

## **Primeiros Escritos**

### **A autoimagem da mulher e como essa questão perpassa as gerações**



*Beatriz Zorzan Franco  
Gisele Panegassi Rodrigues  
Isabella Fraia Aziz Tsukamoto  
Luisa Brandão Costa  
Rita Bandeira de Mello Burti*

## **Introdução**

**A** fim de compreender como a autoimagem da mulher perpassa as diferentes gerações, foram feitas algumas pesquisas para, primeiramente, conceituar as diversas facetas da autoimagem e, depois, o que é geração. Optamos por focar nas mulheres pois sabemos que o sistema capitalista reserva um papel social específico, e usa, de forma mais opressora, a imagem e autoimagem da mulher para o controle social. Primeiramente, é importante diferenciarmos as definições de autoconceito, autoestima e autoimagem.

Rocha *et.al.* (2012), afirmam que o autoconceito depende das interações sociais e do modo como o sujeito percebe o juízo que as outras pessoas fazem dele, ou seja, a maior influência para a formação do autoconceito é a devolutiva que recebemos dos outros e, assim, tem muita relação com o que o sujeito mostra para o mundo. A autoestima é o sentimento que preenche o sujeito ante uma auto avaliação, e mais relacionado com o nosso lado emotivo. Já a autoimagem, segundo o Dicionário Online (2020), significa:

Imagem que se faz ou se imagina sobre si mesmo; Representação que alguém faz de si próprio; [Psicologia] Maneira através da qual alguém se vê em relação à sua própria personalidade, suas conquistas ou tendo em conta sua importância numa cultura ou sociedade (Autoimagem, 2020)

Ou seja, é a percepção de maior influência interna e particular. Apesar de termos separado os conceitos para evidenciar a autoimagem, vale ressaltar que eles estão intrinsecamente relacionados; a partir da autoimagem se desenvolve o autoconceito e estes influenciam diretamente no nível e na qualidade da autoestima.

Posto isto, percebe-se que pensar a autoimagem evidenciando somente aspectos do corpo físico, como normalmente feita, é uma maneira reducionista de olhar para essa questão. A autoimagem engloba todos os âmbitos de nossas vidas, influenciando diretamente a forma como nos relacionamos com nós mesmos, ou seja, é a forma como o sujeito se vê, não só fisicamente, mas emocional, social, cognitivamente e nos diversos papéis sociais que exerce.

O período considerado de juventude, idades entre 15 a 29 anos (BRASIL, 2013), indica o momento de diversas transformações físico-biológicas, próprias à puberdade, e as associadas às psicossociais-culturais dos indivíduos. Cano *et.al.* (1999) explicita que nessa fase da vida as mudanças corporais se entrelaçam profundamente com as mudanças da mente, ou seja, a construção da identidade e personalidade pessoal está necessariamente ligada à relação com o próprio corpo.

Apesar do processo de construção de identidade ocorrer durante toda a vida, na adolescência a busca pelo pertencimento a grupos sociais é mais intensa e determinante, o que pode gerar desde sentimentos de incertezas e angústias, até um sentimento de grande liberdade e autoconhecimento. Entretanto, para nós, mulheres, normalmente é uma fase de grande pressão social para se encaixar no padrão estético, definido sócio culturalmente, e de se alinhar à racionalização da mulher meiga, dócil, comportada, que aceita as ordens de cima e que não impõem seus pensamentos, desejos e opiniões.

Outro fator característico da juventude atual, evidenciado em diversos textos, é o papel da mídia na construção da autoimagem das mulheres jovens. Murari e Dorneles (2018, p.158-159) explicitam:

O padrão do corpo é construído no inconsciente das pessoas pelo poder da mídia, está influenciando de maneira perversa a autoestima e autoimagem dos pré-adolescentes e adolescentes, principalmente em relação ao corpo feminino, causando um sofrimento psicológico

[...] Ao invés de o nível de informação sempre minimizar a distorção da autoimagem, muitas vezes ele concorre para disseminar percepções equivocadas de corpo [...] a mídia e o sistema ainda exercem maior pressão sobre as mulheres, devido a estruturação social que existe há anos em nossa sociedade.

A mídia tem funções explicitamente mercadológicas, e quando ela impõe um tipo ideal de mulher, sendo ela esbelta, elegante e bem-sucedida profissional e financeiramente, sem levar em conta marcadores socioculturais e subjetivos, ela transforma a subjetividade em lucro. Assim, torna-se evidente o papel que a mídia tem no processo da construção da autoimagem da mulher, principalmente na juventude.

Com o decorrer dos anos, as mulheres passam por outros processos e, conseqüentemente, se relacionam consigo mesmas de outras formas. Segundo Loiola (2014, p. 112 apud Papalia; Olds, 2000) “de acordo com a literatura sobre desenvolvimento humano, a partir dos quarenta inicia-se a chamada meia-idade [...] para muitos é o período mais desafiador e realizador da vida”.

Loiola (2014) evidencia também que, ao mesmo tempo, existe uma necessidade absoluta de se preocupar consigo mesma, uma fase de muito impulso de expansão profissional e pessoal, e também de grande responsabilidade e, na maioria das vezes, muito estressante. Entretanto, a maioria dos adultos sente-se no auge da competência, produtividade e controle, já que a ansiedade de produzir uma carreira e uma família muitas vezes já foi superada.

A autora também afirma que as pessoas dessa faixa etária já adquiriram um bom julgamento, e uma aceitação madura dos altos e baixos da vida. Posto isso, percebe-se que diversos autores afirmam que a meia-idade é um momento em que as mulheres se afirmam de forma mais confiante e certa, impactando positivamente em sua autoimagem. Segundo ela, a transição da meia-idade para a velhice carrega consigo diversas mudanças, desde as biológicas até nos papéis sociais, nos relacionamentos e nas responsabilidades. Todas essas mudanças fazem parte do processo de climatério feminino, período de transição entre a fase reprodutiva e não reprodutiva da vida marcada, principalmente, mas não só, pela menopausa, que acontece como consequência do esgotamento da função ovariana.

Segundo Rhodia-Farma (1998 apud Souza, 2005, s/p) grande parte das mulheres alegam que esse período da vida envolve sentimentos negativos e difíceis de lidar,

[...] era vergonhoso estar na menopausa, mas, pior do que estar na menopausa era ter uma menopausa sintomática. Considerando-se, como fazem Nissim (1984) e Vivaldi (1997), que apenas 10% das mulheres passam pela menopausa sem sentir nenhum desconforto, o estigma com relação à menopausa sintomática pode ser considerado um doloroso fardo para a maioria esmagadora das mulheres.

