



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I - CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**GABRIELA CARLA VASCONCELOS MARTINS**

**IMPLICAÇÕES DE IMAGEM E PADRÃO CORPORAL NOS CORPOS QUE  
DANÇAM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**CAMPINA GRANDE - PB**

**2023**

GABRIELA CARLA VASCONCELOS MARTINS

**IMPLICAÇÕES DE IMAGEM E PADRÃO CORPORAL NOS CORPOS QUE  
DANÇAM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba como requisito para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

**Orientadora:** Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Elaine Melo de Brito Costa

CAMPINA GRANDE - PB

2023

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

M386i Martins, Gabriela Carla Vasconcelos.  
Implicações de imagem e padrão corporal nos corpos que dançam [manuscrito] : uma revisão integrativa / Gabriela Carla Vasconcelos Martins. - 2023.  
25 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.

"Orientação : Prof. Dr. Dr<sup>a</sup>, Elaine Melo de Brito Costa, Departamento de Educação Física - CCBS. "

1. Dança. 2. Imagem corporal. 3. Padrão corporal. I. Título  
21. ed. CDD 613.7

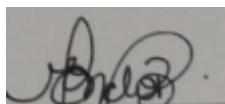
GABRIELA CARLA VASCONCELOS MARTINS

**IMPLICAÇÕES DE IMAGEM E PADRÃO CORPORAL NOS CORPOS QUE  
DANÇAM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba como requisito para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

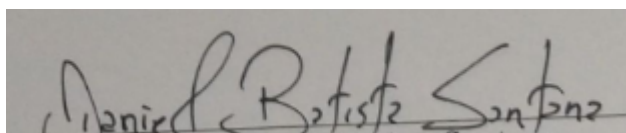
Aprovado em: 28/11/2023

**BANCA EXAMINADORA**



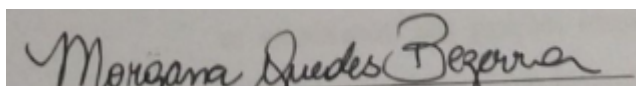
---

**Profª. Drª. Elaine Melo de Brito Costa**  
Professora Orientadora / DEF - UEPB



---

**Prof. Me. Daniel Batista Santana**  
Professor Avaliador / DEF - UEPB



---

**Profª. Me. Morgana Guedes Bezerra**  
Professora Avaliadora / DEF - UEPB

Dedico este trabalho a todos os apaixonados pela dança que, em algum momento, se sentiram inadequados por não se encaixarem nos padrões ideais de corpo. Que estas palavras sirvam como um lembrete de que a dança é um espaço onde a beleza se manifesta na autenticidade e na paixão por ela, independentemente de qualquer padrão corporal imposto.

## **SUMÁRIO**

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	6
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b>	9
<b>2.1 O corpo que dança</b>	9
<b>2.2 Imagem corporal no corpo que dança</b>	12
<b>3 MATERIAIS E MÉTODOS</b>	12
<b>3.1 Bases de dados e estratégias de busca</b>	12
<b>3.2 Análise e seleção dos artigos</b>	12
<b>3.3 Critérios de inclusão e exclusão</b>	12
<b>3.4 Procedimentos de Coletas de dados</b>	12
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b>	12
<b>4.1 Danças e imagem corporal</b>	16
<b>4.2 Danças e morfologia corporal</b>	17
<b>4.3 Estudos sobre imagem e satisfação corporal na vivência dos estilos de danças</b>	18
<b>4.4 Danças e gênero: a baixa recorrência de homens na amostragem da pesquisa</b>	20
<b>5 CONCLUSÃO</b>	20
<b>REFERÊNCIAS</b>	22
<b>AGRADECIMENTOS</b>	24

## RESUMO

### IMPLICAÇÕES DE IMAGEM E PADRÃO CORPORAL NOS CORPOS QUE DANÇAM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Gabriela Martins \*

Elaine Costa \*\*

A temática central deste estudo está ligada à discussão sobre o corpo, mais precisamente, à imagem corporal e aos padrões corporais em relação à prática da dança. A pesquisa estabeleceu como objetivo geral investigar de que forma o padrão de corpo ideal afeta dançarinos profissionais e não profissionais em sua vivência na dança, para isto, foi necessário identificar os desdobramentos de imagem corporal existentes na sociedade atual no corpo que dança, apontar as modalidades de dança em que as imposições estéticas de corpo são mais (e menos) recorrentes, considerando a vivência de praticantes e apontar quais são os transtornos relacionados à imagem que acompanham a busca deste corpo ideal para a dança. A fim de responder os objetivos foi realizado uma pesquisa integrativa nas bases de dados Scielo e Pubmed com os descritores: imagem corporal AND dança e seus respectivos termos em inglês. Para a análise foram selecionados 5 artigos que foram discutidos em categorias temáticas criadas por esta pesquisa, sendo elas: danças e imagem corporal, danças e morfologia corporal, Estudos sobre imagem e satisfação corporal na vivência dos estilos de danças e danças e gênero: a baixa recorrência de homens na amostragem da pesquisa. Ao fim deste estudo foi possível observar que a maioria dos estudos se concentra no ocidente e em seu padrão de beleza vigente, indo além da magreza corporal, pois a dança sofre influências do gênero, distúrbios alimentares, uso de espelhos e figurinos. As contribuições para a Educação Física são evidenciadas pela importância da discussão sobre a sensibilidade dos professores e instrutores de dança para a diversidade de corpos e aparências corporais, incentivando-os a criar ambientes mais saudáveis e promover o desenvolvimento de uma autoconsciência corporal positiva, além de discutir sobre distúrbios alimentares e pressões estéticas excessivas entre os entusiastas da dança.

**Palavras-chave:** Dança. Imagem corporal. Padrão corporal.

## ABSTRACT

The central theme of this study is the discussion about the body, more precisely the body image and body standards related to dance practice. The research established as a general objective to investigate how the ideal body standard affects professional and non-professional dancers in their dance experience. For this, it was necessary to identify the body image developments that exist today's society in the body that dances, point out the modalities of dance in which aesthetic impositions on the body are more (and less) recurrent, considering the experience of practitioners and pointing out which are the image-related disorders that

---

\* Aluna de Licenciatura em Educação Física - [gabriela.martins@aluno.uepb.edu.br](mailto:gabriela.martins@aluno.uepb.edu.br)

\*\* Dr<sup>a</sup> em Educação Física - [elainembcosta@servidor.uepb.edu.br](mailto:elainembcosta@servidor.uepb.edu.br)

accompany the search for this ideal body for dance. In order to answer the objectives, integrative research was carried out in the Scielo and Pubmed databases with the descriptors body image AND dance and their respective terms in English. For the analysis, 5 articles were selected and discussed in thematic categories created by this research, which was: dances and body image, dances and body morphology, studies on image and body satisfaction in the experience of dance and dance styles and gender: the low recurrence of men in the research sample. At the end of this study, it was possible to observe that most studies focus on the west and its current beauty standards, going beyond body thinness, since dance is influenced by gender, eating disorders, use of mirrors and attires. Contributions to Physical Education are evidenced by the importance of discussing the sensitivity of dance teachers and instructors to the diversity of bodies and bodily appearances, encouraging them to create healthier environments and promoting the development of positive body self-awareness, in addition to discussing eating disorders and excessive aesthetic pressures among dance enthusiasts.

**Keywords:** Dance. Body Image. Body Standards.

## 1 INTRODUÇÃO

A temática central deste estudo está ligada à discussão sobre o corpo, mais precisamente, à imagem corporal e aos padrões corporais em relação à prática da dança. Minha motivação para conduzir esta pesquisa é influenciada por minhas experiências pessoais na dança, bem como pela minha formação profissional no curso de licenciatura em Educação Física.

Na construção da contextualização desta pesquisa, inicialmente, recorre-se ao pensamento de Mauss (1934) para tratar sobre técnicas corporais. Para o autor, tais técnicas são aprendidas e ensinadas, tidas como forma de expressão cultural e de comunicação não-verbal capaz de transmitir emoções e ideias. As técnicas corporais podem ser usadas para estabelecer relações sociais e fortalecer a coesão do grupo, enfatizando também, que o corpo é moldado por elas. Este autor menciona a dança como uma das técnicas corporais de movimento, sendo exposta na seção de jogos corporais.

Le Breton (2007) corrobora Mauss (1934) ao dizer que através do corpo e da corporeidade, o homem faz do mundo a extensão de sua experiência, seja no papel de emissor ou receptor, o corpo produz sentidos continuamente e assim insere o homem, de forma ativa, no interior de dado espaço social e cultural.

