

A RELAÇÃO DO CORPO COM O COTIDIANO DA POPULAÇÃO ADULTA E SUAS IMPLICAÇÕES NO QUE SE REFERE AO CONTEXTO CULTURAL NA CONTEMPORANEIDADE.

SILVA, Munique Teixeira

Abstract

This study aims to reflect on the importance of building an awareness about body movement in everyday social life. Will discuss the bodily actions in contemporary society and its effects in a cultural context of the adult population because we realize that awakens important questions for anthropology and sociology. Understand, in part with proceeds of the body with respect to the daily life of the adult population and its implications in relation to the contemporary cultural context and where we can build the elements necessary for the reeducation of movement.

Resumo

Este estudo tem o objetivo de refletir sobre a importância da construção de uma tomada de consciência acerca do movimento corporal no cotidiano social. Discorreremos sobre as ações corpóreas na sociedade contemporânea e seus efeitos num contexto cultural sobre a população adulta, pois, vemos que desperta questionamentos profícuos para a antropologia e a sociologia. Entenderemos, em parte, com se dá a relação do corpo com o cotidiano da população adulta, suas implicações no que se refere ao contexto cultural na contemporaneidade e onde podemos construir os elementos necessários à reeducação do movimento.

Keywords: Adult on education of movement, body awareness, body in contemporaneity.

Palavras-chave: Reeducação do movimento adulto; consciência corporal; corpo na contemporaneidade.

Data de submissão: Novembro de 2010 | **Data de aceitação:** Dezembro de 2010.

INTRODUÇÃO

Na sociedade contemporânea, o indivíduo está sujeito a inúmeras transformações sociais, culturais e corpóreas. A partir disso, podemos dizer que o indivíduo vive, hoje, uma busca incessante em adaptar-se às transformações exigidas pelo ambiente em que está historicamente inserido, porém, por não estar consciente disso, comumente não toma os cuidados necessários para desenvolver uma relação salutar entre os movimentos corporais e seus desdobramentos inerentes nas tarefas e atividades cotidianas.

Não se pode ignorar que hoje estamos mais preocupados com a aparente “boa forma”. Assim, podemos observar como o corpo tem sido negligenciado pelo indivíduo no cotidiano de seu ambiente social, onde, principalmente os adultos, desconhecem ou sequer sabem que eles estão todo o tempo, sendo corpo. Em consequência disto, estamos em crise com nossa identidade e colocamos em jogo a essência singular de nossa relação com nossos valores culturais, valores estes que, ao nosso olhar, possuem elementos significativos que podem servir como instrumentos de ação para a construção de uma tomada de consciência acerca da relação do indivíduo com seu próprio corpo e consigo mesmo. Assim, a reeducação corporal surge como princípio para que o indivíduo possa exercer com autonomia o direito de conduzir seu próprio saber cultural em benefício de seu viver social.

DISCUSSÃO TEÓRICA

O corpo tem revelado sua história ao longo dos tempos. Dependendo do lugar e do seu contexto sociocultural, essa história pode se apresentar se varias formas. Le Breton nos diz que:

As representações do corpo são representações da pessoa. Quando mostramos o que faz o homem, os limites, a relação com a natureza ou com os outros, revelamos o faz a carne. As representações das pessoas e aquelas, corolários, do corpo estão sempre inseridas nas visões do mundo das diferentes comunidades humanas. O corpo é socialmente construído, tanto nas suas ações sobre a cena coletiva quanto nas teorias que explicam seu funcionamento ou nas relações que mantêm com o homem que o encarna (2006, p.26).

Essas representações sociais do corpo têm sido concebidas durante muitos anos

seguindo uma tradição dualista e hierárquica que vem de Platão e se expressava em Descartes através da separação entre corpo-mente. Descartes via o homem através de uma concepção de dualidade onde o corpo *dicotomizado* e mecânico não era visto como uma unidade, mas, como um ser divisível em duas substâncias distintas. Assim, Descartes defendia que a mente era a substância pensante e o corpo, a substância extensa, percebendo-o apenas como um instrumento, como uma coisa, como uma máquina a serviço da mente que o domina. Andrade *apud* Descartes, estabelece que se evidenciará como uma distinção entre a alma e o corpo nos processos cognitivos:

(...) pelo próprio fato de que conheço com certeza que existo, e que, no entanto, noto que não pertence necessariamente nenhuma outra coisa a minha natureza ou a minha essência, a não ser que sou uma coisa que pensa, concludo efetivamente que minha essência consiste somente em que sou uma coisa que pensa ou uma substância da qual toda a essência ou natureza consiste apenas em pensar (2009, p.146).

