

CORPOLATRIA: O CULTO AO CORPO E POSSÍVEIS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

BODY WORSHIP: THE CULT OF THE BODY AND POSSIBLE IMPACTS ON MENTAL HEALTH

Alan de Menezes Pires Lopes¹
Ana Beatriz de Araújo Lobato²
Geisiane Márcia Moreira³
João Tiradentes de Sousa⁴
Viviane Noronha Fernandes⁵

RESUMO

O presente trabalho foi construído com base na investigação do fenômeno da corpolatria – o culto exacerbado ao corpo – bem como os seus possíveis impactos na saúde mental dos sujeitos, em especial aos que são ligados direta ou indiretamente ao contexto da Educação Física e das mídias digitais. Através de uma abordagem mista, com pesquisas bibliográficas, aplicação de questionários e rodas de conversa, buscou-se abordar a relevância da temática contemporânea e sua crescente influência no Brasil. Os resultados indicaram que 58,3% dos respondentes reconhecem a influência negativa das mídias na busca pelo “corpo ideal” e apontam a importância de espaços de diálogo sobre saúde mental e imagem corporal. A corpolatria mostrou seu potencial de comprometer a saúde mental e fomentar sentimentos como o de culpa e inadequação, podendo provocar adoecimentos psicológicos graves. A realização do projeto demonstrou a necessidade de intervenções educativas que promovam uma visão mais crítica e inclusiva sobre o corpo, contribuindo para a formação de profissionais conscientes de seu papel na promoção do bem-estar.

PALAVRAS-CHAVE: Corpolatria; Saúde Mental; Educação Física.

ABSTRACT

This study was based on an investigation into the phenomenon of corpolatry – the excessive cult of the body – and its impact on the mental health of individuals, especially those directly or indirectly linked to the context of Physical Education and digital media. Through a mixed approach, with bibliographical research, questionnaires and discussion groups, the aim was to address the relevance of this contemporary theme and its growing influence in Brazil. The results indicated that 58.3% of respondents recognize the negative influence of the media on the search for the “ideal body” and point out the importance of spaces for dialogue about mental health and body image. Corpolatry has shown its potential to compromise mental health and foster feelings such as guilt and inadequacy, and can cause serious psychological illnesses. The project demonstrated the need for educational interventions that promote a more critical and inclusive view of the body, contributing to the training of professionals who are aware of their role in promoting well-being.

KEYWORDS: Corpolatry; Mental Health; Physical Education.

¹Graduando no curso de Psicologia pela Faculdade Católica de Pará de Minas (FAPAM).

²Graduando no curso de Psicologia pela Faculdade Católica de Pará de Minas (FAPAM).

³Graduando no curso de Psicologia pela Faculdade Católica de Pará de Minas (FAPAM).

⁴Graduando no curso de Psicologia pela Faculdade Católica de Pará de Minas (FAPAM).

⁵Graduando no curso de Psicologia pela Faculdade Católica de Pará de Minas (FAPAM).

1 INTRODUÇÃO

A busca pela adequação à sociedade através dos padrões corporais de beleza tem se caracterizado pelo que os autores denominam de culto exacerbado ao corpo – a corpolatria. Na sociedade hipermoderna, observa-se que esse fenômeno tem se intensificado, potencializado e reforçado pelas dinâmicas de consumo da era hipermoderna. Autores como Bauman e Lipovetsky contribuem com reflexões de grande importância para a compreensão das condições do indivíduo na atualidade, em que a beleza é definida por padrão imposto pelas mídias e redes sociais, substituindo a valorização da subjetividade e da diversidade de corpos. Isso tem provocado grandes impactos na saúde psíquica das pessoas submersas nesse universo de exibicionismo e comparações.

Nesse contexto, é fundamental refletir sobre como esses padrões estéticos também influenciam diretamente as práticas corporais no campo da Educação Física. A busca por um corpo idealizado frequentemente orienta a motivação de muitos indivíduos para a atividade física, o que pode desvirtuar os reais benefícios do movimento corporal voltado à saúde e ao bem-estar. Diante disso, o profissional de Educação Física se vê desafiado a repensar suas abordagens, promovendo uma prática mais crítica, inclusiva e educativa que valorize a diversidade corporal, rompendo com os estigmas que reforçam a corpolatria e o adoecimento.

