



Por Silvana Leporace

# Artigo

## A supervalorização da vaidade

Temos sido bombardeados pela mídia com apelos para a obtenção do corpo perfeito. Não nos é dado o direito de mostrar que não nos enquadrados nos padrões estéticos impostos pela sociedade.

Uma pesquisa feita recentemente nos EUA com 30.000 pessoas aponta que 93% das mulheres e 82% dos homens preocupam-se com a aparência e fazem algo para melhorá-la. Dentro desse quadro, surge a preocupação com os exageros.

Meninas entre 11 e 12 anos começam a ser monitoradas por agências de modelos, apoiadas e incentivadas pelas famílias, para manterem determinadas medidas e peso até 15 ou 16 anos, quando iniciam as atividades profissionais. A orientação é restringir a alimentação ao máximo e praticar exercícios físicos nem sempre indicados para a faixa etária.

O que não é levado em consideração é que, na fase em que essas meninas se encontram, as mudanças são rápidas e nem sempre controláveis. Verifica-se, então, o aumento significativo do número de diagnósticos de transtornos alimentares.

A anorexia nervosa caracteriza-se por uma progressiva e grave restrição alimentar somada a uma prática excessiva de exercícios físicos. Existe uma distorção da imagem corporal e a pessoa nunca consegue se enxergar magra. Na bulimia

nervosa, as pessoas ingerem compulsivamente grandes quantidades de alimentos em curto espaço de tempo, geralmente movidas pela ansiedade. Sentem-se culpadas e induzem o vômito, além de usarem laxantes ou diuréticos e praticarem exercícios físicos também de forma exagerada.

Juntando-se aos desequilíbrios já citados, hoje aparece também a "drunkorexia", ou anorexia alcoólica, que é o alcoolismo associado a distúrbios alimentares. Neste caso, a ingestão de bebida alcoólica

atende a uma troca de calorias para manter o corpo magro: substitui-se a comida pelo álcool. E embora a incidência desses transtornos seja maior nas mulheres, o número de ocorrências nos homens vem aumentando bastante.

As causas dos distúrbios são biopsicossociais, e aconselha-se que o tratamento seja realizado por uma equipe multidisciplinar. Os adultos precisam fazer observações a respeito da aparência das pessoas e dos próprios filhos.

O adolescente está na fase de construção da identidade e encontra-se facilmente influenciável.

Precisamos trabalhar a autoestima das nossas crianças e jovens para que consigam perceber que não podemos "classificá-los" por meio de padrões ditados pela indústria da beleza, e que as diferenças precisam ser respeitadas.

**Meninas entre 11 e 12 anos começam a ser monitoradas por agências de modelos, apoiadas e incentivadas pelas famílias, para manterem determinadas medidas e peso até 15 ou 16 anos, quando iniciam as atividades profissionais. A orientação é restringir a alimentação ao máximo e praticar exercícios físicos nem sempre indicados para a faixa etária**