Para Le Breton (2007), o estudo do corpo é especialmente relevante quando se busca compreender os fenômenos sociais contemporâneos, uma vez que as mudanças na sociedade muitas vezes são refletidas e manifestadas através das práticas e representações corporais. Com relação às aparências, este autor discute que ela é a maneira como as pessoas se apresentam socialmente no dia a dia. As aparências envolvem dois aspectos: o comportamental, influenciado pelas normas culturais e de moda, e o físico, que inclui características como altura, peso e qualidades estéticas. Ambos os aspectos podem ser usados pelos outros para classificar o indivíduo em categorias sociais ou morais específicas.

Para Silva e Gonçalves (2020), o corpo estrutura-se pela sua forma de ser no mundo, sendo um ícone aberto e composto de significados que é elaborado com o desenvolvimento integral do ser. Ainda que um corpo apresente semelhanças, a forma que cada corpo se expressa no mundo é única.

Segundo Marques (1998), o nosso corpo expressa nosso gênero, nossa etnia, faixa etária, crenças, classe social. A junção desses fatores faz com que o corpo seja algo além do biológico, fazendo parte e sendo influenciado pela construção de normas que regem nossa sociedade.



O corpo da sociedade ocidental que, durante a idade média, foi visto como fonte de pecados e praticamente esquecido em prol da melhoria espiritual, assume na sociedade capitalista contemporânea justificativas para os excessos. Atualmente, o corpo não apenas é necessário para o trabalho, mas também para o consumo de mercadorias, que irão proporcionar prazer e gozo, tornando-se, portanto, o centro das preocupações (Lima, Batista, Lara Junior, 2013).

Outro ponto bastante discutido na atualidade, é a midiaticização do corpo e seus impactos na forma com que as pessoas se veem. Para Batista (2019), os meios de comunicação desempenham um papel importante para criar desejos e reforçar imagens de um padrão de beleza ideal, fazendo com que os corpos que estão fora dessas medidas se sintam cobrados e insatisfeitos com sua imagem corporal.

Um mercado em crescimento constante oferece produtos destinados a melhorar a aparência, promovendo a ideia de que a imagem pessoal é uma espécie de "cartão de visita" vivo, sendo o corpo o melhor trunfo para manter benefícios narcísicos e sociais. Para isto, roupas, cosméticos, práticas corporais e outros itens desejados contribuem para a construção da identidade social. O corpo desempenha um papel central na busca pelo bem-estar e pela juventude, dessa forma, é comum a prática de exercícios, musculação, uso de cosméticos e dietas para alcançar o objetivo de atender às normas sociais de sedução, ou seja, atender à forma como os outros percebem a pessoa (Le Breton, 2007).

Sabendo que o corpo também é uma construção social que os padrões de beleza instituídos pela sociedade, mídia e capitalismo, que dita a necessidade de consumo de mercadorias e procedimentos para que esse corpo sempre se mantenha dentro do padrão de beleza ocidental: belo, jovem e magro, é natural a busca de práticas corporais que ajudem a alcançar esse padrão de beleza ou melhorar a satisfação com o corpo.

Acredita-se que a dança seja uma das práticas corporais mais buscadas para promover uma maior satisfação com a imagem corporal.

Segundo Ramos; Medeiros (2018), dançar é uma forma de manifestação que proporciona ao indivíduo o desenvolvimento da expressão corporal, além de ser capaz de modificar a imagem corporal e melhorar da autoimagem. Porém, nem sempre a dança quando praticada de forma regular e artística influencia positivamente na melhora da autoimagem e satisfação corporal.

O corpo que dança comunica toda uma história cultural, social, psicológica e biológica através de seus movimentos, percebidos a partir dos aspectos culturais nos quais estão inseridos os indivíduos que constroem a dança (Siqueira; Siqueira, 2004).

Por definição, o corpo ideal é um corpo que se constitui em intensas relações de poder em cada época (Marinelli; Bortolini, 2004). Dessa forma, pode-se dizer que a sociedade age sobre o corpo, determinando como o corpo é visto e admirado, a depender da época que o corpo está situado.

Os perfis de beleza, sensualidade, charme e saúde funcionam como construções mentais capazes de preencher o imaginário social, codificando sentidos e produzindo diferentes formas de constituição de história corporal (Thomaz Junior; Martins, 2006).

Trazendo a reflexão ao campo da dança, na dança clássica, o corpo magro surgiu devido às imagens etéreas dos seres que flutuavam e que perduram até os dias atuais. Segundo Thomaz Júnior e Martins (2006), essa preocupação estética recai sobre a mulher para que ela sempre se mantenha magra, ainda que o conceito de beleza tenha modificado desde o início da dança clássica até hoje e ainda que importando a idade ou condições físicas-socioeconômicas não contribuam para a manutenção desse padrão corporal eurocêntrico.

Já na dança contemporânea, o corpo que dança, assumiu um outro sentido, sendo também parte do espaço cênico da dança. Segundo São José (2011), a dança contemporânea

traz diferentes olhares do/para o corpo, em diferentes formas de apresentações dos corpos dançantes, nos diversos espaços cênicos. Neste tipo de dança, inexistente um corpo ideal, pois o corpo apresenta-se sem padrões estéticos definidos. Entretanto, percebe-se para fins profissionais que existe uma exigência de manter o corpo dentro dos padrões estéticos semelhantes ao balé clássico.

Por mais que existam outras interpretações de corpo ideal ou perfeito para a dança, a partir de visões de outros tipos de dança, ainda é comum a ideia do corpo ideal ou perfeito para a dança se reproduzir nesse “modelo” da bailarina clássica, já que o gênero que é mais socialmente aceito para praticar este estilo de dança é o gênero feminino.

Nesse contexto, as problemáticas dessa pesquisa são:

1. De que forma se revela a construção do corpo ideal para a dança profissional ou amadora, entre dançarinos? 2. Dentre as danças, em suas diversas modalidades ou estilos de dança, os corpos “sofrem” imposições estéticas com maior frequência? 3. Quais aspectos são vistos como sendo fora do padrão para dançar?

Dessa forma, a pesquisa estabeleceu como objetivo geral investigar de que forma o padrão de corpo ideal afeta dançarinos profissionais e não profissionais em sua vivência na dança. Quanto aos objetivos específicos: 1. Identificar os desdobramentos de imagem corporal existentes na sociedade atual no corpo que dança; 2. Apontar as modalidades de dança em que as imposições estéticas de corpo são mais (e menos) recorrentes, considerando a vivência de praticantes; 3. Apontar quais são os transtornos relacionados à imagem que acompanham a busca deste corpo ideal para a dança.

A relevância desta pesquisa apoia-se no argumento de Saura; Zimmermann; Rubio (2017), ao afirmarem que os estudos na área de conhecimento sociocultural da Educação Física como um dos campos de uma ciência, ainda em construção, têm enfrentado grandes desafios desde o seu surgimento no cenário das discussões da área. Além das dificuldades iniciais intrínsecas à inauguração de um campo de pesquisa, há o teor de reconhecer e abordar problemas diferentes do fazer pesquisa valorizado pela política nacional de ciência e tecnologia.

Dentro da área de Educação Física existe a maior valorização de estudos em saúde e alta performance, diminuindo, por vezes, o saber sobre o corpo que extrapola a visão biológica. Devido a isto, o presente trabalho tem a sua importância teórica na contribuição dos estudos referentes ao corpo dentro da perspectiva sociocultural da Educação Física.

Com relação à Educação Física, a dança como um dos objetos de ensino/de conhecimento, que está inserida no bloco de conteúdos dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) de Educação Física, assim como, na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), ou seja, é legítimo o seu trato pedagógico na escola.

A relevância deste estudo para o campo de formação e atuação de professores de Educação Física revela-se ao apresentar reflexões pertinentes ao ensino das danças (na escola ou fora), de forma a disparar aspectos sobre as danças para além de eventos festivos. Portanto, a pesquisa, torna-se necessária para enfatizar o entendimento e o trato sobre a dança e o corpo que dança, como campos de linguagens, e de conhecimento da Educação Física Escolar.

Outra relevância a destacar, este trabalho poderá contribuir na atuação profissional e instituições de ensino escolar (ou não), como escolinhas de dança na educação básica, clubes, escolas de dança e escolas refletirem acerca de como os padrões corporais auto exigidos por dançarinos influenciam na capacidade de expressão do corpo que dança.

A importância do estudo de revisão como proposto por este trabalho é que ele é fundamental para auxiliar no desenvolvimento do campo científico sob investigação, uma vez que através da pesquisa de revisão há um entendimento maior sobre o tema, além de nortear futuros estudos. (Kitchenham, 2004).

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

A fim de abordar os pontos que este estudo propõe, é necessário fundamentar sobre o corpo que dança para em seguida discorrer sobre a imagem corporal neste corpo que dança

### 2.1 O corpo que dança

O corpo na dança não é apenas um veículo de execução, mas também comunica toda uma história que narra uma coreografia ao mesmo tempo que reflete nuances sociais e psicológicas às quais este corpo está submetido. Diversos autores discutem perspectivas distintas sobre a natureza do corpo que dança, cada um apresentando teorias diferentes sobre como compreender o corpo que está realizando a prática da dança.

