os sentimentos foram para o lugar”*

*“Um corpo feminino, com quadril, cintura, seios, os traços do rosto estão mais suaves”*

*“Há mais detalhes no segundo desenho, sinto-me mais solta, com um olhar mais feliz, mais descontraído”*

*“Fiquei mais alegre, me soltei mais, peguei o gosto pela vida, fiquei mais sensual”*

*“Essa sou eu, não como gostaria de ser, mas sou, estou contente pois já pesei 97 kilos e hoje estou com 74 kilos, estou desesperada para pelo menos pesar 68 kilos”.*

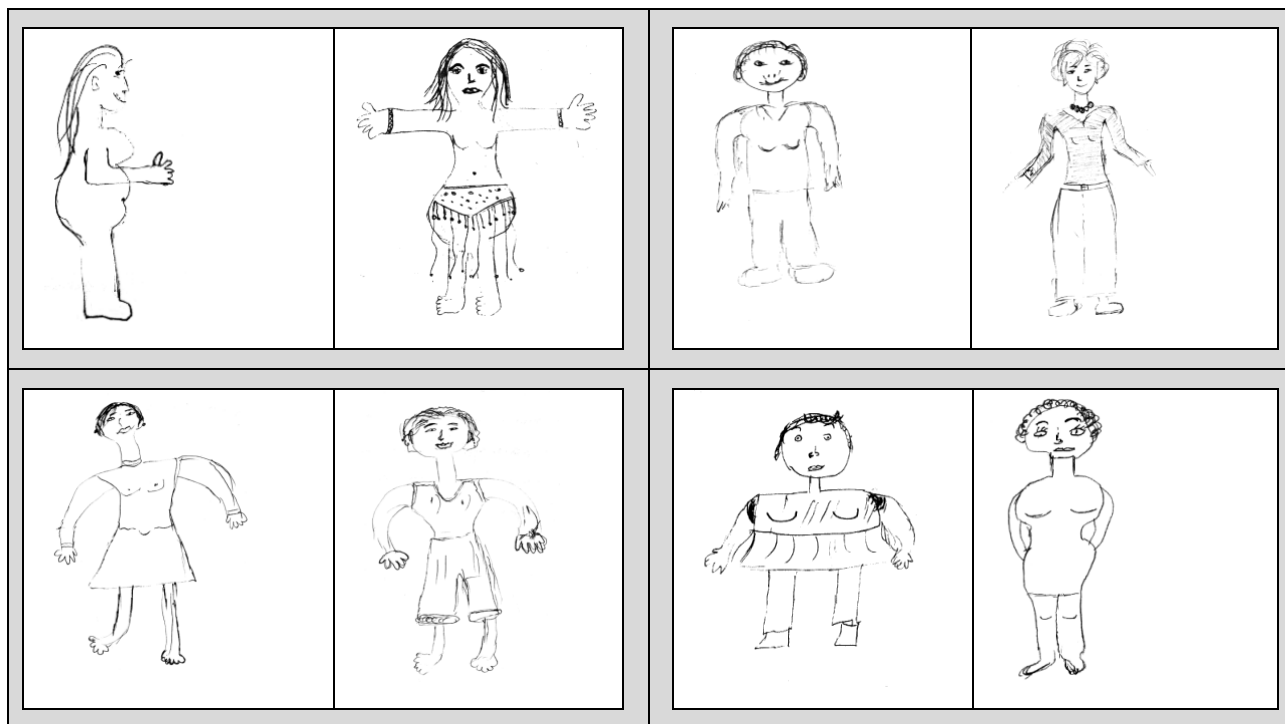
*“A expressão facial está mais alegre, estou mais enfeitada, o corpo está mais harmônico”*

*“Desenhei o corpo inteiro, ele está em movimento e vestido com a roupa da dança do ventre, o traço está mais mole e menos carregado, parece que estou menos rígida para desenhar”*

*“Parece que estou mais relaxada, braços abertos, não me escondendo muito, mais descontraída”*

A seguir foram seleccionados alguns pares de desenhos feitos pelas alunas, sendo que o da esquerda corresponde ao primeiro desenho e o da direita ao segundo, respectivamente:





## Discussão e Conclusão

Observou-se que dentre os três primeiros encontros do curso houve um número significativo de desistência por parte das alunas. Ao serem analisados os desenhos dessa amostra de desistentes foram verificadas grandes distorções em relação à imagem corporal (traçados muito descontínuos, ausência de partes do corpo, imagens estereotipadas) bem como relatos que indicaram acentuada resistência em relação ao contato com o próprio corpo (“foi difícil tudo”, “não gostei de nada”, “não consigo me representar”) quando comparadas ao material das mulheres que permaneceram no curso. Esse dado foi bastante relevante para justificar o motivo da ocorrência deste evento bem como a hipótese inicial deste trabalho de que a mulher obesa apresenta uma perturbação básica na autopercepção e na consciência do corpo. Neste caso, quanto maior for este comprometimento, maior será sua dificuldade de encarar estas questões.

