



O PERIGO DOS PADRÕES

Os padrões de beleza impostos pela mídia são um assunto muito discutido na sociedade, atingindo, principalmente os jovens. A busca por corpos perfeitos tem deixado muitos doentes por não se “encaixarem” no ponto de vista dos meios de comunicação. A maioria quer ser aceita em rodas de amigos, provar algo aos outros, abrir portas, pois o mundo exige a beleza exterior e não a interior, porque, assim, eles conseguem tirar algum proveito financeiro.

Muitos jovens optam passar por alguns “sofrimentos de beleza”, como, por exemplo, o controle do seu peso, com dietas malucas, rígidas, para emagrecer, mas acreditam que é para seu próprio bem. Ficam horas em academias, não ingerem mais de 800 calorias por dia, afirmando estar em ótimas condições. Mas, a partir do momento em que o corpo vira uma obsessão, há riscos reais de morte.

Porém até que ponto a busca pelo corpo perfeito é um hábito saudável? Essa obsessão pela perfeição pode acarretar muitas doenças graves, de difícil tratamento e aceitação da pessoa doente, pois causam distorções em grandes proporções. Como exemplo, temos a anorexia, a qual é a perda de peso excessiva por meio de severas restrições alimentares e muito exercícios físicos, e a bulimia, indução de vômito e ingestão de laxantes após as refeições, no intuito de não engordar.

Silvia, uma garota de 16 anos, conta que não só na escola, mas, em sua casa, sofria por estar acima do peso. “Na escola, sempre fui motivo de piada, até minha mãe me chamava de monstro (...). A bulimia tomou conta da minha vida, é algo fora do meu controle. Tudo que eu como quero vomitar”. Esses relatos são comuns entre pessoas que sofrem essas doenças. É complicado ter um diagnóstico, pois o paciente não percebe ou não aceita estar doente.

Acredito que não vale a pena correr todos esses riscos para ter um corpo perfeito. Tudo em excesso faz mal. Então, antes de fazer alguma agressão ao seu próprio corpo, pense na sua vida e na sua saúde, que são muito mais importantes que a aparência.

Gabrielle Bernardi
1º ano / Balneário
2015