

A Dança me Salvou: Um Mergulho no Sentimento e na Expressão Corporal de Bailarinas ¹

Ângela Silva Ramos de LIMA²

Aline Maria Grego LINS³

Universidade Católica de Pernambuco, Pernambuco, PE

RESUMO

A dança sempre esteve presente na vida do homem, desde os neandertais, danças populares, de resistência, e o famoso balé clássico, surgido no período da Renascença. Os sentimentos apresentados, assim como qualquer estilo de dança, já não são os mesmos de antigamente. A cada fase que a dança avança, o sentir humano muda. Ao me questionar sobre alguns sentimentos que vivenciava quando dançava, elaborei um documentário em 2023 nomeado “A Dança me Salvou”, onde captei depoimentos de dez bailarinas contendo a pergunta “O que você sente quando você dança?”. A pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva teve seu embasamento em pesquisas bibliográficas; a partir de um relato de uma das bailarinas, acrescentei à pesquisa a temática do corpo no balé clássico: como ele é visto, treinado e pressionado. Para aqueles que optaram por uma vida na dança, os sentimentos e experiências podem ser de felicidade em paradoxo ao sofrimento.

PALAVRAS-CHAVE: Dança; Sentimentos; Documentário; Bailarinas; Corpo

INTRODUÇÃO

Na Renascença, no século XIV, o pensamento era mais crítico, especialmente nos planos artísticos, filosófico e cultural, sendo incorporado a dança a literatura, a música, a poesia e a pintura. (Assis; Saraiva, 2013). Assim nasce o balé clássico, que teve seu apogeu mais precisamente na França, na Corte do Rei Luis XIV no século XVII, seguindo os valores da nobreza, mantendo-se do mesmo modo por cerca de 300 anos, pois representava exatamente o que a sociedade de classe queria (Bisse, s.d.).

No balé clássico, desde a época da Renascença, é praticamente uma obrigatoriedade ter um corpo padrão definido. Como destaca Furtado (2013, p.3) “...qualquer corpo dançante é um corpo construído e trabalhado para atingir um modelo

¹ Trabalho apresentado na IJ07 – Comunicação, Espaço e Cidadania – XIX Jornada de Iniciação Científica em Comunicação, evento componente do 47º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação

² Graduada do Curso Superior Tecnólogo em Fotografia da UNICAP/PE, e-mail: angelalimafotografia@gmail.com

³ Professora do Curso Tecnólogo em Fotografia da UNICAP/PE, e-mail: aline.grego@unicap.br

específico, de acordo com o tipo de dança que vai desempenhar”. Uma bailarina tem que ser alta, esguia, magra, com braços delicados e pernas fortes. Isso, na opinião popular, significa que para ter o desempenho necessário para dança clássica, deve-se possuir esse corpo padronizado (Viveiros, 2022). Mas não basta falar apenas sobre o físico das dançarinas, quando o lado psicológico tem similar importância.

Este presente estudo é resultado de uma inquietação pessoal. Quando eu dançava balé clássico eu sentia uma urgência de explicar para as pessoas os sentimentos que eu sentia transbordar, como alegria, realização, pertencimento, libertação, alívio, entre outros. Mas foi uma tarefa ainda não concluída, já que nunca nem consegui colocar em uma única palavra. Comecei a me indagar se outros dançarinos também sentiam essa sensação de incompletude; se é um emaranhado de sentimentos não decifrável. “A dança pode ser um estado ou emoção individual, e cada um conta uma história ou demonstra sentimentos em contrapartida com os movimentos de sua dança...” (Silva; Magalhães, 2022, p. 4).

A partir da oportunidade da criação do meu Trabalho de Conclusão de Curso de graduação, planejei e executei um documentário intitulado “A Dança me Salvou”, um estudo de caso, baseado juntamente com referências bibliográficas, tendo o apoio de autores como Viveiros (2022), Campos e Santos (2019) e Furtado (2013). A proposta do produto audiovisual foi trazer a opinião de dez bailarinas de diferentes estilos, especialmente do clássico, para responderem à pergunta: “O que você sente quando você dança?”.