Souza (2005, s/p.) completa indicando que diversos estudos fazem um paralelo entre as duas transições mais marcantes na vida das mulheres: a puberdade e a menopausa.

A transição da menopausa carrega o estigma de ser marcador de envelhecimento, e isso numa sociedade em que é vergonhoso envelhecer. Para questionar esse preconceito em relação à menopausa, nada melhor do que estabelecer um paralelo entre ela e a puberdade, uma fase de transição socialmente bem-vinda e festejada.

Na prática clínica apontada pela autora, quando as mulheres são estimuladas a se recordarem da puberdade, três principais aspectos de mudança aparecem em suas falas: de aparência, as emocionais e as do papel social. Quando os encontros se aprofundam, percebe-se que os mesmos aspectos são levantados em relação a menopausa. Souza (2005) exemplifica que enquanto as adolescentes encaram o aparecimento de acnes, as mulheres menopáusicas enfrentam ressecamento da pele e o aparecimento de rugas.

Em relação aos aspectos emocionais, as duas fases são marcadas por perguntas como “quem sou eu?” “o que está acontecendo comigo?”.

A turbulência hormonal e as mudanças corporais, geralmente inesperadas e em ritmo acelerado, acabam por provocar sentimentos de insegurança e vulnerabilidade que são, usualmente, característicos dos momentos de transição.

Neste apontamento de Souza (2005, s/p), percebe-se que as questões existenciais aparecem mais fortemente na meia-idade, e a ansiedade, irritabilidade e depressão podem ser fortemente agravadas por questionamentos característicos das fases de transições. A partir dessa leitura torna-se evidente como a autoimagem tem caráter intergeracional.

A mesma autora salienta que os aspectos emocionais da menopausa tem pouca visibilidade nas construções sociais, e são poucos os estudos a seu respeito. Por isso, autores como Mankowitz (1987, *apud* Souza, 2005) chamam a menopausa de “a crise negligenciada”, aspecto que sempre foi carregado de conotações negativas. Slaiku (1990 citado por Dattilio & Freeman, 1995, pág. 22 *apud* Souza, 2005) define crise como:

Um estado temporário de perturbação e desorganização, caracterizado principalmente pela incapacidade de um indivíduo de enfrentar uma situação particular, utilizando métodos costumeiros de resolução de problemas e pelo potencial para um resultado radicalmente positivo ou negativo.

Ou seja, a crise é vista como sendo: temporária, perturbadora, situacionalmente incapacitante e com potencial de superação. Souza (2005, s/p), indica que esses aspectos se evidenciam majoritariamente “quando as mulheres, ainda sem se reconhecerem como menopáusicas detectam transformações, orgânicas e/ou emocionais, para as quais não encontram justificativas [e] quando se assume a sua realidade”.

Nessas duas etapas da crise da meia-idade a mulher se sente incapaz e fragilizada para lidar com todas as mudanças desse período, e isso recai diretamente sobre sua autoimagem, o que deixa claro como a entrada na velhice é turbulenta.

Segundo Mercadante (1997, p.3-4 apud Borella, 2019), “a velhice é apreendida como um fenômeno biológico, mas é também imediatamente um fato cultural na medida em que é revestida de conteúdos simbólicos, evidenciando formas diversas de ação e representação”. Assim, deve-se compreender a velhice para além da questão biológica sendo norteadas também por questões culturais, que perpassam a subjetividade desses indivíduos, bem como na construção de suas identidades e autoimagens.

De acordo com Erthal (1986, apud Copatti *et. al.*, 2017), a imagem de si está em constante mudança, conforme as vivências ao longo do tempo. Essas experiências ligadas à imagem corporal são marcadas pela cultura, sociedade e grupos nos quais o indivíduo está inserido, bem como o papel social que ele exerce (SILVA; CAMINHA; GOMES, 2013 apud COPATTI *et.al.*, 2017).

De acordo com Saikali *et.al.* (2004 apud Copatti, *et.al.*, 2017), na sociedade atual, o ideal corporal predominante é caracterizado pela jovialidade e sobre isto afirma Debert (1999, p. 21 apud Borella 2019): “a juventude perde conexão com um grupo etário específico, deixa de ser um estágio na vida para se transformar em valor, um bem a ser conquistado em qualquer idade, através da adoção de estilos de vida e formas de consumo adequadas”. Assim, o processo de envelhecimento é visto a partir de uma visão preconceituosa, associada a significados e imagens negativas, o que acaba interferindo na forma como o sujeito se percebe ao longo desse processo (GUERRA; CALDAS, 2010 apud. COPATTI *et.al.*, 2017).

O processo de envelhecimento pode manifestar diversas mudanças e transformações físicas, funcionais, sociais, motoras e psicológicas, podendo variar de um indivíduo a outro. Em comparação com a juventude, a imagem corporal dos idosos pode sofrer influências e distorções não somente devido à idade, mas também por doenças, limitações e estereótipos criados pela sociedade, sendo as doenças sua maior preocupação (Matsuo *et.al.* 2007 apud FUGULIN, ROSCHE, RESENDE, ROSSI). O envelhecimento deve ser considerado como fase de mudanças e adaptações, e envolve dimensões para além dos aspectos puramente biológicos - um processo universal, dinâmico, irreversível e heterogêneo.

Muitos autores criticam a substituição do termo “velho” por “terceira idade”, porque nega a realidade da velhice e do envelhecimento, o que acarreta em preconceitos, associações da velhice com doenças e decadência. No entanto, como afirma Borella (2019) com o termo ‘terceira idade’ cria-se uma chance para um novo processo de envelhecimento diluído entre estereótipos. Já o termo “idoso” apresenta, muitas vezes, um caráter mais respeitoso, identificando pessoas independentes e ativas, e o termo “velho” fica associado a perdas físicas, decadência biológica, debilitação e incapacidade - o velho, então, é aquele que não goza mais de suas forças e não se desprende de um corpo de rugas e dos cabelos brancos.

O uso de diferentes termos para nomear a autoimagem do velho, indica como esta etapa da vida é negada e temida. Segundo Ferrigno (2009), a palavra 'velho', ainda traz uma conotação negativa, e a imprensa tende a usa-la para denominar os socialmente excluídos e fragilizados, assim o termo surge associado à pobreza, à

dependência, é a ideia de que o velho é sempre o outro, para as camadas médias e superiores.

Para Debert (2000 apud Borella, 2019) a noção de terceira idade, envolve uma representação do velho “vivo”, inserido em atividades sociais e culturais, reconhecendo que ‘o velho não é destituído só do trabalho’. Existe uma falta da relação do adulto com o velho: não se discute e não se confrontam opiniões, negando a ele, deste modo, a oportunidade de desenvolver aquilo que só se permite aos amigos: a alteridade, contradição, afrontamento e até mesmo o conflito (BOSI, 2004).