E estabelece:

(...) embora talvez (ou, antes, certamente, como direi logo mais) eu tenha um corpo ao qual estou muito estreitamente conjugado, todavia, já que, de um lado, tenho uma idéia clara e distinta de mim mesmo, na medida em que sou apenas uma coisa pensante e inextensa, e que, de outro, tenho uma idéia distinta do corpo, na medida em que é apenas uma coisa extensa e que não pensa, é certo que este eu, isto é, minha alma, pela qual eu sou o que sou, é inteira e verdadeiramente distinta de meu corpo e que ela pode ser ou existir sem ele (Ibid.Idem).

O corpo é socialmente construído, tanto nas ações quanto nas formas de seu funcionamento, revelando normas e valores dos contextos histórico-sociais, fazendo parte do indivíduo, enquanto, ser humano desde o primeiro momento de sua existência. É através do ambiente sociocultural que surgirão os modelos: padrões de beleza, de saúde, de sensualidade, posturas corporais que fazem homens e mulheres acreditarem na ilusória segurança de construção de um corpo determinado. Ao longo do tempo, através destes modelos, se constrói uma história do corpo, como sendo uma superfície neutra, um organismo “naturalizado”.

Ao longo da história, o corpo tem passado, predominantemente, por diversas transformações significativas para o homem. Porém, nem sempre, o corpo foi pensado somente sob um prisma ou uma forma estética, mas também, como um lugar de pecado dentro de um contexto sociocultural particularmente estável pelos seus meios tradicionais *político-religiosos e filosóficos*.

Merleau-Ponty nos afirma que a cada instante, na existência do movimento, o ser

humano é conectado com o mundo através de seu corpo, de seus gestos, de sua capacidade de sentir e pensar. Portanto, este é seu modo de viver. Merleau-Ponty nos explica e apresenta através da perspectiva presente no livro *Fenomenologia da Percepção*, os princípios teóricos para se compreender a corporeidade.

O corpo é aquilo que nos permite alcançar o mundo; por vezes, ele limita-se aos gestos necessários à conservação da vida e, correlativamente, coloca à nossa volta o mundo biológico; outras vezes, utilizando estes primeiros gestos e passando do seu sentido próprio para um sentido figurado, manifesta através deles um núcleo de significado novo: é o caso dos hábitos motores tais como a dança. Outras ainda, o significado procurado não se pode alcançar através dos meios naturais do corpo, e é então necessário que ele construa um instrumento e crie à sua volta um mundo cultural (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 203).

Podemos entender através dos pensamentos de PONTY, que **o homem é corpo**. Se dissermos que o homem é apenas consumidor de um corpo, estaríamos excluindo-o do mundo e o colocando em um lugar fora deste mundo, pois, é graças ao corpo, que o homem se conecta com o mundo através da sensibilidade, da percepção e do discurso.

O corpo é primeiro e o mais natural instrumento do homem. Ou, mais exatamente sem falar de instrumento: o primeiro e o mais natural objeto técnico, e ao mesmo tempo meio técnico, do homem, é seu corpo. Imediatamente, toda a imensa categoria daquilo que, em sociologia descritiva, eu classificava como “diversos” desaparece dessa rubrica e ganha forma e corpo: sabemos onde colocá-la (MAUSS, 2003, p.407).

Assim, podemos afirmar que o ser humano adulto é tudo aquilo que ele vive através de seu gestual, expressividade e de sua percepção de mundo que se insere no contexto de seu ambiente sociocultural, em seus hábitos cotidianos. Quanto mais conhecimento o homem tiver do seu próprio corpo maior será a sua consciência de estar no mundo.