Como foco do trabalho, apresento a relação do balé clássico com a atualidade, relacionando esse corpo com suas emoções e inquietações. Trago depoimentos que mostram a vulnerabilidade das dançarinas, sendo sentimentos genuínos, que ajudaram na pesquisa de forma significativa. Mostro, além disso, como o balé pode atingir a concepção de corpo de cada um e suas consequências, assunto muito representado no artigo.

SAÚDE FÍSICA E MENTAL

Um dos conceitos de saúde colocados na sociedade propõe que ela é a passagem de uma doença para o estado de plenitude corporal, hormonal, mental; mas saúde pode

ser também a antecipação de enfermidades (Guedes; G., 1995). Essa prevenção, física ou mental, pode se dar através de várias formas, sendo a atividade física uma das principais.

A atividade física libera endorfinas no corpo, cujos níveis podem aumentar com o exercício prolongado. As endorfinas têm efeitos analgésicos e promovem euforia, e esta euforia pode causar efeitos psicológicos nas mulheres, como autoconfiança e sociabilidade[...] (Viveiros, 2022, p.35).

O foco da atividade física para o balé clássico é o aperfeiçoamento desse corpo, para que ele passe a entrar em um padrão, executar os passos com precisão e consiga transmitir a mensagem desejada ao público através de gestos e movimentos. E isso se dá pela repetição coreografadas do aprendizado do exercício, da consciência de cada um deles, e da autopercepção do bailarino (Furtado, 2013).

Porém, aqueles que participam do contexto competitivo, sofrem pressões sociais para ter o corpo ideal. Isso ocorre, principalmente, pelos estereótipos criados, como baixo peso corporal e a estética supervalorizada (Viveiros, 2022). Muitos bailarinos chegam a ter aulas e ensaiar diversas horas por semana para chegar em um nível de excelência que agrade a seu professor/coreógrafo. Segundo Furtado (2013, p. 3): “...qualquer corpo dançante é um corpo construído e trabalhado para atingir um modelo específico, de acordo com o tipo de dança que vai desempenhar.”

O corpo tem uma espécie de memória, pois qualquer experiência vivenciada se marca nesse corpo, e a experiência do lado negativo do balé pode gerar cicatrizes (Santos, 2012). Na psicanálise, existe a ideia do Outro. Esse Outro, aqui podendo ser entendido como o coreógrafo/professor/familiares, acaba exigindo um corpo feminino ideal, sendo algo “natural”. Dessa maneira, não sendo atendida essa expectativa do Outro, a bailarina entra em conflito, gerando o descontentamento do seu próprio corpo (Campos; Santos, 2019).

Porém, mesmo que se chegue a um caminho doloroso, na grande maioria das vezes aqueles que praticam balé clássico veem a dança justamente como aquilo que concede saúde, recuperação e equilíbrio emocional.

Por outro lado, existe um poder de cura na expressão corporal e musical. É uma linguagem poderosa, que pode ser explorada. Mas, para que esse poder seja experimentado, talvez seja necessário reaprender a perceber e “ouvir” o

próprio corpo, reavaliando os padrões de beleza e perfeição impostos por essa forma de arte (Cardoso e Viceli, 2018, p.9).

A dança traz alegria, eixo, equilíbrio e gozo, desencadeia vitalidade, uma vontade de viver. A dança é tudo o que você tem, e é tudo aquilo que você é. Nela, sua sensibilidade é estimulada. Você se torna um ser social a partir da dança, sendo motivado a criar harmonia, tanto no ambiente quanto coreograficamente. Seus objetivos são atingidos a cada passo que se dá. Ao haver o estímulo, o bailarino se libera. Quando se dança todos os medos, angústias, inseguranças, limitações parecem se transformar e sumir (Santos, 2012).