2 OBJETIVO GERAL

Analisar a percepção e a identificação dos discentes do primeiro período do curso de Educação Física da Faculdade Unopar com a corpolatria, considerando seus possíveis efeitos na saúde mental.

2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Informar sobre o conceito da Corpolatria, ou seja, do culto exacerbado ao corpo.
- Coletar dados por meio do questionário online Google Forms, referente a compreensão e atitudes dos acadêmicos em relação ao culto ao corpo.
- Relacionar os dados obtidos e analisar as informações coletadas com os pressupostos teóricos de Lipovetsky (2004), Ferreira e Santos (2018) e Dantas (2011).
- Realizar uma roda de conversa com os alunos do primeiro período do curso de Educação Física da faculdade Unopar com base nos dados coletados através do questionário online Google Forms, juntamente com os pressupostos teóricos abordados no presente trabalho.
- Promover a conscientização sobre os possíveis impactos da corpolatria.

3 JUSTIFICATIVA

A importância deste projeto reside na necessidade de compreender o impacto do culto ao corpo - fenômeno intensificado pela lógica hipermoderna e pelo capitalismo - na saúde mental de um indivíduo e na sociedade de modo geral, mas nesse contexto vamos analisar particularmente no ambiente acadêmico da Faculdade Unopar, mais especificamente com os discentes do primeiro período do curso de Educação Física. Pesquisas de Lipovetsky (2004) apontam para a intensificação do atual contexto de uma preocupação exagerada com o desempenho pessoal. Além disso, Dantas (2011) destaca a importância de discutir o culto ao corpo como fator que influencia a auto percepção e as práticas de saúde. O projeto contribuirá, portanto, para o debate acadêmico e para o desenvolvimento de estratégias preventivas e educativas, promovendo a reflexão crítica sobre os padrões de beleza exacerbados e suas consequências para os indivíduos.

4 METODOLOGIA

A produção do projeto adotará uma abordagem mista, combinando métodos qualitativos e quantitativos, estruturada em três etapas principais:

- **Pesquisa Bibliográfica:** Levantamento e análise de literatura especializada, para fundamentação teórica com ênfase em artigos científicos de Lipovetsky (2004), Ferreira e Santos (2018) e Dantas (2011), entre outros autores relevantes que possam contribuir com a pesquisa.
- **Coleta e Análise de Dados:** Aplicação de um questionário online (via Google Forms) direcionado aos discentes da Faculdade Unopar. Investigação dos dados obtidos pela pesquisa, visando analisar os seus resultados.
- **Roda de Conversa:** Com base na análise dos dados coletados e na correlação com a teoria, será realizado uma roda de conversa em ambiente acadêmico para divulgar os resultados e promover ações de conscientização e psicoeducação.

5 DESENVOLVIMENTO

Ao longo dos anos, diversas concepções sobre o corpo ideal foram se formando, sendo as percepções sobre o corpo profundamente influenciadas pela cultura e pelo contexto social. Na sociedade contemporânea, com o avanço da tecnologia e das práticas médicas, o acesso a diversos procedimentos estéticos se tornou mais fácil, fazendo com que o corpo passe a ser visto como um objeto passível de modificações para atender às exigências estéticas da sociedade. Segundo Dantas (2011), “Talvez em

nossa época se desvele uma aparente ambição de dominar o corpo e mantê-lo sob controle, seja em busca da saúde, da beleza ou, até mesmo, da juventude”.

Dessa forma, o culto ao corpo pode ser entendido como uma tentativa de adequação aos padrões idealizados de estética, numa busca ilusória pela felicidade associada a essas referências sociais de beleza.

Através do nosso projeto voltado a abordagem do culto exacerbado ao corpo, se caracterizando por uma preocupação em demasia com sua aparência que pode levar a transtornos alimentares e emocionais, intitulado corpolatria.

Com base nas obras de Zygmunt Bauman e Gilles Lipovetsky, analisamos como o corpo se tornou uma plataforma simbólica e material de expressão da individualidade, ao mesmo tempo em que reflete a fragilidade emocional, o narcisismo e a lógica de consumo que atravessa os sujeitos na atualidade, usando como instrumento de promoção na maioria das vezes as redes sociais.

