
Gordofobia: percepção de profissionais de Educação Física da Região Metropolitana de Belém/PA

*Fat phobia: perception of physical education professionals in the
Metropolitan Region of Belém/PA*

*Raulemberde Baia Matos Junior*¹

*Letícia Thomasi Jahnke Botton*²

*Ana Maria Pujol Vieira dos Santos*³

RESUMO

Na sociedade contemporânea, o corpo fora do padrão traz preconceito e discriminação. Isto pode causar problemas de autoestima em pessoas com excesso de peso. Em função da importância do tema, o presente estudo tem por objetivo identificar a percepção sobre gordofobia de profissionais de educação física da região metropolitana de Belém/PA que estão acima do peso. Estudo descritivo, exploratório e qualitativo. Foi realizada entrevista semiestruturada com oito questões sobre gordofobia, discriminação e preconceito direcionada a 10 profissionais de educação física. Para a análise dos dados, utilizou-se a Análise de Conteúdo na modalidade temática proposta por Minayo (2014). Os resultados apontaram que todos os profissionais já haviam sofrido algum tipo de discriminação, por estarem acima do peso. Isto desencadeou sentimentos de constrangimento em função de brincadeiras de mau gosto e piadas depreciativas. Os entrevistados preocupam-se em serem tratados como pessoas incapazes de realizar atividade de vida diária. Entende-se a necessidade de que esses discursos discriminatórios e gordofóbicos devam ser superados a partir das

¹ Mestre em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade pela Universidade Luterana do Brasil (ULBRA). Possui Licenciatura em Educação Física. Telefone: +55 (91) 98498-9011. E-mail: raulemberde@rede.ulbra.br

² Advogada. Doutora em Direito pela Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC). Pós-Doutorado em Direitos Humanos e Direitos Sociais pela Universidade de Salamanca, Espanha (USAL). Mestre em Direito pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões (URI). Professora da Universidade Luterana do Brasil. E-mail: leticia.jahnke@ulbra.br

³ Bióloga. Doutora em Fitotecnia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Mestre em Microbiologia Agrícola e do Ambiente pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Professora da Universidade Luterana do Brasil. E-mail: anapujol@ulbra.br

discussões e reflexões sobre a temática, mostrando que não necessariamente quem está acima do peso é doente ou desleixado.

PALAVRAS-CHAVE: Gordofobia, Profissionais de educação física, Sobrepeso.

ABSTRACT

In today's consumer society, non-standard body brings prejudice and discrimination, this can cause self-esteem problems in overweight people. Due to the importance of the theme, the present study aims to identify the perception of fatphobia among physical education professionals in the metropolitan region of Belem/PA who are overweight. Descriptive, exploratory and qualitative study. A semi-structured interview was conducted with eight questions about fatphobia, discrimination and prejudice directed at 10 physical education professionals. For data analysis, Content Analysis was used in the thematic modality proposed by Minayo (2014). The results showed that all professionals had already suffered some type of discrimination for being overweight. This triggered feelings of embarrassment due to bad taste and derogatory jokes. Respondents are concerned about being treated as people who incapable of carrying out activities of daily living. It is understood that these discriminatory and fat-phobic discourses must be overcome based on discussions and reflections on the subject, showing that not necessarily who is overweight is sick or slovenly.

KEYWORDS: Fatphobia, Physical education professionals, Overweight.

INTRODUÇÃO

Historicamente, os pensamentos sobre o corpo ideal modificaram ao longo do tempo. Estas transformações foram influenciadas por questões históricas e culturais da sociedade. Na atual sociedade, o corpo fora do padrão pré-determinado (musculoso) é julgado e não é bem-visto socialmente. Isto provoca múltiplas consequências para a pessoa que se encontra fora deste padrão, o que afeta, principalmente, seu bem-estar emocional. Os indivíduos que sofrem este preconceito acabam com problemas relacionados à depressão, baixa autoestima, ansiedade, dentre outros, que perduram e se agravam ao longo dos anos (SOUZA; GONÇALVES, 2019).

Entretanto, nem sempre o corpo, considerado pela sociedade como belo, era o musculoso. Houve momentos da história em que o corpo humano saudável era aquele que era volumoso e grande, pois este era um modelo de saúde, fartura e riqueza (DOURADO *et al.*, 2018).

A sociedade do século XXI acredita que o corpo ideal é sem gorduras, magro e com músculos definidos e torneados, cria uma ideologia contra celulite e estimula o emagrecimento a qualquer preço. Atualmente, é imposto às pessoas a realização de

atividades físicas no intuito de combater e evitar as gorduras para que possam possuir um corpo magro e musculoso (TIBURI; MENEZES; EGGERT, 2002). Na contramão do padrão de beleza que valoriza este corpo, 55,4% da sociedade brasileira é formada por pessoas com sobrepeso e 20,3% são consideradas obesas (BRASIL, 2020).

