

Imagem corporal e gravidez

Bárbara Gabriel Capecce Petribú*
Martin Antonio Borges Alvarez Mateos**



Resumo

Este artigo visa refletir sobre as mudanças da imagem corporal na mulher durante a gravidez, colocando em foco alguns dos paradoxos desse aspecto da gestação.

A gravidez é um dos grandes momentos de transformação na vida de uma mulher. Essa realidade profundamente mobilizadora traz em si uma contradição tamanha: o corpo da gestante, ao passo que se torna o receptáculo de uma nova vida, sofre transformações marcantes.

As mudanças na imagem corporal envolvidas nesse processo são intensas para qualquer mulher, mas podem ser extremamente perturbadoras para aquelas que possuem feridas narcísicas refletidas na formação de sua imagem corporal; principalmente pelo papel que o corpo ocupa na atualidade.

Com isso, a gestação deixa de se sustentar como um processo integrativo e se torna um campo de oposições simbólicas de natureza conflituosa. ■

Palavras-chave
Gravidez,
imagem corporal,
feminino.

* Psicóloga graduada pela Universidade Presbiteriana Mackenzie, psicóloga colaboradora do Programa de Atenção aos Transtornos Alimentares – Proata/Unifesp.
E-mail: <barbara.capecce@gmail.com>

** Médico psiquiatra graduado pela Escola Paulista de Medicina/ Universidade Federal de São Paulo – EPM/Unifesp, coordenador do Ambulatório de Psico-Oncologia e Interconsulta Psiquiátrica do A. C. Camargo Cancer Center e trainee do curso de formação de analistas da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica – SBPA.
E-mail: <m.alvarezmateos@gmail.com>

Imagem corporal e gravidez

Introdução

Jung conceitua sua definição de imagem da seguinte maneira:

Uma entidade psíquica só pode ser um conteúdo consciente, isto é, só pode ser representada quando é representável, ou seja, precisamente quando possui qualidade de imagem. Por isso chamo imagens a todos os conteúdos conscientes porque são reflexos de processos que ocorrem no cérebro. (JUNG, 2013, par. 608).

Dessa forma, para Jung, o corpo é essencial para o processo de tomada de consciência. Ele é portador de imagens profundamente arraigadas à nossa identidade. É por meio dele que nos relacionamos com o mundo desde o primeiro instante e por onde recebemos e assimilamos todos os estímulos da realidade.

O corpo e a psique são prerrogativas indissociáveis para o processo de individuação. Eles se relacionam de forma íntima e interdependente na constante revelação de imagens pela e para a consciência. Esse dinamismo, que possibilita o desenvolvimento e as transformações das identidades individuais, pode ser mais ou menos intensificado, a depender das condições externas e internas a que estamos submetidos. Nesse sentido, condições que interferem diretamente nas imagens que fazemos do nosso próprio corpo podem ser profundamente mobilizadoras, dado que despertam símbolos relacionados a núcleos centrais de nossa identidade.

Paul Schilder, no início do século XX, estudou intensamente a questão da imagem corporal, procurando integrar seus aspectos psicológicos e neurológicos. O autor define a imagem do corpo humano como: “[...] a figuração de nosso corpo formada em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós” (SCHILDER, 1999).

Segundo o autor, o aspecto social da imagem corporal teria um peso significativo em relação aos nossos comportamentos, pois engloba a inter-relação entre a imagem corporal do indivíduo e a compreensão do corpo pela sociedade.

O corpo é nosso interlocutor nas relações sociais. É por meio dele que comunicamos os mais diversos conteúdos internos ao ambiente. O modo como essa comunicação acontece depende diretamente, dentre outras coisas, da qualidade do “veículo”, que pode mudar de acordo com a imagem corporal que temos de nós mesmos.

Rauter (2013) aponta que o contexto contemporâneo torna a relação descrita acima ainda mais complexa, pois, na conjuntura social atual, o corpo passa a ser manipulado como forma de suprir a fragilidade dos vínculos interpessoais, deixando de ser visto como parte integrante do indivíduo e passando a ser visto como o indivíduo em si. “O corpo passa a ser um objeto privilegiado de investimento, porque é nele que a identidade passa a se dar” (RAUTER, 2013).

Nesse cenário, a gravidez, que inerentemente determina alterações de ordem fisiológica, libidinal e de papéis sociais na mulher, assenta-se como uma condição intensamente mobilizadora da relação entre corpo e psique, entre indivíduo e sociedade e entre as imagens corporais expressas ao longo do processo, que podem oscilar “desde sentimentos de orgulho e fecundidade até a sensação de deformação e rejeição do corpo” (RODRIGUES, 2008).

