

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
Programa de Pós-graduação em Sociologia

VANBERTO JOSÉ ROSSI

**CORPOS REVERBERANTES: NOVAS (RE)CONFIGURAÇÕES DE *FITNESS* E
WELLNESS NAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA**

São Carlos
2014

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
Programa de Pós-graduação em Sociologia

VANBERTO JOSÉ ROSSI

**CORPOS REVERBERANTES: NOVAS (RE)CONFIGURAÇÕES DE *FITNESS* E
WELLNESS NAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA**

Dissertação apresentada junto ao Programa de Pós-graduação em Sociologia da Universidade Federal de São Carlos, como requisito para obtenção do título de mestre em Sociologia.

Orientador: Prof. Dr. Jorge Leite Junior

São Carlos
2014

**Ficha catalográfica elaborada pelo DePT da
Biblioteca Comunitária da UFSCar**

R833cr Rossi, Vanberto José.
Corpos reverberantes : novas (re)configurações de *fitness*
e *wellness* nas academias de ginástica / Vanberto José
Rossi. -- São Carlos : UFSCar, 2014.
150 f.

Dissertação (Mestrado) -- Universidade Federal de São
Carlos, 2014.

1. Sociologia. 2. Academias de ginástica. 3. Aptidão física.
4. Sociologia do corpo. 5. Bem-estar corporal. I. Título.

CDD: 301 (20^a)



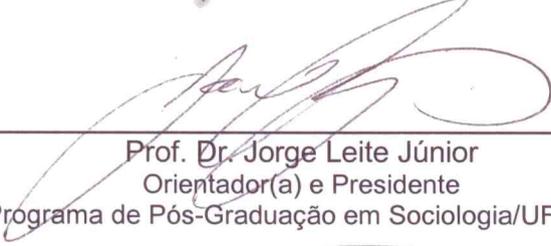
Universidade Federal de São Carlos
Centro de Educação e Ciências Humanas
Programa de Pós-Graduação em Sociologia
Rodovia Washington Luís, Km 235 – Cx. Postal 676
13565-905 São Carlos-SP - Fone/Fax: (16) 3351.8673
www.ppgs.ufscar.br - Endereço eletrônico: ppgs@ufscar.br

VANBERTO JOSÉ ROSSI

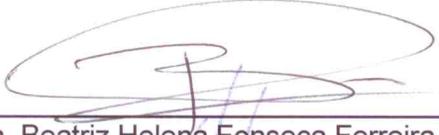
Dissertação de Mestrado em Sociologia apresentada à Universidade Federal de São Carlos, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Sociologia.

Aprovada em 31 de março de 2014

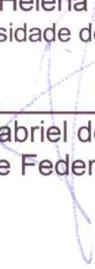
BANCA EXAMINADORA:



Prof. Dr. Jorge Leite Júnior
Orientador(a) e Presidente
Programa de Pós-Graduação em Sociologia/UFSCar



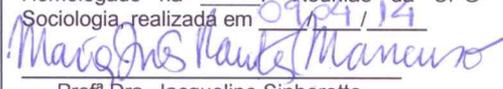
Profª Dra. Beatriz Helena Fonseca Ferreira Pires
Universidade de São Paulo



Prof. Dr. Gabriel de Santis Feltran
Universidade Federal de São Carlos

Para uso da CPG

Homologado na 45^a Reunião da CPG-
Sociologia, realizada em 09/04/14



Profª Dra. Jacqueline Sinhoretto
Coordenadora do PPGS

A Javé dos Exércitos, Jesus, meu Mestre, e à Maria, minha Rainha,
únicos diante dos quais meus joelhos se dobram.

Aos meus pais, Iracema e Aparecido,
os maiores guerreiros que
já conheci.
Meus espelhos.

A minha esposa, Regiane, luz
que ilumina a minha vida,
outrora um jardim sem Flor.

AGRADECIMENTOS

*Pedi e recebereis; procurai e encontrareis; batei e vos será aberto.
Pois quem pede recebe; quem procura encontra;
e, para quem bate, se abrirá.
(Lc 11, 9-10)*

Eu pedi e recebi; quando procurei encontrei; e quando bati a porta me foi aberta. Por isso, agradeço:

A Javé dos Exércitos, ao Mestre, ao Espírito e à Rainha que iluminam a minha vida em todos os momentos e lugares por onde andei, ando e virei a andar.

À minha Proteção que, incansável, me livra das garras e dos laços dos inimigos.

Ao Prof. Dr. Jorge Leite Junior, orientador cuidadoso e paciente que me guiou pelos lúgubres caminhos do conhecimento, apontando as possibilidades que os olhos de um discípulo ainda não são capazes de contemplar.

Ao Prof. Dr. João Carlos S. Zuin por influenciar, de forma precisa, uma importante decisão.

A Tati e Guto, que inspiraram este trabalho nas manhãs, tardes e noites de treino muito antes dele sequer ser imaginado.

A Aparecido, irmão e eterno mestre que me ofereceu a “pílula vermelha” e sempre me ajuda a compreender o porquê de certas vezes o sabor do conhecimento ser tão amargo.

A Daiane, querida irmã, que sempre está em meus pensamentos e nos presenteou com meu sobrinho, Kenneth, uma chama de esperança para este mundo imerso em caos. Que a chegada do Dereck seja mais uma.

A João Paulo Pedrolongo, meu segundo pai, um espírito de luz e sabedoria que ilumina minha vida e tem sempre prontos conselhos, assuntos interessantes e uma cerveja gelada.

A André e Ana, amigos, irmãos, compadres, companheiros na dureza das batalhas, nos prazeres das vitórias e nas labaredas das discussões.

A Fernando, amigo-irmão de longa data, parceiro inseparável na prática do “alterocopismo”.

A Val e Paulinho, que me acolherem em um momento de necessidade e me apresentaram ao maravilhoso estado do Paraná.

E também a Ana Paula, Anderson de Paula, Anderson Picchi, Eriosvaldo Gusmão, Isabel Cristina Rossi, Lu Rossi, Paulinho Bernardo, Rejeane Lucca, Roberto Angeli, Tafne Abatayguara, William Villardi, pessoas muito queridas e especiais que sempre estão presentes em minha vida, em meus pensamentos.

*Em sua finitude certa e em sua provisoriedade inquietante,
o corpo talvez seja um dos mais belos traços
da memória da vida.*

(Denise B. Sant'Anna)

Today, bodybuilders compliment each other with the term “freak”; it is an expression of awe and respect for those who push their physical development beyond current limits. “Freakiness” is what is to be achieved, what the “pros” possess, what is most often acquired through drug use in addition to intense workouts. [...] Freakiness as an affirmation of physiological dissidence stirs both fascination and repulsion, both emulation and rejection.

Cecile Lindsay (1996, p. 360).

Talvez se diga que alguns têm mais força, ou energia, ou beleza ou harmonia. Nessa distribuição de qualidades e talentos podem estar implicadas previsões e destinos. De qualquer forma, eles, os corpos, não jogam o jogo da existência com as “cartas” idênticas. A nomeação dos corpos e a inscrição das marcas pretendem sugerir seus caminhos e suas possibilidades.

Guacira Lopes Louro (2012, p. 13).

Nesse contexto, se o cérebro é concebido à imagem de um programa de tratamento da informação, é lógico dissociá-lo de um corpo transformado em simples suporte e, portanto, acessório. A única legitimidade reside no “espírito”, como suporte essencial de informações constituindo o indivíduo; o corpo é uma espécie de veículo da pessoa, o recinto material de sua interioridade, a relíquia indigna de uma velha humanidade ultrapassada.

David Le Breton (2012a, p. 24).

RESUMO

Esta dissertação versa, principalmente, sobre a construção social do corpo no ambiente da academia de ginástica. A proposta, em termos gerais, é estudá-lo em seus aspectos cotidianos, observando os perfis sociais dos seus frequentadores e estabelecendo algumas relações entre a academia de ginástica, o sujeito e a sociedade. A preocupação principal no decorrer de toda a pesquisa foi a de tecer uma argumentação fundamentalmente marcada pelas impressões dos indivíduos a respeito do universo das academias de ginástica e suas relações, buscando demonstrar os aspectos que os nativos entendem que sejam relevantes nas suas interações para podermos interpretá-los a partir dos conceitos da sociologia. A pesquisa foi desenvolvida em três academias de ginástica da cidade de São Carlos (SP) e buscou compreender um indivíduo em particular entre os seus frequentadores, o qual que considerávamos como sendo o *bodybuilder* ou fisiculturista. A princípio, tomávamos esses termos como análogos e, no entanto, a pesquisa empírica demonstrou que não o são, nem desde a perspectiva teórica, seja da sociologia do corpo ou da educação física, nem do ponto de vista dos frequentadores das academias de ginástica. Esse “nó” do campo chamou a atenção para o fato de que, não obstante o corpo seja uma noção social e culturalmente construída, é preciso levar em consideração que cada indivíduo constrói a subjetividade do seu próprio corpo e a submete a cultura e a sociedade do momento em que vive.

Palavras-chave: academia de ginástica; fitness; sociologia do corpo; wellness.

ABSTRACT

This monograph of completion of the course focuses on the social construction of the body in the environment of the gym. The proposal in general terms, is studying it in their everyday social profiles, delineate aspects of its components and establish some relationships between the gym, the subject and society, seeking to understand these relationships, especially with respect to the amount of this establishment to the current historical moment. The gym configures itself as a "no place", a social and a individual link between the parties and all that there is a large confluence of factors in that environment. On the other hand, there are still some traditional characteristics that perpetuate through the gym. Thus, there is the subject that it uses for the cult of the body, moved or not by social imperatives, and also the one who need it to survive, either through clinical or financial imperatives. These types of subject originate social niches that mediate an exchange of interest result of a universe that hovers between the imperatives of social and individual needs.

Keywords: gym; fitness; sociology of the body; wellness.

INDICE DE ILUSTRAÇÕES

| | |
|---|-----|
| Figura 01: <i>Kouros</i> de Kleobis e Biton..... | 41 |
| Figura 02: <i>Kouros</i> Anavyssos | 41 |
| Figura 03: O Homem Vitruviano..... | 47 |
| Figura 04: Monalisa..... | 47 |
| Figuras 05 e 06: Eugene Sandow | 53 |
| Figuras 07 e 08: Kate “Sandwina” Brumbach..... | 56 |
| Figura 09: foto comparando Eugene Sandow e Arnold Schwarzenegger..... | 60 |
| Figuras 10 e 11: vídeos de ginástica da atriz Jane Fonda..... | 70 |
| Figura 12: divisão dos grupos musculares..... | 90 |
| Figura 13: anilha de 25kg | 90 |
| Figura 14: exemplos de halteres | 90 |
| Figura 15: aparelho de agachamento | 91 |
| Figura 16: aparelho <i>cross over</i> | 91 |
| Figura 17: aparelho <i>peck deck</i> | 91 |
| Figura 18: aparelho puxador costas fixo | 91 |
| Figura 19: kit básico para <i>Body Pump</i> | 98 |
| Figura 20: <i>Step</i> | 98 |
| Figura 21: bicicleta para <i>Spinning</i> | 98 |
| Figura 22: manual “Fique em forma em 1 mês” | 111 |
| Figura 23: manual “Dieta nota 10” | 111 |
| Figura 24: Carol Magalhães | 130 |
| Figura 25: cirurgia <i>ByPass</i> Intestinal..... | 135 |

INDICE DE TABELAS

| | |
|----------------------------------|----|
| Tabela 01: Teste de Cooper | 70 |
|----------------------------------|----|

SUMÁRIO

| | |
|---|-----|
| Introdução | 13 |
| Parte I. Da construção e transformação dos corpos | 18 |
| 1. Culto ao corpo e as ciências sociais: o corpo como um empreendimento | 19 |
| 2. Culto ao corpo e fisiculturismo: a educação do físico | 37 |
| 2.1. A ginástica grega: corpo interior/corpo exterior | 37 |
| 2.2. <i>Kouros</i> : a alma estampada no corpo | 41 |
| 2.3. O paradigma do movimento | 62 |
| 3. Do <i>fitness</i> ao <i>wellness</i> : a academia de ginástica | 68 |
| 3.1. O <i>fitness</i> | 68 |
| 3.2. O <i>wellness</i> e a mídia | 72 |
| 3.3. A academia de ginástica: <i>maromba</i> e <i>wellness</i> | 77 |
| Parte II. Marcas do campo: os frequentadores não se consideram fisiculturistas ... | 83 |
| 4. Critérios de seleção das academias e dos interlocutores | 84 |
| 4.1. Seleção das academias | 84 |
| 4.2. Seleção dos interlocutores | 87 |
| 5. Musculação: o <i>fitness</i> diluído | 89 |
| 6. <i>Wellness</i> : a subsunção do <i>fitness</i> à “maromba-zen” | 96 |
| 6.1. A “Balada do Branco” | 98 |
| 6.2. “Vem <i>ni mi</i> panetone” | 104 |
| 7. As narrativas de <i>fitness</i> e <i>wellness</i> | 107 |
| Parte III. Os corpos reverberantes: humanos e pós-humanos | 114 |
| 8. Três perspectivas, três tipos físicos, dois sentimentos | 116 |
| 8.1. O magro e o obeso | 121 |
| 8.2. O musculoso | 123 |
| 8.3. Os artefatos do conhecimento: o espelho, a balança e a fita métrica | 125 |
| 9. Ciborgues: o crepúsculo do corpo orgânico? | 131 |
| Considerações finais | 139 |
| Referências bibliográficas | 145 |

Introdução

O que se apresenta nesta dissertação é o resultado de um processo iniciado muito antes das pesquisas para o mestrado. Em sua totalidade, as linhas aqui escritas estão diretamente relacionadas com a experiência de vida e a trajetória do seu autor, o qual abre um pequeno espaço nesta introdução para contar uma breve história antes de mergulhar no infinito e inebriante oceano da pesquisa. O encontro com a academia de ginástica, ambiente temático desta dissertação, foi um acontecimento que remonta ao início do ano de 2007, quando eu ainda estava no segundo ano de graduação em ciências sociais na UNESP de Araraquara. Obeso desde criança, fui até a academia levado pela mesma onda que leva a maioria esmagadora dos seus frequentadores: ter um corpo magro. A *maioria*, não todos. Somente mais tarde eu descobri que esse objetivo não iria se manter para sempre.

O ambiente de uma academia de ginástica é, em todos os sentidos, um poderoso estimulante ao movimento corporal, seja pelos aparelhos de treinamento, pelas aulas aeróbicas animadas ao som dos *hits* musicais do momento ou pelo jogo de cores radiantes, pela iluminação e pelas imagens dispostas estrategicamente em vários pontos do ambiente. Essas imagens são de homens e mulheres exibindo corpos avantajados, robustos, delineados e que parecem exortar frequentadores e frequentadoras a ter um corpo como aquele da imagem. Foi exatamente esse movimento que fez com que eu, em um momento que não sei precisar, deixasse de buscar o corpo magro e começasse a treinar por um corpo forte, musculoso, rígido como o das imagens que eu via na academia.