Porém, a importância que se concede ao corpo humano nos dias de hoje tem maior relação, por ele ser um objeto de consumo da mídia, do que projeção do mundo. Com os avanços que ocorrem no mundo de hoje, a vida cotidiana dos adultos passa por grandes transformações influenciadas pela mídia. Essas transformações ocasionam mudanças no próprio corpo do adulto, tornando-o mutante na busca de um corpo ideal. Muitas vezes, ele é incapaz de identificar onde realmente pretende chegar seguindo alguns dos padrões estéticos que os meios de comunicação de massa e a indústria cultural orientam.

Podemos observar como este corpo tem sido negligenciado pelo indivíduo no

cotidiano dentro do seu ambiente social. Quem nunca ouviu alguém falar “queria ter aquele corpo bonito”, “não gosto da minha barriga ou dos meus seios, pois, são pequenos ou grandes demais”. Essas reclamações são cada vez mais recorrentes na atualidade, revelando, talvez, o desconhecimento da própria essência do corpo. Algumas pessoas, principalmente entre os adultos, desconhecem ou sequer sabem que eles estão todo o tempo, sendo corpo. Esse desconhecimento, faz com que os instrumentos *midiáticos* ocultem a projeção do homem enquanto corpo singular do seu ambiente sociocultural.

Para a sociedade do século XIX, aparência era algo relacionada à santidade, pois, a moral e os bons costumes desta época faziam do corpo um sinônimo de pecado, onde homens e mulheres se vestiam dos pés a cabeça, com o corpo totalmente coberto. Hoje, a ostentação, chamada de “boa forma”, dá ao indivíduo a liberdade de uma nova moralidade que determina novos padrões estéticos, apontando para um corpo redescoberto, distintivo, deixando de agir por meio de regras pré-estabelecidas pela sociedade tradicional.

Este processo de redescoberta do corpo, coloca o homem/sujeito contemporâneo em plena harmonia em relação a emancipação do seu meio, em consequência disto, o mesmo começa a ter certa autonomia do próprio corpo como meio de representação do seu “eu”, sem ter que dar satisfações a sociedade, deixando assim, para trás, formas tradicionais sem ter que se submeter à elas, tornando-se assim, mais livre, buscando novas formas de vida priorizando o cuidado de si. Le Breton, nos diz:

As pesquisas sociológicas privilegiam, sobretudo, as ações do corpo. Mas o próprio referente “corpo” é pouco questionado. Uma expressão ambígua, dualista, designa algumas vezes essas abordagens do corpo. Mas, de que “corpo” se trata? Esquecemos com frequência o quão absurdo é nomear o corpo como se fosse um fetiche, isto é, omitido o homem que o encarna. É preciso ressaltar a ambigüidade que consiste evocar a noção de um corpo que só mantém relações implícitas, supostas, o ator com quem se faz indissolúvelmente corpo. Qualquer questionamento sobre o corpo requer antes a construção do seu objeto, a elucidação daquilo que subtende. O próprio corpo não estaria envolvido no véu das representações. O corpo não é uma natureza. Ele nem sequer existe. Nunca se viu homens e mulheres. Nunca se vê corpos. (2006, p. 24)

Ao mesmo tempo em que o indivíduo é levado a atender aos padrões estéticos impostos pelo ambiente social no cotidiano no qual ele está inserido, o processo de individualização vem mudando toda a postura corporal do indivíduo adulto, gerando uma turbulência de pensamentos. Em contrapartida, esses processos de transformações que

ocorrem com o adulto vêm substituindo as intuições tradicionais nas tarefas de propor melhores condições de vida onde a virtude moral deixa de ser um único padrão. Segundo Katz; Greiner:

As informações do meio se instalam no corpo; o corpo, alterado por elas, continua a se relacionar com o meio, mais agora de outra maneira, o que leva a propor novas formas de troca. Meio e corpo se ajusta permanente nem fluxo inestancável de transformação. (2000, p.90)

Algumas destas imposições levam o indivíduo, muitas vezes, à compulsividade que, para ter um corpo perfeito, fazem dele uma máquina onde vale “pagar” qualquer preço para tentar chegar à possível perfeição estética. Segundo Goldenberg, “Nesse processo de responsabilização do indivíduo pelo seu corpo a partir do princípio de autoconstrução, a mídia e, especialmente, a publicidade tem um papel fundamental” (2002, p.32). Acerca desta íntima relação homem/corpo na atualidade, Lach *in* Goldenberg, nos fala que:

O corpo virou “o mais belo objeto de consumo” e a publicidade que antes só chamava a atenção para produto exaltando suas vantagens, hoje em dia serve, principalmente, para produzir o consumo como o estilo de vida, propiciando um produto próprio: o consumidor, perpetuamente intranquilo e insatisfeito com sua aparência. (Ibid. Idem).