JORNADA PESSOAL

Minha vida na dança iniciou-se aos três anos de idade, quando minha mãe me colocou em uma sala de balé clássico, e abriu-se um novo universo para mim. Me lembro bem da primeira vez que coloquei uma sapatilha no pé. Lembro-me de vários espetáculos onde performei figuras importantes nas histórias contadas, e me recordo de como ficava contente ao chegar os figurinos que ninguém poderia vê-los até chegar o dia do espetáculo. O figurino conta uma história, identifica os personagens, transmite sentimentos e ainda insere o público no contexto da obra. Pode-se identificar um rei, uma princesa e até uma camponesa apenas pelo vestuário apresentado (Udale, 2013).

FOTO 1



Foto de acervo Pessoal, 2004

A primeira vez que subi em uma sapatilha de ponta, com 13 anos, foi estranho e dolorido. Ao se observar os pés de diversas bailarinas após espetáculos, é possível ver calos, bolhas, vermelhidão e, às vezes, até sangue, a depender de quanto o instrumento foi usado. “As sapatilhas de ponta devem suportar o peso do corpo em base extremamente diminuída, para que isto ocorra, elas levam em sua estrutura uma palmilha rígida e uma gáspea (região onde os dedos são encaixados).” (Picon; Franchi, 2007). Nas competições que participei, havia uma mistura de nervosismo, realização, paralelamente com medo e angústia. Cada vez que eu subia na sapatilha de ponta, era um paradoxo entre orgulho e realização e a dor sentida.

Desde pequena, meu biotipo não era o desejado para o balé e tinha o peso acima do que meu corpo permitia. Esse biotipo é a forma típica de algum organismo, compreendendo suas características gerais. Ele define como cada tipo de corpo é (Zerón, 2011). Esse corpo não era um problema para mim, até o momento em que cobranças começaram a chegar. Uma das primeiras lembranças que me vem à mente é da minha professora dizendo semanalmente “Ângela, você está muito gorda. Tem que fechar a boca.”. Era uma ambiguidade: satisfação de estar naquele local participando e fazendo o que gosta versus a cobrança, regra e o padrão inalcançável (Campos; Santos, 2019).

Essa cobrança chegou até mesmo para meus familiares, no intuito de que eles deveriam parar de me dar “comidas que engordassem”. Eles deveriam me incentivar a emagrecer, mas de forma rígida. E desde então, até o último dia que eu estive na sala de aula, eu sentia que nunca chegaria às expectativas que as pessoas queriam. Permaneci na mesma companhia por 14 anos, e durante 2 deles (dos meus 15 aos 16 anos) eu consegui emagrecer “o suficiente”, e foi meu triunfo pessoal. Ainda assim me sentia acima do peso, porque devido a toda a cobrança, no meu subconsciente nunca era o suficiente. Depois desses dois anos, acabei engordando novamente, e desenvolvi um transtorno alimentar denominado Compulsão Alimentar. “A busca do perfeccionismo, alta expectativa, pressão por parte dos instrutores e familiares e a instabilidade podem levar a transtornos alimentares.” (Oliveira et al., 2013, p.5). Toda vez em que me sentia culpada e ansiosa por estar engordando, chegava a comer até ter vontade de vomitar, e em paradoxo também me sentia mais culpada após comer.

O termo compulsão alimentar se refere a episódios de comer em excesso caracterizados pelo consumo de grandes quantidades de comida em intervalos curtos de tempo, seguido por uma sensação de perda de controle sobre o que se está comendo. (Appolinario, 2004, p.1).

Hoje, aos 26 anos me encontro ainda mais acima do peso, com problemas de coluna e joelho, e minha compulsão aumentou, refletindo a falta que a dança me faz, pois meus sentimentos são completos e inteiramente dependentes dela.