A sociedade atual é uma das responsáveis pelo isolamento do velho, bem como a estigmatização da velhice e a depreciação da autoimagem dos mesmos. Além dos preconceitos, em uma sociedade que visa o lucro, o idoso é colocado como improdutivo, e inevitavelmente, posto à margem do sistema, assim, há uma busca constante para o ‘não envelhecimento’. Borella (2019) afirma que na sociedade que pouco valoriza o envelhecimento, não é possível aos velhos que se reconheçam sua importância como cidadãos.

Com o aumento da população idosa, a mídia também tem se voltado para esse público e a imagem do idoso nela tem se alterado ao longo do tempo. A partir dos anos 90, a participação do idoso na mídia aumentou gradativamente, provavelmente decorrente do fato do aumento da população idosa e, conseqüentemente, de consumidores da terceira idade, tendência mantida até os dias de hoje na aquisição de diversos tipos de produtos. Enquanto nas décadas de 70, o idoso era representado de forma negativa recheada de estereótipos de dependência física e afetiva, a partir da década de 80, a representação dos idosos tornou-se mais positiva, simbolizando poder, riqueza, perspicácia e sabedoria.

Afirma Griebler (2013) que as imagens de idosos vinculadas na mídia têm um papel fundamental na constituição de novos padrões de envelhecimento, tanto positivamente quanto negativamente, pois ela tornou-se importante meio de veiculação de representações do envelhecimento e modeladora de opiniões e construção de discursos, através do modo que retrata a velhice (SILVA; XAVIER, 2012, p. 209). Segundo as mesmas autoras a mídia poderia:

Mostrar o envelhecimento como uma etapa da vida que, assim como as demais também exige aprendizado e comporta valores, tais como: serenidade, experiência, respeito, independência, memória do passado, e que merecem tanto destaque quanto aqueles já tão realçados socialmente, como juventude, beleza e rendimento econômico.

Ao invés de impor um padrão de envelhecimento pautado na juventude, a mídia pode e deve desfazer a imagem do idoso frágil, passível de morte e desmistificar o preconceito com o idoso, realçando assim as suas capacidades e diluindo os obstáculos para maior participação social (Griebler, 2013). Afirma a mesma autora:

De acordo com Bezerra (2006, p. 3), uma das implicações do aumento do número de idosos é a construção da imagem do idoso apresentada pela mídia. A constituição desta nova imagem não é realizada sem

propósito. Uma indústria inteiramente voltada para este gênero vem sendo montada e expandida com a ajuda do apelo midiático à adoção de um novo estilo de vida pelos idosos [...] no espaço midiático o velho é incitado a adquirir novos hábitos para manter o corpo saudável e um espírito jovem, com participação social e valores modernos.

A imposição de uma maneira correta de envelhecer, associada à indústria do rejuvenescimento e da juventude, ‘consome o ser velho’ realizando ‘manutenções’ em seu corpo. Eles devem se comportar de acordo com o capital e de acordo com as funções que lhes são atribuídas, podendo ser colocados em locais não elaborados e de não pertencimento. A sociedade contemporânea é marcada pela cultura do cultivo ao corpo, à beleza e à juventude, assim, o idoso que consegue manter consideração é aquele que consegue manter uma aparência jovial, gozando de maior reconhecimento (SILVA; XAVIER, 2012).

“Rendidos por uma indústria de jovialidade e beleza, o corpo velho vai se marginalizando, sendo oposto do idealizado, sem poder e desejo”, o que dificulta lidar com o envelhecimento, fortalecendo a tentativa de negação e expurgação da velhice, afetando a autoimagem e autoestima dessas pessoas (BORELLA, 2019)

Com o passar dos anos, a indústria de consumo passou a enxergar nestes sujeitos a oportunidade de otimizar seus lucros a partir do surgimento de um novo grupo de consumidores “dispostos a investir em tratamentos e produtos que reduzam a distância entre velhos e jovens” (SILVA; XAVIER, 2012). Esse público ganhou uma nova importância para o mercado. Citando Pitanga (2006 apud SILVA; XAVIER, 2012, p. 206):

Na contemporaneidade, a obsessão pelo corpo jovem e a tentativa de “apagar ou corrigir” as marcas da temporalidade inscritas no corpo, podem significar o desejo de evitar ou a vontade de camuflar a dor da finitude. Dessa maneira o sujeito acaba consumindo não apenas o produto, mas há, na mesma medida, um consumo de identidades, de um modelo de sujeito. Procura-se negar, ou denegar, o envelhecer, enquanto nos submetemos ao mito da eterna juventude, advindo daí a busca infundável aos esteticistas, aos cirurgiões plásticos, além da procura intensificada da indústria da beleza, que lucra bastante com este pavor que grande parte dos sujeitos contemporâneos tem de se “parecer velhos”.

Citando Bezerra (2006, s/p),

A nova imagem estereotipada pelos meios de comunicação gera algumas implicações no processo de socialização do idoso, por um lado, a imagem do “velho jovem” capaz e ativo provoca uma certa frustração pois é preciso reconhecer que mesmo adotando um estilo de vida saudável, com cuidados com o corpo, e a manutenção de uma interação social, o idoso irá incondicionalmente se deparar com as limitações próprias e inevitáveis do envelhecimento. Este fato é camuflado nas imagens veiculadas pela mídia.

De acordo com Borella (2019, p. 39), há diversas formas de negar a velhice, no entanto, não é possível se esconder dela por muito tempo, dado que “ela sempre nos encontra quando o ‘botox’ e os ‘potes’ de cremes se acabam (velhice é muito mais que corpo)”. Afirma ainda que:

Os vincos marcando a pele não deveriam ser um sinal de menos valia, de negar a história desse corpo, das rugas, das memórias e negligenciar a história da própria sociedade. Não há um modo único de se viver e nem de viver as velhices. O velho tem o direito de escolher como viver a sua própria velhice, e, isso não é sobre obedecer a regras e a padrões, mas o de ser sujeito das suas histórias e das suas escolhas. Eles têm o direito de ainda contribuir para a manutenção da sociedade sem serem marginalizados pela falta da cultuada jovialidade. Ser velho é muito além do que rugas e padrões.

Um fator que pode influenciar a autoimagem positiva de uma pessoa idosa é a valorização de sua memória e trajetória, pois garante a sensação de pertencimento; além disso, pode construir em si mesmo e no outro, diversas formas de existir no mundo e de se relacionar. A memória deve ser constantemente construída de forma a dar sentido ao presente de um indivíduo e a existência humana, pois ela permite a reconstrução da vida no presente, uma realocação da identidade, novas significações sobre o papel do velho e o surgimento de um sujeito.