O corpo do homem é movido pela indústria de comunicação de massa como um instrumento *mediático*, passando a ocupar seu espaço através da mídia como objetivo central no cotidiano, produzindo uma superficialidade incontrolável de troca de informações no ambiente sociocultural.

Quando essas informações ocupam o ambiente, ou seja, a rede de conexão não linear, a primeira coisa que ocorre é a reprodução imediata de ações que estarão constituídas no corpo. Pode-se, então observar que o corpo sofre influências dos meios de comunicação de massa. Parafrazeando Adorno, trata-se da indústria cultural relacionada à estética do corpo perfeito

O processo de individualização vem mudando toda a postura corporal do homem contemporâneo num todo, pois o corpo se tornou um objetivo central na sua própria maneira de viver, fazendo com que o mesmo perdesse toda a sua essência corporal singular, onde a ideologia para a cultuação de um corpo “ideal” faz com que a mídia venda para o homem um corpo favorecendo seus próprios valores e escolha. Mendes e Nobrega, nos diz:

O corpo humano, ao ser comparado com uma máquina hidráulica, recebe uma educação que o considera apenas em seu aspecto mecânico, sem vontade própria, sem desejos e sem o reconhecimento da intencionalidade do movimento humano, o qual é explicado através da mera reação a estímulos externos, sem qualquer relação com a subjetividade. O pensamento de Descartes, fundado no exercício do controle e no domínio da natureza, influencia a educação através da racionalização das práticas corporais. Ao ter como princípios a utilidade e a eficiência, busca-se a padronização dos corpos e os gestos vão sendo controlados, embasados na racionalidade instrumental. (2004, p. 124)

O ser humano é capaz de qualquer coisa para ter um corpo “perfeito”. Se submete às preocupações de outros olhares e acaba se sucumbindo aos apelos de mercado, consumindo as vestimentas ideológicas (piercings, tatuagens, cirurgias estéticas, etc.), para ter um corpo totalmente almejado à “mágica” fórmula da eterna juventude. Não contente com isso o indivíduo adulto é levado à exaustão em práticas corporais, usando medicamentos indevidos para ficar mais “forte”, “bombado” ou “sarado”, arriscando sua própria saúde. “Nunca se falou tanto do corpo como hoje, nunca se falará tanto dele amanhã. Um novo dia basta para que se inaugure outra academia de ginástica, alongamento, musculação; publiquem-se novos livros voltados ao autoconhecimento do corpo; descubram-se novos preconceitos quanto à sexualidade, outras práticas alternativas de saúde; em síntese, vivemos nos últimos anos perante a incontestável re-descoberta do prazer voltamos a dedicar atenção ao nosso próprio corpo. (FLORENTINO apud CODO e SENNE)”.

O adulto, muitas vezes, exagera nas atividades escolhidas para cultivar a idéia do corpo belo, no qual o ego fala mais alto, se esquecendo que as atividades foram feitas para cuidar do corpo, para a saúde do corpo e não para que ele seja destruído pela vaidade. Portanto, podemos pensar num descontrole desenfreado sobre a cultuação de um corpo “perfeito” predeterminado pela mídia, idealmente construído e sustentando em cima de uma idéia de corpo falso sem essência singular. Le Breton, nos diz:

Nas nossas sociedades, a parte da bricolagem simbólica se ampliou (...) A maleabilidade de si, a plasticidade do corpo tornam-se lugares comuns. A anatomia não é mais um destino, mas um acessório da presença, uma matéria prima a aperfeiçoar, a redefinir, a submeter ao *design* do momento. O corpo tornou-se, para muitos contemporâneos, uma representação provisória, um *gadget*, um lugar ideal para realização de “efeitos especiais” (1999:23).