Como observam Ferreira e Santos (2018), o culto ao corpo emerge “como novas formas de subjetivação e reconhecimento, de potencial de ação no mundo”, resultado de uma ética da performance e da intensificação da experiência sensível. O narcisismo moderno não é apenas um traço de personalidade, mas uma estrutura de socialização. A corpolatria se insere nesse contexto como um fenômeno que conjuga prazer, reconhecimento e, illogicamente, o sofrimento, seja ele emocional, ou físico, mas aqui tratamos neste conteúdo o possível adoecimento por este contexto na prática emocional dos sujeitos.

Maria Rita Kehl (2009) em seu texto “Com que corpo eu vou?” complementa essa análise ao associar a idealização do corpo perfeito à experiência de vazio existencial. O corpo passa a ser, não apenas morada do ser, mas projeto estético, símbolo de valor social e promessa de felicidade. Em tempos líquidos, o corpo sólido se torna refúgio e vitrine de um eu sempre em construção. A construção da identidade corporal, que antes poderia partir de um desejo próprio, acaba se tornando um objeto moldado pela incessante busca pela perfeição, influenciada por padrões inalcançáveis propagados nas redes sociais. Com isso, a liberdade de escolha sobre o próprio corpo é gradualmente substituída pela sensação de segurança oferecida por um movimento externo que se apresenta como ideal universal. Como afirma Bauman (2003, p.10): "Você quer segurança? Abra mão de sua liberdade, ou pelo menos de boa parte dela." Assim, em troca de um pertencimento ilusório, o indivíduo entrega sua autonomia à lógica de um sistema que dita como ele deve ser, parecer e viver.

Dantas também traz em seu texto o conceito da indústria do culto ao corpo, destacando como ela orienta sobre o que deve ser feito para alcançar o corpo considerado perfeito. Essa indústria oferece diversas alternativas, adaptadas a diferentes padrões econômicos, tornando seus serviços mais acessíveis. Segundo Dantas (2011), “Por vezes parece ser um rascunho que pode ser refeito ou

aperfeiçoado de acordo com o desejo e o bolso do indivíduo”. Assim, essa indústria, ao mesmo tempo em que estimula a ansiedade pela conquista de um corpo ideal, promete soluções rápidas e indolores, oferecendo medicamentos, próteses e cirurgias plásticas. Dessa forma, o corpo passa a ser visto apenas como um detalhe biológico, facilmente manipulável.

Atualmente, além dos cuidados tradicionais com a saúde, observa-se esse culto exagerado ao corpo, com a constante busca por um padrão idealizado como caminho para a tão almejada felicidade. Os discursos estéticos quase sempre reforçam a importância do cuidado corporal, mas esse cuidado, antes associado ao bem-estar, tem se transformado em uma obrigação diária. Tal imposição gera, frequentemente, sentimento de culpa extrema quando as expectativas não são atendidas. Revistas, campanhas publicitárias, livros de autoajuda e redes sociais reforçam constantemente a ideia de que qualquer imperfeição corporal é resultado da falta de cuidado pessoal, colaborando que o indivíduo acredite que deve todo custo, atender aos padrões estéticos impostos, aumentando ainda mais a pressão sobre o corpo.

Dessa maneira, é necessário cuidado para não confundir os conceitos de "boa forma" e "saúde". De acordo com Dantas, embora ambos se refiram às condições do corpo, o conceito de boa forma ganhou uma função social de legitimação e pertencimento. O problema surge quando a busca pela boa forma se torna exaustiva, contrariando justamente o propósito de bem-estar associado a ela. Bauman (citado por Dantas 2011) reforça essa reflexão ao afirmar: “A luta pela boa forma é uma compulsão que logo se transforma em vício. Cada dose precisa ser seguida de outra maior”.

Nesta incessante busca pelo corpo ideal, o indivíduo acaba preso em um ciclo vicioso de insatisfação, no qual sempre haverá algo a ser corrigido. Para atender a essas expectativas, recorre-se cada vez mais a treinos exaustivos, medicamentos e procedimentos estéticos.