A obesidade é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), uma doença com graves consequências orgânicas e sociopsicológicas que podem acompanhar o indivíduo desde a infância até a fase adulta. Assim, tornou-se uma doença crônica multifatorial e um problema de saúde global que reduz a perspectiva de vida. Está associada a várias comorbidades, como câncer, cardiopatias e síndrome metabólica (OMS, 2011).

Entretanto, patologizar corpos obesos é uma conduta que se concentra na perda de peso e que integra um discurso no qual relaciona a saúde ao corpo magro, e reforça a ideia de que os níveis de saúde estão relacionados com a perda de peso (PAIM; KOVALESKI, 2020).

Estes comportamentos são oriundos de uma sociedade *lipo-aversiva* que originou a Lipofobia, ou seja, o ódio pela gordura. Esta ideologia de massa produz imagens, moldes de corpos ideais, com intuito de levarem as pessoas a sonharem em serem magras e sofrerem com sua aparência caso estejam acima do peso (FISCHLER, 1995). Esta situação afeta a vida diária das pessoas, o que leva a perda de peso a qualquer custo e como consequência esta pode trazer malefícios para a saúde.

A imagem corporal padronizada é disseminada a partir de vários canais de comunicação, que exibem corpos modificados pela indústria da estética. Esta ideia reforça o fato de que magreza é bela e sinônimo de corpo saudável (FREITAS *et al.*, 2019).

Com isto, a sociedade dita um padrão de conduta e de beleza e dissemina a imagem de que as pessoas que estão acima do peso possuem problemas de saúde. Isto necessariamente não é uma verdade. Entretanto, reafirma que a pessoa que está acima do peso não é saudável. Entretanto, nem todo obeso é ou está doente (NERY, 2017).

A lipofobia e a gordofobia são fenômenos recentes na sociedade contemporânea, porém apresentam diferenças conceituais. A lipofobia consiste na preocupação excessiva com o peso, o medo de engordar, ou seja, a repulsa da gordura corporal que está diretamente relacionada a uma compulsão pela magreza (FRANCISCO; DIEZ-GARCIA, 2015).

A palavra gordofobia está associada a significados preconceituosos sobre a pessoa obesa, são comportamentos e opiniões proferidas e desfavoráveis ao indivíduo obeso. É um modo agressivo de tratar o outro, motivado por comportamentos e pontos de vista hostis (ARAÚJO *et al.*, 2018a).

Este preconceito é percebido em pequenas atitudes, tais como piadinhas de gordo ou comentários desrespeitosos. Pode ser praticado por parentes, amigos, desconhecidos, de forma pessoal ou virtual. Estas formas de discriminação e brincadeiras contra quem está acima do peso são incorporadas inconscientemente pelas pessoas que sofrem a gordofobia e podem afetar sua vida (LIN; STUTTS, 2020).

Profissionais que não apresentam este padrão corporal ditado pela sociedade atual, acabam por ter dificuldades até mesmo para conquistar vagas de emprego. Isto ocorre em função de que, para alguns trabalhos, pessoas com obesidade são tidas como menos qualificadas, com problemas emocionais e com chances reduzidas de conquistarem sucesso na vida profissional (LIRA *et al.*, 2017).

Esta é a realidade social e profissional dos professores de Educação Física que, segundo os critérios ditados pela sociedade de consumo, deveriam ter o corpo magro e com músculos definidos. Assim, este estudo tem por objetivo conhecer a percepção dos professores de Educação Física sobre o preconceito que sofrem por estarem acima do peso.

2 MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, exploratório e qualitativo. A amostra foi composta por 10 profissionais de Educação Física, selecionados por conveniência. Cinco participantes foram selecionados na empresa Log Educação, que promove cursos voltados para profissionais de Educação Física, localizada na cidade de Belém/PA. As demais foram indicações de outros profissionais (amostra por “bola de neve”).

Os critérios de inclusão na amostra foram profissionais com Índice de Massa Corporal (IMC) acima de 25 e que apresentassem o Índice de Adiposidade Corporal (IAC) acima de 33 (sexo feminino) e acima de 21 (sexo masculino), formados até 2020, residentes na Região Metropolitana de Belém/PA. Foram excluídas pessoas com limitações físicas (deficiência física, auditiva ou cognitiva).