Sendo assim, podemos pensar o quanto estes mesmo corpos são manipulados e multiplicados e transformados até mesmo quando se trata de gênero e sexualidade, pois, é no

gênero que se estabelece e se afirmam as diferenças de corpo; então se fossemos pensar de uma “forma comum” – são indicativos que se exprimi nos corpos através das próprias afirmativas sociais e de seu ambiente cultural. Sabemos que na maioria das sociedades, não todas, é claro, mas, em grande parte delas, existe algum paradigma para se avistar o masculino/feminino e que estes paradigmas se dão através do corpo. Segundo Foucault:

Assistimos a uma explosão visível das sexualidades heréticas, mas sobretudo – e é esse o ponto importante – a um dispositivo bem diferente da lei: mesmo que se apoie localmente em procedimentos de interdição, ele assegura, através de uma rede de mecanismos entrecruzados, a proliferação de prazeres específicos e a multiplicação de sexualidades dispartadas”(1993 :48).

Quando se trata de sexualidade e gênero, o corpo tem sido predeterminado pela sociedade que estipula e educa-o através de determinadas instâncias, sejam elas: igreja, estado, ciência e outras instituições que, apropriam-se dele definindo e delimitando o que poderia ser certo ou errado, “natural” ou não.

Hoje, vemos com frequência que o indivíduo se torna um verdadeiro mutante na busca de um corpo ideal. Comumente, não é capaz de identificar onde realmente pretende chegar tamanho é grau de inconsciência, seguindo cegamente, os padrões estéticos da boa forma que sociedade determina. Goldenberg e Ramos nos falam que:

(...) Uma perspectiva sem negligenciar os condicionamentos sociais, ajuda refletir sobre o atual culto ao corpo na cultura brasileira, uma vez que os significados atribuídos pelos indivíduos à aparência e a forma física, no processo de revelação de suas identidades parecem inflacionados especialmente entre as camadas mais sofisticadas dos grandes centros urbanos. (GOLDENBERG; RAMOS, 2002, p. 20).

Essas imposições estéticas levam o indivíduo à compulsividade que, para ter um corpo perfeito, faz dele uma máquina onde paga qualquer preço para tentar chegar à boa forma, atendendo assim, aos anseios de seu meio ambiente social. “(...) Pode-se pensar que a aparente liberação dos corpos, sugerida por sua atual onipresença na publicidade, na mídia e nas interações cotidianas, tem por trás um “processo civilizador” que se empreende e se legitima por meio dela.”(Ibid. Idem, p.25).

O corpo torna-se um objeto de desejo, onde o culto pela beleza faz da boa forma algo tão importante quanto a religião, tornando-se um hábito representativo, dando continuidade a novas e tradicionais formas para a sociedade.

Estas são questões cada vez mais recorrentes e que vem atingindo grande parte da população ocidental, em especial a população adulta foco deste artigo, que de forma global, dificilmente permitem ao indivíduo perceber seus gestos e expressões na descoberta singular do próprio corpo.

O culto ao corpo, inconscientemente, se impõe à escuta do próprio corpo. Miller, nos diz que: “cada vez mais, somos treinados para o fazer e o falar, mais não para o escutar”(2007, p.101). A consciência corporal pode ser aplicada em diversas áreas e diferentes níveis cognitivos corpóreos num mesmo ambiente social, pois, não se trata de um trabalho hermético; de uma prática exclusiva a profissionais de dança; de uma visão exclusivista e fechada. Segundo Katz, Greiner:

(...) a ação criativa de um corpo no mundo reproduz os procedimentos que engendraram como uma porta vai-vem, responsável por promover e romper contatos. Cada tipo de aprendizado traz ao corpo uma rede particular de conexões quando se aprende um movimento, aprende-se o que vem antes e o que vem depois dele. O corpo se habitua a conectá-los. A presença de um anuncia a possibilidade de presença dos outros (2002 p.94).

A Consciência Corporal surge com o intuito de dar ao indivíduo elementos para que, ao mesmo tempo em que adquire autonomia, não perca a consciência da auto-imagem corporal, ou seja, que consiga manter sua essência singular e única. A isto damos o nome de consciência corporal ou de consciência pelo movimento.