Imagem corporal

Paul Schilder foi um dos grandes pensadores sobre imagem corporal e, no seu livro *A imagem do corpo: as energias construtivas da psique*, publicado inicialmente em 1950, elenca diversas proposições a respeito da imagem corporal, nas quais fica patente a relevância dada pelo autor ao impacto das variáveis sociais na construção da imagem corporal.

Ele descreve os fenômenos psicológicos responsáveis pela diferenciação das imagens corporais individuais e coletivas:

Há um intercâmbio contínuo entre partes de nossa imagem corporal e das imagens corporais dos outros. Há projeção e personificação. (SCHILDER, 1999).

Ele assinala, ainda, os processos que levam à indiscriminação entre essas imagens coletivas e pessoais:

Mas, além disto, podemos nos apoderar de toda a imagem corporal de outra pessoa (identificação) ou entregar nossa imagem corporal como um todo. As imagens corporais das outras pessoas e suas partes podem ser inteiramente integradas à nossa e formar uma unidade, ou podem ser simplesmente adicionadas à nossa imagem corporal, formando uma mera somatória. (SCHILDER, 1999, p. 266).

Levando-se em conta o momento atual, caracterizado por Rauter (2013) e Bauman (1998, 2005, 2009) como o tempo da “modernidade líquida”, podemos perceber as influências que se dão entre a visão de mundo contemporânea e o psiquismo individual, no que tange a relação dos indivíduos com o corpo.

Segundo Rauter,

a liquidez que adjectiva esse momento se refere ao caráter fluido, inconstante, mutável dos valores, hábitos, sentimentos e tudo que diz respeito à vida, incluindo os vínculos interpessoais. (RAUTER, 2013)

Ao participar dessa “liquidez”, que retrata uma sociedade materialista/individualista extremamente dual, baseada em valores instáveis, materialistas, de consumo desenfreado e distante da perspectiva simbólica da realidade, o indivíduo sente a necessidade de buscar algum grau de controle, recorrendo ao corpo (LE BRETON,

2009; ORTEGA, 2008 apud RAUTER, 2013).

Há um jogo entre o homem e seu corpo no duplo sentido do termo. Uma versão moderna do dualismo não opõe mais o corpo ao espírito ou à alma, porém, mais precisamente, ao próprio sujeito. O corpo não é mais apenas, em nossas sociedades contemporâneas, a determinação de uma identidade intangível, a encarnação irredutível do sujeito, o ser-no-mundo, mas uma construção, uma instância de conexão, um terminal, um objeto transitório e manipulável suscetível de muitos emparelhamentos. (LE BRETON, 2003, p. 27).

Compreendendo, então, o corpo como um acessório, um fator fronteiro que difere uma pessoa da outra, é compreensível que o homem contemporâneo atue na realidade de forma dual, dissociado do seu aspecto numinoso, tendo, portanto, como foco singular de investimento, o corpo em si (LE BRETON, 2007).

Nessa relação dual e dissociada, indivíduos que são carentes de contato com sua individualidade buscam como referência a imagem corporal do outro, prioritariamente nas figuras públicas e midiáticas, das quais pouco se sabe além da forma física. O que acontece é o que Schilder denomina identificação: esses indivíduos acabam por se apoderar da imagem corporal das figuras públicas em sua totalidade, tomando-as como um ideal. Assim, “o eixo do eu é empurrado para fora” (BIZERRIL, 2011; SIBILIA, 2008 apud RAUTER, 2013) e a capacidade de discriminação do indivíduo fica prejudicada.

Ao considerarmos particularmente o universo feminino em nosso contexto atual, é possível notar uma relação ainda mais delicada do indivíduo com a imagem corporal. O padrão idealizado de beleza que supervaloriza o *corpo-acessório* (LE BRETON, 2006 apud RAUTER, 2013) magro, alto e torneado é perseguido insistentemente por meio de dietas, exercícios físicos excessivos, tratamentos estéticos, plásticas e outras intervenções no corpo.

A mulher contemporânea, que se encontra fixada e imersa nesse complexo, mantém-se numa luta árdua, contínua e repleta de frustrações, apegada compulsivamente à busca de um ideal que, recorrentemente, nega o corpo real.