Contudo, não consegui. Por mais que eu treinasse, me dedicasse e buscasse essa meta, por algum motivo eu não consegui alcançá-la. Estava claro que faltava alguma coisa, mas o quê? E foi nesse momento, no final do ano de 2010, quando eu projetava a monografia de conclusão de curso, que o tema da academia surgiu como um campo produtivo para pesquisa. A idéia geral da monografia foi, então, buscar os pontos que possivelmente levavam as pessoas a frequentar a academia de ginástica e os resultados apontaram para a multidimensionalidade do ambiente: um lugar que, a despeito de possuir uma função específica, qual seja a de treinar o corpo — ao menos essa era a hipótese com a qual eu fui a campo na época —, engloba no seu interior e no trânsito das interações que abriga muito mais do que uma agremiação para finalidades físicas.

A grande contribuição da pesquisa para a monografia de conclusão de curso foi demonstrar que uma academia de ginástica é algo social e culturalmente construído assim como os indivíduos que nela se encontram. Ela serve como uma importante ferramenta para o

culto ao corpo plástico e curvilíneo, para estabelecer padrões de moda e estética corporais, ao mesmo tempo em que permite ao indivíduo construir e transformar seu corpo por intermédio de exercícios físicos. Não obstante, o treinamento do corpo consiste apenas em uma das diferentes possibilidades que o ambiente oferece. Existem outras que vão desde o aumento do círculo social até aspirações artísticas. Entretanto, apesar dessa riqueza de trânsito social, a pesquisa da monografia não me revelou porque eu não conseguia alcançar o corpo que eu desejava, e tanto mais por interagir com indivíduos que o haviam conseguido.

Assim, seguindo as instruções do meu então orientador de monografia, Prof. Dr. João Carlos Soares Zuin, eu a transformei na base do meu projeto de mestrado apresentado ao Programa de Pós-graduação em Sociologia da UFSCar, no final de 2011, objetivando não somente o ambiente da academia, mas o corpo que ela pode ou não proporcionar. Enquanto levantava material para essa pesquisa, um perfil específico dos frequentadores da academia me chamou a atenção, porque eles eram aquilo que eu buscava e não conseguia. E então surgiu uma primeira questão norteadora: como eles conseguiram alcançar e, o que é ainda mais curioso, como eles conseguem manter determinado nível de construção corporal?

Responder a esta questão significava mergulhar em um universo extremamente volátil no que concerne ao ser humano, porque as eventuais respostas que possam ser, bem ou mal, apresentadas a ela devem percorrer um caminho que, necessariamente, perpassa a subjetividade. Nesse caminho, largamente explorado pela ciência e, paradoxalmente, ainda pouco compreendido, as respostas aparecem de forma evanescente, diáfana, quase informe. Isto é um reflexo do próprio ser humano que, por ser ele mesmo um universo, está sempre em um contínuo processo de transformação e qualquer resposta que se apresente para sua subjetividade é, inevitavelmente, datada.

No decorrer do desenvolvimento da pesquisa, em três academias de ginástica da cidade de São Carlos (SP), busquei compreender aquele perfil em particular entre os seus frequentadores, que eu considerava como sendo o *bodybuilder* ou fisiculturista, na tentativa de responder àquela primeira questão. A princípio, tomei esses termos como análogos e, no entanto, a pesquisa empírica demonstrou que não o são, nem desde a perspectiva teórica, seja da sociologia do corpo ou da educação física, nem do ponto de vista dos frequentadores das academias de ginástica. De fato, tendo como base os textos **Os stakhanovistas do narcisismo** (COURTINE, 2005) e **Subjetividades y consumos corporales: un análisis de las prácticas de fitness en España y Argentina** (LANDA, 2009), e de acordo com a pesquisa empírica realizada em São Carlos (SP), é possível identificar, em verdade, três termos importantes. O primeiro deles é o *bodybuilder*, o qual seria um indivíduo que se preocupa bastante com seu corpo, treinando

constantemente para manter determinada forma corporal, construindo e moldando seu corpo em relação a padrões estilísticos e de moda.

Fisiculturista, a segunda terminologia, por outro lado, embora possa ser considerado um *bodybuilder*, se caracteriza como o sujeito que busca a maximização da sua massa muscular por intermédio da prática da hipertrofia, a qual engendra necessariamente três momentos que devem ser conjugados: máxima exaustão muscular/ alimentação hipercalórica/ descanso regular. Por intermédio desse método de treinamento, espera-se, a um só tempo, o aumento da massa muscular e da força física.

Finalmente, um terceiro termo que aparece como um desdobramento mais amplo dos outros dois: o culturismo. O culturista, ainda que possa se enquadrar tanto na categoria de *bodybuilder* quanto na de fisiculturista, se difere de ambos em um aspecto muito particular: sua busca não é somente a construção e a manutenção de uma forma ou o aumento de massa muscular e força física, mas a construção de uma forma que fisicamente se associe à estatuária clássica grega. O culturista, portanto, se preocupa muito mais com a construção de um corpo que será exposto e observado do ponto de vista da sua perfeição estética.

Em um primeiro momento, busquei desenvolver a ideia de que somente a imagem e a estética desses indivíduos eram suficientes para compreendê-los em termos sociológicos, associadas ao que os sociólogos do corpo comumente têm chamado de “culto ao corpo”, ou nas palavras de Castro (2007), “um tipo de relação dos indivíduos com seus corpos que tem como preocupação básica o seu modelamento, a fim de aproximá-lo o máximo possível do padrão de beleza estabelecido” (CASTRO, 2007, p. 17).

Como a pesquisa empírica demonstrou posteriormente, não foi possível tentar compreender essas categorias sem levar em consideração toda a academia de ginástica, assim como as relações sociais que orbitam em torno dela e que a perpassam, o que precisamente consiste na principal razão de partirmos de uma ideia de corpo multifacetado. Nesse ponto, me deparei com um “nó” apresentado pelo campo que fez com que o método pensado para abordar a questão primordial fosse revisto. Eu considerava alguns indivíduos frequentadores da academia de ginástica como *bodybuilders*, porém, durante nossa primeira entrevista, o interlocutor afirmou que ele mesmo não se considerava dessa maneira. Quando observei que essa fala aparecia em todas as entrevistas, caiu por terra a primeira questão ao mesmo tempo em que emergiu uma outra, ainda mais significativa: por que os frequentadores de academias de ginástica não se consideram e nem se definem a si próprios como *bodybuilders* ou fisiculturistas? Esta, portanto, devido ao contato com o campo, passou a ser a pergunta norteadora desta pesquisa.

Não obstante, outras categorias surgiram durante o percurso da pesquisa, como o *fitness* e o *wellness*, elementos esses que, gradativamente, mostraram influenciar os indivíduos sem determinar suas apreensões. A busca dos sujeitos, nesse sentido, não é somente por um corpo em forma (*fitness*) ou somente por bem-estar (*wellness*), mas ambos ao mesmo tempo: os sujeitos, conforme demonstrou a pesquisa, almejam força física e bem-estar, saúde e prazer e essas categorias não são mutuamente excludentes. Ao contrário, elas figuram como partes do cotidiano dos indivíduos na contemporaneidade, norteando parte de suas ações desde que associadas a uma identificação do indivíduo com diversos elementos que relacionam sua subjetividade ao universo da academia de ginástica.

Seguindo por esta via, pretendemos, na esteira do nicho temático da sociologia do corpo, apresentar uma contribuição que possa expressar uma noção de corpo multifacetado, envolto e perpassado pelos mais diversos sentidos e interpretações possíveis, tendo sempre em vista que “o corpo não existe em estado natural, sempre está compreendido na trama social de sentidos” (LE BRETON, 2012a, p. 32). Em que pese o corpo ser uma noção social e culturalmente construída, é preciso levar em consideração que cada indivíduo constrói a subjetividade do seu próprio corpo e a submete à cultura e à sociedade do momento em que vive. Complementando, então, a noção de Le Breton, é possível acrescentar que o corpo é uma construção social, cultural e também — talvez principalmente — individual para as culturas modernas ocidentais e ocidentalizadas e é nesse sentido mais amplo que foi compreendido por esta pesquisa.

A preocupação principal no decorrer de toda a pesquisa aqui desenvolvida, nesse sentido, foi a de tecer uma argumentação fundamentalmente marcada pelas impressões dos indivíduos a respeito do universo das academias de ginástica e suas relações. Não se trata, contudo, de tomar a fala do nativo como verdade, tampouco de julgar os interlocutores, mas de demonstrar os aspectos que o nativo entende que sejam relevantes nas suas interações e interpretá-los a partir dos conceitos da sociologia.

Partindo do pressuposto de que a academia de ginástica é um dos lugares privilegiados para construção, transformação e culto ao corpo e que uma das maneiras de estabelecer essa relação tripartite entre os indivíduos e seus corpos é a prática de exercícios físicos nas academias de ginástica, esta dissertação se divide em três partes. A primeira delas, subdividida em três capítulos, intitula-se **I. Da Construção e Transformação dos Corpos**, ao longo da qual apresentamos os pressupostos teóricos que norteiam nossa análise.

Primeiramente, duas abordagens de culto ao corpo: a primeira a ser apresentada é a sociológica, a partir dos escritos de vários autores da sociologia do corpo, no decorrer do

capítulo **1. O culto ao corpo e as ciências sociais: o corpo como empreendimento**. A segunda abordagem é aquela que toma o culto ao corpo como esporte e atividade física, mais alinhada à educação física, e se apresenta no capítulo **2. Culto ao corpo e fisiculturismo: a educação do físico**. Finalizando a primeira parte com o capítulo **3. Do *fitness* ao *wellness*: a academia de ginástica**, uma análise dos contrapontos e das conexões existentes entre as duas abordagens, colocando a importância do *fitness* e do *wellness*, dois conceitos fundamentais, e introduzindo a academia de ginástica.

A segunda parte, também subdividida em três capítulos, se intitula **II. Marcas do campo: os frequentadores não se consideram fisiculturistas** e nela apresentamos os dados empíricos coletados ao longo da pesquisa de campo. No capítulo **4. Critérios de seleção das academias e dos interlocutores**, primeiro dessa segunda parte, constam os critérios utilizados para o empreendimento da pesquisa empírica. No capítulo **5. Musculação: o *fitness* diluído**, apontamos como ocorre a prática da musculação nas academias pesquisadas e no capítulo **6. *Wellness*: a subsunção do *fitness* à “maromba-zen”** trazemos como a prática da ginástica aeróbica está, gradativamente, englobando força e bem-estar. Concluindo a segunda parte com o capítulo **7. As narrativas de *fitness* e *wellness***, observamos, a partir das falas de ex-frequentadores de academias, como as categorias de *fitness* e *wellness* estão contidas no seu cotidiano, ou de que maneira os sujeitos buscam fortalecer o corpo e ter bem-estar.

A terceira e última parte, **III. Os corpos reverberantes: humanos e pós-humanos**, contém a análise dos dados de campo. No capítulo **8. Três perspectivas, três tipos físicos, dois sentimentos** confrontamos os dados do campo com três categorizações corporais: o magro, o obeso e o musculoso. Em seguida, cruzamos essas três categorizações com o uso do espelho, da balança e da fita métrica, três artefatos presentes no cotidiano dos frequentadores das academias de ginástica. Por fim, o último capítulo **9. Ciborgues: o crepúsculo do corpo orgânico?**, em que problematizamos o processo de pós humanização, trazendo reflexões sobre as melhorias e as consequências do processo de ciborguização dos corpos na contemporaneidade. Concluindo a proposta da pesquisa e a dissertação, apresentamos as **Considerações Finais**, em que discorremos sobre o percurso da pesquisa, as conquistas e os desafios deste empreendimento, apontando, ainda, algumas inquietações que, embora mereçam ser mencionadas, infelizmente, não puderam fazer parte desta pesquisa.

I. DA CONSTRUÇÃO E TRANSFORMAÇÃO DOS CORPOS

1. O culto ao corpo e as ciências sociais: o corpo como um empreendimento

O corpo como epicentro da vida cotidiana é um fenômeno próprio do momento histórico atual, marcado por um período de transição que, a cada dia, parece colocar por terra os princípios generalizantes do projeto burguês de modernidade. Este produziu, no que concerne ao corpo, o que Norbert Elias (1994) denominou processo civilizador, uma busca pelo autocontrole racional do corpo por intermédio de regras e interdições. Assim, a preocupação com a disciplina corporal adquiriu prioridade nos discursos ocidentais e, gradativamente, alcançou um valor incomensurável, tanto do ponto de vista social quanto do individual.

De acordo com Elias (1994) o início da era moderna foi marcado exatamente pelo desenvolvimento de uma série de regras para criar uma consciência de asseio corporal que, praticamente, não existiu durante a Idade Média em virtude do corpo interditado. Elias aponta o desenvolvimento de uma espécie de pedagogia dos hábitos corporais, tomando como fundamento para o processo de civilização que se iniciava a necessidade da admoestação dos seres humanos para as precauções com o asseio corporal. De acordo com o autor, como a igreja ainda exercia forte domínio sobre os seres humanos àquela época, recorreu-se, em um primeiro momento, à onipresença dos seres espirituais considerados superiores aos homens e mulheres diretamente atrelada ao fantástico do imaginário para estabelecer a normativa social de distinção pelo asseio corporal:

A pessoa bem educada sempre deve evitar expor, sem necessidade, as partes as quais a natureza atribuiu pudor. Se a necessidade a compele, isto deve ser feito com decência e reserva, mesmo que ninguém mais esteja presente. Isto porque *os anjos estão sempre presentes e nada mais lhes agrada em um menino do que pudor, o companheiro e guardião da decência*. Se produz vergonha mostrá-las aos olhos dos demais, ainda menos devem ser elas expostas pelo toque (ERASMO *apud* ELIAS, 1994, p. 136, grifo nosso).

Este excerto do Tratado de Erasmo de Roterdã analisado por Elias é comentado por ele logo depois, demonstrando essa ação pedagógica moderna como o ponto de estabelecimento, em um único lance, das noções de decência e vergonha — e, evidentemente, dos seus antônimos —, como pontos de tipificação social. No decorrer dos séculos XVIII e XIX, esses conceitos embasaram o que passou a ser considerado como as “boas e más maneiras”. Estas

são, de acordo com Elias, os principais fundamentos do que se convencionou chamar *civilização*.

O Tratado de Erasmo assinala também, no tocante a essas áreas, um ponto na curva de civilização que representa, por um lado, uma notável elevação do patamar de vergonha, em comparação com a época precedente, e, por outro, se confrontado com tempos mais recentes, uma liberdade na referência a funções naturais, uma "falta de vergonha", que para a maioria das pessoas que adotam o padrão atual pode, a princípio, parecer incompreensível e não raro "embaraçosa". Mas, ao mesmo tempo, é muito claro que esse tratado tem precisamente a função de cultivar sentimentos de vergonha. A referência à onipresença de anjos, usada para justificar o controle de impulsos aos quais a criança está acostumada, é bem característica. A maneira como a ansiedade é despertada nos jovens, a fim de forçá-los a reprimir o prazer, de acordo com o padrão de conduta social, muda com a passagem dos séculos. Aqui a ansiedade despertada em conexão com a renúncia à satisfação instintiva é explicada a si mesmo e aos demais em termos de espíritos extremos. Algum tempo depois, a restrição auto-imposta, juntamente com o medo, a vergonha e a recusa a cometer qualquer infração, freqüentemente aparece, pelo menos na classe alta, na sociedade aristocrática de corte, como vergonha e medo a outras pessoas. Em círculos mais amplos, reconhecidamente, a referência a anjos da guarda é usada durante muito tempo como instrumento para condicionar crianças. Diminui um pouco quando "razões higiênicas" e de saúde recebem mais ênfase e se pretende obter um certo grau de controle dos impulsos e das emoções. Essas razões higiênicas passam, então, a desempenhar um papel importante nas idéias dos adultos sobre o que é civilizado, em geral sem que se perceba que relação elas têm com o condicionamento das crianças que está sendo praticado. Apenas a partir dessa percepção, contudo, é que o que há nelas de racional pode ser distinguido do que é apenas aparentemente racional, isto é, fundamentado principalmente na repugnância e nos sentimentos de vergonha dos adultos (ELIAS, 1994, p. 140).