O IMC foi calculado com a divisão do peso do participante pela sua altura elevada ao quadrado, conforme a seguinte razão: massa corporal (kg)/estatura (m²). Os resultados foram classificados de acordo com os critérios estabelecidos pela OMS (2011): magreza, valores menores que 18,5 (obesidade grau 0); normal, entre 18,5 e 24,9 (obesidade grau 0); sobrepeso, entre 25,0 e 29,9 (obesidade grau I); obesidade entre 30,0 e 39,9 (obesidade grau II); e obesidade grave maior que 40,0 (obesidade grau III).

O IAC foi calculado conforme as medidas da Circunferência do Quadril (CQ) e altura: $IAC (\%) = CQ (cm) / altura \times raiz\ quadrada\ da\ altura (m)$. A classificação varia conforme o sexo: homens, de 8 a 20 é considerado adiposidade normal; de 21,0 a 25,0 sobrepeso; e acima de 25,0 obesidade. Para mulheres, de 21,0 a 32,0 indica adiposidade normal; de 33,0 até 38,0, sobrepeso; e acima de 39,0, obesidade (BERGMAN *et al.*, 2011).

Inicialmente, os profissionais que aceitaram participar da pesquisa e que atenderam aos critérios de inclusão assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). A entrevista semiestruturada continha oito questões sobre a percepção da discriminação e preconceito dos profissionais. A verificação do IMC e do IAC foi realizada antes das entrevistas, sendo utilizada fita antropométrica marca P.A.MED e balança digital corporal bioimpedância marca Relaxmedic. O agendamento da entrevista foi realizado conforme a escolha dos participantes e esta foi realizada via Google Meet e gravada para posterior transcrição. Para manter o anonimato dos participantes, estes passaram a ser identificados por letras e números (E1, E2, E3...).

A análise dos dados foi realizada conforme a Análise de Conteúdo na Modalidade Temática (MINAYO, 2014), que compreende: ordenação, classificação e análise final dos dados. A ordenação dos dados inclui a transcrição das entrevistas, a releitura do material e a organização dos dados de acordo com a proposta analítica. A classificação dos dados ocorreu a partir da leitura horizontal e exaustiva do texto de cada entrevista, na qual se

verificou palavras/frases relevantes. As falas foram agrupadas em unidades de sentido, conteúdo representativo para o grupo entrevistado, e foram analisadas.

O projeto foi submetido e aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Luterana do Brasil (CAAE - 56852222.1.0000.5349), e foram respeitados os aspectos éticos e sigilo da identidade dos entrevistados, conforme as Resoluções 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

3 RESULTADOS

No quadro 1 são apresentados o perfil sociodemográfico e antropométrico dos participantes. A idade variou de 31 a 51 anos, sendo metade dos entrevistados de cada sexo: masculino e feminino. Quanto ao estado civil, a maioria era casado (50%), 30% eram solteiros e 20% divorciados. Sobre a situação profissional, 60% eram concursados, sendo quatro professores da rede pública e dois policiais. 20% são *personal trainer* (como a única fonte de renda), dois estavam desempregados no momento da entrevista. Em relação à classificação do IMC, 70% estavam em obesidade grau I, enquanto 30% estavam pré-obesos. Segundo a classificação do IAC 70% estavam com excesso de gordura corporal e 30% na classificação moderada.

Quadro 1. Perfil sociodemográfico e antropométrico dos participantes.

Nº de entrevista	Idade	Sexo	Estado Civil	Ano de formação	IMC	Classificação IMC	IAC	Classificação IAC	Situação profissional
1	38	F	Casada	2015	32,81	Obesidade I	39,81	Excesso	- Concursado: Prof. Rede Pública
2	32	F	Solteira	2020	34,94	Obesidade I	28,39	Moderado	- Desempregada
3	47	F	Casada	2008	27,26	Pré-obeso	35,89	Excesso	- Concursado: Prof. Rede pública
4	37	M	Divorciado	2011	34,91	Obesidade I	30,71	Excesso	- Concursado: Prof. Rede Pública
5	51	M	Solteiro	2004	31,11	Obesidade I	27,74	Excesso	- Concursado: Policial Civil - Autônomo: Treinador Pessoal
6	37	M	Divorciado	2011	34,91	Obesidade I	30,79	Excesso	- Concursado: Prof. Rede Pública
7	31	M	Casado	2016	34,56	Obesidade I	27,54	Excesso	- Autônomo: Treinador Pessoal
8	34	M	Casado	2017	31,29	Obesidade I	23,99	Moderado	- Concursado: Policial Militar - Autônomo: Treinador Pessoal
9	39	F	Casada	2013	28,08	Pré-obeso	26,01	Moderado	- Autônomo: Treinador Pessoal
10	34	F	Solteira	2014	33,27	Pré-obeso	33,27	Excesso	- Desempregada

Fonte: Elaboração própria (2022).