Foster (1997) expõe sua concepção de que o corpo que dança é concebido como um corpo que passou por treinamento, modelagem e construção. Esta perspectiva vai além da dança como algo que indica uma expressão artística do ser humano, sendo, portanto, algo que demanda treinamento, preparação física e desenvolvimento técnico. Para o autor, o corpo é um instrumento essencial para a execução da dança. Nesta concepção, o corpo precisa ser treinado e modelado, ou seja, dançar não seria apenas uma atividade física ou uma forma de se expressar artisticamente, mas sim uma prática que requer habilidade física específica para a sua execução e um comprometimento técnico da pessoa que dança.

Esta concepção vai de encontro com as expectativas de muitos dos entusiastas da dança que buscam nela momentos de lazer e formas de se expressar criativamente, não dando tanta atenção ao comprometimento técnico e desenvolvimento físico que Foster menciona. Esta abordagem também contrapõe a perspectiva educacional que traz um papel emancipatório e crítico da dança, transcendendo os limites da técnica, fazendo com que os alunos sejam capazes de executar uma coreografia, mas também refletir sobre mensagens e significados críticos permeiam o corpo que dança.

Como a dança possui diversas características e transcende o movimento físico é necessário trazer outras abordagens sobre o que seria o corpo que dança. A perspectiva de Fraleigh (1987) expõe que o corpo que dança é um corpo fenomenológico e sensível. Isso significa que a experiência da dança é vista como uma vivência intensa e subjetiva, onde o corpo é sensível às sensações e às emoções evocadas pela dança. O foco desta perspectiva está na conexão entre o corpo que dança e suas experiências subjetivas. Desta forma, cada movimento corporal de uma coreografia, por exemplo, é diferente, pois cada bailarino possui experiências diversas de vida que dão forma à dança, ainda que estes movimentos corporais sejam os mesmos entre aqueles que executam a coreografia.

Nesta visão a dança se torna algo autêntico e individual uma vez que cada indivíduo possui uma narrativa única a partir de sua vivência, ou seja, não teria como dois indivíduos contarem a mesma história coreográfica ainda que os movimentos sejam os mesmos.

Essa perspectiva de corpo abre espaço para uma valorização de significados que o corpo traz consigo enquanto dança. A dança seria uma jornada única e subjetiva para cada participante.

Ao expandir nossa análise sobre o corpo que dança, temos a perspectiva do corpo como fenômeno social.

Segundo Weber (2009), o corpo como um fenômeno social relaciona-se com a concepção que ele é construção da sociedade, pois no corpo podemos perceber as inscrições e marcas de uma sociedade e a partir dele, podemos hierarquizar os modelos de corpos e eleger um corpo ideal. A autora também menciona que a dança é um microcosmo social, ou seja, sua prática reflete os valores da sociedade na qual está inserida e participa da construção de corpo,

seja intensificando os modelos vigentes de corpo ou propondo novas formas de integrar diferentes corpos em sua prática.

Weber corrobora Thomas Júnior e Martins (2006) que sugerem que o corpo que dança é um fenômeno social. Ou seja, gesto numa coreografia não é algo puramente técnico, mecânico, emotivo, mas também é algo que expressa uma cultura que reflete dinâmicas e valores da sociedade em que ela está inserida.

Esses autores trazem uma perspectiva que o corpo é uma tela na qual a sociedade desenha suas normas e hierarquiza tipos corporais, ditando o que é belo, o que é aceitável e o que não é. Com isso, temos a ideia de que a corporeidade também é social, estando o corpo sujeito às complexidades e questões da sociedade na qual ele está inserido.

A ideia de que o corpo é algo além do biológico e individual, que sofre influência de fatores que o hierarquiza evidencia que marcas e inscrições, condutas, práticas e instituições que tem como o foco o corpo exerce controle e poder sobre ele, podendo influenciar na aceitação e percepção corporal, tópico que será discutido mais adiante nesta pesquisa.

A prática da dança, que foi construída ao longo da história humana, reflete e sofre influências da sociedade que ela está inserida. Dessa forma, os corpos que dançam absorvem e incorporam normas, condutas e narrativas impostas pela sociedade.

Outra visão que discute sobre o corpo que dança é o corpo na perspectiva da fenomenologia. Dantas (2011), discorre sobre o corpo objeto, no qual o corpo é visto como um objeto entre objetos, uma máquina articulada que presta serviço à dança, estando em um tempo e num espaço mensuráveis. A visão fenomenológica do corpo é bastante discutida por Merleau Ponty, que cita em sua obra “Fenomenologia da percepção” de 1971 que tem consciência de seu corpo através do mundo e tem consciência do mundo devido a seu corpo.

Desta forma, o corpo fenomenológico refere-se a uma abordagem filosófica que foca na experiência subjetiva e na consciência do corpo como uma parte central da compreensão do mundo e da interação do indivíduo com ele.

Nos estudos sobre o corpo que dança, Lesage (1998), corrobora Merleau Ponty apontando que muitos bailarinos se reconhecem na abordagem do corpo fenomenológico, pois o corpo é indissociável da sua constituição como sujeito. Esta visão sobre o corpo considera que ele é mais que um objeto físico que executa movimentos, reconhecendo que o corpo que dança também é construído a partir da experiência subjetiva de seus bailarinos, ou seja, o corpo é inseparável da identidade pessoal.

Costa (2004), ao compreender a dança como um texto coreográfico, anuncia o corpo autor e espaço da dança numa relação de sujeito-objeto, de acordo com a perspectiva fenomenológica fundamentada em Merleau-Ponty. A autora traz o filósofo para argumento da tese de que o corpo é autor/sujeito, pois ele quem cria, se refaz o tempo todo para dar vida à dança. Ao mesmo tempo, ele é também espaço/objeto, pois ele é o primeiro espaço cênico de manifestação da dança, é nele que a dança existe.

Considerar essa abordagem faz com que bailarinos, professores e instrutores de dança entendam o corpo para além da técnica, reconhecendo-o como uma expressão única de suas identidades. Além disso, a compreensão fenomenológica enriquece a dança, fazendo com que ela seja uma expressão artística e filosófica, que transcende os limites do palco e integra-se à natureza íntima do indivíduo.

Em suma, o corpo que dança é multifacetado, refletindo diversos pontos de vista e filosofias. De forma a explorar a ligação entre o corpo e sua expressão, a análise se estenderá à visão da imagem corporal dentro do contexto da dança.

## **2.2 Imagem corporal no corpo que dança**

A imagem corporal vai além do movimento físico, pois a forma como cada bailarino interpreta seu corpo no espaço da dança é inerente à sua experiência artística, dessa forma, a imagem corporal influencia e é influenciada pela autopercepção do indivíduo e a sua expressão corporal. A partir deste contexto, analisaremos a imagem corporal no corpo que dança.

A imagem corporal pode ser definida como a visão que temos de nós mesmos, incluindo a forma, o tamanho e as proporções do nosso corpo e nossos sentimentos em relação a ele e suas partes segundo nossa avaliação (Tommaso, 2010).

Segundo Quinteiro (2013), a imagem corporal é multidimensional e multifatorial, sofrendo influências de fatores psicológicos, emocionais, culturais e da mídia.

A imagem corporal vai além da constituição física de um indivíduo, envolvendo as experiências subjetivas e emocionais de cada pessoa e assumindo um caráter de avaliação sobre si mesmo. A partir da visão de Quinteiro, podemos verificar que a imagem corporal tem um caráter multifacetado, pois inclui a forma que nós nos vemos a partir de experiências emocionais e sociais.

Portanto, simplificar o corpo que dança apenas como um instrumento técnico de executar coreografias é limitado, pois o corpo que dança incorpora uma consciência corporal que está envolvida num contexto histórico-social e é influenciada também pelas experiências subjetivas e emocionais do indivíduo. Esta perspectiva conforme discutida na visão social e fenomenológica do corpo que dança, mostra a conexão entre as experiências pessoais e socioculturais, salientando a rica natureza da imagem corporal, contribuindo para a visão holística e multifatorial do corpo que dança.

A percepção da imagem corporal é moldada por diversos fatores, a sociedade com seus ideais e valores projeta nos corpos a visão do que é desejável e aceitável. Segundo Bohm (2004), a mídia influencia negativamente na imposição de um padrão corporal, pois vende a ideia de que todos devem seguir um ideal de corpo padrão, ainda que a maior parte da população não se encaixe nesse molde de corpo ideal.

Neste sentido, a mídia também tem sua parcela na promoção de padrões estéticos, a partir de imagens que por vezes é inacessível para maior parte da população e que acaba influenciando algumas profissões impondo critérios específicos de estética corporal.