Analisando os relatos sobre a “história do corpo” observou-se que a maioria das alunas associou o ganho de peso a algum momento específico de vida. Como o foco deste trabalho foi abordar a influência da dança do ventre sobre a imagem corporal de mulheres obesas, não houve interesse em se fazer um aprofundamento sobre as causas que levaram

essas mulheres à obesidade. De qualquer forma achou-se importante mencionar alguns dados significativos que apareceram espontaneamente na “história do corpo”.

O sobrepeso apareceu relacionado à causas diversas mas mesmo assim uma grande parte destas mulheres o associou a etapas marcantes do desenvolvimento feminino: ao ingresso à fase adulta e portanto à forma de cada uma sentir-se e colocar-se como mulher, à gravidez, ao nascimento do filho, à menopausa.

Em alguns relatos a mulher obesa aborda a atitude de levar uma vida em termos das necessidades e reações dos outros. Esta atitude da mulher obesa também denota uma emoção reprimida, submissão e incapacidade de viver a própria vida.

A figura da mãe também aparece presente e de forma significativa em alguns relatos. Woodman comenta que existe uma influência significativa do ambiente familiar sobre a mulher obesa onde a ingestão de comida acaba servindo para suprir necessidades emocionais familiares e relata que a mãe, neste caso, costuma ter uma tendência mais controladora.

Analisando a amostra global dos 130 primeiros desenhos observou-se a ocorrência de aspectos bastante comuns.

A ocorrência significativa da figura ora sendo representada de forma avantajada ora muito pequena e a presença de traçados descontínuos indicam uma perda da imagem e limites do próprio corpo, justificando o fato de que na obesidade a mulher não consegue experimentar sua própria dimensão corporal não sabendo psicológica e fisicamente onde começa e onde termina. A presença de traçados mais sombreados nas regiões sexuais e a ausência de roupa também sugerem um conflito relacionado à auto-imagem resultando numa identidade mais fragilizada.

A ausência de traços e partes do corpo ligadas ao feminino, ausência do quadril, rosto inexpressivo, olhos vazados e fechados apontam para uma perda da identidade feminina na obesidade ao levarmos em consideração que o quadril está ligado à vivência da sexualidade e o rosto à face com que nos apresentamos para o mundo.

Outro dado significativo foi a posição da figura no alto da folha como se estivesse solta ou voando, sugerindo uma tendência à fantasia. Da mesma forma a presença de desenhos infantilizados indica uma atitude mais fantasiosa. Segundo Woodman, o ego fraco da mulher obesa leva à incapacidade de lidar com a realidade e isso leva à uma fuga à fantasia, que tende a ser bem inflada. Os pés também aparecem pequenos, grandes e quadrados, ausentes ou só com a ponta tocando o chão. Se lembrarmos que é por meio dos

pés que dá-se uma relação mais concreta do indivíduo com a terra e com o que é material, a representação dele no desenho simboliza a forma com que a pessoa se coloca ou se movimenta no mundo. Este dado encontrado no desenho reafirma a dificuldade de contato que a obesa tem se colocar na realidade priorizando o mundo da fantasia.

A ocorrência de uma imagem corporal distorcida, sem forma definida, ligada aos braços e mãos (um lado maior que o outro, membros curtos e distorcidos, ausência de mãos, braços cruzados para trás) também apareceram de forma preponderante nos desenhos. Braços e mãos são partes por meio das quais basicamente o indivíduo estabelece contato tanto em termos das relações afetivas como em termos da atuação concreta sobre o meio. Verificamos que através desta amostra existe uma dificuldade da mulher obesa de se relacionar e “abraçar” o mundo o que justifica o seu isolamento e a falta de contato mútuo com o meio. Este dado também indica uma dificuldade de crescer no mundo e que para tanto exigiria que as fantasias fossem colocadas à prova.

O tórax representado de forma “quadrada” aponta para um conflito na área emocional. A simbologia desta área está relacionada ao lugar dos sentimentos, visto que no seu interior se localiza o coração. Woodman aponta que a mulher obesa tem uma rigidez com relação aos seus sentimentos resultando na rigidez física e no bloqueio de energia, onde frustrações, agressividade e incapacidade de ajusta-se à realidade são expressas na ânsia por comida.

Em relação aos relatos obtidos no primeiro desenho observou-se que de forma geral as alunas tiveram dificuldade de representar o próprio corpo. Os fatores que mais as incomodaram ao analisarem seus próprios desenhos foi quanto à desproporção entre as partes do corpo, a falta de detalhes e a rigidez encontrada nas figuras, além da dificuldade de desenhar o rosto. O dificuldade de representar o quadril e a ausência das partes do corpo relacionadas ao feminino tornou-se bastante evidente na amostra. No geral existiu uma auto-crítica muito grande e desejo de perfeição gerando descontentamento em relação aos resultados dos desenhos. Esses dados confirmam que a mulher obesa apresenta uma imagem corporal distorcida e perda do feminino além de um desejo de perfeição contrabalançado por sentimento de falta de valor interior.