Na velhice, o lembrar um trajeto de vida implica trabalho de seleção e de reconstrução do sujeito, no presente, resgatando as relações, em memória, nos meios sociais em que esteve presente durante sua vida, pois “a memória gosta de caçar na escuridão do tempo” (BRUNO; SAIMAN, 2004, p. 28).

Nesse sentido, discutir o papel da memória, no processo de envelhecimento, significa uma construção de identidade do ser velho se reafirmando nos espaços desfigurados, pela construção social da velhice, na sociedade contemporânea. Isso posto, a memória, na velhice, cumpre um papel de unir o começo e o fim, tranquilizando a marginalização do presente. (BORELLA, 2019)

A exacerbação da juventude pela cultura midiática leva ao ofuscamento das possibilidades do velho, e o coloca em uma situação dicotômica - ao mesmo tempo em que está preso em uma etapa da vida, ele se sente compelido a exercer essa juventude valorizada, portanto, a valorização da memória pode adquirir uma resistência e gerar futuros. “A memória é um processo de legitimação e de afirmação de pertencimento e espaços de construção de resistência do vivido e do memorado” (FERREIRA, 1998 apud BORELLA, 2019).

Idealmente, dever-se-ia pensar e encarar a velhice como um período de vida que ainda alimente projetos para o futuro com novas descobertas e horizontes. Olhar a velhice a partir de uma perspectiva que abarca os aspectos históricos, culturais, psicológicos e sociais e como uma etapa ativa e produtiva. A mídia, entre outras coisas, deveria fazer uma apresentação do envelhecimento da maneira adequada a realidade da categoria, ou seja, um processo comum a todos, marcado por perdas e mudanças, porém propício a novas conquistas (SILVA; XAVIER, 2012; BEZERRA, 2006).



Torna-se então clara a necessidade de entender a questão da autoimagem a partir de um olhar biopsicossocial. Conhecer a forma com que a mulher se relaciona com si mesma, e identificar as diferenças e semelhanças que permeiam as diversas gerações é essencial para um bom trabalho dos profissionais da saúde, principalmente das psicólogas. Para além disso, percebe-se como as vivências mais comuns em cada época da vida são atravessadas por questões sociais, biológicas, culturais e de faixa etária.

Ferrigno (2009 apud Attias-Donfut, 2000, p.2-4) alerta para a importância de percebermos os diversos conceitos que o termo geração carrega. Os mais frequentes utilizam a palavra geração para se referir a pessoas que nasceram na mesma época e passaram por eventos globais semelhantes, ou ao estudo das relações familiares. Além disso, o termo geração pode ser considerado como medida de tempo, representada pela diferença de anos entre as pessoas; entretanto, o autor afirma também que certos indivíduos não estão relacionados unicamente pelos anos vividos, mas sim pelo contexto de mudanças sociais, que desenvolve uma consciência histórica própria, uma identidade coletiva e, conseqüentemente, promove alguns comportamentais específicos do determinado grupo, chamando-o assim de geração. Por fim, adiciona que o termo geração também pode se relacionar às diferentes políticas sociais pensadas em detrimento da sequência do exercício das experiências de estudante, trabalhador e aposentado.

Somando-se a isso, Ferrigno (2009 citando Mannheim, 1952, p 288) traz o conceito de que não podemos considerar uma geração como um grupo concreto, ou seja, as ações devem ser analisadas a partir do lugar que os sujeitos ocupam dentro de um processo dinâmico. Complementando essa ideia Ferrigno (2009) apoiado em Foracchi (1972, p 21) explicita que jovens e idosos podem experienciar a mesma situação, entretanto, os efeitos de tal experiência serão totalmente diferentes, pois cada geração está inserida em um contexto mais amplo diferente.

Assim, torna-se evidente como o conceito de geração é multifatorial e de grande complexidade, pois está atravessado pelo contexto político, sócio histórico, cultural, biológico e pelas vivências particulares de cada sujeito, assim, ao se falar em gerações é necessário um olhar dilatado para uma compreensão autêntica de sua expressão.

## **Metodologia**

Como já indicado o presente trabalho teve como objetivo compreender as diferentes compreensões acerca da questão da autoimagem de mulheres pertencentes a diferentes gerações. A pesquisa bibliográfica está detalhada no tópico "Referências", ao final, mas para a coleta de dados e relatos, entrevistamos uma psicóloga e pedimos relatos de mulheres jovens, da meia-idade e da terceira idade.

Quanto à estrutura do trabalho, optamos por iniciar com uma breve introdução teórica, a partir da conceituação do que é considerado uma geração, diferenciação entre autoimagem, autoconceito e autoestima, fatores mais específicos relacionados a problemática da autoimagem para mulheres de diferentes gerações e a importância desse assunto para o psicólogo.

Em seguida, relataremos nossa conversa e entrevista com a psicóloga Daniela, a qual foram apresentadas três questões:

- (1) A questão da autoimagem da mulher é uma pauta frequente trazida no consultório? Se sim, como essa questão aparece? Há uma diferença entre o relato de jovens e idosos?
- (2) Quais são as perspectivas dessas idosas? Você percebe se a autoimagem interfere na subjetividade delas?
- (3) Considerando que a terapia é um ambiente que você vai para se olhar e tentar melhorar como pessoa, pressupomos que existe um “ideal” que queremos chegar. As senhoras que você atende possuem esse ideal/perspectivas de vida? Querem chegar em algum lugar ou já chegaram? Se sim, essas perspectivas possuem algo em comum com as perspectivas de meninas jovens?

São apresentados, assim, relatos de mulheres jovens, da meia-idade e da terceira idade, para apresentar a perspectiva intergeracional que circunda o tema escolhido, verificando diferenças e semelhanças entre o que foi apresentado, sem desconsiderar o caráter pessoal e singular da vivência e opinião relatada de cada pessoa.

Nesta etapa, perguntas como (1) como é sua autoimagem/você se enxerga atualmente? (2) O que você acha que influencia a construção da sua autoimagem? (3) Existe uma diferença de como se enxergava anos atrás? Se sim, de que maneira? (4) Qual o papel social que você acredita ter? Ao final abordamos uma discussão e uma conclusão que amarra todas as questões propostas, bem como reflexões que o grupo teve após o estudo.