Segundo Simas et al. (2014) entre as diversas profissões que demandam estes critérios estão os bailarinos e eles apresentam uma incidência elevada de casos de insatisfação corporal.

No cenário da dança, um dos estilos que mais apresenta insatisfação corporal é o balé clássico. O culto ao corpo magro neste estilo de dança cria uma pressão constante em seus dançarinos, fazendo com que eles sejam um grupo de risco significativo para transtornos mais graves relacionados à imagem corporal (Castro; Magajewski; Lin, 2017).

A preocupação com a imagem corporal faz com que o bailarino se sinta pressionado não apenas para executar os movimentos técnicos do estilo de dança, mas também desencadeia alguns transtornos de imagem corporal, que muitas vezes são relacionados com ansiedade de performance, comparação excessiva com seus colegas e que afeta gravemente a saúde mental do indivíduo.

Em síntese, a imagem corporal no contexto da dança evidencia os diversos fatores que influenciam o corpo, sejam eles sociais, midiáticas ou estéticas. O corpo que dança possui uma vulnerabilidade aumentada de desenvolver insatisfação corporal, principalmente os dançarinos de balé clássico.

Entender os desafios que permeiam a imagem corporal de dançarinos é importante a fim de propiciar um ambiente psicológico mais saudável e inclusivo com aqueles que não percebem seu próprio corpo como sendo ideal para a dança.

Outro fator essencial para que a dança se torne um espaço mais saudável e sustentável para seus entusiastas é reconhecer o aspecto multifacetado dela e do corpo que dança, focando além da técnica coreográfica, mas também atentar-se para o bem-estar emocional dos dançarinos.

### **3. MATERIAIS E MÉTODOS**

#### **3.1 Bases de dados e estratégias de busca**

Trata-se de uma revisão integrativa, que é um método que proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

A revisão foi realizada utilizando os bancos de dados Scielo e Pubmed. Foram utilizados os descritores “body image e dance” na língua inglesa e “imagem corporal e dança” na língua portuguesa. Para auxiliar na busca, foi empregado o operador booleano AND visando conectar os descritores acima.

#### **2 Análise e seleção dos artigos**

Após o levantamento bibliográfico, foi realizada uma leitura de reconhecimento dos títulos do artigo; uma leitura seletiva dos resumos dos artigos selecionados pelo título e por fim, uma leitura integral dos textos dos artigos selecionados pelo resumo.

#### **3.3 Critérios de inclusão e exclusão**

Os estudos incluídos nesta pesquisa foram os trabalhos completos, publicados no idioma inglês e português, durante os anos 2017 a junho de 2023, que relacionam imagem corporal e dança. Os estudos excluídos foram aqueles que não possuíam o texto na íntegra, bem como resenhas críticas, resumos e trabalhos que relacionaram a imagem corporal com outras práticas corporais.

#### **3.4 Procedimentos de Coletas de dados**

Foram encontrados 50 artigos no Pubmed e 10 artigos no Scielo com o descritor “BODY IMAGE AND DANCE”. Em português, com o descritor “IMAGEM CORPORAL E DANÇA” não foram encontrados artigos no *Pubmed*, ao passo que na base de dados *Scielo* foram encontrados 10 artigos.

Após a leitura dos títulos foram selecionados 10 artigos para leitura do resumo do Pubmed e 02 artigos do Scielo. Destes artigos, foram selecionados para a leitura do texto na íntegra 05 artigos, sendo 07 excluídos porque 05 não possuíam textos na íntegra gratuitos e 02 porque não se relacionavam com o objeto de investigação deste estudo.

### **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados da pesquisa encontrados serão apresentados em duas tabelas: tabela 1, que irá apresentar os dados relacionados à identificação dos artigos analisados por essa pesquisa; tabela 2, que apresenta perfil dos participantes das pesquisas bem como a modalidade de dança que eles praticavam.

#### **Tabela 1: Identificação dos artigos analisados por essa pesquisa.**

	<b>Artigo 1 (A1)</b>	<b>Artigo 2 (A2)</b>	<b>Artigo 3 (A3)</b>	<b>Artigo 4 (A4)</b>	<b>Artigo 5 (A5)</b>
<b>Título do artigo</b>	Comparison Study of Body Image Satisfaction Between Beginning- and Advanced-Level Female Ballet Students	Body image and well-being in dance practitioners: an exploratory study	Dancing in a culture of disordered eating: A feminist post structural analysis of body and body image among young girls in the world of dance	Impact of Mirrors on Body Image of Beginning and Ballet Students	Body Image Dissatisfaction, Eating Disorders, and Associated Factors in Brazilian Professional Ballroom Dancers.
<b>Título do periódico</b>	Journal of Dance Medicine & Science	Cuadernos de Psicología del Deporte	Public Library of Science (PLOS) one	Journal of Dance Medicine & Science	Journal of Dance Medicine & Science
<b>Autores</b>	Sally A. Radell, Margaret L. Keneman, Mara P. Mandradjieff, Daniel D. Adame, Steven P. Cole	Beatriz Faria., Roberta Frontini e Raul Antunes.	Nicole Doria, Matthew Numer	Sally A. Radell, Mara P. Mandradjieff, Daniel D. Adame e Steven P. Cole	Allana Cardoso, Nycolle Reis, Jéssica Moratelli, Adriano Borgatto, Rui Resende, Fernanda Guidarini, Adriana Guimarães
<b>País</b>	Estados Unidos	Portugal	Canadá	Estados Unidos	Brasil
<b>Idioma</b>	Inglês	Inglês	Inglês	Inglês	Inglês
<b>Ano de publicação</b>	2017	2021	2022	2020	2021
<b>Instituição proponente do estudo</b>	Emory University	Instituto Politécnico de Leiria	Dalhousie University	Emory University	Universidade Federal de Santa Catarina
<b>Área da publicação / pesquisadores</b>	Artes	Educação Física, Psicologia do esporte	Ciências Sociais e Artes	Artes	Educação Física
<b>Tipo de estudo</b>	Abordagem correlacional do tipo survey (pesquisa de levantamento) + análise qualitativa	Estudo exploratório. Survey e Questionários	Abordagem qualitativa	Abordagem correlacional do tipo survey + análise qualitativa	Estudo transversal, com método de pesquisa do tipo survey
<b>Objetivos da pesquisa</b>	Comparar o nível de satisfação com a imagem corporal entre	Analisar a percepção de imagem corporal e de bem-estar	Explorar as experiências de meninas no mundo da dança	Comparar o impacto dos espelhos de estúdio na imagem	Analisar a satisfação com a imagem corporal e a presença de

	estudantes universitárias de balé de nível iniciante e avançado	subjetivo, comparando adolescentes e adultos.	competitiva e examinar como essas experiências moldam sua relação com o corpo.	corporal de estudantes universitárias de dança moderna e balé de nível iniciante.	transtornos alimentares e fatores associados em bailarinos profissionais de salão no Brasil.
--	---	---	--	---	--

Fonte: Própria autora

Como podemos verificar a temática “Imagem corporal e dança” foi pouco trabalhada nos estudos, uma vez que apenas 5 artigos foram selecionados para a análise desta pesquisa.

Dos objetivos traçados, observa-se que os A1 e A5 buscam respostas relacionadas à satisfação da imagem corporal de praticantes de dança, em diferentes níveis de experiência. O A4 traz para o estudo uma análise sobre o espelho na sala de aula em uma escola de dança. Interessante o ponto de construção da problemática a partir de um elemento tão presente e requisitado em salas de dança. Outro destaque, refere-se a interface do A5 entre imagem corporal de bailarinos profissionais e os transtornos alimentares.

Observa-se na tabela 1, a área de análise de maior recorrência com o objeto desta pesquisa foi o campo das artes, evidenciada por três estudos, no qual o A3 teve a contribuição das Ciências Sociais. Outros dois artigos, o A2 e A5 foram realizados na área de Educação Física. Porém, o artigo 2 também teve a contribuição da psicologia do esporte. A maioria dos estudos foram feitos com bailarinos não profissionais.

No âmbito dos estudos sobre a aparência física de dançarinos, tanto as ciências sociais quanto a psicologia do esporte desempenham um papel importante. As ciências sociais são relevantes para este campo de estudo, pois vê o corpo sob a ótica de um fenômeno social, ou seja, reflete como a cultura e as normas sociais vigentes sobre aparência induzem formas das pessoas perceberem e utilizarem seus corpos e imagem para a dança.

Por sua vez, a psicologia do esporte se torna importante por ser uma linha ou área de concentração que investiga as pressões estéticas, além de apontar questões e distorções corporais relativas à autoimagem e distúrbios alimentares. Essas contribuições são relevantes, pois a aparência física desempenha um papel crucial tanto no sucesso profissional dos dançarinos que querem seguir carreira profissional além de influenciar positivamente na saúde mental e física de todos os praticantes de dança.