IDEIA

Um dos pensamentos recorrentes quando estava dançando era de que vivenciava muitos sentimentos: alegria, realização, pertencimento, sendo algo que sentia no corpo e no espírito. Mas no fim das contas, não conseguia explicar claramente para outra pessoa, nem descrever em uma única palavra o que sentia. A partir desse pensamento, cria-se em minha cabeça um questionamento: será que outras bailarinas também sentem essa dificuldade? Será que elas também não conseguem explicar? Ou será que a dificuldade é unicamente minha?

No ano de 2023, para meu Trabalho de Conclusão de Curso de graduação em Fotografia, pela Universidade Católica de Pernambuco (UNICAP), nos foi proposto na disciplina de Captura de Vídeo em HDSRL e Edição criar um produto audiovisual de tema livre. Como já havia ideias com o tema “balé”, eu decidi pegar essa indagação e transformar em algo concreto, a partir da montagem de um documentário. “Documentários podem ter origem em desejos pessoais de investigação e divulgação de determinados assuntos presentes em nossa história e sociedade...” (Puccini, 2009, p.178). O documentário é algo pessoal, autoral. É uma busca de respostas para os questionamentos, é uma forma de expressar aquilo que sente e questiona. É preciso que o autor do documentário exerça o seu ponto de vista para, assim, contar a história (Melo, 2002).

A história aqui tratada é narrada a partir dos diálogos, onde existe a relação autor-entrevistado. A perspectiva do entrevistado, a partir do questionamento do autor, é o que importa para a desenvoltura do trabalho. A voz do entrevistado é um ponto para se expressar um argumento, onde seu ponto de vista é transmitido (Wosniak, 2022).

O documentário é algo temporal, no sentido em que está preso àquele momento em que foi feito.

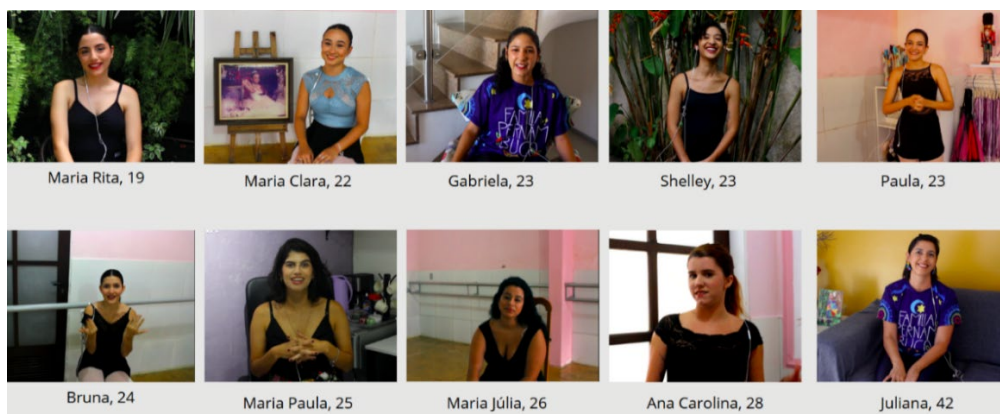
A sensação que experimentamos ao assistir o documentário é a de que alguma coisa – processo de criação artística de uma obra de dança e sua consequente apresentação pública – aconteceu num determinado tempo e lugar. Essas são as marcas temporais tangíveis deixadas pelo pronunciamento contido do documento de registro memorial (Wosniak, 2022, p.18).

METODOLOGIA

A pesquisa adota uma abordagem exploratória, qualitativa e descritiva. A pesquisa qualitativa é eficaz para entender a sutileza dos sentimentos e emoções através da abordagem, que vão além da linguagem (Willis; Cromby, 2020). Seu objetivo é de captar os depoimentos de dez bailarinas de Recife, capital de Pernambuco, com idades entre 19 e 42 anos, que praticam diferentes estilos de balé, buscando compreender suas histórias pessoais na dança e suas experiências emocionais baseado na pergunta “O que você sente quando você dança?”.