A civilização burguesa produziu, nesse sentido, um legado de classificações corporais que deixou marcas profundas nos corpos dos sujeitos, a partir da constante busca pela sua sistematização e adequação a princípios generalizantes quanto a fenótipo, gênero, raça, os

quais deveriam, nessa perspectiva, adestrar os corpos dos indivíduos ao que a sociedade espera no sentido de produtividade. Os corpos que não pudessem se adequar a imagem do burguês civilizado, dono das ferramentas de trabalho, entre as quais os corpos dos seus subordinados, eram marginalizados.

Durante o Renascimento até a transição para as Luzes, o corpo precisou ser educado para o trabalho porque a classe burguesa que se lançava ao domínio de outras terras e outros homens admitia uma noção de homem empreendedor de si e dono do seu destino, civilizado, culto, dominante sobre natureza e não parte dela, independente em relação a religião ou menos dependente do que foi durante o período medieval. No decorrer do século XVIII, mais do que um corpo educado para o trabalho, o corpo se tornou parte do trabalho nas indústrias, uma vez que passou a ser parte das máquinas confinadas nos recônditos fabris ou das mesas dos escritórios a partir da Revolução Industrial. Desde então, o corpo passou a ser contabilizado como um bem, a um só tempo, de produção (do ponto de vista do trabalhador), e de consumo (do ponto de vista do capitalista): um todo funcional, um organismo cuja força e capacidade são medidas pela sua produtividade.

Essa busca iniciada durante o processo do Renascimento, esteve diretamente relacionada com os dois fatores fundamentais observados por Matthews-Grieco (2010) que sucederam a devastação causada pela peste na Europa do século XIV: “a reabilitação do corpo humano e a promoção do casamento que caracterizaram o século XV, correspondem ao começo de um longo período de preocupações demográficas, assim como a manifestação de atenções radicalmente novas em relação ao corpo e sua sexualidade” (MATTHEWS-GRIECO, 2010, p. 218). Entre os séculos XV e XVII, surgem novos saberes, novos olhares e novas perspectivas em relação ao corpo. Conforme demonstra Courtine (2009), a Antigüidade e a Idade Média gestaram a percepção de um corpo dotado de características exteriores e interiores, as quais passaram por inúmeros domínios dos seres humanos, das artes às ciências, dos ditos populares a religião, donde surge a prática da fisionomia¹ para interpretar essas linguagens corporais e dimensionar sua relação com a cultura e a sociedade.

É, também, no mesmo período que o sexo e a sexualidade retornam ao discurso, como demonstra Foucault no primeiro tomo da **História da sexualidade: a vontade de saber** (1999): uma vez assujeitadas durante a Idade Média, essas palavras retornaram ao vocabulário dos indivíduos, embora fortemente atreladas ao maniqueísmo cristão do “lícito” e “ilícito”, veladas e, sobretudo, interdidas pelas normatizações sociais. Conforme observa Foucault, “o

¹ Retomaremos a discussão sobre a fisionomia na p. 45.

que é próprio das sociedades modernas não é o terem condenado o sexo a permanecer na obscuridade, mas sim o terem-se devotado a falar dele sempre, valorizando-o como *o segredo*”. (FOUCAULT, 1999, p. 36, grifo do autor).

Buscava-se sempre uma margem considerável de padronização, porém, não de forma excessivamente punitiva, como ocorria no Ancien Régime, mas com vistas a “reparar e recuperar — na medida do possível — as divergências, fazendo-as voltar à norma” (MATTHEWS-GRIECO, 2010, p. 221). Assim, soma-se a noção de corpo total, além dos aspectos físicos e subjetivos, também a normatização social desses corpos com relação aos seus cuidados, como higiene, beleza, regimes alimentares etc. e as questões que concernem à sua sexualidade.

Evidentemente, essas características variavam de acordo com as classes sociais ocupadas pelos sujeitos. Algumas práticas eram “toleradas” pela coletividade, como a masturbação; outras eram “toleradas” condicionalmente, como na Itália dos séculos XV e XVI em que permitia-se relações sexuais entre homens durante a juventude, mas eram severamente reprimidas se se prolongassem para a idade adulta (MATTHEWS-GRIECO, 2010, p. 220).

Desse modo, observa-se um controle da sociabilidade de acordo com o nível de tolerância a determinadas práticas corporais e sexuais, uma vez que corpo e sexo eram entendidos separadamente e os grupos considerados desviantes eram aqueles que transgrediam esse dualismo. Isto porque o sentimento de comunidade foi muito fortemente arraigado durante a Idade Média, criando-se uma moralidade coletiva que, uma vez fraturada, deveria ser reavida também coletivamente por intermédio de um julgamento que culminaria na vexação, mortificação ou execução públicas. Nesses momentos, a exposição do corpo não era motivo de apreciação ou santificação, como na Antigüidade greco-romana, mas razão de opróbrio e vergonha coletivos.

A Reforma Protestante elevou uma importante percepção em relação ao corpo que foi o corpo produtivo. Em termos práticos, a doutrina protestante pouco diferia da cristã em relação a questão sexual, exceto no que concernia ao direcionamento do apetite carnal para o trabalho produtivo, se valendo, para isso, de uma outra forma de prazer muito cobiçada pelos seres humanos: a elevação do aspecto material, tendo como mote para isso a predestinação a salvação. Essa percepção se relaciona com a ascensão da classe burguesa, de forma que o ascetismo religioso de que fala Max Weber na **Ética protestante e o espírito do capitalismo** (2002), se baseia na doutrina do corpo para o trabalho, porque somente pelo trabalho e pelo acúmulo há possibilidade de salvação e quanto mais se acumula mais a possibilidade se

converte em certeza. As penitências, o cuidado com a alimentação, o controle do apetite carnal e a ética do trabalho, nessa perspectiva, tornam o corpo forte contra as tentações mundanas ao mesmo tempo que melhor preparado para a produção e acúmulo de bens, tornando o corpo, gradativamente, uma ferramenta do indivíduo.

O século XIX, porém, ressignificou a percepção ocidental em relação ao corpo e ele chega ao epicentro da cultura completamente transformado: educado, limpo, empregado, belo e, principalmente, útil. A medicina, ao se proclamar a detentora dos saberes do corpo e desenvolver as práticas de higiene e asseio corporal, atrelando-as ao conceito de saúde e beleza (cf. Castro, 2007), apresenta um gabarito de corpo que deve ser seguido. De acordo com Vigarello (2009): “tudo muda, porém, com o século XIX: lento domínio dos fluxos, novas imagens do corpo, visão mais construída e mais sensível do conjunto do tegumento. O advento da limpeza contemporânea supõe a conversão de várias representações. Ela supõe também aprendizagem, difusão, instrumentação” (VIGARELLO, 2009, p. 375).

O século XIX foi também, nesse sentido, aquele em que o higienismo e o eugenismo despontaram como os grandes estandartes da evolução biológica humana, principalmente a partir de leituras deturpadas da teoria da seleção natural de Charles Darwin que originaram a noção de “darwinismo social” (STIKER, 2009), as quais buscavam literalmente eliminar, no plano genético, o que se considerava primitivo e irracional no comportamento humano: as deficiências físicas, a loucura e as demências.

Buscava-se a purificação social das imperfeições corporais que causavam as anomalias e a degenerescência da espécie humana, de forma que cegos, aleijados, pessoas com retardamento mental, loucos, paraplégicos, eram considerados como uma massa desgraçada que manchava a civilização burguesa e, portanto, eram excluídos e dependiam da misericórdia de uma igreja que, embora decadente, acolhia esses indivíduos, quase sempre sem os mínimos recursos de manutenção institucional, ou da filantropia de *gentlemen* interessados em investir em pesquisas sociais. Essas deformidades, como eram consideradas, quase que unanimemente advindas do desenvolvimento da medicina, da biologia e das ciências da psique (psicologia, psiquiatria e psicanálise), culminaram nos dois grandes eixos das análises científicas daquele século, de acordo com Stiker (2009): a enfermidade e a anormalidade, que se confundiam e alinhavam os corpos enfermos aos corpos monstruosos:

Tanto no nível dos indivíduos atingidos como no das representações, a enfermidade mantém relações estreitas com fraquezas de outra ordem que as do *soma*, até se confunde com ela: a loucura, por um lado; a debilidade

mental, por outro. Essas perturbações se traduzem no corpo ou, inversamente, uma aparência corporal é interpretada como um desvio mental e psíquico. A própria noção de corpo é vaga. O corpo enfermo não é apenas o corpo estropiado, é também o corpo que leva os estigmas de todas as espécies de ataques e de sofrimento. Enfim, o corpo disforme ou enfraquecido achou-se aproximado do corpo monstruoso ao ponto de ser identificado com ele (STIKER, 2009, p. 348).

Sobre os corpos enfermos incidiram as primeiras manifestações científicas quanto aos perigos do descuido com o corpo e sob a idéia de degenerescência os ideais de pureza de raça e limpeza corporal encontraram o lastro de que precisavam para existir e se tornaram um ideal impresso muito profundamente no imaginário social desde então. Não somente as anomalias genéticas, mas também os acidentes de trabalho causados pelas precárias condições a que eram submetidos os empregados nas indústrias em ascensão, se tornaram preocupações que ocupam desde então um espaço relativamente importante na agenda das políticas públicas.

Por um lado, o corpo enfermo é inimigo do indivíduo porque a sociedade tende a excluí-lo em virtude das suas deficiências; por outro, é também inimigo da cultura capitalista porque um corpo doente não pode apresentar a produtividade que dele se espera, sendo, igualmente, marginalizado. Uma vez que, tanto do ponto de vista individual quanto do cultural, o corpo enfermo é evitado, ele se torna um problema para o Estado, o qual também tende a evitar-lhe porque cuidar devidamente de enfermidades corporais onera seus cofres. No fim, os corpos enfermos eram condenados a mendicância, vistos como parasitas, como um peso morto à sociedade, estigmatizados pelo excesso de aparência ou pela falta dela (cf. STIKER, 2009).

Assim, se criou um mito de horror e repugnância em relação aos corpos enfermos ou deficientes que contribuiu para o estabelecimento de padrões corporais que visavam sistematizar o comportamento humano, nascendo, assim, uma “idéia de reabilitação e de reintegração dos enfermos, considerados através do prisma de uma corporeidade ferida pela sociedade, de uma corporeidade reparável e da qual somos coletivamente devedores” (STIKER, 2009, p. 370). O medo da degenerescência implantado na sociedade pela ciência fez com que, ironicamente, a própria ciência tivesse de desenvolver mecanismos de reintegração social para recuperar não a aparência ou a saúde do corpo, mas dar-lhe uma possibilidade de uso diante da sociedade, o que suspendia temporariamente o estigma.

Corpos perfeitos (saudáveis) *versus* corpos imperfeitos (doentes) foi o grande dualismo trazido pelo século XIX e a ciência, ao passo que estudava, sistematizava e classificava esses corpos, desenvolvia métodos de cura e/ou reabilitação. Tratava-se, entretanto, não da cura ou da reabilitação corporais de fato, mas do desenvolvimento de saberes que pudessem responder de forma eficiente às necessidades do corpo enfermo, ao passo que permitissem o desenvolvimento e manutenção do corpo saudável: respectivamente a terapêutica, não a terapêutica popular ou religiosa, mas científica no sentido mais positivista do termo; e a educação física.

Todos esses processos, desde o início do Renascimento, contribuíram para colocar o corpo evidência. O deslocamento do centro do universo para o homem e a separação entre religião e ciência, são alguns dos fatores que influenciaram as percepções em relação a um corpo que a arte buscava ressuscitar do classicismo, mas que inevitavelmente passou por um olhar cultural fortemente marcado por dualidades, juntamente a percepção do corpo sempre interdito e a sexualidade regrada e abstinente para a reprodução. Gradativamente, os olhares se modificam e o corpo começa a ser definido pela sua forma, sua simetria, sua estética; os costumes se modificam e se sobressaem as distinções entre corpos limpos e sujos, saudáveis e doentes, fortes e fracos, dominantes e dominados etc.

No final do século XVIII havia psicólogos, médicos e filósofos que defendiam que as diferenças físicas de pele ou de órgãos corporais qualificavam alguns indivíduos e outros não. O anatomista Jacques-Louis Moreau ofereceu como seu o comentário de Rousseau de que a localização dos órgãos genitais, “para dentro” nas mulheres e “para fora” nos homens, determinava o alcance de sua influência [...]. Os homens eram indivíduos capazes de transcender o sexo; as mulheres não poderiam deixar de ser mulheres e, assim, nunca poderiam alcançar o status de indivíduo (SCOTT, 2005, p. 17).

A psicologia, a medicina e a filosofia, juntamente com a biologia, abriram espaço para as descobertas que levariam ao surgimento das ciências sociais no século XIX, as quais nasceram fundamentalmente marcadas pelo método de separação, comparação e classificação que aquelas ciências compartilhavam. O olhar em relação ao corpo era composto de marcações fenotípicas que evidenciavam a nascente categoria de indivíduo ocidental como a de estágio mais avançado.

Os antropólogos, por suas vezes, embora durante muito tempo tenham buscado no método comparativo os mecanismos que lhes permitiam observar as características que diferiam da igualdade iluminista pela ótica de estágios de civilização, apresentaram uma contribuição extremamente significativa que, na esteira do tempo, atrelou diferença, contextualização e análise sociológica em um único método: a etnologia. Com o advento dessa ciência, o corpo passou a ser observado não apenas a partir dos aspectos fenotípicos, mas alinhado a outras características que lhe conferiam diferentes significados em diferentes contextos sociais a partir dos rituais, do parentesco, da educação etc.

Essa ressignificação demonstra que o corpo, a partir do século XIX, começa a ser observado como algo inacabado, podendo ser projetado e melhorado, percepção esta que gestava uma possibilidade ainda mais importante: a de que o corpo pode ser transformado. Como apontam Vigarello & Holt (2009): “pela primeira vez, desempenhos corporais figuraram em tabelas escalonadas. Pela primeira vez um programa podia nascer desses resultados, fixando ‘cifras’ a atingir ou ultrapassar” (VIGARELLO & HOLT, 2009, p. 393). Nascia, assim, a noção tradicional de corpo, classificado de acordo com parâmetros de rendimento, idade e sexo (MAUSS, 1974).