Gravidez

A gravidez, por sua vez, é um dos grandes ritos de passagem passíveis de vivência da mulher. Além do climatério e da adolescência, o período de gestação é caracterizado por uma fase de:

[...] transição biologicamente determinada, caracterizada por mudanças complexas, em um estado temporário de equilíbrio instável, devido às grandes perspectivas de mudanças envolvidas nos aspectos de papel social, necessidades de novas adaptações, reajustamentos interpessoais, intrapsíquicos e mudanças de identidade. (MALDONADO, 1997, p. 22-23 apud RODRIGUES, 2008, p. 148).

Do ponto de vista psicológico, a condição de gestante mobiliza os mais diversos campos arquetípicos na mulher. É possível experimentar essa realidade a partir do paradigma da busca por sentir-se completa, da tentativa de cumprir uma expectativa social e/ou familiar, do sonho de vivenciar um amor materno idealizado e incondicional, de garantir a manutenção de sua continuidade na posteridade ou, ainda, da constatação de uma sina que se impõe à sua condição física de mulher.

Ao engravidar, a mulher será convidada a rever seus papéis e lugares no mundo. Alguns deles serão descartados, pois perderão a função, e outros terão de ser ressignificados.

Nessa revisão, um mecanismo contínuo de dissolução e coagulação se estabelece, sendo a mulher, ao mesmo tempo, a alquimista e o material. Em cada dissolução, as mais diversas facetas da mulher são fragmentadas. Quando coagulam, por outro lado, surge algo novo, que não é apenas a junção das partes anteriormente separadas. Esse movimento, apesar de ser

um *continuum* ao longo de toda a vida, é vivenciado de forma extremamente condensada durante a gravidez. Sua intensidade pode, por vezes, causar uma permanência nessa dissolução, levando a gestante a condições patológicas muito variáveis (MERLEAU-PONTY, 2006 apud SCARABEL, 2011).

Esse movimento entre perspectivas polarizadas traz para a gestante a oportunidade de recordar as mais diversas vivências como filha e de ressignificar os símbolos associados ao matriarcal, que emergirão de conteúdos arquetípicos inerentes a esse momento de vida. O vínculo estabelecido nos primeiros anos de vida entre a gestante e sua mãe, por exemplo, será o ponto de partida para a relação mãe-bebê que se inicia.

É comum, no entanto, que essa relação primária possua as mais diversas falhas e, por consequência, a gravidez é, via de regra, potencialmente palco de reedições dos mais saudáveis aos mais patológicos padrões de maternagem. Para nos atermos ao tema do artigo, manteremos na discussão apenas questões relacionadas às mudanças na imagem corporal durante esse processo.

Discussão

As mudanças corporais e a intensidade da vivência de estar gerando dentro de si uma nova vida são inerentes ao processo de gestação. Por consequência, sentir certo estranhamento em relação à imagem corporal nessa fase é perfeitamente natural.

Entretanto, com as mudanças culturais deste nosso século, que incluem o corpo como centro da identidade e sua supervalorização (RAUTER, 2013), as fronteiras entre o que seria um estranhamento natural e algo exacerbado tornam-se tênues.

O corpo perde o status de parte integrante do ser, isto é, deixa de reconhecer o contato com o instintivo e com a alma para ser apenas um “corpo-acessório”, direcionando, majoritariamente, a energia psíquica para o que se refere ao concreto. Dessa forma, tudo aquilo que pertence a uma

esfera anímica e que não é relacionado ao físico é percebido como aterrorizador.

Marion Woodman conseguiu explicar de forma belíssima as consequências dessa falta de equilíbrio entre corpo e alma:

Os bons marujos [...] constroem um ego forte o suficiente para fluir com o poder do vento e da vaga. E esse ego só pode ser forte o bastante se tiver o apoio da sabedoria do corpo, cujas mensagens estão em contato direto com os instintos. Sem essa interação entre espírito e corpo, o primeiro sempre cairá em armadilhas. No exato momento em que poderia alçar voo, é despotencializado pelo medo e pela falta de confiança, pois não pode contar com suas raízes instintivas nem mesmo para sobreviver. Sem essas raízes, o corpo é percebido como inimigo. Como um barco sem leme, rodopiando em círculos nas garras do pânico, o marinheiro pode ser arrastado para o vórtice da paralisia ou do terror. Se, por outro lado, espírito e corpo estiverem em sintonia, cada um complementa o outro com sua forma especial de sabedoria. (WOODMAN, 2002, p. 12).