O estudo de consciência corporal trata-se de um trabalho de auto-reeducação do movimento e tem como princípio contribuir para com o indivíduo a se reeducar corporalmente fazendo com que o mesmo recupere gradualmente seus movimentos singulares dando novas possibilidades ao corpo levando-o a reflexões para o modo de existir, pensar, de sentir sem ficar preso a hábitos que estão relacionados ao mundo contemporâneo, controlando seus níveis de estresse e promovendo a complementação do corpo/mente por meio de sensibilização reativando a parte sensória.

Segundo FUX:

Dançando de dentro para fora e reconhecendo-nos através de nossos corpos, sentimos-nos melhor. Primeiro nos aceitamos e depois aos outros. A dançaterapia, um caminho aberto para a integração total, já que o corpo assim estimulado faz aparecer áreas adormecidas que nos transformam; ao expressá-las, representamos nosso mundo oculto e nos sentimos melhor (1998 p.23).

Diante disso, pensamos que o trabalho de reeducação pelo movimento através da dança possa contribuir, de maneira significativa e exequível, para o processo de construção da essência corpórea do indivíduo adulto, que permitirá identificação de seu meio social do qual faz parte, centrando em uma busca por um gesto próprio, por um corpo singular. Devemos enfatizar o trabalho de consciência corporal no intuito de auxiliar o adulto a se redescobrir e descobrir o corpo, fazendo com que o mesmo torne-se prática educativa, visando o entendimento das individualidades e peculiaridade de cada indivíduo, possibilitando e respeitando aos mesmos, contribuindo na construção de uma identidade corporal própria, singular menos padronizada, controlada, deixando de ver o corpo como um objeto de consumo, quebrando com paradigmas pouco flexíveis condicionados pela sociedade. É extremamente importante que o aprendizado do corpo seja empreendido para enfatizar o processo transformador num ambiente sócio-educacional, processo esse que proporcionará ao indivíduo uma nova e singular descoberta consciente do próprio corpo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- GELB, M. **O Aprendizado do Corpo – Introdução à Técnica de Alexander**, São Paulo: Martins Fontes, 1987.
- GODARD, Hubert. “**Gesto e percepção**” In: PEREIRA, R. e SOTER, S. (orgs.) **Lições de dança 2**, Rio de Janeiro: UniverCidade, 2000
- GOLDENBERG, Mirian e SILVA RAMOS, Marcelo. **A civilização das formas: O corpo como valor** IN GOLDENBERG, Mirian (ET AL) *Nu e vertido: Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro, 2002.
- FLORENTINO, José A. Niklas **Luhmann e a teoria social sistêmica: um ensaio sobre a possibilidade de sua contribuição às políticas sociais, exemplificada no fenômeno "rualização"**. 2006. 204f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) - Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, PUCRS, Porto Alegre. 2006.
- FOUCAULT, Michel. **A História da Sexualidade. Vol.1. A vontade de saber**. 11ª ed.. Rio de Janeiro: Graal, 1993.
- KATZ, Helena. **A dança, pensamento do corpo**. In: NOVAES, Adauto. *O homem-Máquina: A ciência manipula o corpo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2003
- KATZ, Helena e GREINER, Christine. **A natureza cultural do corpo**. Org. SOTER, Silvia e PEREIRA, Roberto. **Lições de Dança**. Rio de Janeiro, 2002.
- LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. Petrópolis: Vozes, 2006.
- LE BRETON, David. **L’Adieu au corps**. Paris: Éditions Métailié, 1999.
- MAUSS, Marcel. **Técnicas do corpo IN Sociologia e antropologia**. Tradução: Paulo Neves. São Paulo: Cosa e Nafy, 2003.
- MERLEAU- PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo. Martins Fontes, 1999.
- MENDES, Maria Isabel Brandão de Souza; NÓBREGA, Terezinha Petrucia. **Corpo, natureza e cultura: contribuições para a educação**. *Revista Brasileira de Educação*, n. 27, p. 125-137, set/out/Nov/dez 2004.
- MENDES, Maria Isabel Brandão de Souza; NÓBREGA, Terezinha Petrucia. **Corpo, natureza e cultura: contribuições para a educação**. *Revista Brasileira de Educação*, n. 27, p. 125-137, set/out/nov/dez 2004.
- MILLER, Jussara. **A Escuta do Corpo: Sistematização da Técnica de Klauss Vianna**. São Paulo: Sammus, 2007.