Foi nesse sentido que Marcel Mauss empreendeu nas **Técnicas corporais** (1934) uma etnografia da cultura corporal ocidental na qual aparece uma noção de corpo, a um só tempo, físico e subjetivo: como construção social, a partir da educação corporal de adestramento, mas também individual e subjetivo desde o momento em que o indivíduo tem o domínio de seu corpo por intermédio das práticas socioculturais. O corpo, nesse sentido, não se resumiria apenas a sua forma ou a sua funcionalidade, mas se definiria pelas diferentes formas e funcionalidades que o indivíduo pode lhe atribuir em meio a determinado contexto sociocultural, uma vez que “cada sociedade tem hábitos que lhe são próprios” (MAUSS, 1974, p. 213).

Pela perspectiva de Mauss, três elementos se conjugam na elaboração, aprendizado e reprodução das técnicas corporais: 1) elementos físicos, ou aqueles diretamente relacionados às maneiras corporais propriamente ditas como andar, correr, gesticular etc; 2) elementos psíquicos, ou as características que constituem o imaginário individual a respeito dos usos das técnicas corporais; e 3) os elementos sociológicos, aqueles introduzidos ao indivíduo através da interação social e do contato com diferentes técnicas corporais. No entanto, mesmo essa apreensão etnológica extremamente mais abrangente em relação às noções das ciências dominantes do século XVIII e XIX, ainda trazia uma forte conotação de corpo ferramenta, o que é evidenciado pela definição do próprio Mauss para o conceito de técnicas corporais, as

quais seriam “as maneiras como os homens, sociedade por sociedade e de maneira tradicional, sabem servir-se de seus corpos” (MAUSS, 1974, p. 211).

O processo de ruptura entre essa concepção tradicional de corpo, que valorizava a destreza, a eficiência e o rendimento, e as novas perspectivas que dela desviavam, teve uma gestação lenta. Em termos históricos, a apreensão do corpo enquanto uma ferramenta elementar e imediata ao ser humano apenas muito recentemente começou a ser problematizada, principalmente com os movimentos sociais, sobretudo os iniciados na década de 1960, que buscam, desde então, a valorização dos corpos e das subjetividades dos indivíduos a despeito da sua domesticação (LE BRETON, 2012a, p. 09). A partir de então, a preocupação social com o corpo, que desde a Idade Média até meados do século XIX esteve sob a tutela da igreja e vinha, gradativamente, migrando para a ciência a partir do século XVIII, se torna fundamento para diversas áreas do conhecimento, dentre as quais a sociologia do corpo.

Isto porque foi na década de 1960 que os novos movimentos sociais e os pensadores considerados pós-coloniais, ambos seguindo a tendência do pós-estruturalismo, se situaram no limiar entre os grandes edifícios teóricos, a fixidez da estrutura social como dado e os limites dessas teorias quanto ao indivíduo e a subjetividade, categorias estas, até então, completamente diluídas nas relações de trabalho e na economia.

No final do anos 1960, a crise da legitimidade das modalidades físicas da relação do homem com os outros e com o mundo amplia-se consideravelmente com o feminismo, a “revolução sexual”, a expressão corporal, o *body-art*, a crítica do esporte, a emergência de novas terapias, proclamando bem alto a ambição de se associar somente ao corpo, etc. Um novo imaginário do corpo, luxuriante, invade a sociedade, nenhuma região da prática social sai ilesa das reivindicações que se desenvolvem na crítica da condição corporal dos atores (LE BRETON, 2012a, p. 09).

O corpo passou, então, a ser a principal identidade dos indivíduos, aquela que melhor caracterizava o processo de individualização que vinha ocorrendo na esteira de uma crise de significações para as quais, conforme argumenta Le Breton (2012a), os grandes edifícios teóricos não apresentaram respostas satisfatórias. Assim, gradativamente, surge a noção do corpo autônomo que, divergindo da concepção de corpo ferramenta, busca se sobressair diante das inúmeras individualidades, de maneira que “o ator procura, tateando suas marcas,

empenhar-se por produzir um sentimento de identidade mais favorável” (LE BRETON, 2012a, p. 11).

Segundo Sant’Anna (2007), foi a partir de meados do século XX que a relação entre corpo, saúde, beleza e bem-estar se tornou “a essência de muitos lazeres e um dos principais destinos para os frutos do trabalho” (SANT’ANNA *apud* CASTRO, 2007, p. 11). Esse processo iniciado a partir da década de 1960 culminaria no surgimento de uma geração voltada para a cultura do esporte e do corpo saudável como modo de vida e que, no decorrer da década de 1980, originou nichos de agremiação entre indivíduos que cultuavam o corpo de diferentes maneiras, surgindo assim diversos estilos de vida como os *yuppies*, os surfistas e os *bodybuilders*. Não obstante, enquanto essa “geração saúde” buscava maneiras de significação pessoal através do culto ao corpo e da valorização do esporte, paralelamente, o mercado e a indústria também acompanharam aquela tendência de valorização corporal e encontraram seu nicho econômico na própria cultura *yuppie*, a qual foi a “camada social que se tornou emblema dos anos 1980” (COURTINE, 2005, p. 85).

Não se poderia, evidentemente, representar os Estados Unidos como se fossem um campo autodisciplinar, cuja população se esforçaria, a cada manhã, aos dolorosos prazeres da ginástica obrigatória. Ainda que tendam a se generalizar, essas práticas repartem-se desigualmente segundo os grupos sociais, as idades ou os sexos. Não são todos os que se entregam com constância, que exibem o mesmo ardor, colhem as mesmas alegrias ou os mesmos sofrimentos. Todavia, elas são particularmente identificadas com o estilo de vida da camada social que se tornou emblema dos anos 1980: os *yuppies*. Esses “jovens profissionais urbanos”, ávidos pela auto-realização através do sucesso material, praticantes mais assíduos da transpiração eletrônica, fizeram desse tipo de aparelhagem um signo essencial de pertencimento a seu grupo: as máquinas de remar, pedalar, simular a subida dos degraus da escada, passaram a ser um elemento de decoração doméstica, uma peça do mobiliário colocada a vista, enquanto, que, no passado, os halteres descansavam discretamente no fundo de um armário. São práticas destinadas a demonstrar uma integração às normas corporais em vigor, a fornecer um testemunho de comunhão com a cultura do corpo. O músculo é um modo de vida (COURTINE, 2005, p. 85).

Em determinado momento, a busca constante pelo corpo saudável trazida pelos *yuppies* e a apropriação econômica se cruzaram e originaram a cultura do *high-tech sweat* (cf. COURTINE, 2005), a qual trouxe uma profunda transformação no imaginário social, ressignificando os entendimentos individuais quanto à dor, ao sofrimento e à rotina ocasionadas por uma sociedade em contínuo processo de transformação e que tinha no trabalho a sua síntese. O ideal de que “é preciso sofrer se distraindo” (COURTINE, 2005), foi emblemático da transformação social do corpo entre as décadas de 1980 e 1990 e, desse processo de transformação, emergiu, no século XXI, o que Teixeira & Caminha (2009) denominam “supervitalidade” ou “uma nova tendência biopolítica que valoriza a maximização da vida humana a partir da estimulação dos sentidos e da intervenção biotecnológica sobre o corpo” (TEIXEIRA & CAMINHA, 2010, p. 204).

Apoiando sua análise na microfísica do poder foucaultiana e na apreensão da artemotor de Paul Virilio, os autores demonstram que, a partir da supervalorização dos corpos o ideal *yuppie* de “sofrer para se distrair” se transformou no de “sem dor, sem ganho”, sempre buscando-se a maximização do rendimento corporal. Para essa forma de culto ao corpo que avança já na segunda década do novo milênio, o lugar das dores corporais se deslocou do universo do trabalho para as academias de ginástica, de modo que o indivíduo opta pela qualidade e tranquilidade no trabalho e na vida pessoal, enquanto paga o preço em dor e suor nas longas sessões de exercícios físicos a que se submete diariamente.

Nas palavras de Foucault, poderíamos dizer que a academia de ginástica é mais um diagrama de poder que age através do olhar, da vigilância, da correção dos movimentos, tendo por finalidade a introspecção de técnicas e condutas. Contudo, há nelas uma arquitetura, uma disposição de artefatos pensados para favorecer a maximização dos corpos que caminham nas esteiras, que pedalam nas bicicletas ergométricas, que elevam e aceleram pesos e alavancas. (TEIXEIRA & CAMINHA, 2010, p. 211).

Essa cultura corporal do novo milênio, que não pressupõe mais a existência de um simples corpo, mas de um supercorpo, transformou, de acordo com os autores, a teoria foucaultiana da dominação aplicada sobre os indivíduos para produzir corpos dóceis e disciplinados em uma tendência a subsunção do corpo orgânico que, pela perspectiva da supervitalidade (TEIXEIRA & CAMINHA, 2010), não serve mais as supernecessidades de

um indivíduo que está cada vez mais se tornando um prisioneiro do seu corpo, enquanto procura se libertar das pressões urbanas do cotidiano.

Na contemporaneidade, por essa perspectiva, cada indivíduo teria a possibilidade de desenvolver suas próprias técnicas corporais e conferir a elas os significados que melhor lhes aprouver, independentemente do crivo social. Embora as marcações estruturais fenotípicas sejam, ainda, acionadas para a construção de definições sociais, como gênero e raça, os indivíduos (re)descobriram a possibilidade da transformação corporal e parecem ter aí (re)encontrado um precioso dado, reafirmando a teoria foucaultiana: o de que o corpo é um importante território de resistência às relações de poder que procuram controlá-lo, diminuí-lo ou subsumí-lo.

De fato, essa descoberta se deu a partir da década de 1960 e o que se observa desde a década de 1980 é a contínua valorização desse dado, conforme demonstra a antropologia do ciborgue, ciência que busca empreender uma etnografia da fusão do corpo orgânico com próteses, fármacos, suplementos, exercícios físicos etc.

Donna Haraway, em 1985, na publicação do ensaio **Manifesto ciborgue** (2009), problematiza o paradigma moderno natureza/cultura, demonstrando uma tendência à hibridização entre humano e máquina por meio da biotecnologia. Assim, a metáfora do ciborgue, um ser parte humano/parte máquina, migraria, de acordo com Haraway, da ficção científica para a realidade cotidiana dos seres humanos, uma vez que “o ciborgue é uma matéria de ficção e também de uma experiência vivida. [...] Trata-se de uma luta de vida e morte, mas a fronteira entre a ficção científica e a realidade social é uma ilusão ótica” (HARAWAY, 2009, p. 36).

Um ciborgue é um organismo cibernético, um híbrido de máquina e organismo, uma criatura de realidade social e também uma criatura de ficção. [...] O ciborgue é uma matéria de ficção e também de experiência vivida — uma experiência que muda aquilo que conta como experiência feminina no final do século XX. Trata-se de uma luta de vida e morte, mas a fronteira entre a ficção científica e a realidade social é uma ilusão ótica (HARAWAY, 2009, p. 36).

De acordo com Tomaz Tadeu (2009), a problemática esboçada por Haraway se desenvolve em uma outra problemática que redefine o conceito de sujeito cartesiano, passando de um sujeito que deduz sua existência para outro que a transforma, não somente a

partir do intelecto, mas, sobretudo, a partir da sua corporeidade. Assim, “aquilo que caracteriza a máquina nos faz questionar aquilo que caracteriza o humano: a matéria de que somos feitos. A *imagem* do ciborgue nos *estimula* a repensar a subjetividade humana; sua *realidade* nos *obriga* a deslocá-la” (TADEU, 2009, p. 13, grifos dos autores).

A antropologia do ciborgue aponta que, na contemporaneidade, mais do que possuir um corpo, é necessário aprimorá-lo ou mantê-lo eternamente jovem, uma vez que sua obsolescência é evidenciada a cada dia pela ação do tempo que, inevitavelmente, incide sobre os corpos dos seres humanos (SIBILA, 2012, p. 146). A corrente ideológica denominada trans-humanismo entre os estudiosos da construção social do corpo como David Le Breton, Silvana Villodre Goellner, Guacira Lopes Louro e Tomás Tadeu, nesse sentido, despreza quase que completamente o corpo orgânico, dadas as suas limitações, e postula seu “aperfeiçoamento” por intermédio da tecnologia de ponta.

De acordo com Le Breton (2012b), um corpo trans-humano seria aquele em que “o reino biológico seria, portanto, nulo e em via de liquefação pelas máquinas que doravante o invadem ou o programam ao controlarem totalmente seu entorno” (LE BRETON, 2012b, p. 30).

Oriundo de uma concreção dos termos “transição” e “humanismo”, o trans-humanismo reivindica uma pesquisa ilimitada (e uma aplicação imediata ao ser humano) sobre as terapias e as modificações genéticas, a clonagem, a transgênese, as nanotecnologias, a junção do cérebro a informática etc. Esta corrente ideológica leva aos seus limites uma utopia da Pós-modernidade que assume o lugar das antigas grandes narrativas para prometer amanhã adoráveis, e até mesmo a imortalidade. As tecnologias da informação e da comunicação são erigidas em aceleradoras da evolução e em libertadoras de todos os antigos fardos ligados a humanidade. [...] A salvação não vem mais de Deus ou do comunismo, mas da técnica, ao menos para aqueles que terão os meios para usufruir daquelas tecnologias colocadas à sua disposição (LE BRETON, 2012b, p. 28-29).

Assim, de uma concepção de corpo enquanto ferramenta, a qual dependia fundamentalmente do corpo orgânico e funcional, passando para uma concepção de corpo socialmente construído trazida pelas transformações sociais acarretadas a partir da década de 1960 que puseram em evidência o corpo, criando uma cultura do movimento e transformando o corpo em objeto de culto (CASTRO, 2007), o que observamos na contemporaneidade é a

concepção de um corpo como sinônimo de identidade, de vitalidade, de estilo de vida, em outras palavras um corpo empreendedor que seja, pela sua imagem, um sinônimo de superação: supercorpos dos quais é possível obter superidentidades, supervitalidade, superatividades (TEXEIRA & CAMINHA, 2009).

Desde um ponto de vista sociológico, qualquer noção de corpo é, antes de tudo, uma abstração socialmente construída e culturalmente validada. De acordo com Le Betron (2012a), o corpo não pertence ao indivíduo imediatamente, uma vez que “existe na totalidade dos elementos que o compõem graças ao efeito conjugado da educação recebida e das identificações que levaram o ator a assimilar os comportamentos do seu círculo social” (LE BRETON, 2012a, p.09). Isso significa que, para poder ser entendido como uma construção fundamentalmente social, o corpo deve estar inscrito em um “processo de identificação” (HALL, 2000), de modo que cada indivíduo precisa passar por processos de socialização, dentre os quais especialmente a educação, que lhe permitam estabelecer formas de conexão entre o *self* e o seu corpo. Dentro da discussão da sociologia do corpo, isso corresponderia ao que Castro (2007) apresenta como “projeto reflexivo do *self*”, ou o processo de reconhecimento do indivíduo com seu corpo a partir da centralidade da imagem.