A partir da leitura e análise das respostas, emergiram três categorias temáticas: “Discriminação por estar acima do peso”; “Sentimentos relacionados à discriminação”; e, “Significado de estar acima do peso”.

3.1 Discriminação por estar acima do peso

Quando perguntados se haviam sofrido algum tipo de discriminação por estarem acima do peso, todos os entrevistados responderam afirmativamente. Apontaram que esta ocorreu principalmente no início da carreira profissional, quando não tinham conquistado seu espaço profissional.

Ao escolher ser professor de Educação Física, a expectativa da sociedade é que este profissional tenha um corpo esbelto e bem cuidado. Quando isto não acontece, a pessoa sofre preconceito, exclusão social, problemas de saúde mental, ansiedade e depressão.

Relataram ainda que é muito frequente ocorrer esta exigência do corpo magro na profissão. Afirmaram que existe muito preconceito nas academias, pois nestes espaços o culto ao corpo musculoso é reforçado.

Sofri preconceito na academia (E2).

Infelizmente na área *fitness*, e no mundo militar a discriminação é muito grande, eu convivo com esse preconceito todos os dias (E8).

E como eu tinha montado uma academia, logo no começo quando inaugurei eu senti uma certa crítica porque eu estava um pouco acima do peso (E6).

Os professores da área escolar também referiram ter sido vítimas de discriminação pelo fato de estarem acima do peso, conforme se observa nas falas abaixo.

Os alunos da sociedade de forma geral, acabam esperando que o professor de Educação Física tenha aquele perfil que se cobra, com as medidas perfeitas (E5).

[...] te comparam com o animal baleia, elefante e búfalo. Isto é constrangedor e muito chato (E10).

Eu sofri discriminação na escola na qual trabalhava como professora (E1).

[...] você é um professor de Educação Física e tá gordo? (E3).

As falas preconceituosas se iniciam com piadas e brincadeiras, com palavras nos diminutivos como gordinho, fofinho. Os entrevistados relataram que estes comentários eram muito fortes e os deixavam muito constrangidos, pois estavam julgando sua competência profissional pela aparência.

[...] um ex-aluno precisou se afastar por um tempo, quando ele retornou à academia, ele só me olhou assim e falou nossa ... como você está gordinho (E7).

Vários clientes que pegaram meu *WhatsApp* na recepção. E quando chegou pessoalmente para conversarmos, eles procuraram uma professora sarada. Quando eles depararam comigo que estava acima do peso, na cabeça dele tipo isso: Se ela não se emagrece (sic), como é que ela vai me emagrecer? (E9).

Apontaram que foram julgados por não possuírem uma aparência física compatível com a expectativa gerada e imposta pela sociedade atual para a profissão.

Eles não param para refletir todo o conhecimento que a gente adquire em anos de estudos (E9).

[...] nem parece professor de Educação Física, professor não tem que ser magrinho? (E2)

Eu ficava com vergonha, porque tinha várias outras pessoas próximas, e ela falava naturalmente que não entendia: como eu sendo professor de Educação Física e estava tão gordo (E6).

Estas falas não são fáceis de serem ouvidas, pois dificilmente quem está acima do peso gosta deste fato. Isto acaba por trazer consequências negativas para a vida das pessoas que sofrem preconceito. Não é possível ter saúde sofrendo discriminação e desprezo sobre si próprio (PIÑEYRO BRUSCHI, 2016).

A sociedade atual vive um período de grande discriminação a quem está fora dos padrões que exigem um corpo esbelto e musculoso (ARCOVERDE; RODRIGUES, 2014). Em um estudo proposto por Araújo *et al.* (2018b) sobre a discriminação baseada no peso, realizado com milhares de internautas acerca de publicação da *Revista Superinteressante* em sua página oficial do Facebook, as representações dos internautas legitimaram processos de preconceito e discriminação em relação às pessoas obesas. Houve uma proposição irônica dos internautas quanto à política de cotas para pessoas gordas,

permeada pela insatisfação quanto à existência de ações promotoras da igualdade entre grupos sociais.

Considerando que a sociedade vivencia uma época de gordofobia generalizada, as pessoas acima do peso ficam vulneráveis à desumanização dos seus corpos. Este preconceito ocorre por meio de processos de discriminação social das pessoas que não se enquadram no padrão corporal de beleza considerada ideal, tendo como auxílio o discurso da Medicina e do apelo estético. Elas reforçam a dominação desses corpos frente aos padrões vigentes (ARCOVERDE; RODRIGUES, 2014).