Como pode-se analisar através dos dados obtidos na tabela 1, todos artigos foram escritos em inglês e três dos cinco artigos foram publicados no *Journal of Dance Medicine & Science*. A região demográfica que a maioria dos estudos foram feitos foi a América, em especial, a América do Norte, contando com três publicações. No Brasil, verificou-se apenas uma publicação com a temática.

Sobre os objetivos das pesquisas que compõem o *corpus* de análise, quatro deles focam na satisfação e percepção de imagem corporal do praticante que dança, enquanto que um analisa de forma geral as experiências de meninas no mundo da dança competitiva, focando de forma secundária na satisfação de imagem corporal destes participantes da pesquisa do artigo.

A seguir, a partir da tabela 2, serão apresentadas e discutidas as categorias de análise elaboradas pelo presente estudo a partir da amostra, dos resultados e discussões dos artigos pesquisados.

## **Tabela 2: Amostra do estudo e estilos de dança pesquisados**



	<b>Artigo 1 (A1)</b>	<b>Artigo 2 (A2)</b>	<b>Artigo 3 (A3)</b>	<b>Artigo 4 (A4)</b>	<b>Artigo 5 (A5)</b>
Amostra	<p>Todas as participantes selecionadas foram do sexo feminino. Ao total foram 36 iniciantes e 16 avançados.</p> <p>Com média de idade das iniciantes: 19.67 Avançadas: 19.38 // Média de idade das participantes entrevistadas: 18.56 (iniciantes) /19.10 (avançadas).</p> <p>Quanto à etnia: Iniciantes: 5 negros, 10 asiáticos, 2 hispânicos, 15 brancos e 4 outros. Avançados: 13 brancos, 1 negro, 1 hispânico e 1 outro.</p>	<p>91 participantes (48 adolescentes e 43 adultos).</p> <p>A média de idade foi: Adolescentes 11 - 17 anos e adultos 18 - 34.</p> <p>O artigo não menciona a etnia dos participantes e não menciona as quantidades a partir do gênero.</p>	<p>Foram selecionadas 12 participantes do sexo feminino em estúdios de dança competitivos em várias regiões do Canadá, utilizando uma abordagem de amostragem proposital e referências de participantes adicionais (método bola de neve).</p> <p>Todas as participantes se identificavam como dançarinas competitivas com idades entre 14 e 18 anos.</p> <p>O artigo não faz referência à etnia das participantes.</p>	<p>Todos os participantes foram do sexo feminino. 31 alunas matriculadas em duas salas de dança moderna e 36 de balé, também em duas salas de aula.</p> <p>A média de idade das alunas de dança moderna foi 19,27 anos e do balé 19,78.</p> <p>A porcentagem de alunas brancas na dança moderna foi 22,58% e no balé 36,11%.</p> <p>A média de peso das alunas na dança moderna foi 58,34 e do balé 57,55.</p>	<p>Foram selecionados 320 bailarinos profissionais, nos quais 187 eram homens e 133 mulheres.</p> <p>Foram selecionados maiores de 18 anos que praticavam dança de salão há no mínimo 6 anos e participavam de aulas, treinamentos e ensaios de forma sistematizada, no mínimo três vezes por semana e que fossem contratados como profissionais por companhia de dança de salão ou parte do ensino de uma academia ou escola de dança de salão.</p> <p>O artigo não menciona a etnia e nem os tipos de danças de salão que os participantes praticavam.</p>
Estilo de dança	Balé clássico, dança moderna e jazz.	Balé, dança contemporânea, danças orientais, hip hop, capoeira, pop, dança criativa, sapateado	Balé clássico	Dança moderna e balé clássico	Dança de salão

Para melhor análise dos dados, esta pesquisa optou por constituir categorias temáticas. Nelas são apresentados e discutidos resultados da pesquisa.

## Danças e imagem corporal

Iniciando a discussão sobre como o padrão de corpo ideal afeta os dançarinos temos o A1 (Comparison Study of Body Image Satisfaction Between Beginning- and Advanced-Level Female Ballet Students) e A4 (Impact of Mirrors on Body Image of Beginning Modern and Ballet Students). Os dançarinos destes estudos não eram profissionais e ambos os artigos compararam o nível de satisfação corporal de iniciantes e avançados, o primeiro só com dançarinas de balé e o segundo com dançarinas de balé e dançarinas de dança moderna, além de correlacionar estes dados com o uso de espelhos.

No primeiro artigo, vemos que tanto os bailarinos iniciantes como os avançados diminuíram sua satisfação com a imagem corporal. Os dançarinos avançados mostraram maior preocupação com o peso e um aumento na prática de exercícios em comparação com os iniciantes. Entrevistas revelaram que quatro dos cinco alunos iniciantes de balé discutiram o uso do espelho em suas aulas e relataram ter pensamentos e sensações característicos de um alto nível de preocupação com a autoimagem corporal, incluindo comparações com outros e sentimentos negativos em relação a si mesmos. Por outro lado, os dançarinos avançados concentraram-se em desenvolver formas de evitar o espelho e preferiram o *feedback* cinestésico ao uso de espelhos, porque eles conseguiam se concentrar mais no movimento e não tinha a preocupação excessiva com sua imagem corporal por não ter o feedback da imagem do espelho.

Curiosamente, apesar do conhecimento adicional dos dançarinos avançados sobre como utilizar o espelho de maneira benéfica nas aulas, a satisfação com sua imagem corporal foi tão comprometida quanto a dos alunos iniciantes. Esses resultados sugerem que tanto os iniciantes quanto os dançarinos avançados de balé experimentam uma diminuição na satisfação com sua imagem corporal em um ambiente de estúdio que tinha o espelho.

Já em relação ao A4, todas as aulas de dança moderna e balé clássico que utilizaram o espelho tiveram uma diminuição significativa na satisfação com a imagem corporal. Os alunos que participaram das aulas com espelho, passaram mais tempo analisando partes específicas de seu corpo, ao passo que os alunos das classes que não tinham espelho, focaram mais no movimento e na execução do mesmo, corroborando dados encontrados no A1.

Dessa forma, podemos verificar que o espelho, ferramenta bastante utilizada em aulas de dança, pode influenciar negativamente a autoimagem de dançarinos não profissionais, fazendo com que eles se tornem mais preocupados com a forma do seu corpo e influenciando negativamente sua experiência com a dança.

Não é apenas no balé clássico e na dança moderna que ocorre insatisfação com a imagem corporal em dançarinos. O A2 (Body image and well-being in dance practitioners: an exploratory study) abordou vários tipos de dança e analisou a satisfação corporal e bem estar entre adolescentes e adultos que praticavam balé clássico, dança contemporânea, danças orientais, hip hop, capoeira, pop, dança criativa e sapateado.

O artigo não mencionou em quais danças ocorrem uma maior insatisfação com a imagem corporal, mas concluiu que há uma relação significativa entre essa insatisfação corporal, a quantidade de anos de prática e o número de horas de prática semanal apenas entre os adolescentes. No que se refere à relação entre bem-estar e insatisfação com a imagem corporal, foi observado que a satisfação com o corpo está relacionada com o sentimento positivo entre os adolescentes, enquanto nos adultos existem associações moderadas entre insatisfação com a imagem corporal, satisfação com a vida e sentimentos negativos.

Como foi discutido, os espelhos e a quantidade de anos de prática de dança podem influenciar negativamente a auto-percepção e estima corporal dos seus participantes, principalmente dos adolescentes e jovens adultos.

É importante que os instrutores e professores de dança estejam cientes destes desafios

e trabalhem outras formas de exploração de movimentos que não dependam dos espelhos e quando os utilizar, promover a conscientização do praticante para explorar o aprimoramento de técnica em prol da fixação da percepção de imagem corporal.

### **Danças e morfologia corporal**

A constituição física do indivíduo também pode influenciar a dança, impactando a visão do dançarino sobre a execução dos movimentos, a estética das performances e a escolha do estilo de dança. Nesta categoria de análise, discute-se a interação entre o tipo corporal e a dança, enfatizando como o padrão corporal pré-estabelecido têm o poder de influenciar a vivência dos bailarinos na dança e como este padrão corporal pode desencadear transtornos alimentares para que o corpo se adeque a este padrão de corpo perfeito para a dança.

No artigo 4, a parte corporal que os dançarinos de balé mais relataram não gostar foi o meio do torso, estes dançarinos também se sentiram menos satisfeitos com as medidas da cintura e do abdome no decorrer do semestre. A autora deste estudo investigou também sobre o uso dos figurinos nestes tipos de danças e discutiu que o uso de collant apertado pode ter contribuído para esta insatisfação nos dançarinos de balé iniciantes e avançados, ao passo que os dançarinos de dança moderna não relataram insatisfação corporal com os figurinos utilizados, porque treinavam com roupas mais folgadas que não evidenciavam o seu corpo.