Com isso, destacamos que os cuidados com o corpo são, sim, importantes para a manutenção da qualidade de vida e da saúde. No entanto, a obsessão por alcançar um ideal inatingível pode gerar sofrimento, levando o indivíduo à exaustão física e emocional. Esse cenário evidencia a importância de promover discussões e disseminar informações sobre o tema em escolas, ambientes de trabalho, instituições públicas e universidades.

5 APLICAÇÃO

A aplicação do Projeto Integrador “Corpolatria: o culto ao corpo e possíveis impactos na saúde mental” teve seu início no dia 03 de abril de 2025 através da plataforma Google Forms (*ver Anexo A*). Foram formuladas 8 perguntas objetivas sobre a compreensão dos estudantes do 1º período de Educação Física da Faculdade UNOPAR de Pará de Minas sobre a Corpolatria e os possíveis impactos na saúde mental (*ver Anexos B*). O link com o questionário foi enviado para o professor da turma Diego

Henrique Soares de Oliveira que posteriormente enviou para os seus alunos. Após todos terem respondido (*ver Anexo C*) foi sinalizado aos integrantes do projeto, onde iniciou-se o levantamento de dados para apresentação dos resultados obtidos em forma de roda de conversa (*ver Anexo D e E*). A segunda etapa da aplicação aconteceu no dia 11 de abril de 2025, onde foi realizado a roda de conversa com os estudantes de educação física com a finalidade de demonstrar os resultados obtidos no questionário e abordar mais a fundo sobre a temática proposta. A apresentação aconteceu de forma dinâmica onde todos os integrantes do projeto e os alunos em conjunto com o professor participaram de forma efetiva (*ver Anexo F*). Dessa forma, foi possível associar as leituras sobre a temática escolhida com a análise dos dados obtidos e posteriormente a divulgação dos resultados, impactando de forma relevante esses alunos participantes.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “Corpolatria: o culto ao corpo e possíveis impactos na saúde mental” teve como principal objetivo informar e conscientizar sobre os efeitos da corpolatria na saúde mental dos indivíduos. Desde o início, o intuito foi trazer essa discussão para o ambiente acadêmico, por entendermos que esse é um espaço privilegiado para a formação crítica e ética de futuros profissionais. A escolha pelo curso de Educação Física se deu pelo fato de que esses profissionais atuam diretamente com o corpo e com as transformações corporais, sendo, portanto, constantemente expostos a demandas relacionadas à imagem corporal. Dessa forma, torna-se essencial que estejam preparados para lidar com essas questões, compreendendo que o exercício físico está intrinsecamente relacionado à saúde mental.

A proposta do projeto foi bem acolhida pelo professor Diego, da Faculdade UNOPAR, o que possibilitou a aplicação do questionário e a realização da roda de conversa com os alunos do curso. A participação ativa dos estudantes e a troca de experiências demonstraram o quanto o tema é pertinente e atual. Durante a roda, foi possível perceber não apenas a preocupação com os impactos da corpolatria sobre os alunos e futuros clientes, mas também os reflexos que essa cobrança estética exerce sobre os próprios profissionais e estudantes da área, que frequentemente se veem pressionados a manterem um corpo considerado ideal. O projeto teve um impacto bastante significativo, pois possibilitou aos alunos refletirem sobre sua própria saúde mental e as pressões vivenciadas em sua formação e futura atuação profissional.

Os dados obtidos revelam a importância de discutir esse tema nos cursos da área da saúde. O questionário mostrou que 58,3% dos respondentes acreditam que rodas de conversa sobre corpolatria e saúde mental podem contribuir significativamente para a conscientização e a promoção de mudanças de comportamento. Além disso, 58,3% indicaram que a busca pelo corpo perfeito é intensificada pelas redes sociais e pela mídia, evidenciando a influência desses meios na construção de padrões estéticos.

Esse dado remete à reflexão proposta por Dantas, que aponta o papel da indústria do consumo em estimular a busca por um ideal inatingível.

Essa vivência foi muito rica, pois nos permitiu sair da teoria e compreender como o tema impacta diretamente o cotidiano acadêmico e profissional. O projeto nos permitiu crescer não só academicamente, mas também como cidadãos mais atentos às demandas sociais que atravessam o cotidiano profissional.