Observa-se que a gordofobia é um estigma que necessita de variadas discussões, especialmente no combate à desinformação, à desvalorização e à intolerância. É preciso, também, desconstruir formas de opressão imbrincadas em diferentes hierarquias que compõem as diferenças sociais, pois o indivíduo obeso não é destituído de capacidade, de profissionalismo.

3.2 Sentimentos relacionados à discriminação

Os sentimentos desencadeados pelos participantes ao serem vítimas da gordofobia foram de vergonha, mágoa e decepção. Além disto, os entrevistados apontaram que sofreram problemas relacionados à autoestima e à depressão. Alguns procuraram desviar a atenção falando sobre outros assuntos, a fim de que os agressores não percebessem que estavam se sentindo chateados.

Tentei entrar na brincadeira e fazer alguma piada, alguma coisa para descontrair, para que não desse a entender que eu estava magoado (E4).

No momento eu senti um pouco de vergonha, porque todos os alunos ficavam me olhando, ficava meio intimidado, e pensava qual é desses caras (E6).

Eu fiquei cabisbaixo com o comentário do meu aluno, isso gera uma desmotivação querendo ou não (E7).

Este estresse diário o motivou a cuidar mais de sua saúde (E6).

Fiquei abalado psicologicamente, pois essas brincadeiras acabam afetando a autoestima além que acaba atrapalhando os relacionamentos interpessoais, tanto no trabalho quanto em casa (E8).

Eu precisei tomar remédio antidepressivo, pois a pressão sobre um corpo “sarado” é muito grande (E9).

A discriminação foi realizada por atores sociais próximos, como colegas de trabalho, família ou amigos. A percepção dos entrevistados foi que estas falas preconceituosas eram proferidas como estratégia para incentivar a perda de peso. Entretanto, acabavam por magoá-los. Ao invés de falarem que não gostavam dessas brincadeiras, eles se justificavam, explicando que estar acima do peso estava relacionado com o seu metabolismo e composição corporal.

Geralmente faço a abordagem, uma fala explicando que: Onde é que está escrito que o professor não pode estar acima do peso, onde está escrito que tem que estar dentro dos padrões (E3).

Nem sempre o professor ou a pessoa que frequenta uma academia está acima do peso por desleixo. Mas à medida que se essa situação persiste, começo a dar mais explicações [...]; aproveito para explicar a questão da composição corporal, de metabolismo (E5).

O corpo magro é supervalorizado, sendo visto como sinônimo de saúde (PAIM; KOVALESKI, 2020; ARAÚJO *et al.*, 2018b). Deste modo, os sentimentos vivenciados pelos entrevistados apontam o quanto esta imposição de padrões de beleza os afeta emocionalmente, levando muitos a quadros de depressão ou a se forçarem a tomar medicação para emagrecer ou realizarem outras práticas mais invasivas.

Nas Diretrizes Brasileiras de Obesidade (ABESO), a obesidade é classificada de acordo com o IMC e com o risco de doenças crônicas/mortalidade (ABESO, 2016). Ela adota uma ideologia discursiva de que pessoas obesas são inferiores e fracassadas. Isso pode levar à auto culpa sobre sua condição corporal, à depressão ou a medidas mais radicais para poder emagrecer (ARAÚJO *et al.*, 2018b).

A obsessão por perder peso e a estigmatização de culpabilizar a pessoa que está acima dos padrões corporais exigidos socialmente pode ser um fator de risco à saúde. Exemplos de consequências negativas incluem ser mais propenso a se envolver em comportamentos alimentares pouco saudáveis; diminuição da participação em atividades

físicas devido aos prejuízos vivenciados nesses ambientes; tendência para praticar o controle de peso não saudável; maior vulnerabilidade à depressão, baixa autoestima, ansiedade, isolamento social e insatisfação física corporal (PUHL; HEUER, 2010).

Se a gordofobia ocorre por meio de processos de discriminação social do indivíduo obeso, sendo “taxado” de pessoa que não se ajusta ao padrão corporal de beleza ideal imposto pela sociedade (reforçado pelo discurso da Medicina e do apelo estético), há que se reforçar o discurso do respeito à individualização de cada um, da qualificação como profissional.

O indivíduo obeso não pode (e não deve) ser reconhecido socialmente como o “menos qualificado, com problemas emocionais, de saúde e de autocontrole” (grifo nosso). No ambiente laboral, por exemplo, deve-se evitar a instituição da desigualdade salarial, da ausência/redução de promoções, de comentários pejorativos e demissões sem justa causa.