É importante apontar que todos os participantes destes dois estudos que relacionam a imagem corporal e o uso de espelhos estavam dentro do padrão de peso corporal normal do Índice de Massa Corporal.

Com relação aos desdobramentos de imagem corporal em dançarinos profissionais vemos no A3 (*Dancing in a culture of disordered eating: A feminist post structural analysis of body and body image among young girls in the world of dance*) que analisou a satisfação corporal de adolescentes inseridas no mundo da dança competitiva da modalidade de balé clássico, e concluiu que o ambiente, os pais, os treinadores e os colegas surgiram como os maiores influenciadores na formação da relação dos jovens bailarinos com o seu corpo. Descobriu-se que esses influenciadores geram e perpetuam discursos de imagem corporal que reforçam o corpo ideal do dançarino e a imagem corporal negativa.

Neste artigo, os autores trazem o corpo ideal da dançarina de balé como sendo um corpo alto, magro, com pescoço comprido, torso pequenininho e pés arqueados. Uma participante do estudo chegou a comentar que mulheres que não seguiam este padrão corporal por serem maiores ou mais musculosas deveriam dançar hip hop ou dança contemporânea, não sendo adequadas para o balé. Nesse dado, pode-se dizer que o corpo mais adequado para dançar o balé seria também o corpo branco, haja vista que, o corpo negro por ter uma estrutura morfológica mais musculosa e com mais curvas, no caso das mulheres, não cumpriria os requisitos específicos do balé.

Segundo Batista (2019), é necessário haver a desconstrução de convicções acerca do corpo gordo que dança. Pois é comum a crença de que o corpo gordo não serve para a dança principalmente dentro do balé clássico, que ainda há a crença de que o “corpo gordo não executa bem movimentos técnicos”.

Este pensamento de Batista corrobora Silva e Magalhães (2021), que declara que na sociedade brasileira atual, o preconceito e a gordofobia têm se tornado cada vez mais proeminentes o que leva a uma percepção da pessoa gorda como alguém doente e incapaz de dançar, escolher seu lugar ou sentir-se à vontade em qualquer ambiente.

Essa discussão de corpo inadequado do A3 corroborou o A4, pois ambos mencionaram que o figurino também influenciou negativamente a satisfação com a imagem corporal. A razão disto é que eles costumam ser justos, reveladores e deixam grande parte do corpo à mostra, sendo concebidos para se ajustarem ao ideal de corpo do dançarino magro. Quando os

dançarinos não conseguem atender a esse padrão e se sentem desconfortáveis em expor seus corpos e esta exposição frequentemente resulta em uma insatisfação com a sua imagem corporal.

Os participantes do A3 acreditavam ser uma exigência que o corpo fosse exposto tanto nas aulas quanto nas competições para ser visto, corrigido e julgado. Isso fez da dança o principal ambiente onde as participantes deste estudo se sentiam pressionadas para terem uma boa aparência. Uma das participantes deste estudo mencionou que sua mãe falava constantemente um comentário em tom de brincadeira: “se você comer mais uma batata frita seu collant não vai servir em você... você não conseguirá sair do chão ao saltar”. Este comentário para a autora, reforça o discurso da imagem corporal que cria e reforça o corpo ideal do bailarino. Além de que pode dar vazão a distúrbios alimentares.

Arcelus, Witcomb e Mitchell (2014) discutem sobre a prevalência de sintomas de transtornos alimentares é mais evidente em grupos específicos da sociedade, como modelos, atletas e bailarinos. Além disso, existe uma forte associação de distúrbios alimentares e busca pela magreza em ambientes competitivos.

O A5 (Body Image Dissatisfaction, Eating Disorders, and Associated Factors in Brazilian Professional Ballroom Dancers), analisou distúrbios alimentares na dança de salão com dançarinos profissionais. Os autores chegaram à conclusão que 74,1% dos dançarinos tiveram pontuação mais alta na escala BITE (The Bulimic Inventory Test Edinburgh), escala que fornece um índice baseado na frequência de comportamentos compulsivos e purgativos, fornecendo evidências da ocorrência deste tipo de transtorno alimentar entre os bailarinos avaliados.

No que diz respeito aos fatores ligados à satisfação com a imagem corporal, os bailarinos apresentaram uma chance 3% maior de insatisfação devido ao aumento da idade e um aumento de 51% devido ao aumento do IMC. Além disso, observou-se uma tendência de que os bailarinos com maiores escores na escala Eating Attitudes Test (EAT) tinham uma chance 3% maior de insatisfação com o excesso de peso, enquanto aqueles com pontuações mais altas no BITE na escala de sintomas tinham uma chance 28% maior de insatisfação semelhante. Ou seja, mesmo apresentando um distúrbio alimentar que vomitasse a comida, a insatisfação corporal persistia.

Os autores do estudo verificaram que as mulheres do estudo tinham 96% menos chances de desenvolver insatisfação corporal relacionadas ao aumento de peso que os homens e concluiu que uma grande influência é que na dança de salão, a silhueta masculina se mostra mais viril e forte para conduzir a dança e eles por estarem acima do peso não conseguiam mostrar este tipo de silhueta para a dança. Ou seja, não apenas as mulheres envolvidas no ambiente competitivo da dança se tornam um potencial alvo para que distúrbios alimentares ocorram para que o corpo consiga se adequar a um padrão de beleza esguio para melhor se adaptar a dança, mas também os homens sofrem essas influências.

É fundamental obter um reconhecimento que a beleza da dança não está em apenas um padrão corporal rígido, mas pela expressão artística, habilidade técnica e bem-estar que esta prática corporal proporciona aos indivíduos que dançam.

A conscientização e educação sobre os desafios de imagem corporal distorcida pela dança são importantes para assegurar que seus praticantes possam desfrutar positivamente e de maneira saudável da prática de dança, sem que haja danos à saúde física e mental deles.

### **Estudos sobre imagem e satisfação corporal na vivência dos estilos de danças**

A tabela 1 mostra que os artigos foram desenvolvidos no Ocidente, em que o balé clássico foi a dança mais recorrente dentre os estudos, pois dos 5 artigos 4 relacionaram a este estilo ou modalidade, como destaca a tabela 2.

Para além do balé clássico, dois artigos, especificamente os A1 e A3, conduziram pesquisas relacionadas à satisfação corporal e à dança moderna. O A2 concentrou-se em investigações envolvendo danças contemporâneas e orientais, enquanto o A5 se dedicou ao estudo de bailarinos praticantes de dança de salão.

Por mais que a prática de dança ocorra desde os primórdios da humanidade e o balé consista em apenas um momento de toda a história da dança, este estilo se constituiu no imaginário social o como significado generalizado do que seria dançar (Faro, 1998), portanto, influenciou amplamente a dança do ocidente a partir também de uma perspectiva colonial, uma vez que esta dança é uma dança europeia, sendo comum ver a maior parte dos artigos ocidentais discutindo este estilo de dança.

A partir do balé clássico, a dança ocidental obteve uma riqueza de vocabulário coreográfico, técnico, de figurinos, além da elegância e controle do corpo durante a narrativa coreográfica. Por estas razões, o balé se tornou uma base para uma análise da dança em geral.

Com relação à aparência física, é importante observar que o balé romântico trouxe à tona o ideal de corpo da sua época, evidenciado na produção de obras como "La Sylphide", apresentada em Paris no século XIX, que é considerada um marco do balé romântico. Nessa produção, Marie Taglione, ao desempenhar o papel-título, personificou a imagem da sílfide: uma figura esguia e frágil, capaz de incorporar a fragilidade e a leveza da personagem (Anjos; Oliveira; Velardi, 2015).

Desde a infância, o corpo do praticante de balé é meticulosamente moldado, uma vez que ele é fundamental para o desenvolvimento da excelência da execução coreográfica e na expressão artística exigidos por este tipo de dança.

Para que esse potencial seja alcançado, os bailarinos passam por treinamentos exaustivos de flexibilidade, força muscular e correções de posturas e posições, além de uma criteriosa nutrição devido à importância em manter um peso saudável para evitar lesões em passos que envolvem saltos e giros.

De acordo com Moura (2001), no período romântico, a idealização da mulher era representada como pálida, frágil e delicada, visto que os românticos associavam a tez pálida à pureza da alma. Esse padrão de corpo, que refletia as expectativas da sociedade da época em relação à mulher, perdura até os dias de hoje. A principal razão para isto é que as grandes produções de balé continuam a ser encenadas, demandando praticamente o mesmo biótipo do passado, embora agora as exigências físicas incluam não apenas magreza, mas também um desenvolvimento muscular quase obrigatório. Isso resulta na formação de bailarinas magras, mas com uma estrutura física notavelmente robusta.