Jean Baudrillard (1995), a partir da sua análise da sociedade de consumo, observou uma peculiaridade muito interessante na sociedade pós-moderna. Segundo sua apreensão, os indivíduos não consomem os objetos pelas suas finalidades, mas sim pelo que eles representam em termos simbólicos para a sociedade que o consome. Toaldo (1997) define de uma maneira muito clara o olhar de Baudrillard, apontando que, segundo ele, “não se consome o objeto em si, pela sua utilidade, e sim pelo que ele representa, pela sua capacidade de diferenciar, de remeter o consumidor a uma determinada posição, a um determinado status” (TOALDO, 1997, p. 90). Assim, de acordo com o próprio Baudrillard:

Transformou-se a relação do consumidor ao objeto: já não se refere a tal objeto na sua utilidade específica, mas ao conjunto de objetos na sua significação total [...]. O anúncio publicitário, a firma produtora e a marca, que desempenha aqui papel essencial, impõem a visão coerente, coletiva, de uma espécie de totalidade quase indissociável, de cadeia que deixa aparecer como série organizada de objetos simples e se manifesta como encadeamento de significantes, na medida em que se significam um ao outro como superobjeto mais complexo e arrastando o consumidor para uma série de motivações mais complexas. Descobre-se que os objetos jamais se

oferecem ao consumo em desordem absoluta. (BAUDRILLARD *apud* SANTOS, 2006, p. 169-170).

Se o consumo transforma os objetos em símbolos, é possível observar que Baudrillard possibilitou, através da sua problemática, que a sociologia pudesse observar o culto ao corpo como dado a partir da noção de corpos mitificados, os quais se caracterizam como “corpos espetaculares, potencializados, hígidos, eficientes, performantes e ciborguizados pela técnica! Corpos amalgamados às máquinas, chips, fármacos, próteses, antidepressivos, estimulantes, estratégias genéticas que objetivam prolongar a vida e potencializar a existência” (GOELLNER, 2012, p. 187-188).

Isto significa que os processos iniciados a partir da década de 1960 que evidenciaram e mitificaram o corpo, tornando-o objeto de culto, também acarretaram uma ótica através da qual cultuar o corpo, em uma sociedade de consumo, é um pressuposto. Disso decorre que o culto ao corpo, nomeadamente o culto ao corpo mitificado, é, por um lado, uma imposição social, uma vez que cria-se um mercado e uma rede de significados em torno dele, e, por outro lado, é, também, algo inconsciente porque é incorporado ao imaginário social através da perpetuação e desenvolvimento de práticas de consumo que sempre evidenciam a necessidade de se ter um corpo com determinada forma, estética, potência etc. Esse movimento de significação é observado por Courtine (2005) ao empreender o seu estudo sobre a cultura do esporte nos Estados Unidos, de maneira geral, e, mais especificamente, a dimensão que o culto ao corpo, na forma de culto ao músculo, adquiriu nos séculos XIX e XX naquele país.

A análise de Courtine (2005) enfatiza o aspecto da relação do culto ao corpo com o puritanismo, especialmente no que concerne a prática do esporte como uma forma de culto que se aproxima da ascese religiosa, em que surge “a potência corporal viril como um signo essencial de beleza e poder” (COURTINE, 2005, p. 91). Nessa apreensão, a lógica é a do corpo como símbolo de ascensão espiritual e social, aproximando a educação física da educação moral e transformando a prática esportiva em modos de ser e viver americanos. Segundo Courtine, por essa perspectiva, “cuidar do próprio corpo era assegurar a salvação da própria alma” (idem, p. 89) de forma que a ética do trabalho na prática esportiva seria mais um elemento a somar a ética protestante existente na constituição dos elementos formadores da sociedade americana, os quais seriam aqueles que fundamentam o reconhecimento entre o indivíduo e a prática esportiva.

Na América [do norte], a paixão pelo bem-estar material é geral: se nem todos a experimentam da mesma maneira, todos a sentem. Nela, o cuidado em satisfazer as mínimas necessidades do corpo e em prover as pequenas comodidades da vida preocupa universalmente os espíritos. O amor pelo bem-estar produziu suas servidões. Entre elas, o culto ao corpo, nos Estados Unidos, é uma de seus grandes exemplos (COURTINE, 2005, p. 103).

A peculiaridade do culto ao corpo que se desenvolveu nos Estados Unidos e que, pela perspectiva de Courtine, chega a tocar o aspecto religioso, reside no fato de que a ascese religiosa protestante, por um lado, e a ética do trabalho como meio de redenção, por outro, influenciaram de forma elementar o campo do esporte norte-americano, sendo que esse espírito e essa ética acompanharam e perpassam o reconhecimento entre os indivíduos e o culto ao corpo.

No Brasil, especificamente na cidade do Rio de Janeiro, a observação participante de Sabino (2000) demonstra algo completamente diferente ao apontar que o culto ao corpo nas academias de ginástica seria uma espécie de porta-voz do ideal da modernidade a partir de “um poder objetivante que, através de um exercício de escrutínio, desenvolve o aparato disciplinar, característico das sociedades modernas e assim constroem o indivíduo” (SABINO, 2000, p. 39). Nesse sentido, a peculiaridade brasileira do culto ao corpo passaria, inevitavelmente, pela relação de estímulo e resposta por ele observada entre os adeptos da “maromba” — ou musculação de hipertrofia —, ambos de ordem imagética, existente entre o que ele caracteriza como o “mestre”, ou o marombeiro experiente, e o “aprendiz”, ou o aspirante a marombeiro.

Incorporando um capital constituído por um conjunto de técnicas e atos eficazes que tornam-se esquemas radicados no cotidiano de seu esporte, em parte através da reciprocidade (Mauss, 1974), estabelecida com um fisiculturista, o “aprendiz” convivendo com seu “mestre”, é por ele introduzido no campo e aprende quais tipos de roupa deve usar, quais exercícios deve realizar — não raro desprezando as séries oficiais de exercícios que os professores indicam — e também que tipos de anabolizantes, suplementos alimentares e dietas deve tomar para “crescer”. Com o tempo, galgando a hierarquia em conformidade com o aumento de sua massa muscular, realiza, a *a par i passu*, a condensação de sua socialização: convites para festas surgem; as mulheres de maior prestígio da

academia apresentam-se ou lhe são apresentadas, outros praticantes começam a dirigir-lhe atenção e seu status aumenta gradativamente com o aperfeiçoamento de sua forma (SABINO, 2000, p. 118).

Essa relação de estímulo e resposta, pela ótica de Sabino, se desenvolve conjuntamente a forma e a estética corporais, de modo que quanto maior o estímulo em direção ao ganho de força física e forma estética, melhor a resposta em termos de incremento de interações. Essa abordagem se alinha ao pensamento de Castro (2007), quando a autora aponta o “culto ao corpo jovem e saudável” (CASTRO, 2007, p.11) como um fenômeno recente.

O reconhecimento individual quanto a necessidade de culto ao corpo se daria por uma relação tripartite: 1) por intermédio do trabalho, que confere utilidade ao indivíduo em uma sociedade caracterizada pelo consumo; 2) passando pelas finanças, as quais quanto maiores (prega-se) maior a felicidade; e, por ultimo, 3) culminando na construção do corpo que, uma vez inscrito nessas duas categorias, geraria ao indivíduo um sentimento de estabilidade, tornando a imagem um facilitador das interações e aumentando as possibilidades de trânsito social aos indivíduos.

Esse contexto, segundo Castro (2007), estaria intimamente relacionado ao que a autora chama de “constante processo de redefinição do *self*” (idem, p. 16), uma vez que se trata de um projeto de estilo de vida que faz com que o reconhecimento entre os mecanismos de construção da estética corporal, dentre os quais a academia de ginástica, e o indivíduo garanta a centralidade do corpo.

A aparência [...] passa a depender cada vez mais das formas e volume corporais e torna-se elemento central no projeto reflexivo do self. Daí, a crescente importância do fitness e do vestir para o desenvolvimento da auto-narrativa do self, ou da (re) definição constante da identidade na condição contemporânea. Como sugere Giddens (1997), tanto o planejamento da vida como a adoção de opções de estilo de vida se tornam integrados com regimes corporais, ou seja, diante da complexidade e fragmentação contemporâneas, o corpo torna-se elemento central na busca de sentidos e referências mais estáveis, talvez por constituir-se em único domínio ainda controlável pelos indivíduos (CASTRO, 2007, p. 16).

De acordo com os autores apresentados, podemos afirmar que, em termos sociológicos, o *bodybuilding*, o fisiculturismo e o culturismo², embora compartilhem algumas características, como o treinamento do corpo e a construção da imagem, e não sejam sinônimos, os termos convergem, do ponto de vista sociológico, para o culto ao corpo, e, principalmente, para a construção do corpo, dando ao indivíduo a possibilidade de criação do seu próprio corpo. Os estilos de vida desses três indivíduos — o *bodybuilder*, o fisiculturista e o culturista — conferem uma centralidade aos seus corpos em relação às demais atividades que desenvolvem e diante dos outros indivíduos. Seja em menor grau, como o *bodybuilder*, ou em maior grau, como os fisiculturistas e os culturistas, a continuidade do aprimoramento dos seus corpos, seja pelo treinamento, pelo uso de fármacos ou ambos, é uma constante em suas vidas que parece definir, de alguma maneira, suas identidades.

Possuir um corpo já não basta. É preciso explorar os seus limites, redefinir suas fronteiras, aumentar seu campo de atuação. Treinar o corpo, nessa perspectiva, é povoar os seus “desertos” e aprimorar e maximizar os seus “oásis”, conforme demonstra Couto (2012):

Os desertos corporais estariam associados à vida dura, ao trabalho, ao cansaço, às preocupações, às depressões e outras variações de humor, às imperfeições e limitações físicas e mentais, por menores que sejam, ao sedentarismo, a tudo aquilo que no cotidiano significa dores ou desconfortos diversos. Por sua vez, os oásis corporais são construtos culturais e tecnológicos, mundos de artifícios, que visam o relaxamento, a eliminação dos sofrimentos e dissabores, mesmo que infinitamente pequenos, para que o sujeito viva desestressado e integrado no mercado promocional do corpo performático, da felicidade e do bem-estar. (COUTO, 2012, p. 167).

Bodybuilding, fisiculturismo e culturismo, categorias estas que se relacionam intimamente com a dor física advinda do treinamento, são, então, ressignificadas. O ideal de treinamento trazido pelo final do século XX de *no pain, no gain* (sem dor, sem ganho) transforma a dor física em sinônimo dos resultados do treinamento, gerando uma consciência de que a verdadeira dor é aquela causada pelos “desertos corporais” de que fala Couto (2012) e não das extenuantes horas de levantamento de peso, corrida, pedaladas, braçadas ou das aulas aeróbicas. Essas dores musculares, como demonstraremos no Capítulo 4, são entendidas pelos frequentadores de academias como verdadeiros troféus, símbolos indelévels que

² Fazemos uma discussão mais aprofundada sobre essas três categorias no capítulo 2, item 2.3, uma vez que esses termos são mais afetos a área da educação física. Ver p. 58-60.

comprovam as constantes batalhas travadas entre o ser humano e seu peso, sua feiura, suas medidas a mais, sua flacidez na interminável guerra contra a obsolescência.

É preciso, então, apresentar uma abordagem do ponto de vista da educação física quanto aos termos e confrontá-la com a definição sociológica aqui apresentada no intuito de observarmos até que ponto é possível sustentar que a conexão, do ponto de vista sociológico, entre *bodybuilding*, fisiculturismo e culturismo é, de fato, o culto ao corpo e observarmos se ela encontra embasamento também diante da educação física, para a qual essas três categorias são inclusive modalidades esportivas.

2. Culto ao corpo e fisiculturismo: a educação do físico

2.1. A ginástica grega: corpo interior/corpo exterior

As origens do *bodybuilding*, do fisiculturismo e do culturismo são remotas e se alinham a prática da ginástica grega e a estatuária clássica (cf. GOELLNER & FRAGA, 2004; GOELLNER, 2012). Podemos dizer, tomando como base o texto **El deporte como problema sociológico** (ELIAS & DUNNING, 1992), que a ginástica grega consistia em um conjunto de práticas corporais que buscava o desenvolvimento da força e da agilidade, entre as quais a corrida, o arremesso de dardos e as lutas corporais, e visavam fortalecer e conferir agilidade ao corpo. Na Grécia Antiga, houve vários personagens que se sagraram nos jogos de competição da Antiguidade. Um deles em especial, chamado Milo de Crotona, caracterizou os primórdios do que, na contemporaneidade, se conhece como musculação. Nas palavras de Elias (1992):

O lutador mais famoso da Antiguidade Clássica foi talvez Milo de Crotona, o qual obteve um considerável número de vitórias em Olímpia e em outros festivais pan-helênicos. Foi um homem de uma força prodigiosa que com o tempo se mostrou proverbial. Também é mencionado como um dos melhores alunos de Pitágoras e como comandante do exército de sua cidade natal na sua batalha contra os sibaritas, a qual culminou no assassinato em massa destes últimos após sua derrota (ELIAS, 1992, p. 176, tradução nossa).

Considerado pelos fisiculturistas contemporâneos como o “primeiro fisiculturista” de que se tem conhecimento, seu método de treinamento se tornou o princípio básico de uma

prática da musculação contemporânea conhecida como evolução de carga³ ou aumento progressivo das cargas⁴. Esse método consiste no aumento progressivo da quantidade de peso levantado, puxado ou resistido pelo praticante de musculação com o objetivo de aumentar o tônus muscular e a força física, prática esta conhecida na contemporaneidade como hipertrofia. Milo de Crotona utilizou um método relativamente simples para aumentar sua força: carregava nas costas um bezerro e, conforme o animal crescia, automaticamente suas pernas aumentavam o estímulo muscular, favorecendo o incremento da força física e, paralelamente, o aumento da massa muscular⁵.

As disputas de atletismo realizadas na Grécia Antiga constituem, também, parte da história da musculação, principalmente no que concerne ao treinamento do corpo por uma perspectiva religiosa através dos chamados Jogos Pan-helênicos, realizados entre os séculos VIII a.C. e III d.C. Os mais importantes deles eram quatro: os Jogos Olímpicos⁶ realizados na cidade de Olímpia, em homenagem a Zeus; os Jogos Píticos realizados em Delfos, em homenagem a Apolo⁷; os Jogos Istmicos⁸ ocorridos em Corinto em honra ao deus Poseidon; e os Jogos Nemeus ou Nemeianos, também em homenagem a Zeus, na cidade de Nemeia. De acordo com a publicação *The Olympic Museum* (2007),

É difícil saber, exatamente, o que deu origem a estes Jogos. A mitologia mistura-se com a história, e os eventos que aconteceram nesse tempo são, muitas vezes, explicados como conseqüências de intervenção divina. Este foi o caso dos Jogos Pan-Helênicos, para os quais há numerosas histórias que tentam explicar a sua origem (THE OLYMPIC MUSEUM, 2007, p. 03).

Durante esses jogos era decretada uma trégua sagrada entre os povos gregos e eram enviados mensageiros a todas as cidades-Estado anunciando os jogos e convocando os atletas a participarem das competições, com o intuito de que competidores e expectadores pudessem

³ “Carga” é o termo usado pelos professores de educação física para se referirem a uma quantidade de peso em kg que deve ser levantada, puxada ou resistida (abaixada). Assim, “mais carga” significa aumentar o peso e “menos carga” significa diminuir o peso.

⁴ Informação extraída do site da Federação Paraibana de Fisiculturismo e Fitness (FEPAFF): <http://www.ifbbparaiba.com.br/pagina.php?m=4&sm=58>; acessado em 02 de julho de 2013, as 21h20min, e da publicação *The Olympic Museum* (2007, p. 08). A existência de Milo de Crotona é, também, corroborada por Norbert Elias no texto **El deporte como problema sociológico** (1992). Vide referências bibliográficas.