3.3 Significado de estar acima do peso

Ao serem questionados sobre o significado de estar acima do peso, os entrevistados referiram que é importante ter consciência corporal e conhecimento sobre os conceitos relacionados ao metabolismo de cada indivíduo. Entretanto, o preconceito não auxilia as pessoas a modificarem seu estilo de vida e/ou emagrecerem.

Muitas vezes você está gordo não porque você quer, tem as questões patológicas, tem as questões de distúrbio alimentar. Muitas vezes a pessoa tem outro tipo de problema hormonal, enfim (E6).

Eu tenho problemas de alergia, então a medicação é corticoide, que acaba retendo líquido, fazendo com que a gente fique um pouquinho gordinho (E3).

Estar acima do peso por alguma síndrome, por alguma doença, até mesmo por algum agravante, como depressão e questões relacionadas aos problemas do estresse diário (E4).

Às vezes a pessoa fala: ele está gordo porque ele não se cuida, às vezes não é isso (E10).

Conforme se observa nestas falas, todos os entrevistados sabem que a obesidade pode estar relacionada a vários prejuízos para a saúde. Apontam também que traz outras

doenças associadas a ela e que é um erro as pessoas acharem que alguém é obeso porque quer ou porque não se cuida. Apesar de ser uma doença, não significa que toda pessoa acima do peso é doente nem que quem está com peso ideal é saudável, pois existem vários fatores que também devem ser levados em consideração.

Para todos os entrevistados, a obesidade consiste em uma luta diária para a perda de peso. Muitos, mesmo fazendo acompanhamento com alguns especialistas, não conseguem diminuir seu peso. Vários fazem atividade física e não conseguem mudar sua estrutura física.

Os entrevistados comentaram que a pessoa obesa deve se preocupar primeiramente com a saúde e, posteriormente, com a estética corporal. A não aceitação do seu corpo pode acarretar problemas emocionais. Portanto, o importante não é apenas perder peso e sim ter uma preocupação com a saúde.

Apesar de ser do ramo, a gente tem uma predisposição genética, e algumas dificuldades. Eu tenho uma nutróloga que me acompanha desde a adolescência, então tenho uma extrema dificuldade de perder peso. Em contrapartida, ganhou peso com uma facilidade enorme (E4).

As pessoas têm que se cuidar, tem que ter uma alimentação melhor, tem que procurar fazer atividade física (E2).

É muito difícil conscientizar as pessoas para terem uma alimentação saudável, pois até eu mesmo não sou um exemplo a ser seguido (E3).

O importante não é somente perder peso e sim ter uma qualidade de vida melhor (E7).

Se você não está bem, a sua mobilidade piora, assim, tudo é uma questão de buscar a melhoria da saúde para também não ter algo psicológico (E1).

A pessoa tem que gostar da sua própria saúde, da sua vida e se cuidar, praticar exercício, porque não existe milagre para a perda de peso, é a atividade física. Você tem que suar a camisa, tem que queimar caloria (E6)

É determinação. É força de vontade, porque a gente tem que ter isso. E assim a gente mostra [...] é capaz de vencer sem obstáculos, que a gente é capaz de superar. Essa é a verdade, é a palavra certa, superação (E10)

Não é fácil para alguém que tem propensão a ganhar peso emagrecer. Mesmo fazendo dietas e atividade física, muitas pessoas não conseguem reduzir drasticamente seu

peso. Deste modo, o fundamental é que haja tanto um cuidado com a saúde como a conscientização da sociedade acerca da necessidade de não tratar as pessoas com sobrepeso de forma preconceituosa e discriminatória. Isto pode acarretar problemas emocionais e psicológicos significativos.

O perigo não reside na abordagem da perda de peso, mas sim no fato de que as pessoas com excesso de peso adotem e interiorizem uma narrativa que as estigmatizem, forçando-as a confessar publicamente suas supostas falhas e a transgressão no padrão estético (FERNANDO-RAMÍREZ; ESCUDEIRO, 2012).

O fator beleza é algo que deve ser analisado de forma crítica, questionando-se o que se acha belo e o que se acha feio; o que atrai aos olhos e o que causa repulsa. Estas falas devem ser criticadas, pois impõem um fator estético que muitas vezes é inacessível. Sabe-se que a beleza não está apenas relacionada ao quesito estético, mas também a afabilidade do olhar do outro, pois o bonito traz a segurança, a atração de querer estar perto, de se ter como referência, em contraposto ao feio, com o sentido de abominação, distância e aversão (SOUZA, 2021).

O processo de aversão à composição corporal volumosa é entendido como ocorrendo dentro de uma realidade social mais ampla, baseada em atitudes e ideologias específicas que refletem atitudes, crenças e valores sociais de determinado contexto histórico específico (ARAÚJO *et al.*, 2018b).