## **Análise dos dados**

### ***Entrevista com a psicóloga Daniela Fogagnoli***

Daniela se formou na faculdade em 1999. Optou por uma linha psicanalítica e durante sua trajetória trabalhou em um hospital, no qual tratava pacientes com doenças psicossomáticas. Além disso, trabalhou também em uma escola com educação para pessoas com deficiência por muito tempo, atuando em um setor direcionado ao autismo. Neste período a escola exigiu que fosse utilizado o método comportamental, e essa exigência, segundo Daniela, foi feita pois esta linha estava em bastante evidência e na escola acreditavam que o tratamento mais adequado para o autismo era através do método cognitivo comportamental. Em 2014 focou sua atuação em consultório utilizando a linha Lacaniana, na qual continua atualmente. Ao longo de sua vida profissional fez cursos de especialização em clínica psicanalítica e de Lacan.

*1- A questão da autoimagem da mulher é uma pauta frequente trazida no consultório? Se sim, como essa questão aparece? Há uma diferença entre o relato de jovens e idosos?*

Segundo a entrevistada, em seu consultório a questão da autoimagem, em relação ao corpo físico, aparece mais frequentemente em mulheres jovens do que em mulheres na meia-idade ou idosas. Segundo ela, as jovens estão mais preocupadas com a questão da beleza, pois atualmente existe um estereótipo muito presente no dia a dia. Pacientes costumam dizer que querem ficar igual a filtros de aplicativos de imagens, e isso se dá devido a um ideal de perfeição, que é vivido por muitos jovens

a partir da insegurança de si e da imaturidade para lidar com seus 'defeitos'. Daniela acredita que essa questão, em alguns casos, pode gerar obsessão, pois a partir do momento que uma mulher faz alguma intervenção ela quer fazer outra e outra.

Segundo ela, o que essas jovens devem perguntar é: "o que está por trás desse desejo de ser perfeita?". Esse sentimento de nunca alcançar essa ideia imposta causa uma insatisfação constante, pois na verdade são outras questões que estão em jogo. Se considerarmos que para alcançar esse padrão de beleza é necessário procedimentos cirúrgicos, se tornar uma pessoa bonita passa a se correlacionar diretamente a uma questão monetária, levando a uma nova associação, 'para ser bonita, preciso ter dinheiro', gerando cada vez mais ansiedade. Outra questão apontada por Daniela, é o fato de, "se eu sou tão bonita e trabalhei tanto para ser o que sou, ninguém está a minha altura", de forma que as relações que se criam são muito superficiais e pautadas na beleza. Daniela adiciona o fato de que há variações de padrões estéticos de acordo com o grupo social no qual a pessoa está inserida.

Em relação a meia-idade e a idosas, Daniela aponta que a questão da autoimagem se dá através de outro entendimento, ou seja, não está tão ligada à estética, mas sim ao seu papel social. Existe a questão do envelhecer, mas a forma que essas pessoas lidam é diferente, pois, segundo ela, na maioria das vezes, existe uma maturidade para entender que o padrão de beleza não vai fazer delas melhores. A queixa dessas mulheres está voltada a mudar de papel na vida, ou por terem sofrido abusos, ou, porque não se reconhecem mais como indivíduos, apenas no papel de mãe.

Em relação a idosas uma questão muito presente é a queixa de que: "eu já vivi tudo que tinha que viver, e agora me sinto sem função, me sinto desnecessária, não tenho mais sentido na vida, todos os meus afetos já cresceram. Eu tenho dinheiro, mas não tenho segurança para gastar, viajar, etc...".

Segundo ela, frequentemente as senhoras são pessoas que abriram mão de toda uma vida para ser dona de casa e mãe, de forma que acreditam que para fazer o que têm vontade, precisariam resgatar um núcleo social que foi perdido há muito tempo atrás. Na meia-idade e na fase idosa há um cuidado maior em função do bem estar.

Daniela acredita que as pessoas mais velhas estão mais preocupadas com a qualidade de vida do que em relação a padrões estéticos de alteração corporal. "Querem sair desse lugar de pessoa que foi abusada, querem, por exemplo, fazer a dança que ele nunca me deixou fazer, para poder sair do lugar de objeto e se tornar sujeito". Não tem mais a preocupação de estar gorda ou com rugas, a preocupação é outra - se entender como pessoa para achar seu lugar no mundo, ou seja, as mudanças estéticas aqui não são só para se sentirem aceitas pelo outro.

*2- Quais são as perspectivas dessas idosas? Você percebe se a autoimagem interfere na subjetividade delas?*

Daniela aponta que a perspectiva de vida e autoimagem, do ponto de vista do corpo físico, não é uma queixa constantemente trazida pelas idosas. Elas trazem questões relacionadas à saúde, no sentido de não sentirem que a mentalidade combina com o físico – afirmam que queriam ter a cabeça que têm agora na juventude. Segundo Daniela, quando se é velho não há necessidade de aprovação de ninguém, a questão

que se passa dentro delas está relacionada a uma carência, então a autoimagem recai sob esse âmbito; uma falta de família, de não achar semelhantes e de sentir falta de um grupo social. Possuem um sentimento de abandono pela família e trazem que agora que possuem tempo e dinheiro para fazer tudo o que querem, só que não é mais possível, pois não conseguem. Daniela usa a seguinte frase para se referir ao sentimento dessas mulheres: "Ser mãe é padecer no paraíso, você precisa cumprir a sua função, você não é sujeito, você é mãe."

No decorrer da conversa, foi perguntado à Daniela "O que influencia conseguir fazer parte de um ciclo social?" (direcionado a velho); Daniela responde: "Tudo faz parte, por exemplo, ter esse papel da mãe, pois se não tiver esse papel se sentirá uma pessoa má, a religião e o social." Entretanto, segundo ela, além dos desejos há os contra desejos, pois nenhum movimento de mudança de vida ocorre sem medo, desconforto etc. Completa que para o idoso tem muita coisa internalizada, gerando um sentimento de culpa enorme, sendo este um dos principais motivos do porque sair desse papel é tão difícil. Ou seja, o movimento de transformação é mais difícil para idosos que para jovens, pois o jovem é mais ligado em se conhecer, enquanto que existe um 'tabu' enorme sobre o pensamento e as experiências dos idosos. Ela afirma que é como se eles tivessem que vestir um personagem e não pudessem mais sair dele.

Afirma que estamos passando por uma mudança, entre as novas gerações de mães. Segundo Freud a castração vinha do masculino, do pai, entretanto hoje se percebe que a figura do masculino, como existia antigamente, está sendo destituída, e isso é uma dificuldade maior para os homens que para as mulheres. Ressalta que hoje chegam mais homens no consultório, pois, acredita, o papel do homem no núcleo familiar mudou, porque as mulheres mudaram e, por conta disso, os homens se perderam. Eles sempre se estruturaram através de uma hierarquia e da palavra final, e a mulher atual tirou isso da dinâmica da família. Devido a essa falta de castração que antes era feita pelo pai (masculino) vemos muitas crianças sem limites, em que o mundo tem que responder as demandas dela, principalmente em relação ao amor. Porém é impossível suprir essa demanda, gerando essa ansiedade descontrolada que vemos na juventude. O que faz isso é a falta de privação, pois agora os pais podem dar tudo que tiveram e o que não tiveram para os filhos.