Todas as entrevistadas são conhecidas pessoais e consentiram com o uso de suas imagens e informações, e foram informadas das intenções e objetivos da pesquisa. A seleção de depoimentos apenas femininos, reflete na minha experiência pessoal, tendo-se a facilidade por um ambiente de identificação e confiança. Além dos depoimentos e imagens das entrevistadas, o trabalho audiovisual contempla também duas gravações minhas, que compuseram o início e fim do documentário.

IMAGEM 2



Fonte: De autoria própria, 2023

Cada bailarina trouxe um relato único. Suas histórias foram as mais variadas possíveis, mas cada uma com relatos emocionantes e em comum o amor a dança. Maria Clara, 22 anos, externa: “...dançar é vida, é a minha família, são meus amigos, é tudo o que eu mais amo.” (Ângela Lima, *A Dança me Salvou*, 2023, 17:55)

Algumas tiveram que parar de dançar por um tempo, mas logo após retornaram. Maria Rita, 19 anos, afirma que “Essa pausa foi muito importante pra eu sentir toda a importância que a dança tem pra mim. Eu sei que a dança é algo inerente em mim independente de quanto tempo eu fique fora...” (Ângela Lima, *A Dança me Salvou*, 2023, 05:09). Já Paula, 24 anos, fala do crescimento pessoal que a dança trás; ela iniciou seus estudos no balé clássico em uma turma onde havia diferentes níveis de experiência e facilidade na dança. “(Eu estava no grupo) das fraquinhas iniciantes [...] hoje eu cheguei em um patamar que eu mesma não acreditei que chegaria” (Ângela Lima, *A Dança me Salvou*, 2023, 14:50).

O assunto mais abordado nos relatos é a questão da amizade adquirida através dos anos na dança, onde nove das dez bailarinas falaram sobre esse tópico em seus depoimentos. As pessoas que nos cercam e fazem parte da nossa vida são de extrema importância na vida social. É surpreendente quando duas ou mais pessoas se juntam em um objetivo em comum, e criam laços que podem durar a vida toda. Gabriela, 23 anos, cita: “(o balé) ensina muito a gente sobre disciplina e responsabilidade, e também uma noção de coletividade”. (Ângela Lima, *A Dança me Salvou*, 2023, 01:48) Em 2021 Carol, 28 anos, esteve em um intercâmbio no Estados Unidos, pelo período de 2 anos, e atesta “Pra mim, grande parte da dança é com quem eu estou. Ainda tentei dançar lá na verdade, mas tinha aquela coisa faltando. Que era justamente minhas amigas” (Ângela Lima, *A Dança me Salvou*, 2023, 06:50).

O autor sempre deve estar atento às possíveis reviravoltas que o documentário pode dar. Ele não pode prever aquilo que será dito pelos seus entrevistados. Ele até pode ter uma leve noção, mas nunca estará realmente pronto para o que está por vir (Puccini, 2009). Dentre os relatos das bailarinas, uma em especial tomou minha atenção. Maria Júlia, 26 anos, focou em falar sobre a questão corporal do balé, tema aqui já introduzido.

Em seu relato, desabafa sobre não possuir um biotipo que entrasse nos padrões, a cobrança exercida por esse meio, e seu descontentamento sobre a própria autocobrança. Ela cita: “... como qualquer outro local de balé, exige um certo tipo de corpo. Então eu sempre tive muito querer, muita vontade, muito gosto, mas meu corpo nunca foi favorável” (Ângela Lima, *A Dança me Salvou*, 2023, 12:49). Pelo relato de Maria Júlia ser o de maior identificação comigo, eu senti uma grande necessidade de falar sobre esse tema.

CORPO DE BALÉ

No segundo período do Romantismo, época que o balé realmente se consolida, aparecem os corpos de dançarinos mais atléticos e esbeltos, já que ganha um perfil coreográfico (Viveiros, 2022). Esse corpo é adestrado para ser usado na arte, assim deve-se ter um treinamento severo, tendo sua imagem totalmente moldada para gosto do coreógrafo (Furtado, 2013).