Por isto, há necessidade urgente de debater e identificar possíveis atitudes em relação à obesidade e ao preconceito gordofóbico. Estas ideias permeiam os espaços institucionais, podendo alterar as relações sociais e adoecer as pessoas que sofrem discriminação. Várias formas de violência são causadas por práticas e histórias gordofóbicas que afetam o nível emocional e psicológico das pessoas gordas. Elas mostram que a gordofobia existe não só numa dimensão estética, mas também física, emocional e psicológica (BULHÕES, 2022).

Desta forma, entende-se que a educação e a empatia são instrumentos que podem auxiliar a desmistificação da gordofobia promovendo reflexões, diálogos e discussões acerca do tema. Para que isto seja possível, devem ser fomentadas políticas públicas,

sociais e culturais que tenham o propósito de ressignificar aspectos promovidos pela gordofobia.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa identificou que os profissionais de Educação Física são vítimas de preconceito e discriminação. Apontou a importância disto na vida destes sujeitos, influenciando negativamente o seu viver.

As tensões sobre identidades sociais não devem se manter por meio de diferentes formas de violência (físicas e/ou simbólicas), testemunhadas e vivenciadas no âmbito privado e público, devido ao impacto emocional e psicológico na vida das pessoas consideradas gordas. É preciso aprender a respeitar as singularidades de cada indivíduo, entre elas, os seus corpos.

Ao analisar as entrevistas percebeu-se que em relação à “Discriminação por estar acima do peso”, todos os profissionais haviam sofrido algum preconceito, sendo este praticado geralmente por pessoas próximas. Sobre “Sentimentos relacionados à discriminação”, destacaram vergonha e constrangimento e muitos desencadearam, em função disto, quadros de depressão, tendo que inclusive tomar medicação.

Em relação ao “Significado de estar acima do peso” foi percebido que os professores possuíam autoconhecimento de seu corpo e que sabiam estar acima do peso e relataram que perder peso é uma luta diária e constante.

Como este estudo não pretende encerrar o debate e a reflexão sobre a temática em questão, pelo contrário, sugere-se novas pesquisas, nas quais temas como gordofobia, obesidade, auto preconceito de professores de Educação Física sejam discutidos para a manutenção de um olhar crítico acerca da gordofobia.

Divulgando esses estudos e abrindo as discussões sobre esta temática, é possível que se possa romper com a utilização de estereótipos sobre pessoas gordas como inaptas, sedentárias, incapazes, dentre outros.

Recebido em julho de 2023 – Aprovado em outubro de 2023

REFERÊNCIAS

ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica.

Diretrizes brasileiras de obesidade. 4 ed. São Paulo, SP, 2016.

ARAÚJO, Lidiane Silva *et al.* Preconceito frente à obesidade: representações sociais veiculadas pela mídia impressa. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 70, n. 1, p. 69-85, 2018a. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672018000100006&lng=pt&tlng=pt. Acesso em 06 out. 2022.

ARAÚJO, Lidiane Silva *et al.* Discriminação baseada no peso: representações sociais de internautas. **Psicologia em Estudo**, Universidade Estadual de Maringá, v. 23, p. 1-17, 2018b. DOI: [10.4025/psicoestud.v23i0.34502](https://doi.org/10.4025/psicoestud.v23i0.34502) Disponível em:

<https://doi.org/10.4025/psicoestud.v23i0.34502> Acesso em 06 out. 2022.

RODRIGUES, Ramilla Corrêa; ARCOVERDE, Vanessa Machado. **Cinderela não é gorda:** análise de conteúdo da personagem Perséfone na novela Amor à Vida. 2014. 76 f., il. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Comunicação Social) - Universidade de Brasília, Brasília, 2014.

BERGMAN, Richard N. *et al.* A better index of body adiposity. **Obesity**, v. 19, n. 5, p. 1083-1089, 2011. DOI: [10.1038/oby.2011.38](https://doi.org/10.1038/oby.2011.38) Disponível em:

<https://doi.org/10.1038/oby.2011.38> Acesso em 30 out. 2021.

BRASIL. VIGITEL Brasil/2020. **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.** Ministério da Saúde, Brasília, 2020. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/relatorio-vigitel-2020-original.pdf> Acesso em 06 out. 2021.

BULHÕES, Tabatha Mourão Araújo de. **“Com quantas calorias se faz uma revolução?”:** Problematizando práticas e narrativas gordofóbicas presentes na cultura ocidental no século XXI. 2022. 122f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação) - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, 2022. Disponível em:

<https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/141650/2/567383.pdf> Acesso em 30 set. 2022.