Em relação às mulheres de meia-idade que estão se preparando para o processo de envelhecimento, a questão da autoimagem também não é igual a forma que aparece para os jovens e Daniela aponta que não aparece com frequência essa questão do envelhecimento. O que aparece é uma questão sintomática de ser sujeito da própria vida. O que as mobiliza está relacionada a uma angústia muito grande relacionada à dificuldade de sustentar a separação, pois elas ainda dependem financeiramente do homem, como provedor, o que implica em abrir mãos de regalias em prol de alcançar liberdade. Estas mulheres chegam com o intuito de reorganizar a vida, mas ao mesmo tempo tem medo da solidão, querem se colocar de outra forma no mundo, a partir de outro papel, mas se desprender e transformar sua autoimagem podem ser custoso.

Daniela afirma que há uma questão que não vem ao consultório, mas que é extremamente importante - a competição entre mãe e filha. As mães muitas vezes têm uma necessidade de competir e de ser igual a filha, porém ela nunca vai ser essa filha, depositando nela, assim, a frustração e angústia de não ter vivido determinadas

situações quando criança, o que se torna uma perversão, pois é uma forma da mulher só olhar para idealização dessa filha perfeita e não olhar para a própria falha. Entretanto, as filhas possuem individualidades e não fazem o que/como foi planejado pelas mães; ou seja, essa relação dialética é outro fator apontado pela psicóloga que pode influenciar na autoimagem de ambas as partes.

Demonstra ainda que as últimas gerações de mães estão passando por uma mudança significativa. As mães mais jovens se reconhecem enquanto sujeito, para além de mãe, e isso faz com que ocorra uma busca para sair desse papel estereotipado. Já as idosas tem esse papel de mãe muito forte e enrijecido, e não se reconhecem de outras formas, sendo extremamente difícil para elas saírem dessa posição, e influenciando diretamente em sua autoimagem.

## **Os relatos**

Percebe-se, na entrevista com a psicóloga Daniela, que a questão física da autoimagem aparece como queixa majoritariamente entre mulheres jovens. O estereótipo presente e a busca constante desse padrão de beleza aparecem na terapia, podendo muitas vezes refletir questões de insegurança e insatisfação. Já no caso de mulheres mais velhas, a questão gira em torno do papel social, e a questão da autoimagem é levada de forma diferente, pois elas compreendem que o padrão de beleza não influencia tanto em suas vidas. A questão de não ser mais funcional surge com a menopausa, a partir do envelhecimento e enrijecimento muscular, e da vontade de resgatar a vida social perdida. Mas a busca do bem estar prevalece, em detrimento da alteração corporal vivida com os anos. É a busca de um lugar próprio no mundo e de sua função como indivíduo, e não a busca pela aprovação de terceiros.

Nos relatos que colhemos para a pesquisa, essa mudança torna-se palpável, à medida que o foco da autoimagem individual das entrevistadas se altera de modo semelhante conforme a idade. Na juventude, as mulheres têm maior preocupação quanto à sua imagem física, estando apenas uma entre as 10 jovens entrevistadas satisfeita na maior parte do tempo com sua própria aparência. As mais velhas, por sua vez, tornam o olhar para sua função social como definidora de sua autoimagem, no lugar da aparência estética, sua disposição física, desejos e vontades.

As representações de ideais corporais propagadas pela grande mídia e, hoje, especialmente nas redes sociais, geram uma sensação de desconforto intermitente em jovens mulheres com relação ao próprio corpo, uma vez que mesmo com mudanças sempre haverá algo em falta. A influência da mídia também é notada em maior parte por essa geração que tem acesso à internet com facilidade, em que muitas vezes ocorre a comparação do que é imposto como padrão na sociedade e o que se vê no espelho. Essa relação é identificada com maior intensidade em mulheres jovens, à medida que aquelas pertencentes à meia-idade e velhice consideram essa relação entre autoestima e autoimagem ultrapassada. A evolução da autoimagem com o envelhecer reflete não apenas a maior importância dada às qualidades morais com o passar dos anos, mas a propagação de um ideal de beleza jovem pelas mídias.

A vida adulta aparece como um momento de ressignificação dos preconceitos, sendo a introdução na meia-idade o aprofundamento dessas mudanças. Essa faixa etária -

com mudanças físicas e emocionais tão importantes quanto as da adolescência - é o ponto em que ocorre a mudança da relação impessoal com o próprio ser. A perda do corpo jovem, ideal, afasta-as permanentemente das ambições estéticas presentes na juventude, mudando também o cerne de sua autoimagem. As entrevistadas acima de 40 anos relataram pouca ou nenhuma preocupação com sua aparência física, sendo sua atenção voltada para suas qualidades, realização de seus desejos, percebendo suas novas barreiras físicas.

[...] veio a menopausa [...] Tudo caiu. E posso dizer que tem sido muito difícil voltar a me ver de uma forma crítica e negativa. E isso talvez seja o mais difícil de lidar no meu processo de envelhecimento. Difícil aceitar o meu declínio físico e minhas limitações. Não só no aspecto de ser bonita ou feia, mas perceber que meu corpo falha. Não confio mais na minha capacidade física de fôlego, de resistência. No começo do ano tive que fazer uma cirurgia bem grande no meu coração e isso me trouxe e me aproximou da ideia da morte, da finitude de uma forma muito concreta. Hoje, se eu perdi em vontades e 'quereres', eu talvez esteja mais satisfeita e em paz comigo mesma. Gosto de ser essa pessoa mais velha e mais "sábia" que me tornei. Não sei qual seria meu papel social. Sei mais quem eu sou. Faço o que quero e digo o que quero dizer com muito mais liberdade. E isto talvez seja o meu papel frente aos outros, espontaneidade e liberdade de ser quem sou. (M. M, 59)

Eu acho que tem que aprender a primeiro aceitar, aceitar as mudanças. Na adolescência você tem uma mudança, depois você é mãe e tem mudanças, aí você tem a meia-idade, e depois você envelhece, se você não olhar para si mesmo e dizer 'poxa, eu tenho valor, mesmo na minha idade eu posso produzir, eu posso ser útil, posso aconselhar os mais novos'. Então, eu acredito que é isso, a gente primeiro se aceitar, saber quem você é e uma coisa que eu sempre digo é uma confiança em Deus, se você confia que ele está com você, então a vida fica mais leve (...) com 79 anos eu acho que não tem mais o que fazer, é aceitar o cabelinho branco e ir vivendo a vida. Enquanto Deus está dando vida, a gente tem que agradecer. (T.G, 79)

A construção da autoimagem em uma pessoa idosa parte de suas vivências, e a construção constante de sua identidade com as suas formas se relaciona. Esse sentido dado ao presente traz a noção de identidade, e ressignificações sobre o papel na sociedade e em sua vida. Tal busca de sentido é muito importante, já que o idoso é visto pela sociedade muitas vezes como um indivíduo frustrado sem função. Esses estereótipos podem afetar a autoimagem dos sujeitos, que sofre distorções devido a essa visão preconceituosa, que pode interferir negativamente na sua percepção.