A imagem corporal é algo que cada indivíduo tem de si próprio, sendo algo extremamente relativo. Essa autopercepção pode – e sempre é – influenciado pelo meio que ela convive, e a sociedade que ela está. É por isso que uma bailarina inserida num meio com tanta pressão para se ter um corpo magro, pode desencadear uma autoimagem distorcida. Essa imagem pode ser, para o indivíduo, mais fiel e verdadeira do que como seu corpo realmente é (Ribeiro; Veiga, 2010).

Nesse sentido, o corpo perfeito para o balé determina qual relação àquela bailarina vai ter com seu próprio corpo e como ela o enxerga (Campos; Santos, 2019). Na medicina do esporte aponta-se que as demandas físicas da profissão de bailarino profissional, tem como principal eixo o baixo peso corporal. Mas ainda assim, os bailarinos desejam ter uma silhueta além daquela considerada como saudável, mais esguia do que a sua própria existente (Diniz, 2012).

Esses bailarinos são um grupo em potencial para desenvolver transtornos alimentares, já que existe essa pressão para seu desempenho físico e estético, para que eles possam desempenhar esse papel (Ribeiro; Veiga, 2010). Transtornos alimentares (TA) são doenças de cunho grave, que se caracterizam por vários fatores como muito

medo de engordar, preocupação exagerada com o peso e formato do corpo, diminuição do que ingere nutricionalmente e, por consequência, a perda de peso, ingestão de alimentos e logo após vômitos que a pessoa mesmo provoca e até uso abusivo de diuréticos e laxantes (Oliveira; Hutz, 2010).

Segundo Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais – DSM-5, esses transtornos são caracterizados por perturbações no comportamento alimentar, causando alteração no consumo e na frequência com que os alimentos são ingeridos, comprometendo a saúde física, mental e social. Os principais TAs são: anorexia, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar (Ferro e Bossi, 2021, p.3).

CONCLUSÃO

Surgido na Renascença, o balé traz consigo costumes desde àquela época; sejam os movimentos, a técnica, os passos, as sapatilhas, e principalmente o tipo de corpo das bailarinas. Através da dança, contam-se histórias onde a alma do personagem é colocada em gestos. Esse corpo é treinado para entrar nos “conformes” pré-estabelecidos, para que assim ele esteja apto a realizar todos os movimentos possíveis que a dança possibilita (Furtado, 2013).

O corpo é algo único de cada pessoa. Mas mesmo com essa constatação, a sociedade atual do século XXI cria um estereótipo onde todos devem se encaixar a ele. Uma pessoa fora desse padrão, não pode estar ou pertencer a qualquer lugar, não pode estar inserida em meios onde as padronizadas estão, e dessa forma não consegue se sentir bem nessa sociedade midiática (Silva; Magalhães, 2022).

O projeto, sendo de caráter exploratório, qualitativa e descritiva, recolheu depoimentos de dez dançarinas da cidade do Recife, Pernambuco, praticantes de estilos de dança diversos. A partir da pergunta “O que você sente quando você dança?”, que resultou em histórias contadas de cada uma na dança e seus sentimentos ao ouvirem a pergunta citada. Em um artigo de caráter exploratório, não se tem objetivo de descobrir uma fórmula capaz de prever o que cada entrevistado irá falar, sendo algo incerto (Añaña, et al., 2008).

Caberia ao artigo o adicional de falar que a dança também pode ser para aqueles fora do padrão corporal imposto pela sociedade. As pessoas gordas são vistas como incapazes e, principalmente, doentes, pois estão inseridas em uma sociedade excludente com aqueles fora do padrão. Elas vivem em um mundo gordofóbico, sendo esse tipo de preconceito cada vez mais difundido na sociedade (Silva; Magalhães, 2022). Segundo Furtado (2013, p.5): “Toda pessoa pode dançar, basta querer.” Mas parece que esse tipo de pensamento não é difundido na área acadêmica (nem na sociedade). A problemática a ser pontuada é a falta de literatura científica acerca de pessoas acima do peso que dançam, seja qual estilo for.