Na gestação, quando o corpo e o espírito estão em sintonia, o sacrifício da autonomia e do controle do próprio corpo é aceito em nome da vida do filho, que se forma em seu ventre. Para isso, é necessário uma conexão com o que há de mais instintivo, o arquétipo materno. Para mulheres em que essa sintonia não ocorre, devido, por exemplo, ao deslocamento do ego para o “corpo-acessório”, o sacrifício não é vivido como uma escolha; ele é uma invasão voraz, que leva a uma dissolução da imagem corporal como até então conhecida e, portanto, com sérios riscos de uma dissolução maciça do ego até as baías da psicose.

As dificuldades em internalizar e incorporar as mudanças na imagem corporal durante a gravidez são compreensíveis. A barriga cresce, os membros incham, o cabelo, a pele, as unhas, o humor, enfim, tudo muda. Se não bastassem essas

mudanças em si, fervejam também nas mídias sociais dietas, planos de exercícios, orientações a serem seguidas pelas gestantes para alcançar um padrão corporal socialmente estabelecido (como, por exemplo, “grávidas saradas” ou “grávidas fitness”) ou, então, uma imposição de que, tão logo a mulher dê à luz, já deve recuperar/obter um corpo esbelto.

Mulheres que tiveram lacunas na construção de sua imagem corporal podem se identificar maciçamente com esses exemplos e persegui-los como ideais. Não raro, essas gestantes exigem de si mesmas um padrão que, para a maioria das mulheres, é inatingível e, por vezes, antinatural.

O foco de suas experiências diárias na dieta, nas medidas e nos exercícios acaba sendo uma forma de se defender dos conteúdos anímicos da gravidez. Internamente, o medo do inconsciente e da invasão desses conteúdos sustenta essas “defesas psíquicas”, ao passo que, externamente, a contemporaneidade e o culto ao corpo reforçam tais mecanismos.

Certamente, são infinitas e singulares as formas de experimentar a gestação. Do deleite do mais puro amor à ameaça de invasão e perda de controle, cada mulher explorará esse campo arquetípico a seu modo. Uma mulher receptiva à gestação pode acolher e “emprestar” seu continente anímico para o desenvolvimento das potencialidades arquetípicas do bebê. Uma mãe que, no entanto, teve problemas com a humanização do arquétipo materno em seu desenvolvimento pode entender esse processo como algo ameaçador, desorganizador ou desajustado.

Em casos com esse tipo de limitação, nos parece que a consciência da gestante, sem recursos para relacionar-se com o mundo através de dinâmicas de alteridade, assimila a experiência da gravidez de forma iminentemente persecutória. O germinar de um novo Self/ego no seu interior é percebido como uma invasão, que concorre com suas demandas individuais e fomenta defesas narcísicas que se explicitam no aumento patente da preocupação com a imagem corporal e nos esforços frenéticos para manter seu corpo dentro

do padrão desejado por ela e reforçado pela visão de mundo em que está inserida.

Em suma, as possíveis feridas narcísicas no desenvolvimento e as expressões arquetípicas distorcidas da maternagem impossibilitam certas mulheres de se conectarem com preciosos materiais inconscientes, símbolos do matriarcal, carregados de potencialidades nutridoras, acolhedoras e protetivas.

O desafio da psicoterapia, a partir do recorte que aqui é proposto, estaria na possibilidade de

retomada do corpo como parte integrante e indissociável do ser e o fortalecimento egoico para o enfrentamento dos sacrifícios necessários neste ritual de tornar-se mãe, permitindo a experimentação de uma relação integradora dos símbolos matriarcais e favorecendo, portanto, a relação mãe-bebê que advém desse processo e que será parcialmente responsável pela construção da imagem corporal de um novo ser. ■

Recebido em: 6/3/2017

Revisão: 26/5/2017

Abstract

Body image and pregnancy

This article reflects on the body image changes of women during pregnancy focusing on some paradoxes of this aspect of gestation.

Pregnancy is one of the most important transformational moments in a woman's life. This profoundly mobilizing period brings in itself the contradiction of turning the body into a vessel for a new life and leading it to experience astonishing transformations. Changes in the body

image associated to pregnancy are intense for all women, but they can be extremely disturbing for those who have narcissistic wounds reflected in the formation of their body image, mainly by the role of the body in the present society.

In these cases, gestation ceases to be an integrative process and becomes a field of symbolic oppositions of a conflicting nature. ■

Keywords: pregnancy, body image, female.

Resumen

Imagen corporal y embarazo

Este artículo tiene como objetivo reflexionar sobre los cambios en la imagen corporal en las mujeres durante el embarazo, y poner de relieve algunas de las paradojas de este aspecto de la gestación.