O corpo e a expressão artística encontraram novos horizontes com o surgimento da dança moderna, que desafiou as rigorosas regras coreográficas e corporais do balé clássico e deu espaço a uma variedade de formas e expressão corporal e de beleza.

Segundo Franco e Ferreira (2016), a origem da dança moderna remonta ao início do século XX e tem uma conexão direta com Isadora Duncan, que ousou desafiar as rígidas convenções de vestimenta e postura associadas ao balé clássico. Duncan, por meio de sua dança, incluiu os princípios científicos do estudo do controle do movimento de François Delsarte, um dos precursores da dança moderna, cujas pesquisas desempenharam um papel significativo na evolução da expressão corporal.

Em suas observações acerca do corpo, François Delsarte concentrou-se na compreensão do gesto como um meio de produzir expressão. Na dança moderna, o gesto desempenha o papel de intérprete da linguagem verbal, sendo responsável por desvendar pensamentos, emoções e narrativas por meio do corpo (Vieira, 2012). A dança moderna se destaca por suas características distintivas, que incluem a liberdade de movimento, a expressão emocional, a criatividade, a harmonização com a música e a colaboração, tornando-a uma forma de arte profundamente impactante e sugestiva.

Com isso, observa-se que o corpo para a dança moderna se afasta de um biotipo específico e rígido e dá mais ênfase à expressividade corporal, abrindo espaço para corpos diversos que se comportam como veículos de comunicação artística.

No tópico danças e morfologia corporal dar-se-á continuidade à análise de como esses dois tipos de dança influenciaram as sensações relacionadas à autoimagem corporal dos dançarinos nos estudos em que elas foram analisadas.

### **Danças e gênero: a baixa recorrência de homens na amostragem das pesquisas**

Na composição da amostra dos estudos destaca-se a questão de gênero, em que apenas um dos cinco artigos (Body Image Dissatisfaction, Eating Disorders, and Associated Factors in Brazilian Professional Ballroom Dancers), menciona que a amostra da população foi composta por homens. A dança deste artigo é a dança de salão, que, segundo autores que iremos discutir mais a frente, é socialmente aceita para ser praticada por homens.

Gênero e dança é algo relevante a ser discutido. De acordo com Connel (1995), o gênero é uma construção que se concentra principalmente nos corpos. A educação de homens e mulheres envolve a transmissão de valores, atitudes de vida e até mesmo posturas corporais distintas para cada sexo.

Andreoli em seu estudo de 2010 trouxe uma reflexão sobre gênero e dança. Segundo este autor, a dança pode ser vista como uma das diversas atividades socialmente estabelecidas que contribuem para a "marcação" dos corpos dos indivíduos de acordo com o gênero. Ou seja, os movimentos corporais presentes em diferentes estilos de dança podem ser examinados como meios de aplicar normas de gênero, com o objetivo de criar padrões específicos de corpos masculinos ou femininos.

De acordo com Souza (2007), a noção de gênero na dança está mais fortemente ligada ao balé e às danças relacionadas a ele, como a dança moderna, o jazz e a dança contemporânea, do que a estilos como o hip-hop, as danças tradicionais gaúchas ou as danças de salão, que segundo este autor, são vistas como mais masculinas se comparadas às anteriormente citadas neste parágrafo.

Com relação à dança de salão existe uma aceitação social para que o homem a pratique, pois ela é dançada em pares, nos quais, o homem lidera e a mulher segue, dessa forma, é um tipo de dança que os papéis tradicionais de gênero de muitas sociedades se repetem. Este estilo de dança tem movimentos graciosos, elegantes e sofisticados que fazem com que o homem que a pratica seja admirado por sua destreza e estilo, além disso, a mídia em seus filmes, programas de televisão, séries influencia positivamente a prática da dança de salão influenciando positivamente a aceitação social deste estilo de dança.

Santos (2008) em seu estudo aborda como, mesmo sendo aceitável que homens participem da dança, em especial neste estudo do hip hop, eles são incentivados a fazê-lo de maneira a reforçar características consideradas como típicas da masculinidade "verdadeira," tais como força, destreza e coragem. Conseqüentemente, aspectos como a seleção de músicas, vestimentas, movimentos coreográficos, acrobacias e até mesmo as cores empregadas na dança são continuamente utilizados para promover, construir e manter a masculinidade predominante, o que também está ligado à questão da homofobia dentro desse gênero de dança.

Dessa forma, torna-se compreensível o fato de que a amostra de participantes do sexo masculino tenha sido encontrada em quantidade relevante no artigo que abordou a dança de salão e não ter amostra nos artigos que abordaram o balé clássico.

## **5 CONCLUSÃO**

A temática de análise de imagem corporal em dançarinos ainda é pouco estudada dentro das áreas Artes e Educação Física, nas quais a dança é um objeto de estudo. Além disso, a escassez de estudos se estende para a análise de dançarinos profissionais e não profissionais.

A maior parte dos estudos se concentra ainda no ocidente, com as danças ocidentais e o padrão eurocêntrico de beleza. A imagem corporal do dançarino profissional e não profissional não é apenas influenciada pela magreza corporal, mas questões como gênero, distúrbios alimentares, uso de espelhos e figurinos na sala de aula, bem como críticas familiares afetam negativamente a imagem corporal do corpo que dança. Estudos mostram que tanto mulheres quanto homens podem sofrer distúrbios alimentares para ajustar o seu corpo para a dança.

Este trabalho conseguiu alcançar os objetivos traçados, porém como houve poucos artigos a serem analisados, sugere-se que futuros estudos acerca de como a autocobrança de imagem corporal perfeita no corpo que dança sejam realizados e publicados, não apenas outros tipos de dança ocidental, além do balé, mas também, danças do oriente.

Através do levantamento e análise dos estudos sobre a imagem corporal do corpo que dança, o estudo contribuiu para o avanço do conhecimento científico na área da Educação Física, na qual a dança é um dos objetos de estudo.

A discussão de imagem corporal e dança desdobra-se para a Educação Física Escolar em diversos aspectos. Em primeiro lugar, esta discussão por parte do professor de educação física o leva a ter uma abordagem de ensino mais sensível, pois ele irá considerar a pluralidade de corpos no que se diz respeito ao gênero, habilidades motoras relacionadas à dança e a aparência corporal múltipla.

A área de Educação Física possui relação direta com o corpo, logo, entender sobre transtornos corporais e insatisfação corporal faz com que este professor esteja mais preparado, não apenas para incluir todos os tipos de corpos e habilidades em sua aula, mas também ser capaz de detectar prováveis sinais de transtornos relacionados à imagem corporal e prevenir o aprofundamento destas questões.

É importante salientar também que as práticas corporais integram não apenas a parte física do movimento, mas também abordam temas relacionados como padrões de beleza e sociedade, saúde mental, levando ao aluno refletir sobre tais temáticas, bem como, desenvolver pensamento crítico sobre saúde, corpo e dança.

Com relação ao uso de espelhos, objeto que sempre está presente em uma sala de aula de dança, é necessário repensar a forma de usá-lo, uma vez que, dois dos estudos apontaram que o seu uso aumenta a probabilidade de ocorrer insatisfação corporal do que em salas que não o possuem. Dessa forma, recomenda-se que haja um melhor manejo deste recurso pedagógico, ao invés de entendê-lo como elemento obrigatório para as salas de aulas de dança na escola.

É importante que professores, coreógrafos e instrutores de dança promovam um ambiente de dança mais saudável, seja explorando mais possibilidades de incentivo de consciência corporal positiva, seja discutindo em suas aulas sobre padrões corporais, autoimagem e distúrbios corporais, ansiedade e estresse relacionado à prática de dança.

Além disso, é essencial que os estúdios e seus instrutores saibam diferenciar o praticante de dança que queira se profissionalizar e assim conduzi-lo a um caminho de profissionalização, que realmente solicita do dançarino prática e hábitos mais voltados para a alta performance, daquele praticante de dança que vai para as aulas com outras motivações e objetivos.

É importante ressaltar que a dança, na dimensão da arte, pode ser apreciada em diversos contextos e diversos corpos para além do ideal de corpo profissional e cada indivíduo pode escolher qual caminho ele quer traçar, seja profissional, seja para o lazer. Com isso, cabe

aos profissionais que trabalham com a dança, inclusive os de Educação Física, respeitar e apoiar o caminho de cada indivíduo nesta prática corporal, a fim de tornar sua experimentação mais enriquecedora, prazerosa e liberta.

## 6 REFERÊNCIAS

ANDREOLI, G. S. Dança, gênero e sexualidade: um olhar cultural. **Conjectura**, v. 15, n. 1, jan./abr. 2010.

ANJOS, K. S. S. DOS; OLIVEIRA, R. C.; VELARDI, M. A construção do corpo ideal no balé clássico: uma investigação fenomenológica. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 29, n. 3, p. 439–452, 2015.