⁵ De acordo com a FEPAFF, Milo de Crotona também se preocupava com sua dieta alimentar, ingerindo diariamente nove quilos de carne, nove quilos de pão e dez litros de vinho (vide site nota 2).

⁶ Milo de Crotona venceu seis vezes os Jogos Olímpicos, sete vezes os Jogos Píticos, dez vezes os Jogos Istmicos e nove vezes os Jogos Nemeianos (cf. *THE OLYMPIC MUSEUM*, 2007, p. 08).

⁷ Chamam-se Píticos em homenagem a Apolo por ter matado a serpente Pítia.

⁸ Os Jogos Istmicos receberam esse nome porque eram comumente realizados no Istmo de Corinto, região de ligação entre a Grécia Continental e o Peloponeso.

se dirigir às sedes dos jogos em segurança. Ao se apresentarem para as competições, os atletas deveriam obedecer a três requisitos: serem gregos, homens e livres (THE OLYMPIC MUSEUM, 2007, p. 07). Obedecidos esses critérios, eram encaminhados ao Ginásio e à Palestra, onde, respectivamente, poderiam preparar seus corpos e receberem “uma educação completa, que incluía exercício para o corpo e para a mente. Educação física, música, aritmética, gramática e leitura faziam parte do programa” (idem, 2007, p. 06). Fosse no Ginásio ou na Palestra, os atletas deveriam se despir por completo e começar os preparativos corporais para as competições:

Para se preparar para o treino, o atleta cobria o corpo com azeite e depois com pó de areia fina. A combinação do azeite e da areia ajudava a regular a temperatura do corpo, bem como proporcionava proteção do sol e do bastão que o treinador utilizaria se ele não desempenhasse o exercício corretamente! Depois dos eventos, o atleta usava o seu *strigilis*, um instrumento curvo, para remover o suor, o azeite e a areia da pele. Depois, terminava a limpeza com uma esponja e água. Durante as competições, os atletas preparavam-se e limpavam-se da mesma forma (idem).

Nesses jogos de atletismo da Antiguidade, participaram outros personagens como os lutadores de pancrácio⁹ Theogene de Tasos e Diágoras de Rodes e o corredor Leônidas de Rodes, o qual venceu doze vezes a corrida do estádio, tendo vencido três corridas em um mesmo dia, façanha esta repetida em quatro Jogos Olímpicos consecutivos (idem, 2007, p. 09). Esses atletas buscavam seu máximo rendimento tendo em vista não os expectadores das platéias dos estádios, mas os olhares dos deuses, porque acreditavam que estes escolhiam os vencedores. Assim, todo o processo de preparação corporal era ritualizado, principalmente em virtude da necessidade de agradar ao deus homenageado nos jogos e, em reconhecimento — um reconhecimento divino —, ser coroado com a vitória, portanto, caracterizado como um escolhido das divindades.

Essa dimensão de preparação física corporal por intermédio do treinamento e da sacração deste às divindades homenageadas correspondem a parte da história da ginástica que

⁹ De acordo com Elias (1992, p. 169-170), o pancrácio foi a modalidade de luta desenvolvida pelos gregos na Antiguidade Clássica precursora do pugilismo e da luta livre e que consistia em uma competição de combate corporal utilizada tanto para a competição nos Jogos quanto para o treinamento para a guerra. Era permitida a utilização não apenas dos punhos, mas dos cotovelos, pernas e joelhos para aplicação de golpes e não havia distinção de peso ou habilidade, somente entre homens adultos e moços. Embora o próprio Elias utilize no texto o termo “pugilistas” para se referir a certos personagens e “pugilismo” para se referir a modalidade de luta, na verdade ele os utiliza por proximidade terminológica, mas de fato se refere ao pancrácio.

posteriormente, mais precisamente a partir do século XIX, se desenvolveria como fisiculturismo e que o liga a prática da musculação. Em outras palavras, esta seria a dimensão do culto ao corpo destro, hábil, preparado fisicamente para as disputas: necessariamente belo, forte e ágil para que pudesse se apresentar diante dos deuses e para que gozasse de respeitabilidade e representatividade na pólis (cf. ELIAS, 1992, p. 174-175).

Por outro lado, essa ritualística estava, também, associada à *Ars Médica* de Galeno, o qual, segundo Sennett (1994), foi o responsável por desenvolver uma teoria médica que relacionava quatro humores a quatro substâncias corporais. De acordo com Sennett (1994), Galeno relacionava, na sua medicina, determinadas partes do corpo a determinados estados psicológicos ou temperamentos, de forma que “na visão de Galeno, comportamentos agressivos ou lânguidos derivavam de temperamentos determinados pelo calor e os fluidos do corpo” (SENNETT, 1994, p. 143).

Galeno define a medicina como o "conhecimento do que é saudável, mórbido e neutro", dependendo da compreensão de como os calores e fluidos do corpo interagem nos órgãos principais — cérebro, coração, fígado e testículos. [...] O calor corporal ascendia gradualmente; os fluidos do corpo, porém, eram de quatro tipos ou "humores": sangue, muco, bile amarela e bile preta. A combinação de calor e fluido produzia quatro estados psicológicos diferentes, ou "temperamentos": sangüíneo, fleumático, colérico e melancólico. Muito mais próximo de Hipócrates que da moderna fisiologia, ele argumentava que o temperamento de uma pessoa dependia de seu corpo estar quente ou frio, seco ou cheio de sucos, ou do volume dos sucos que em um dado momento pingavam através do corpo frio. (SENNETT, 1994, p. 143).

A teoria dos quatro humores e das quatro substâncias corporais explica a preocupação com a limpeza dos atletas. Um corpo mal cuidado significava um corpo desequilibrado física e psicologicamente, um corpo, portanto, de baixa competitividade, incapaz de conciliar o calor do clima e das disputas com a serenidade necessária à concentração para o máximo rendimento nas provas atléticas nos Jogos. Assim, observamos na palavra temperamento uma das quatro virtudes platônicas, a temperança, do que decorre uma noção de equilíbrio entre

corpo interior e corpo exterior presente ainda na contemporaneidade, embora por meio de novas roupagens¹⁰.

2.2. *Kouros*: a alma estampada no corpo

Resta ainda observarmos a dimensão da escultura clássica, a qual reveste o corpo atlético de símbolos e o transforma em mito, fazendo emergir uma concepção de corpo a partir da estética, da simetria e da beleza por intermédio da imagem ou, mais precisamente, por intermédio da captura do movimento em uma imagem estática. A escultura clássica, nesse sentido, está intimamente relacionada a noção de *kouros* grega:

A palavra *kouros*, em grego, significa “moço, homem jovem”; *koré*, termo usado para as estátuas femininas, significa moça. Essas esculturas isoladas de homens e mulheres jovens eram usadas, principalmente, para representar deuses em santuários — não apenas Apolo, como se acreditava há alguns anos — como marcos fúnebres¹¹.



Fig. 01: Kleobis e Biton. Museu Arqueológico de Delfos.
Fonte: Wikipédia.



Fig. 02: Kouros Anavyssos. Museu Arqueológico Nacional de Atenas. Fonte: Wikipedia

¹⁰ No capítulo 3, discorreremos sobre essas novas roupagens a partir dos conceitos de *fitness* e *wellness*. Vide p. 68-72.

¹¹ RIBEIRO JR., W.A. **O kouros do Metropolitan**. Portal Graecia Antiqua, São Carlos. Disponível em www.greeciantiga.org/iniciantes.asp?num=0378. Consulta: 04/07/2013.

As palavras *kouros* e *koré* remetem a corpos de homens e mulheres jovens ao mesmo tempo em que definem um tipo de arte: a escultura desses corpos em mármore para que fossem imortalizados na sua lisura e beleza, de modo que o culto ao corpo na Antiguidade era o culto ao corpo jovem, como defende Sant'Anna (2007) ao afirmar que o culto ao corpo jovem não é um fenômeno recente. Isto porque, de acordo com a autora, sendo “memória mutante das leis e dos códigos de cada cultura, registro das soluções e dos limites científicos e tecnológicos de cada época, o corpo não cessa de ser (re)fabricado ao longo do tempo. [...] Resultado provisório das convergências entre técnica e sociedade, sentimentos e objetos, ele pertence menos ao à natureza do que à história” (SANT'ANNA, 2005, p. 12).

Em outras palavras, isso equivaleria a afirmar, como faz a autora, que a construção cultural do corpo torna-o um processo (cf. SANT'ANNA, 2005, p. 12) dado que a cultura é um processo que constantemente imprime marcas sobre os corpos dos indivíduos (idem), em cada época, em cada sociedade, conforme hábitos, costumes, normatizações seculares e religiosas etc. Isso nos possibilita observar que junto a noção de *kouros* grega nasceu uma concepção de beleza plástica, lisa, esguia, esteticamente trabalhada, temperada, como demonstram os *kouros* datados do século VI a.C., nos quais já é possível notar uma preocupação com os detalhes estéticos que denotam uma semelhança muito próxima ao corpo humano.

Não obstante, essa semelhança buscava ultrapassar o meramente exterior ao corpo e retratar as virtudes, transcendendo a imagem esculpida. Os grandes escultores da Antiguidade, como Fídias e Policleto, buscavam não apenas o retrato dos aspectos físicos; mais do que isso, a idéia era retratar no físico as características virtuosas que nele se manifestavam: músculos longos e delineados, impressão de leveza na captura do movimento, expressões joviais e benevolentes que, portanto, consistiam em invólucros de almas virtuosas e incorruptas, tão belas quanto os corpos que as encerravam. Elias (1992) explicita essa questão da seguinte maneira:

O surgimento da escultura grega desde seu molde arcaico e o realismo idealista das esculturas do período clássico são incompreensíveis sem um conhecimento prévio do papel que a aparência física das pessoas desempenhava como fator decisivo da estima social em que eram tidas entre as elites governantes das cidades-Estado gregas. Naquela sociedade, era praticamente impossível que um homem de corpo débil ou mal formado pudesse alcançar ou manter uma elevada posição de poder social e político.

A força e a beleza físicas, a serenidade e a paciência eram muito mais determinantes para a posição social de um varão na sociedade grega do que na nossa. [...] Um dos termos utilizados na sociedade grega clássica como expressão de seu ideal, o termo *areté*, é traduzido com frequência como “virtude”. Mas, [...] o termo grego não se referia de fato a nenhuma característica moral. Aludia aos êxitos do guerreiro e do cavaleiro, entre os quais sua imagem corporal, sua qualificação como guerreiro forte e hábil era um componente fundamental. (ELIAS, 1992, p. 174-175, tradução nossa, grifo do autor).

Em que pesem os detalhes e semelhanças com o corpo humano, a estatuária é uma representação e, no caso, uma representação simbólica de como o homem via a si mesmo, o que não significa que eram de fato da maneira como eram esculpidos. Esses indícios demonstram que havia uma preocupação com o corpo, que esse corpo era cultuado desde o momento em que era consagrado aos deuses, que era representado artisticamente, que era treinado, a partir da ginástica, tanto para jogos competitivos quanto para a guerra, que, enfim, ocupava um lugar importante no cotidiano dos antigos.

De fato, era possível transformar o corpo, mas essa transformação, como em toda época e cultura, era filtrada por crivos culturais e sociais, e, dentro destes, especialmente os religiosos, porque antes mesmo de ser grego, homem e livre era preciso ser um escolhido dos deuses para que assim se completasse a relação entre beleza e virtude. Dessa maneira, a ginástica e a estatuária gregas são os dois grandes eixos que irão sempre permear e movimentar todo o desenvolvimento da história do treinamento do corpo até o surgimento do *bodybuilding*, do fisiculturismo e do culturismo, no sentido de conferir ao culto ao corpo uma dimensão metafísica que, para o universo da Antigüidade greco-romana, não estava completamente dissociada do corpo físico.

Durante a Idade Média, a excessiva preocupação com a limpeza espiritual por intermédio das penitências impostas ao corpo fez com que a limpeza física, ou a limpeza do corpo físico — em outras palavras, o culto ao corpo —, ficasse em um plano secundário. Essa apreensão está intimamente relacionada à uma identificação com o corpo de Cristo, conforme demonstra Sennett (1994):

Lê livre de crainte amoreuse, de Jean Barthélemy, narra que Cristo "foi, como aconteceu, tostado e assado lentamente, para nos salvar". Tal imagem terrena e vulgar tornou a crucificação uma experiência

compreensível e corriqueira. Mais do que o Cristo Rei, as pessoas identificavam "o Cristo sofrido, o Cristo da Paixão. Descrevia-se o suplício da cruz de forma cada vez mais realista". A "Imitação de Cristo" nada mais era do que essa correspondência passional com o Seu corpo sofrido, cujas tristezas pareciam reproduzir-se nas aflições dos corpos humanos. Não se tratava de uma figura casual de linguagem. A imagem contrapunha-se à convicção de Orígenes, segundo o qual o corpo de Cristo é diferente do nosso. Resgatando teologicamente a Natureza, São Francisco de Assis concitava seus paroquianos a pensarem a respeito da experiência do dia-a-dia, suas próprias sensações, o mundo em volta; assim, eles iriam perceber que Deus está no mundo, é Carne e é Luz (SENNETT, 1994, p. 141-142).

Isso demonstra que, durante a Idade Média, a preocupação não consistia em cultuar o corpo como ocorria na Antiguidade, mas cultuar os valores que a religião fez orbitar ao seu redor, ainda mais se levarmos em consideração a cultura cavaleiresca, restrita à nobreza, a qual herdou, em certo sentido, a incumbência dos afazeres guerreiros da aristocracia da Antiguidade. Ao contrário, o que de fato consistiu em uma preocupação determinante durante o período foi o culto ao espírito e somente em torno desse ideal que os cuidados com o corpo orbitavam. Fosse a limpeza do corpo e a troca de roupas para a missa dominical ou o treinamento físico para o combate, guerreiro ou de competição, o que estava em jogo eram as virtudes do espírito que não necessariamente se encontravam impressas na carne, o que suspendeu temporariamente a noção do *kouros*.

O treinamento corporal permaneceu na agenda medieval durante todo o período, embora monopolizado pela nobreza que desenvolveu a partir da cultura cavaleiresca uma forma de treinamento corporal puramente militar, mas que diferia fundamentalmente na moralidade em relação à Antiguidade. O cavaleiro medieval estava, antes de tudo, sob juramento de honra e lealdade, o que automaticamente diminuía a relação entre vitória e violência. Assim, inúmeras regras foram desenvolvidas com base nos preceitos cristãos e os cavaleiros não tinham permissão para ignorá-las. Não que essas regras fossem respeitadas em virtude dos juramentos ou do princípio de respeito ao próximo, mas o temor ao castigo do espírito constituía um importante bloqueador da busca pela vitória a qualquer preço.