O segundo desenho foi realizado após as doze aulas de dança do ventre. Para as alunas este momento do curso representou uma síntese do resultado do trabalho com o corpo vista de forma mais concreta, mais objetiva.

Independente do resultado dos desenhos verificou-se que ao longo desses encontros foram sendo observadas mudanças crescentes de comportamento bastante visíveis nessas mulheres. Uma das mudanças mais comuns foi em relação à incorporação do feminino. A maioria começou a cuidar mais da aparência para fazer a aula de dança, trazendo adereços, usando maquiagem, utilizando saia e roupas mais ajustadas ao corpo evidenciando seus contornos. A dança do ventre ajudou muito neste sentido pois vestir-se de forma mais feminina era um requisito para a aula e o interessante é que isso pôde ser incorporado para além desse espaço. Uma das alunas relata que conseguiu ir à praia vestindo um maiô sem se preocupar com a opinião dos outros sobre seu corpo, coisa que há muito tempo não fazia. Mais de uma aluna relatou que depois de muito tempo estando separada ou sozinha, sentiu-se mais segura e confiante para construir um relacionamento afetivo. Outras relataram que conseguiram expandir o contato social participando de festas e eventos sem terem vergonha do corpo, pois através da dança tiveram a oportunidade de se mostrarem como realmente são e serem aceitas.

Analisando o segundo desenho, realizado após as aulas de dança do ventre, foram observadas mudanças bastante significativas quando comparado ao primeiro.

Em quase todos os desenhos nota-se o aparecimento de elementos femininos como adereços, corpo curvilíneo, partes femininas mais diferenciadas, roupas femininas e cabelos mais desenhados. O quadril e a cintura também aparecem mais definidos e em boa proporção com as demais partes do corpo. O tamanho da figura ficou mais proporcional em relação à folha bem como houve o aparecimento de um traçado mais firme sugerindo uma melhor relação com o corpo e auto-imagem mais positiva. Houve melhora significativa da proporção de cada parte do corpo em relação ao todo da figura, estando esta mais centralizada, o que resultou num todo mais harmonioso. A expressividade do rosto, os contornos da cabeça e olhos abertos são muito visíveis demonstrando um semblante mais vivo e feliz. O conjunto desses dados confirmam a hipótese da influência da dança do ventre na reconstrução da imagem e identidade corporal feminina em mulheres obesas.

Os pés foram desenhados de forma mais delicada e estavam presentes em todos os desenhos, o que sugere uma atitude mais orientada para a realidade. Os braços aparecem desatados e mais soltos, ocorrendo a visualização das mãos na maioria dos desenhos, o que indica um aumento do contato dessas mulheres com o meio e consigo mesmas. O tórax aparece de forma mais natural e não “quadrado”, como no primeiro desenho, sugerindo

uma melhor canalização dos sentimentos. O movimento também aparece presente em grande parte dos desenhos sugerindo uma atitude mais ativa frente à vida.

Em relação aos relatos sobre a impressão do segundo desenho observou-se que de forma geral as mulheres estão mais satisfeitas com o corpo. Percebem a presença significativa de traços femininos na figura além de rosto e olhar mais expressivos. Pôde ser observado também um detalhamento maior do corpo e uma composição mais harmônica do seu tamanho e ajuste na figura no papel. O corpo também foi percebido mais solto, flexível e em movimento. Em alguns relatos ainda existe uma tendência ao auto-controle e perfeccionismo em relação ao corpo. Mesmo assim, esta atitude apareceu de forma pouco significativa, revelando que para a maioria houve melhora da auto-estima.

Apareceram também relatos com referência aos próprios sentimentos sugerindo a presença de afetividade. De forma geral pôde ser observado que o recurso da dança do ventre possibilitou, numa amostra significativa de mulheres obesas, a construção de uma auto-imagem corporal mais estruturada e positiva, fazendo emergir uma identidade feminina.

### **Referências Bibliográficas**

- 1. Woodman, M. ; A Coruja era Filha do Padeiro - Obesidade, Anorexia Nervosa e o Feminino Reprimido**, Ed. Cultrix, São Paulo, 1980
- 2. Corbett, N. Q. ; A prostituta Sagrada - A Face Eterna do feminino**, Ed. Paulinas, São Paulo, 1990
- 3. Farah, R. M. ; Integração Psicofísica - O Trabalho Corporal e a Psicologia de C. G. Jung**, Ed. Probel, São Paulo, 1995
- 4. Portinari, M. ; A História da Dança**, Ed. Nova Fronteira, Rio de Janeiro, 1989
- 5. Schilder P. ; Imagem do Corpo - As Energias Construtivas da Psique**, São Paulo, Livraria Martins Fontes Ed. Ltda, São Paulo, 1981