ARCELUS J, WITCOMB GL, MITCHELL A. Prevalence of eating disorders amongst dancers: a systematic review and meta-analysis. **Eur Eat Disord Rev.** 22(2):92-101. 2014.

BATISTA, D. S. **E escola, por acaso, é lugar de dançar?** Ebook: Paraná(repositório), 2019. Disponível em: [http://repositorio.unicentro.br:8080/jspui/bitstream/123456789/1663/1/BATISTA\\_E\\_por\\_um\\_acaso\\_escola\\_e\\_lugar\\_para\\_dancar.pdf](http://repositorio.unicentro.br:8080/jspui/bitstream/123456789/1663/1/BATISTA_E_por_um_acaso_escola_e_lugar_para_dancar.pdf). Acesso em: 12 de outubro de 2023.

BORDO, S. **Unbearable weight**. Berkley: University of California Press. 1993.

BOHM, C.C et al. **Um peso, uma medida. O padrão de beleza feminina apresentado por três revistas brasileiras**, 2004. 100 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Bandeirante de São Paulo Curso de Comunicação Social com Habilitação em Jornalismo, São Paulo, nov. 2004.

CASTRO, C.B.; MAGAJEWSKI, F.; LIN, J. Atitudes alimentares e autopercepção da imagem corporal em bailarinas do município de Tubarão-Santa Catarina. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, Santa Catarina, v. 46, n. 1, p. 33-42, 2017.

CONNEL, Robert W. Políticas de masculinidade. **Revista Educação e Realidade**, Porto Alegre, UFRGS/Faculdade de Educação, v. 20, n. 2, p. 185-206, 1995.

COSTA, E. M. de B. O corpo e seus textos: o estético, o político e pedagógico na dança. 2004. (Tese, Doutorado em Educação Física – Faculdade de Educação Física/Departamento de Educação Motora. Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP/SP).

DANTAS, M. Concepções de corpos dançantes na coreografia contemporânea na perspectiva de bailarinos-criadores. **Anais ABRACE**, v. 10, n. 1, 2009.

FARO, A. J. **Pequena história da dança**. 4. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

FOSTER, S. L. **Dancing Bodies**. In DESMOND (org.) *Meaning in Motion: New Cultural Studies of Dance*. Durham: Duke University Press, 1997, p. 235-257.

FRALEIGH, S. H. **Dance and Lived Body**. Pittsburgh: University of Pittsburgh Press, 1987



KITCHEHAM, B. (2004). **Procedures for Performing Systematic Reviews**. Keele, UK, Keele Univ. 33.

LE BRETON, D. **A sociologia do corpo**; 2. ed. tradução de Sônia M.S. Fuhrmann. - Petrópolis, RJ: Vozes, 2007. 101 p.

LESAGE, B. **À corps se crée/accord secret; de la construction du corps en danse**. In: *Histoires de corps, à propos de la formation du danseur*. Paris: Cité de la Musique, 1998. p. 61-83.

LIMA, A. F. DE .; BATISTA, K. DE A.; LARA JUNIOR, N.. A ideologia do corpo feminino perfeito: questões com o real. **Psicologia em Estudo**, v. 18, n. 1, p. 49–59, jan. 2013.

MARINELLI, R. & BORTOLINI, W. **Sobre Tiazinhas e Barbies: Um ensaio sobre subjetivação e corpos femininos**. In: *Anais do I Seminário Internacional Foucault: Perspectivas*. UFSC: 21-24 de setembro de 2004.

MARQUES, I. A. Corpo, dança e educação contemporânea. **Pro-Posições**. Vol. 9 N° 2 (26) junho de 1998.

MAUSS, Marcel. 1934. **As técnicas do corpo**. In: *Sociologia e Antropologia*. São Paulo: Cosac & Naify, pp.399-422.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 1971, p. 71 e 95.

MOURA, K.C.F. **Essas bailarinas fantásticas e seus corpos maravilhosos: existe um corpo ideal para dança?** [dissertação]. Campinas (SP): Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação; 2001. p. 101-103

QUINTEIRO, P.S. **Avaliação Perceptiva da Imagem Corporal de Dançarinos**. Instituto Federal de Ciência e Tecnologia Campus Muzambinho - CeCAES, Bacharelado em Educação Física, Muzambinho, 46 f, 2013.

RAMOS, T. A. M. DA S.; MEDEIROS, R. Educação como expressão do corpo que dança: um olhar sobre a vivência da dança em projetos sociais. **Educar em Revista**, v. 34, n. 69, p. 311–324, 2018.

RESENDE, C. S. **O corpo perfeito e seu processo de construção psico -sociocultural**. Trabalho de Conclusão de Curso (Psicologia). Faculdade de ciências da saúde. Centro de Ensino Unificado de Brasília. Brasília, 55p, 2006.

SANTOS, E. C. **Masculinidade espetacularizada: pensando a produção de masculinidade de jovens dançarinos de hip hop**. Proposta (Dissertação de Mestrado) – UFRGS, Porto Alegre, 2008.

SÃO JOSÉ, A.M Dança Contemporânea: Um Conceito Possível? **V colóquio internacional “Educação e Contemporaneidade”**. 2011

SAURA, S. C.; ZIMMERMANN, A. C.; RUBIO, K. Os estudos socioculturais do movimento humano e os 40 anos da Pós-graduação da EEFÉ-USP. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 31, n. nesp, p. 111, 8 ago. 2017.

SIMAS, J.P.N et al. Imagem corporal e sua relação com peso e índice de massa corporal em bailarinos profissionais. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 20, n. 6, nov/dez, 2014.

SILVA, L.P.; MAGALHÃES, I.N. Olhando para as poéticas do corpo gordo. **Revista Cidade Nuvens**, v. 2, n. 4, 2021.

SILVA, M. C. de C., DE ALCÂNTARA, A. S. M., LIBERALLI, R., ARTAXO NETTO, M. I., & MUTARELLI, M. C. A importância da dança nas aulas de educação física – revisão sistemática. **Revista Mackenzie De Educação Física E Esporte**, 11(2). 2012. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/3310> Acesso em: 04 de dezembro de 2023.

SILVA, R.M.; GONÇALVES, F.M.S. O corpo como fenômeno de subjetivação do Ser. **ATHOS**, v. 5, p. 1-10, 2020.

SIQUEIRA, D. C. O. SIQUEIRA, E. D. O corpo que dança: percepção, consciência e comunicação. **LOGOS 20: Corpo, arte e comunicação**. Ano 11, nº 20, 1º semestre de 2004.

SOUZA, Andréa B. **Cenas do masculino na dança: representações de gênero e sexualidade: ensinando modos de ser bailarino**. 2007. Dissertação (Mestrado) – Ulbra, Canoas, 2007.

SOUZA, M. T. DE; SILVA, M. D. DA; CARVALHO, R. DE. Integrative review: what is it? How to do it? **Einstein (Sao Paulo, Brazil)**, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010.

THOMAS JUNIOR, S. H. MARTINS, R. M. **O Corpo Ideal Para A Dança Clássica: Entre Biótipos e Construções Pedagógicas**. 2006. Universidade Federal do Paraná. Trabalho de conclusão de curso.

TOMMASO, M.A. Autoimagem e a interface da beleza. Disponível em: <https://tommaso.psc.br/autoimagem-e-a-interface-beleza-doenca/>. 2010. Acesso em: 11 de abril de 2023.

VIEIRA, M. S. As Contribuições da Pedagogia de François Delsarte para o Ensino da Dança Moderna. **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, v. 2, n. 2, p. 396-412, jul./dez. 2012

WEBER, S. Incorporando a teoria e refletindo sobre a prática em dança contemporânea. **Anais ABRACE**, v. 10, n. 1, 2009.

#### AGRADECIMENTOS

Primeiramente, expresso minha gratidão às Deusas e aos Deuses que me acompanham, permitindo-me manter a cabeça erguida diante das dificuldades encontradas ao longo destes anos.

Agradeço profundamente à minha família, especialmente à minha mãe, Joana Dark, e à minha irmã, Glória Geórgia, por seu constante incentivo em concluir o curso, mesmo nos momentos em que temporariamente desisti dele.

Um agradecimento especial a André, cuja paciência ao ouvir minhas queixas e incentivo para ir além do comodismo foram fundamentais para superar qualquer obstáculo que eu encontrasse.

À professora Elaine expresse minha gratidão por ser uma inspiração na área de Educação Física e por ter desempenhado a função de orientadora com dedicação e paciência.

Aos meus colegas de curso, com quem compartilhei os últimos anos, agradeço pelo companheirismo e pela troca de experiências que possibilitaram meu crescimento, não apenas como pessoa, mas também como estudante em formação.

A todos vocês, meu sincero agradecimento.