A evolução das disputas nos chamados Jogos Eqüestres constitui um excelente exemplo da percepção cristã aplicada no cotidiano de treinamento do período. As justas, por exemplo, tipo de esporte bastante comum durante a Idade Média, consistia em uma pequena arena, mais comprida do que larga, chamada liça, dividida ao meio por uma cerca. No período

caracterizado pela história da educação física como Torneio Primitivo (CAPINUSSÚ, 2005, p. 54), os competidores pelejavam em igualdade de armas com o objetivo de espetar com uma lança de ferro o adversário, o que, no mais das vezes, causava sua morte. Na transição para o período chamado Torneio Moderno (idem), a ideia da justa se modifica, substituindo-se a lança de ferro por uma de madeira e a regra do jogo passa a ser quebrar a lança no escudo do adversário. Já no período do Torneio Moderno de fato, “o confronto consistia em uma corrida a cavalo de um contra o outro, com lança em riste, devendo-se atacar o adversário, procurando desequilibrá-lo” (CAPINUSSÚ, 2005, p. 55).

A estatuária clássica, a prática da ginástica e o culto ao corpo, na Antigüidade; e a cultura esportiva cavaleiresca, regrada e leal, na Idade Média, consistiram mais ou menos no que a fisiognomonía foi para a noção de corpo que se construiu na transição para a Modernidade. De acordo com Courtine (2010), a fisiognomonía consistia na “arte de decifrar a linguagem do corpo” (COURTINE, 2010, p. 402), a qual implicava necessariamente uma (re)construção social da noção de civilidade e se constituía como uma retomada do ideal da estatuária clássica de uma “alma estampada no exterior” (idem, p. 404).

A transição para a era Moderna, como herança da Idade Média, foi marcada pela separação entre corpo e espírito, mas o empreendimento da Renascença resgatou o sentido do *kouros* grego porque buscava entender o corpo em sua completude, não somente a partir da apreensão cristã, mas, sobretudo, pelas práticas de observação e leitura das expressões corporais que mesclavam diferentes maneiras de apreensão do corpo, fossem elas religiosas (cristãs e não-cristãs), científicas, artísticas e/ou populares.

Manuais de retórica em suas prescrições consagradas às técnicas corporais da *actio*; livros de civilidade nas exigências de controle de si mesmo e de observação do outro que eles preconizam; artes do silêncio que reclamam uma retenção da palavra para fazer melhor o corpo; obras de medicina prontas a desvendar na superfície da anatomia humana os sintomas mórbidos, como também os indícios do caráter; tratados para serem utilizados pelos pintores que ensaiam enfim a representar as figuras da paixão. Essas artes e essas ciências se baseiam na existência de um fundamento antropológico muito antigo: desde os primeiros tratados de divinação mesopotâmica, nas bases da fisiognomonía estabelecidas pela Antigüidade Greco-romana, depois através das tradições da Idade Média ocidental e árabe sistematizou-se pouco a pouco a ligação entre o exterior e o interior do ser humano, entre o que é percebido no sujeito como superficial e

profundo, mostrado e ocultado, visível e invisível, manifesto e latente. Numa palavra, entre o reino da alma — caracteres, paixões, tendências, sentimentos, emoções, uma natureza psicológica — e o domínio do corpo — sinais, traços, marcas, indícios, traços físicos (COURTINE, 2010, p. 402-403).

O *kouros*, no entanto, foi resgatado, não da forma como entendiam os antigos. A estatuária renascentista, devido às circunstâncias em que surgiu — uma fratura entre o homem e Deus e, portanto, entre corpo e espírito —, rompeu com a apreensão da alma marcada no corpo, fundamental para a estatuária clássica. O antropocentrismo trouxe uma representação artística que se afastava das virtudes divinas e que, portanto, não poderia se utilizar da noção de alma virtuosa impressa no corpo buscando um modelo de representação artística que refletisse essa ruptura. Esse modelo foi encontrado no que se conhece como “razão áurea” um esquema equacional matemático que já era utilizado pelos artistas da Antiguidade, como Fídias, para determinar a proporção simétrica das suas esculturas, mas somente a partir do Renascimento é que tomou uma proporção para além da arte. De acordo com Oliveira & Ferreira (2010), “a razão entre o segmento menor e o segmento maior chama-se razão áurea” (2010, p. 64).

Diz-se, que num segmento AB, existe uma divisão áurea quando o segmento é dividido por um ponto P em duas partes de tal forma que a maior parte seja média proporcional entre o menor e o segmento todo.



Figura 1: Divisão áurea do segmento AB

(OLIVEIRA & FERREIRA, 2010, p. 66).

Por meio da utilização da razão áurea, se criou um padrão de mensuras corporais entre os artistas renascentistas e a ideia da virtude divina cedeu lugar a uma lógica de representação matematizada, prezando por uma simetria técnica que refletia uma perfeição normatizada. Nascia, assim, uma padronização corporal que buscava encaixar o corpo em um modelo previamente estabelecido, como o do Homem Vitruviano de Leonardo da Vinci: um estudo das proporções do corpo humano inscrito em um quadrado e um círculo numa espécie de geometria corporal. Essa representação aparece como a constatação de que se o corpo é simétrico ou, em outras palavras, se é

possível comprovar por meio da ciência haver uma proporcionalidade no corpo humano, também seria possível que o universo que o cerca possuísse alguma simetria.

Leonardo Da Vinci disse que a arte deveria manifestar por ela própria um movimento contínuo, harmonioso e beleza e, assim, utilizou o retângulo de ouro em suas obras. No quadro Mona Lisa, utilizou o número Φ na relação entre o tronco e a cabeça e entre os elementos que compõem o seu rosto, a própria moldura já um retângulo de ouro. Ao criar o Homem Vitruviano, ele ilustrou, de maneira clara e didática, a grande parte das ocorrências do número de ouro no corpo humano. Esse desenho é considerado um símbolo da simetria básica do corpo humano, extensivo para o universo como um todo. (Idem, p. 65).

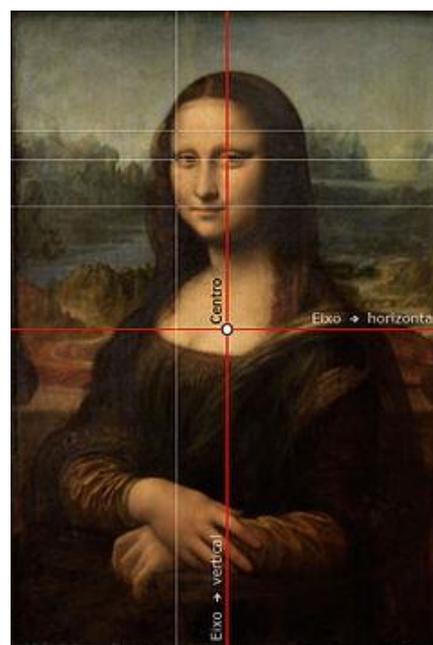
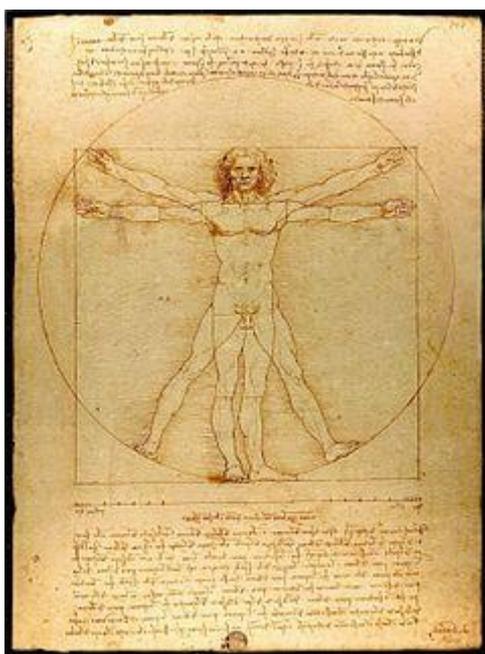


Fig. 03: O Homem Vitruviano (esq.); Fig. 04: Monalisa (dir.). Fonte: Wikipédia.

Desde a Antigüidade greco-romana até o século XVIII, houve uma educação física específica para cada época, como demonstra Stiker (2009): “se, no empírico, há corpos feitos, ou tornados “malfeitos”, há sempre, ao mesmo tempo, uma maneira, segundo as épocas, de elaborá-los, no imaginário e no racional” (STIKER, 2009, p. 347), assim como suas representações. Na Grécia antiga, como não se evidenciava uma separação entre corpo e alma, se treinava o corpo para a guerra e as competições ao mesmo tempo em que se treinava a alma com artes, ciências e filosofia, fazendo do corpo um *kouros* vivo, consagrado aos deuses. Na Idade Média, ocorreu o processo inverso: o corpo passou a ser interdito porque foi

entendido como o invólucro da alma e esta é que deveria ser purificada, santificada pelas regras religiosas; no entanto, o corpo podia, de certa maneira, ter uma relevância para a vida espiritual desde que fosse entendido como o templo do Espírito Santo e livrado dos pecados pelas penitências.

No decorrer da Era Moderna, os indivíduos passaram a ser educados para desenvolver, desde tenra idade, uma relação de repulsa com os fluidos corporais que seriam infecciosos, contaminantes e deveriam ser evitados. Sudorese, saliva, muco, odores, secreções, substâncias essas inerentes ao corpo humano, passaram a ser localizados e temporizados pela sociedade burguesa que ascendia, numa reinterpretação da teoria dos quatro humores e das quatro substâncias de Galeno, que culminaria na repulsa em relação aos fluidos, secreções e sensações corporais.

Todo um conjunto de hábitos corporais ligados à expulsão das secreções e excrementos, ao banho, ao ato de dormir e às relações entre os sexos também estavam mudando, sempre no sentido de uma contenção das funções corporais e das emoções. A ascensão do conceito de civilidade nas sociedades de corte marca o início da condenação aos excessos corporais valorizados na sociedade tradicional, dentre eles a embriaguez, a comilança, a gordura. Começa a se delinear outro ideal de corpo, contido, refinado, esbelto. (MIRA, 2003, p. 04).

A partir do século XIX, entretanto, nasce uma percepção do corpo como um empreendimento com o advento da noção de *sport* trazida pela educação física da Inglaterra Vitoriana na forma de “competições que implicam o uso da força corporal e de habilidades não militares” (ELIAS, 1992, p. 31). Esta concepção engendrava uma separação entre trabalho e lazer, entre obrigação e passatempo, entre dever e prazer ao mesmo tempo em que suspendia a violência.

Muitos esportes que hoje se praticam de forma mais ou menos parecida em todo o mundo se originaram na Inglaterra. De lá se estenderam a outros países, principalmente entre a segunda metade do século XIX e a primeira metade do XX. O futebol, na vertente em que chegou a ser conhecido na Inglaterra, a do “Football Association” ou, segundo a terminologia popular, *soccer*, era um deles. Outros foram as corridas de cavalos, a luta livre, o boxe, o tênis, a caça a raposas, o remo, o críquete e o atletismo. [...]

Analogamente, o termo inglês *soccer* foi adotado de maneira generalizada por outros países para designar genericamente esta classe de passatempos. Que os “esportes” — entendidos como conjunto de passatempos ingleses que se difundiram em muitos outros países principalmente entre 1850 e 1950 — tinham em comum certas características distintivas que justificavam sua designação como tais, quer dizer, como “esportes”, tem sido observado provavelmente mais em outros países do que na própria Inglaterra (ELIAS, 1992, p. 157, tradução nossa).

O incentivo à prática esportiva de matriz inglesa se sustenta sob a tríplice: competição limpa (*fairplay*), regras definidas e movimentação financeira (cf. ELIAS, 1992, p. 171), descendendo das competições da nobreza medieval, as quais se definiam pela disputa limpa, pela honra e pelo cavalheirismo (ao menos em tese). Essa forma de competição difere drasticamente das competições da Antigüidade pela concepção de moralidade, a qual não existia nas competições greco-romanas que tinham como pressuposto a vitória a qualquer preço — o que permitia o uso indiscriminado da violência — e eram conduzidos pelo arbítrio consuetudinário.

De acordo com Elias (1992), o principal fator social que marcava, na Antigüidade, fosse o treinamento para a guerra ou para os jogos de competição, era o nível de violência que podia ser utilizado entre os adversários. Os antigos buscavam a vitória a qualquer preço porque ela se encontrava nas mãos dos deuses e a morte era o limite dos artifícios empregados para conquistá-la.

A luta, no jogo ou na guerra, se centrava na ostensiva demonstração das virtudes do guerreiro, as quais faziam um homem merecedor dos elogios e das honras mais altos entre outros membros de seu próprio grupo e a seu próprio grupo — comunidade ou cidade — entre outros. Era glorioso vencer os inimigos mas quase não menos glorioso era ser vencido, como Heitor por Aquiles, sempre que um lutasse com todas as suas forças até ser mutilado, ferido ou morto e não pudesse lutar mais. A vitória ou a derrota estavam nas mãos dos deuses. O ignominioso e vergonhoso era se render, sem haver mostrado a suficiente valentia e resistência (ELIAS, 1992, p. 171, tradução nossa).

O conceito de *sport* inglês que se desenvolveu a partir do século XIX e se alastrou por todo o mundo, de acordo com Elias (1992), ressignificou as competições exatamente porque trazia como princípio fundamental de contenção definitiva à violência, o que permitiu que diferentes modalidades esportivas se desenvolvessem de forma independente, tanto do ponto de vista disciplinar, quanto do ponto de vista financeiro e, principalmente, despidas do caráter religioso da Antiguidade.

Dessa maneira, a vitória não estaria mais nas mãos dos escolhidos dos deuses, mas seria obtida pelo mérito do competidor que deveria seguir regras estipuladas por confederações esportivas, as quais tinham como paradigma a evidência do rendimento e da destreza corporais, enquanto continham a violência, sobretudo nas competições que envolviam contato físico intenso, como as modalidades de lutas corporais como o boxe e a luta livre. A coroação desse processo foi a criação do Comitê Olímpico Internacional (COI) em 1894, por Pierre de Coubertain, e o início dos Jogos Olímpicos da era moderna em Atenas no ano de 1896.

Esses fatores trouxeram uma grande diferença em relação ao período clássico grego-romano: se, naquele tempo, a ginástica e a estatuária clássica eram as duas vertentes que trabalhavam uma o aspecto físico e outra o aspecto subjetivo, a um só tempo e sem distinção, a partir do século XX ambas irão conhecer uma cisão que vai conectar a imagem corporal diretamente ao aspecto estético, desaparecendo o religioso, por um lado, e extraindo dessa fratura o máximo rendimento e eficiência corporais por outro. Em outras palavras, a beleza será definida por uma perfeição corporal que se concentra em si mesma e começa a se tornar, gradativamente, um produto de mercado.

Do ponto de vista da educação física enquanto disciplina, foi a união entre as perspectivas da ginástica grega e do esporte de matriz inglesa que permitiram o nascimento do fisiculturismo contemporâneo. A ressurreição da impressão da alma estampada no exterior do corpo vinda da estatuária clássica; a separação entre trabalho e lazer e a conversão deste em esporte; a inibição da violência nas competições; os ideais de limpeza e pureza que reinventaram o conceito de beleza; e o nascimento da perspectiva de que o corpo pode ser transformado, incidiram diretamente sobre o desenvolvimento do fisiculturismo e do culturismo enquanto esportes.