[...] hoje eu me enxergo uma pessoa, assim [...] Sem expectativa, porque eu não tive estudo, e eu... Ah, eu não sou uma pessoa realizada porque faltou tudo pra mim. Mas, por exemplo, eu me sinto feliz pela minha saúde, né? Que apesar de eu ter toda essa idade, ser velha desse jeito, eu tenho saúde, né? Eu tenho saúde. Eu não tenho muita doença então eu vivo o meu dia a dia feliz, sem preocupação nenhuma porque a minha família tá bem, eu sei como eles estão, então por esse lado eu estou feliz [...] Eu nunca fui uma pessoa [...]

pelo marido maravilhoso (*irônica*) que eu tive, eu nunca pude ter minhas realizações diante dos meus filhos, dos meus desejos [...] nunca pude ter amigas e amigos, minha situação era limitada, não podia sair de casa, e quando ele chegava ele ainda brigava comigo [...] minha frustração também é essa, que eu não pude me realizar porque tinha aquele homem me podendo de tudo e por tudo, então eu tive que viver aos trancos e barrancos [...] eu nunca vivi [...] nunca vivi uma juventude para falar que eu sinto uma diferença, isso não aparece para mim. (N., 87 anos)

A perda da função materna, que rege grande período da vida das entrevistadas se reflete em uma sensação de completa dissociação para com os objetivos pessoais, especialmente para aquelas mulheres que não tiveram oportunidade de relacionarem-se com o mundo para além desta função, por meio de uma carreira ou relações sociais, como no caso de N., na qual as relações familiares aparecem como cerne vital. A fala de Daniela também apresenta a relação existente entre idosos e ideias internalizadas que lhes geram culpa, um dos principais motivos pelo qual abandonar os papéis representados anteriormente é mais penoso “é como se eles tivessem que vestir um personagem e não pudessem mais sair dele”, afirma a psicóloga, especialmente em funções permanentes como a maternidade. Essas conexões refletem a fonte social da autoimagem, que difere conforme raça, cultura, contexto histórico e classe social em que se inserem as mulheres.

Tais mudanças têm, como mostraram as entrevistas, início na idade adulta, e tomam maior proporção durante a meia-idade, em que as mulheres passam por novas mudanças, físicas e de demandas sociais exercida por elas, em que o ideal de beleza jovial se perde concomitantemente ao crescimento da importância pessoal dada aos valores internos que elas detêm e refletem. Florescem, especialmente, com a perda do papel maternal dessas mulheres, cujos filhos cresceram e tornaram-se adultos mais independentes.

[...] eu tive meus filhos e daí eu queria criá-los bem, ser uma mãe presente [...] o que eu faço hoje é em função de mim mesma, então isso é bem diferente. Minha autoimagem é completamente diferente do que era antigamente, principalmente quando eu era uma jovem adulta, tinha grande problema de eu ter uma autoestima muito baixa, eu não conseguia me enxergar como uma pessoa capaz [...] inteligente, agradável. Eu era extremamente tímida e isso me atrapalhou muito na minha vida profissional, nos meus relacionamentos interpessoais, então isso foi muito complicado (R., 55 anos)

A mesma transição se revela na entrevista dupla realizada com Célia e Luana, sua filha, com 63 e 21 anos, respectivamente:

Eu quando tinha a idade de vocês também achava que tinha que ficar magrinha, bonitinha, ajeitadinha e tal, hoje eu não acho isso. Hoje eu acho que a gente tem que estar sempre aprendendo, fazendo as coisas e trabalhando para ser uma pessoa melhor [...] Eu acho que é coisa da idade. (C., 63 anos)

Essas experiências ligadas à imagem corporal são marcadas pela cultura, sociedade e grupos aos quais o indivíduo está inserido, bem como o papel social que ele exerce. A autoimagem, portanto, engloba todos os aspectos de nossas vivências, atuando no relacionamento com si mesmo, e como nos colocamos em nossas vidas, fisicamente, emocionalmente, socialmente, e na maneira de como exercemos nossos papéis na sociedade.

## **Conclusão**

A partir dos dados colhidos nas entrevistas com a psicóloga, junto com os relatos de mulheres de diversas faixas etárias, a ideia de que a autoimagem é vista de formas diferentes é frisada, mostrando que o foco muda dependendo da idade. As mulheres mais jovens estão ligadas à essa percepção e aos padrões de beleza atuais como referência, e as mulheres mais velhas tornam o olhar para uma questão de função social, e de como se enquadram em grupos sociais.

A juventude, sendo um momento de transformações fisiológicas e físicas, associadas a questões biopsicossociais, molda certo padrão de pensamento por parte das mulheres que estão passando por essas mudanças. Os grupos dos quais as jovens fazem parte têm grande influência sobre o que é pensado e, principalmente consumido, como referência de vida e maneiras de existir, nos dias atuais. O acesso às mídias, que tanto impõe padrões estéticos de beleza, moldam opiniões e atitudes dessas gerações.

Nas mulheres mais velhas, é visível que a autoimagem é ligada à sua funcionalidade em relação à saúde, à disposição para fazer tarefas e realizar desejos e vontades. A estética não é mais levada em conta com a mesma intensidade das mulheres mais jovens. Em uma pessoa idosa, por exemplo, a construção da autoimagem está muito ligada ao que a pessoa já viveu, e as formas que se relaciona no dia-a-dia. A resignificação de seu papel em sua própria vida e sociedade molda as formas da pessoa idosa de se relacionar. A partir disso, é criada sua noção de identidade, e seu papel em sua vida e para com os outros. O que é muito importante, já que na sociedade atual, há muitos estereótipos sobre idosos que pode afetar a autoimagem dos mesmos, interferindo negativamente.

