



O CORPO É QUE PAGA

Sinopse : O Corpo é que paga é um espectáculo de Teatro Debate constituído por um prólogo e três cenas sobre a temática da nutrição e desporto.

Cena 1: Dietas Radicais

Tema: Culto da imagem, estereótipo; abstinência alimentar, contagem de calorias; falsos mitos, Falsos argumentos, emagrecer rapidamente, anorexia.

Claúdia – Esse vestido é muito giro.

Ana – Está um bocadinho apertado. Tenho de perder este pneu.

Cláudia – Qual pneu? O vestido é justinho. E é giiiiirooo! E fica-te a matar!

Ana – Sim, mas se eu fizer uma dieta, vai ficar ainda melhor.

Cláudia- Dieta? Mas o baile é daqui a 3 semanas.

Ana – Por isso é que tem ser radical! (Procura no telemóvel e em voz alta) “Dietas radicais para perder peso”...

Cena 2: MUITO PARA ALÉM DO PESO

Tema: Obesidade; Comer compulsivamente; Comer mal, optar por alimentos processados Falta de exercício; Sedentarismo; Problemas sócio-afectivos; Baixa Auto-estima

João – Batatas fritas a esta hora?!

Bruno – Estou cheio de fome. Tu também estás a comer.

João – Mas é uma maçã. Tu devias era comer fruta.

Bruno – Não gosto de fruta de manhã.

Maria – Dás-me uma batata? (Bruno sacode a mão da Maria)

Bruno – Eu até dava... mas não trouxe mais nada para comer. Logo compro mais.

João para Maria – Bora jogar basket? Queres vir Bruno?

Bruno – Não, prefiro ficar aqui. Isso de andar a correr atrás da bola cansa...

CENA 3 – SEM REGRAS

Tema: Falta de regras/horários para comer; má alimentação; Não saber escolher o que come

Pedro – Bom dia alegria!

Luísa – Só se for para ti (mal humorada)! Estou com a barriga inchada e não consigo ir à casa de banho. Já lá vão três dias.