“A Dança me Salvou” é um documentário sobre bailarinas que amam o que fazem. São depoimentos sobre a felicidade que a dança proporciona, o quanto é gratificante dançar e, segundo Bruna, 25 anos: “Quando eu danço eu me sinto flutuar” (Ângela Lima, A Dança me Salvou, 2023, 10:04). Mas não se pode deixar de destacar o depoimento de Maria Júlia, 26 anos. Ela mostra uma realidade que muitas vezes é oculta, porque é uma luta interna de bailarinos que envolve diversos patamares de suas vidas. Concedi esse título ao documentário, “A Dança me Salvou”, porque, mesmo com um depoimento tocante sobre essa dor sentida, assim como eu, Maria Júlia não desiste. Ela continua dançando e sentindo amor por essa arte. Hoje e sempre, a dança salva.

REFERÊNCIAS

A Dança me Salvou. Ângela Lima. Recife, 2023. Disponível em: <https://drive.google.com/drive/folders/145GZGOEhGY3vI6LGIwjEaNH22oxugZC?usp=drive_link>

AÑAÑA, E. et al. **As Comunidades Virtuais e a Segmentação de Mercado: Uma Abordagem Exploratória, Utilizando Redes Neurais e Dados da Comunidade Virtual Orkut.** Revista de Administração Contemporânea, 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rac/a/rVtXHgbwSBbCCxZJLd7J57R/>> Acesso em: 09/06/24

APPOLINARIO, J. **Transtorno da Compulsão Alimentar Periódico: uma Entidade Emergente que Responde ao Transtorno Farmacológico.** Revista Brasileira de Psiquiatria, 2004. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbp/a/YjLy7yy5wPmrsSn4mCTm68q/>> Acesso em: 06/06/2024

ASSIS, M.; SARAIVA, M. **O Feminino e o Masculino na Dança: das Origens do Balé à contemporaneidade.** Revista Movimento, 2013. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/1153/115326317007.pdf>> Acesso em: 05/06/24

BISSE, J. **A Moral dos Gestos: Discursos de um Corpo que Dança.** S.d. Disponível em: <<https://cev.org.br/media/biblioteca/4045551.pdf>> Acesso em: 01/06/24

CAMPOS, M.; SANTOS, K. **O Padrão Corporal Feminino no Balé: Uma Leitura Psicanalítica.** Psicanálise & Barroco em Revista, v.17, n.3, 2019. Disponível em: <<https://seer.unirio.br/psicanalise-barroco/article/view/9629>> Acesso em: 02/06/24

CARDOSO, Priscila; VIECILI, Maria. **Balé – O Paradoxo entre a saúde e a doença.** Revista Terra e Cultura, v. 31, n.61, 2018. Disponível em: <<http://publicacoes.unifil.br/index.php/Revistateste/article/view/123/15>> Acesso em: 05/06/24

COLMAN, E. **Obesity in the Paleolithic Era? The Venus of Willendorf.** Endocrine Practice, v. 4, Ed. 1, 1998. Disponível em: <<https://www.proquest.com/openview/00b580eb1082d765eb9fb96f53ff8fcf/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1896353>> Acesso em: 12/06/24

DINIZ, E. **Todo Mundo tem Pereba: Ensaio Sobre a Arte e a Construção Cultural das Subjetividades.** Revista Zero-a-seis, v.14, n.26, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/zerosais/article/view/1980-4512.2012n26p43>> Acesso em: 13/06/24

FURTADO, M. **DANÇAR-SE: Processos de Criação em Dança Contemporânea.** Cena em Movimento, n.3, 2013. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/cenamov/article/view/36201>> Acesso em: 05/06/24

MELO, C. **O Documentário Como Gênero Audiovisual**. *Comun. Inf.*, v.5, n.1/2, p.25-40, jan-dez, 2002. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/ci/article/view/24168/14059>> Acesso em: 08/06/24