A construção, e o sustento da autoimagem, coerente e realista de quem se é, e de como os outros nos percebem, estão diretamente ligados à nossa autoestima e ao bem-estar. A construção desse “eu”, desde o início da infância só funciona através de um outro, que espelha quem somos. Através da correspondência do que sou, a aparência e o estilo, o “eu” surge através dessa construção. A necessidade do olhar do outro acaba criando qualidades obtidas através de opiniões diversas de outras pessoas, conseqüentemente, alterando as percepções sobre si.

Assim, o espelhamento passa a ser estrutural na construção da personalidade de cada um de nós. Para tanto, os grupos dos quais nos identificamos têm esse papel tão importante para a formação da autoimagem - que engloba muitas facetas de nossas vidas e altera profundamente como a vivenciamos, influenciando em nossas relações, nossos estados mentais e físicos, e como nos colocamos diante o mundo e a sociedade em que vivemos.



Com base nos dados apresentados, infere-se que os resultados obtidos podem variar a partir da cultura, nacionalidade e raça das mulheres estudadas, bem como o contexto em que se inserem. Essas variáveis podem ser estudadas com outras entrevistas, que englobem outras realidades além daquela de mulheres cis-brancas de classe média, tal qual a das entrevistadas para esta produção.

## Referências

AUTOIMAGEM. In: DICIO, *Dicionário Online de Português*. Porto: 7Graus, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/autoimagem/>. Acessado em 15/10/2020

BEZERRA, A.K.G. A construção e reconstrução da imagem do idoso pela mídia televisiva. *Programa de Pós-Graduação em Sociologia da Universidade Federal de Campina Grande – sos. UFCG*. Janeiro de 2006. Disponível em: <http://www.bocc.ubi.pt/pag/guedes-ada-imagem-idoso-midia-televisiva.pdf>

BORELLA, J.F. Um estudo sobre Memória e Consciência Política em diálogos Intergeracionais. *Tese Doutorado em Psicologia Social*. São Paulo, julho 2019. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/22584/2/Joel%20Fernando%20Borella.pdf>. Acessado em 17/10/2020.

BOSI, E. *Memória e sociedade - Lembranças de velhos*. São Paulo, EDUSP, 2004.

BRASIL. Lei no 12.852, de 5 de agosto de 2013. Lei institui o Estatuto da Juventude e dispõe sobre os direitos dos jovens, os princípios e diretrizes das políticas públicas de juventude e o Sistema Nacional de Juventude - SINAJUVE. Brasília, ago, 2013. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2011-2014/2013/Lei/L12852.htm/](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2011-2014/2013/Lei/L12852.htm/). Acessado em 20/10/2020.

CANO, M.A.T.; FERRIANI, M.G.C.; MEDEIROS, M.; GOMES, R. - Autoimagem na adolescência. *Revista Eletrônica de Enfermagem* (online), Goiânia, v.1, n.1, out-dez. 1999. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/download/668/734?inline=1>. Acessado em 17/10/2020

COPATTI, S.L.; KUCZMAINSKI, A.G.; FERRETI, F.; DE SÁ, C. A. Imagem corporal e autoestima em idosos: uma revisão integrativa da literatura. *Estudo. interdiscipl. envelhec.*, Porto Alegre, v. 22, n. 3, p. 47-62, 2017. <https://core.ac.uk/download/pdf/303959811.pdf>

FERREIRA, M.G.; BIANCHI, M.; MENEGÓCIO, A. M.; ZAGO, G.M. Desconstruindo a imagem do idoso nos meios midiáticos. *Revista Kairós Gerontologia*, 17(4), pp.211-223. ISSN 1516-2567. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Dezembro, 2014. Disponível em: [revistas.pucsp.br](http://revistas.pucsp.br)

FERRIGNO, J.C. *O conflito de gerações: atividades culturais e de lazer como estratégia de superação com vistas à construção de uma cultura intergeracional solidária*. Tese doutoramento defendida no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da USP, 2009. Disponível em:

<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47134/tde-15042010-154726/en.php>.  
Acessado em: 19/10/2020

FUGULIN; B.F; ROSCHE, S.; RESENDE, R.; ROSS, L. Prática de Atividade Física e Autoimagem de Idosas. *CERES*; v.4; n.2; p.57-64; 2009. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/ceres/article/viewFile/1890/1471>.

GRIEBLER; E.M. Representação social da atividade física para idosos: perspectivas na mídia. *Trabalho de conclusão de curso de graduação Bacharelado em Educação Física da UFRGS*. Porto Alegre, 2013. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/87770/000911738.pdf?sequence=1>

LOIOLA, R.. Análise discursiva da autoimagem corporal de mulheres em diferentes idades Espelho, espelho meu!... . Belo Horizonte, *Faculdade de Letras da UFMG*, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/MGSS-9R3LGP/1/554d.pdf>. Acessado em 18/10/2020

MURAI, K.; DORNELES, P. Uma revisão acerca do padrão de autoimagem em adolescentes. *R. Perspect. Ci. e Saúde*, v.03, n.01, p.155-168, dez 2017-jan 2018. Disponível em: <http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/209>. Acessado em 17/10/2020.

ROCHA, A.; DOHMS, K.; LETTNIN, C.; ZACHARIAS, J.; MOSQUEIRA, J. STOBAS, C. Autoimagem, Autoestima e Autoconceito: contribuições pessoais e profissionais na docência. *XI ANPED SUL* 2012. Disponível em: <http://www.ucs.br/etc/conferencias/index.php/anpedsul/9anpedsul/paper/viewFile/724/374>. Acessado em:17/10/2020

SILVA, N.N.L.; XAVIER, M.P. A terceira idade como foco das propagandas midiáticas de consumo. *Psic. Rev.* São Paulo, volume 21, n.2, 203-215, 2012. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/psicorevista/article/download/15134/11299>

SOUZA, C.L. Transição da menopausa: a crise da meia-idade feminina e seus desafios físicos e emocionais. *Rev. bras.ter. cogn.*, Rio de Janeiro , v. 1, n. 2, p. 87-94, dez 2005. Disponível em:<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872005000200009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872005000200009&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 27 out. 2020.

*Data de recebimento: 22/11/2020; Data de aceite: 20/02/2021*

---

**Beatriz Zorzan Franco, Gisele Panegassi Rodrigues, Isabella Fraia Aziz Tsukamoto, Luisa Brandão Costa e Rita Bandeira de Mello Burti.** Alunas da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, curso de Psicologia, eletiva Relações Intergeracionais Mediadas pela Tecnologia, que teve como docente a profa. Beltrina Côrte, no segundo semestre de 2020, durante a pandemia. E-mail: luisabrandao750@gmail.com

*Foto de Tima Miroshnichenko/Pexels*