El embarazo es uno de los grandes puntos de transformación en la vida de una mujer. Esta realidad profundamente movilizadora trae consigo una contradicción: el cuerpo de la madre, mientras se convierte en el receptáculo de una nueva vida, sufre una transformación notable.

Los cambios en la imagen corporal involucrados en este proceso son intensos para cualquier mujer, pero puede ser muy perturbador para aquellas con heridas narcisistas reflejadas en la formación de su imagen corporal; especialmente por el papel que el cuerpo ocupa en la actualidad.

Con ello, el embarazo deja de sostenerse a sí mismo como un proceso integrador y se convierte en un carácter simbólico, campo de la oposición de confrontación. ■

Palabras clave: embarazo, imagen femenina, el cuerpo.

Referências bibliográficas

- BUENO, I. A. F.; CHAGAS, L. F. Relações arquetípicas entre a *anima* de Carl Jung e a figura da Deusa primordial. Cadernos Junguianos/Associação Junguiana do Brasil, São Paulo, v. 12, n. 12, p. 72-89, set. 2016.
- DAMASCENO, V. O.; VIANNA, V. R. A.; VIANNA, J. M.; LACIO, M.; LIMA, J. R. P.; NOVAES, J. S. Imagem corporal e corpo ideal. Revista Brasileira Ciência e Movimento, 14(1), p. 87-96, 2006. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Vinicius_Damasceno/publication/236019947_Imagem_corporal_e_corpo_ideal/links/0c960531add4bd3b16000000.pdf. Acesso em: 04 mar. 2017.
- GRAZI, F. L. B. A eterna criança: autoestima e individuação. Cadernos Junguianos/Associação Junguiana do Brasil, São Paulo, v. 12, n. 12, p. 53-71, set. 2016.
- JUNG, C. G. *Mysterium coniunctionis*. 3.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012. (Obras completas de C. G. Jung, v.14/2).
- JUNG, C. G. *A natureza da psique*. 10.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013. (Obras completas de C. G. Jung, v.8/2).
- LE BRETON, D. *Adeus ao corpo: antropologia e sociedade*. Campinas, SP: Papius, 2003.
- LE BRETON, D. *A sociologia do corpo*. 2.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.
- MAURI, R. G. *A imagem corporal e a representação simbólica*. São Paulo: Baraúna, 2010.
- PAIVA, V. *Evas, Marias e Liliths... As voltas do feminino*. São Paulo: Brasiliense, 1989.
- PARISE, C. L. G. *Quem de dois tira um encontra uma multidão: os outros que nascem em uma mulher com a chegada de um filho*. Monografia-Instituto Junguiano de São Paulo, São Paulo, 2016.
- RAUTER, R. V. *A relação do sujeito contemporâneo com o corpo. Uma reflexão à luz da psicologia analítica*. Instituto Junguiano do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2013. Disponível em: <http://www.jung-rj.com.br/artigos/artigoraissavolkerijrj.pdf>. Acesso em: 04 mar. 2017.
- RODRIGUES, C. C. L. *Cheias de graça: gestação e sentimento de plenitude espiritual – a experiência místico-religiosa na gestação, parto e maternidade em dois grupos de mulheres*. Tese (Programa de Estudos Pós-Graduados em Ciência da Religião)-PUC-SP, São Paulo, 2008. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/handle/handle/2090>. Acesso em: 05 mar. 2017.
- SCARABEL, C. A. *A experiência da puérpera com o parto prematuro e a internação do seu recém-nascido numa unidade de terapia intensiva neonatal: estudo a partir da psicologia analítica*. Dissertação (Mestrado)-Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47131/tde-17042012-113540/pt-br.php>. Acesso em: 04 mar. 2017.
- SCHILDER, P. *A imagem do corpo: as energias construtivas da psique*. 3.ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- SECCHI, K.; CAMARGO, B. V.; BERTOLDO, R. B. Percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo. *Psicologia: teoria e pesquisa*, Brasília, DF, v. 25, n. 2, p. 229-236, abr-jun 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n2/a11v25n2.pdf>. Acesso em: 04 mar. 2017.
- TAVARES, M. C. G. C. F. *Imagem corporal: conceito e desenvolvimento*. Barueri, SP: Manole, 2003.
- WOODMAN, M. *O vício da perfeição. Compreendendo a relação entre distúrbios alimentares e desenvolvimento psíquico*. São Paulo: Summus, 2002.
- ZIMMERMANN, E (org.). *Corpo e individuação*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.