Diante disso, reforça-se a necessidade de ampliar essas discussões em diferentes contextos acadêmicos e sociais, a fim de promover reflexões críticas sobre os limites entre o cuidado com o corpo e o excesso que pode se tornar prejudicial. Em uma sociedade que valoriza cada vez mais a estética corporal e na qual a exposição midiática é constante, torna-se necessário que instituições de ensino, incentivem o debate e desenvolvam estratégias preventivas para lidar com os impactos da corpolatria na saúde mental.

ANEXOS

Anexo A – Questionário formulado na plataforma Google Forms.

Corpolatria e Saúde Mental entre Estudantes de Educação Física

B *I* U ↺ ↻

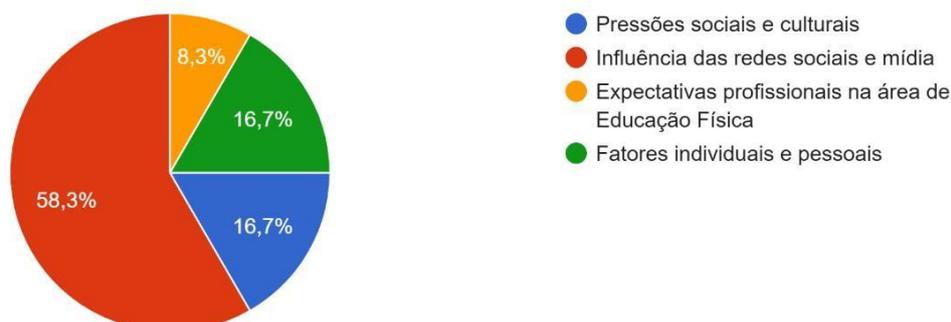
Este questionário tem como objetivo compreender a percepção dos estudantes de Educação Física sobre a "Corpolatria" e os possíveis impactos na autoimagem e saúde mental.

Sua participação é anônima e voluntária.

Anexo B – Exemplo da pergunta 4/8 realizada e o seu respectivo resultado.

4- Na sua percepção, a busca pelo “corpo perfeito” é impulsionada principalmente por:

12 respostas



Anexo C – Confirmação via plataforma Forms, demonstrando que os alunos responderam o questionário.

franca444k@gmail.com	0	4 de abr. 21:15
fedelson697@gmail.com	0	4 de abr. 21:15
marloncio12345@gmail.com	0	4 de abr. 21:16
viniciuslemoss007@gmail.com	0	4 de abr. 21:16
danielmagnoresendealves@gmail.com	0	4 de abr. 21:16
sabrinakelei47@gmail.com	0	4 de abr. 21:21
phelipeabreu2005@gmail.com	0	4 de abr. 21:21
oliveirajuan59@gmail.com	0	4 de abr. 21:21
nayarasilva6563@gmail.com	0	4 de abr. 21:23

Anexo D – Roda de conversa com os alunos do 1º período de Educação Física da Faculdade UNOPAR de Pará de Minas.



Anexo E – Roda de conversa com os alunos do 1º período de Educação Física da Faculdade UNOPAR de Pará de Minas e apresentação dos resultados do questionário.



Anexo F – Integrantes do projeto em conjunto com os estudantes de educação física e seu respectivo professor.



Anexo G – Integrantes do Projeto Integrador (8º período de psicologia) e o professor de Educação Física Diego.



Anexo H – Alunos de psicologia que conduziram o questionário e roda de conversa.



REFERÊNCIAS

DANTAS, Jurema Barros. Um ensaio sobre o culto ao corpo na contemporaneidade. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 3, p. 898-912, 2011. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/52775/1/2011_jbdantas1.pdf. Acesso em: 03 mar. 2025.

FERREIRA, Fabio Alves; SANTOS, Givaldo Henrique Gomes. A condição do indivíduo na pós- modernidade: leituras de Bauman e Lipovetsky. *Sinais*, Vitória, v. 22, n. 1, p. 81-89, Jan./Jun. 2018. DOI: <https://doi.org/10.25067/s.v22i1.15981>.

LIPOVETSKY, Gilles. *Os tempos hipermodernos*. São Paulo: Bancarolla, 2004.