OLIVEIRA, D.; ALVES, K.; BARBOSA, C. **Prevalência de Transtornos Alimentares em Adolescentes Praticantes de Ballet Clássico**. *Conexões*, v. 11, n. 1, 2013. Disponível em: <<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637636>> Acesso em: 12/06/24

OLIVEIRA, L.; HUTZ, C. **Transtornos Alimentares: O Papel dos Aspectos Culturais no Mundo Contemporâneo**. *Psicologia em Estudo*, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pe/a/MGVrVGGrjn8VPDYyCqdmNLj/?format=html#>> Acesso em: 05/06/24

PICON, A.; SPINARDI, S. **Análise Antropométrica dos Pés de Praticantes de Balé Clássico que Utilizam Sapatilhas de Ponta**. *Revista Brasileira Multidisciplinar*, v. 11, n.1, 2007. Disponível em: <<https://www.revistarebram.com/index.php/revistauniara/article/view/239>> Acesso em: 13/06/24

PUCCINI, S. **Introdução ao Roteiro de Documentário**. *Doc On-line*, n.06, Agosto 2009. Disponível em: <<https://pt.scribd.com/document/568340689/Introduc-a-o-a-roteiro-de-documenta-rio>> Acesso em: 08/06/24

RIBEIRO, L.; VEIGA, G. **Imagem Corporal e Comportamentos de Risco para Transtornos Alimentares em Bailarinos Profissionais**. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/8Kc4c7gvBm3Vpd9833V4YtF/>> Acesso em: 07/06/24

SANTOS, Kênia. **Corpo: Instrumento de Autoconhecimento na Dança e Dançaterapia**. *Olhares & Trilhas*, v. 12, n.2, 2012. Disponível em: <<https://seer.ufu.br/index.php/olhasesetilhas/article/view/14660/>> Acesso em: 01/06/24

SILVA, Leidiane; MAGALHÃES, Ismael. **Olhando para Poéticas do Corpo Gordo: Gordofobia na Dança**. *Revista Cidade Nuvens*, v. 2, n. 4, 2022. Disponível em: <<http://revistas.urca.br/index.php/rcn/article/view/158>> Acesso em: 11/06/24

UDALE, J. **Moda e Ballet Clássico: um Estudo Sobre Figurinos**. *ModaPalavra E-periódico*, Ano 6, n. 11, 2013. Disponível em: <<https://revistas.udesc.br/index.php/modapalavra/article/view/773>> Acesso em: 10/06/24

VIVEIROS, L. **Subjetividade no Ballet Clássico: Uma Concepção de Saúde**. *TCC (Graduação Educação Física) - Universidade Federal de São Paulo, Santos*, p. 48, 2022. Disponível em: <<https://repositorio.unifesp.br/items/e1f29f0a-1ab8-433a-99f2-167992b82d33>> Acesso em: 01/06/24

WILLIS, M.; CROMBY, J. **Bodies, Representations, Situations, Practices: Qualitative Research on Affect, Emotion and Feeling**. Routledge Taylor & Francis Group, vol. 17, n. 1, 2020. Acesso em: <<https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/14780887.2019.1656361?needAccess=true>> Acesso em: 10/06/2024

WOSNIAK, C. **Documentário Sobre o Processo de Criação em Dança: História(s) e Memória(s) do Corpo em Movimento**. Revista Brasileira de Estudos da Presença, v. 12, n. 1, 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbep/a/m7thPdHcRmZNR9QWhp4BByQ/?format=pdf&lang=pt>> Acesos em: 01/06/24

ZERÓN, A. **Biotipos, fenotipos y genótipos. ¿Que biotipo tenemos?** (Segunda Parte). Revista Mexicana de Periodontología, v. 2, n. 1, 2011. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/291335819_Biotipo_Fenotipo_y_Genotipos_2_Que_biotipo_temos> Acesso em: 14/06/24