DOURADO, Cláudia de Souza *et al.* Body, culture and meaning. **Journal of Human Growth and Development**, v. 28, n. 2, p. 206-212, 2018. DOI: [10.7322/jhgd.147240](https://doi.org/10.7322/jhgd.147240) Disponível em: <https://doi.org/10.7322/jhgd.147240> Acesso em 27 set. 2022.

TIBURI, Marcia; MENEZES, Magali de; EGGERT, Edla. **As mulheres e a Filosofia**. São Leopoldo: Ed. UNISINOS, 2002.

FERNANDEZ-RAMÍREZ, Baltasar; ESCUDERO, Enrique Baleriola. Estigma e identidad de las personas obesas em la semântica del discurso público. **Discurso & Sociedad**, v.6, n.2, p.314-359, 2012.

FISCHLER, Claude. Obeso benigno, obeso maligno. *In*: SANT'ANNA, D.B. de (Org.) **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, p. 69-80, 1995.

FRANCISCO, Lucas Vieira; DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda. Abordagem terapêutica da obesidade: entre conceitos e preconceitos. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 10, n. 3, p. 705-716, 2015. DOI: [10.12957/demetra.2015.16095](https://doi.org/10.12957/demetra.2015.16095) Disponível em: <https://doi.org/10.12957/demetra.2015.16095> Acesso em 27 set. 2022

FREITAS, Rogério Gonçalves de *et al.* Lipofobia, disciplinamento do corpo e produção de valor. **Conexões**, v. 17, p. e019017-e019017, 2019. DOI: [10.20396/conex.v17i0.8655108](https://doi.org/10.20396/conex.v17i0.8655108) Disponível em: <https://doi.org/10.20396/conex.v17i0.8655108> Acesso em 16 set. 2022.

LIN, Sara; STUTTS, Lauren A. Impact of exposure to counterstereotypic causality of obesity on beliefs about weight controllability and obesity bias. **Psychology, Health & Medicine**, v. 25, n. 6, p. 730-741, 2020. DOI: Disponível em: [10.1080/13548506.2019.1653484](https://doi.org/10.1080/13548506.2019.1653484) <https://doi.org/10.1080/13548506.2019.1653484> Acesso em 20 mai. 2021.

LIRA, Ariana Galhardi *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n.3, p. 164-171, 2017. DOI: 10.1590/0047-2085000000166 Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166> Acesso em 30 de out. 2022.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: Pesquisa Qualitativa em Saúde**. 14 ed. São Paulo: Hucitec-Abrasco, 2014.

NERY, Joseanne de Oliveira. Gordofobia: discursos e estratégias de empoderamento de mulheres gordas ao preconceito. **Anais do XIII Encontro de Iniciação Científica da Uni7**, v.

7, n. 1, p. 20-41, 2017. Disponível em: <https://periodicos.uni7.edu.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/368> Acesso em 07 jun. 2022.

OMS. Organização Mundial de Saúde. **Relatório Mundial sobre a Deficiência**. São Paulo, 2011.

PAIM, Marina Bastos; KOVALESKI, Douglas Francisco. **Análise das diretrizes brasileiras de obesidade: patologização do corpo gordo, abordagem focada na perda de peso e gordofobia**. *Saúde e Sociedade*, v. 29, n. 1, p. e190227, 2020. DOI: [10.1590/S0104-12902020190227](https://doi.org/10.1590/S0104-12902020190227) Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902020190227> Acesso em 3 out. 2021.

PIÑEYRO BRUSCHI, Magdalena. **Stop gordofobia: y las panzas subversas**. Málaga: Zambra y Baladre, 2016.

PUHL, Rebecca M.; HEUER, Chelsea A. Obesity stigma: important considerations for public health. *American Journal of Public Health*, v. 100, n. 6, p. 1019-1028, 2010. DOI: [10.2105/AJPH.2009.159491](https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.159491) Disponível em: <https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.159491> Acesso em 15 out. 2021.

SOUZA, Valdelice Cruz da Silva; GONÇALVES, Josiane Peres. Vivências de gordofobia e discriminações de gênero entre pré-adolescentes naviraíenses. *In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO*, 6, Fortaleza, 2019. **Anais [...]**. Campina Grande: Editora Realize, 2019. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/62993> Acesso em 21 jul. 2022.

SOUZA, Daniela dos Santo. **Gordofobia e a dignidade da pessoa gorda**. 2021. 58f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Direito) Unidade Acadêmica Especial de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal de Goiás, Cidade de Goiás, 2021. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/bitstream/ri/20276/3/TCCG%20-%20Direito%20-%20Daniela%20dos%20Santos%20Souza%20-%202021.pdf> Acesso em 21 de set. 2022.