No entanto, é preciso mencionar, além da ginástica grega e do esporte de matriz inglesa, um terceiro fator que participou do desenvolvimento do *bodybuilding*, do fisiculturismo e do culturismo, mas que nos anais da sua história não costuma aparecer com frequência. A partir de meados do século XIX, precisamente na mesma Inglaterra Vitoriana

em que se desenvolveram os *sports*, surgiu uma categoria que buscava localizar socialmente as figuras pitorescas remanescentes das feiras da Idade Média que perderam seus lugares e seu prestígio na mesma proporção em que os *gentlemen* ascenderam ao status de homens civilizados.

A categoria de *freaks*, aberrações em uma tradução literal do inglês, surgiu para demarcar o lugar que a cultura dita civilizada relegava às diferenças corporais que, sob os auspícios da medicina, passaram a se tornar bizarrices e monstruosidades: a margem social. No capítulo 1 apresentamos, de acordo com Stiker (2009), como o corpo monstruoso se tornou um corpo anormal e este se transformou em um corpo doente que necessitava reparação, categorias essas que serviram para estigmatizar as pessoas que tinham excesso de aparência ou falta dela (STIKER, 2009)¹². Entretanto, esses *freaks*, desde a Idade Média, estavam muito fortemente radicados no meio artístico itinerante, sempre se apresentando como atração de destaque exatamente pela sua falta de aparência ou excesso dela. Assim, surgiram os *freak shows*, apresentações artísticas, quase que em sua totalidade circenses, nas quais as ditas “aberrações” se apresentavam diante do público.

De acordo com Jaudy (2010), os *freak shows*, embora tenham surgido durante a Idade Média, “somente após a restauração inglesa de 1660 (período em que será registrado o aparecimento dos primeiros *freak shows*) este tipo de entretenimento ganha gradativa notoriedade pública até tornar-se uma verdadeira febre” (JAUDY, 2010, p. 41). No século XIX, porém, esses espetáculos se tornaram gradativamente interditados e acabaram encontrando seu crepúsculo no início do século XX, com o advento do cinema:

Na sua decadência, iniciada com o advento do cinema, os *freak shows* itinerantes vão se tornando mais raros, restringindo os *tours* às cidades menores e de médio porte. Como de costume, exibia pessoas dotadas de alguma anormalidade física como anões, gigantes, pessoas com grande obesidade, homens com a cara coberta de pelos, etc. embora outra categoria de espetáculo fosse adicionada: aqueles que podiam realizar tarefas além do imaginado como enfiar pregos no próprio corpo, fazer contorcionismo, acender cigarros com fósforos seguros entre os dedos ou entre a bochecha, etc. (JAUDY, 2010, p. 41).

¹² Vide p. 23-25.

Os primeiros homens que participaram do desenvolvimento do *bodybuilding*, do fisiculturismo e do culturismo foram influenciados tanto pela experiência da Antiguidade — na qual se buscava o treinamento do corpo e da alma pela ginástica e imprimia a aparência desta no físico pela escultura —, quanto pela experiência dos esportes modernos trazida pela Inglaterra Vitoriana, a partir dos quais emergem a competição regrada, a meritocracia e o rendimento financeiro como fatores que fundamentam qualquer modalidade esportiva (cf. ELIAS, 1992), quanto pelos *freak shows*, uma vez que os grandes nomes do fisiculturismo no século XIX, como Eugene Sandow e Louis Attila, iniciaram suas carreiras de apresentações corporais como artistas circenses, se apresentando nos *freak shows* como “os homens mais fortes do mundo”.

Embora tenham sido empreendedores no sentido de que desenvolveram os métodos e técnicas de treinamento mais pela experiência prática do que pela teoria, esses homens desde o início sempre competiram entre si, e aqui é possível notar a influência do *sport* inglês, buscando na estatuária grega a imagem ideal de corpo a ser esculpido e submetido ao escrutínio não de árbitros consuetudinários, mas de juízes que se baseavam em regras previamente estipuladas para as modalidades, como determinada simetria corporal ou um volume específico de massa muscular e mesmo uma quantidade qualquer de força física requerida. Não obstante, a espetacularização dos corpos desses homens nas apresentações tem sua raiz nos *freak shows*.

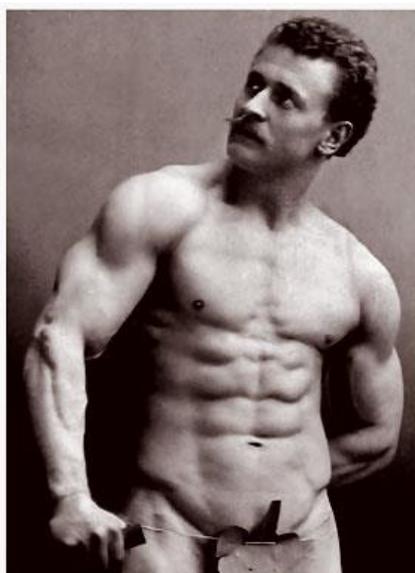
Evidentemente, as regras do jogo foram construídas conforme se desenvolveu o esporte. Eugene Sandow, um dos nomes mais conhecidos do fisiculturismo moderno, se tornou famoso durante o século XIX pelos campeonatos de força física que organizou e participou. Também foi um grande propagador da idéia de que beleza corporal era igual a saúde, tendo apresentado seus métodos de treinamento e seu corpo em diversos países da Europa, nos Estados Unidos e Canadá, além de ter sido treinador dos reis Eduardo VII e George V da Inglaterra. Sua trajetória começou em apresentações circenses na atração “os homens mais fortes do mundo”, em que homens competiam em atributos de força física, especialmente, no levantamento de peso.

No mesmo ano em que o circo no qual se apresentava faliu, 1888, Sandow conheceu Louis Attila, um dos grandes nomes das apresentações circenses de força física e que havia se tornado famoso, em 1887, por ter sido premiado pelo príncipe de Gales com uma estátua miniatura de Hércules cravejada de diamantes. Depois disso fundou um ginásio em Bruxelas, local onde conheceu Eugene Sandow e começaram a trabalhar e treinar juntos. Quando se separaram, em 1889, Sandow se apresentou por toda a Europa, Estados Unidos e Canadá.

Além das apresentações, Sandow¹³ abriu diversos ginásios de fisiculturismo na Inglaterra, foi editor da revista **Sandow Magazine** (1898) e publicou um livro sobre fisiculturismo chamado **Bodybuilding, or man in the making** (1898).

O fator que importa para a história do *bodybuilding*, do fisiculturismo e do culturismo a partir de Eugene Sandow é que, mais do que o corpo, a imagem construída se tornou um esporte a partir das suas apresentações, que não apenas se resumiam a demonstrações de força, mas a exposição de um corpo que caracterizava o ideal de perfeição corporal da época: belo e saudável.

Eugene Sandow era uma figura popular desde o final do século XIX, não só na Europa como também nos Estados Unidos. Além de participar de inúmeras exibições públicas de força física, criou um sistema de treinamento físico voltado para o desenvolvimento muscular, arregimentando vários alunos e seguidores. A imagem de seu corpo, moldado pela exercitação, era divulgada também pelo uso da fotografia, como relembra o historiador de arte William Ewing ao afirmar que “na Europa e na América, a imagem de Sandow figurou em milhões de *cartes de visites* e selos”¹⁴ (GOELLNER & FRAGA, 2004, p. 79).



Figs. 05 e 06: Eugene Sandow. Fonte: Google.

¹³ Eugene Sandow nasceu na Alemanha, em 02 de abril de 1867. Seu nome se tornou tão famoso que o prêmio do campeonato de fisiculturismo Mr. Olympia é uma estatueta de Sandow erguendo um peso de duas bolas acima da cabeça. Faleceu em 14 de outubro de 1925, vítima de uma hemorragia cerebral causada por um acidente de carro e pelo esforço físico que fez para tentar tirar o carro do buraco em que havia caído.

¹⁴ EWING, 1996, p. 167 *apud* GOELLNER & FRAGA, 2004, p. 79, grifo dos autores.

Do ponto de vista da educação física, é possível afirmar que o fisiculturismo a partir de Eugene Sandow se tornou uma espécie de culto ao corpo porque transformou a imagem corporal em modalidade esportiva, deslocando o excesso de aparência dos *freak shows* para a arena dos esportes de competição e despindo-a do caráter de anormalidade, desde que circunscrito ao âmbito de um esporte que sistematizava e unia forma física e saúde. Em outras palavras, Sandow foi o responsável pela construção de uma modalidade esportiva que implica uma construção corporal para a competição nos moldes ingleses (ELIAS, 1992) e coloca em evidência a imagem corporal, ao passo que ganha o apoio da medicina ao acoplar-se ao ideal médico de beleza física e limpeza corporal como sinônimos de saúde. No século seguinte esse movimento irá trazer “a constatação, sobretudo, de um treinamento físico e de um desenvolvimento pessoal que se desvia com a própria imagem do corpo, que se tornou, com o século, uma jogada sempre mais evidente e central de identidade” (VIGARELLO, 2009, p. 198).

Essa construção irá avançar no século XX transformando a perspectiva do esporte a partir da legitimidade do treinamento físico para o rendimento nas competições e da centralidade da imagem. Treinar o corpo, no decorrer do século XX, diferentemente das épocas anteriores, passou a significar mais do que ganho de força, mais do que sublimação da guerra, mais até do que saúde e beleza. Embora todas essas dimensões estejam contidas no multiverso corporal, “trata-se do jogo com o limite, enfim, que parece perfilar-se hoje: o sentimento de um corpo maleável às mudanças indefinidas, senão perigosas” (VIGARELLO, 2009, p. 198).

Duas palavras são elementos-chave para o desenvolvimento da cultura física no século XX: técnica e treinamento. Estas, por sua vez, irão condicionar os gestos, transformando a ginástica em um “arsenal de movimentos que mantêm a imagem dos aprendizados progressivos e calculados” (VIGARELLO, 2009, p. 205). Do ponto de vista pedagógico, a introdução da educação física no primário irá criar uma consciência da necessidade de força e agilidade para o corpo humano, na mesma proporção em que o higienismo e o eugenismo visaram a criação de uma consciência de limpeza diretamente associada a evolução. Assim, no que concerne ao corpo, quanto mais forte, ágil, destro e quanto mais limpo e puro, mais belo, portanto, melhor desenvolvido e mais apto a continuidade da espécie humana que começava a buscar, mais do que tudo, a perfeição física.

Autores do início do século XX, como o brasileiro Fernando de Azevedo, se debruçaram sobre a busca pelos mecanismos práticos que possibilitassem benefícios físicos somados a uma moralidade, sobretudo no que dizia respeito as mulheres. Tratava-se de uma

doutrina que desprezava a hipertrofia muscular como esporte e que encorajava o desenvolvimento do corpo enquanto um constructo equilibrado em suas diferentes dimensões: força física, agilidade, destreza, elasticidade, motricidade etc. Especificamente no que concernia as mulheres, essas características deveriam ser fomentadas sob a égide da feminilidade, da beleza e da fragilidade, do que decorre a noção de “obreiras da vida, mulheres [...] que, ao serem moldadas pela exercitação física, se aproximaram dos genuínos exemplares da plástica helênica ou [...] das ninfas e deusas” (GOELLNER & FRAGA, 2004, p. 74).

[Fernando de Azevedo] procurou construir uma doutrina pedagogia para a educação física brasileira condizente com o prestígio social dos métodos ginásticos europeus, mais especificamente com os pressupostos higienistas e eugenistas que os fundamentavam. O autor aliou à doutrina os pressupostos de uma cultura greco-romana idealizada pelos humanistas de sua época, justificando o projeto de corpo brasileiro nas imagens perpetuadas pela estatuária. Fernando de Azevedo exigia da educação física uma ação científica, inserida em um plano nacional de educação, que desenvolveria ao máximo a virilidade, as virtudes da raça e as aptidões hereditárias de cada indivíduo. Uma educação física que, pautada por um estatuto científico e ao mesmo tempo moral, estivesse articulada à medicina e às normas jurídicas em favor de uma nova ordenação dos corpos, constituindo, assim, uma consistente retórica corporal na qual estruturava sua proposta de corporação” (GOELLNER & FRAGA, 2004, p. 73).

Não obstante, na contramão dos postulados dessa corrente de pensamento havia mulheres que desafiavam os limites da hipertrofia e se comparavam, quando não superavam, os homens nos atributos relacionados a força física. Foi o caso de Kate Brumbach que ficou famosa pelo apelido de Sandwina, em referência a Eugene Sandow, o grande idealizador do fisiculturismo como é conhecido atualmente. Ela ficou internacionalmente conhecida por tê-lo vencido em uma competição de levantamento de peso¹⁵ na qual conseguiu erguer acima da cabeça a incrível marca de trezentas libras¹⁶, enquanto seu oponente conseguiu erguer o mesmo peso somente até a linha do peitoral (GOELLNER & FRAGA, 2004, p. 79).

¹⁵ A competição aconteceu em um clube na cidade de Nova York, nos primeiros anos do século XX (conf. GOELLNER; FRAGA, 2004, p. 79).

¹⁶ Aproximadamente 136kg.



Figs. 07 e 08: Kate “Sandwina” Brumbach. Fonte: Google.

As *strongwomen*, como ficaram conhecidas as artistas de força física na época, delineavam uma forma de desvio diante da imposição de uma sociedade masculinizada que buscava adestrar as mulheres para educarem seu corpo com exercícios físicos que as tonariam “obreiras da vida” ou, simplesmente, boas parideiras. Elas eram consideradas “desviantes do que se queria naturalizar como inerente ao feminino, portanto, não podiam ser mencionadas nem tornadas visíveis, inclusive porque desestabilizavam as imagens construídas para estabilizar e assegurar um jeito feminino de ser e se comportar” (GOELLNER & FRAGA, 2004, p. 80).

Embora uma mulher tenha superado um homem em atributos de força física — no caso, ninguém menos do que o grande nome do fisiculturismo moderno —, esse fato foi interdito, assim como o corpo feminino de uma maneira geral, sobretudo no que dizia respeito ao corpo musculoso. O desenvolvimento de um mercado de cosméticos e de um grande apelo midiático à beleza feminina frágil, delicada, dedicada aos afazeres domésticos e ao cuidado da família, exigia uma mulher docilizada e assujeitada a, qual, portanto, não poderia ser musculosa, tampouco capaz de sobrepujar um homem em atributos de força física. Nesse sentido, a educação física idealizada por Fernando de Azevedo no início do século XX encontrou o lastro de que precisava fazendo coro a um ideal de moda, sobretudo feminina, que se delineou já na década de 1920, conforme demonstra Castro (2007):

A década de 1920 foi, então, crucial na formulação de um novo ideal físico, tendo a imagem cinematográfica interferido significativamente nessa construção. No fim da década, mulheres, sob o impacto combinado das

indústrias do cosmético, da moda, da publicidade e de Hollywood, incorporam o uso da maquiagem, principalmente o batom e passam a valorizar o corpo esbelto, esguio. Como aponta Featherstone (1993), a combinação dessas quatro indústrias foi fundamental para a vitória do corpo magro sobre o gordo, no decorrer do século XX (CASTRO, 2007, p. 24).

É exatamente o ideal de magreza que a educação física irá elevar juntamente com a transformação do corpo para o rendimento dos esportes, originando, assim, sob os auspícios da medicina, da cosmetologia, da moda e da cinematografia, um culto aos corpos “olimpianos”, “definidos por Edgar Morin como os seres transformados em sobre-humanos pela cultura de massa. São os astros e estrelas de cinema, os campeões esportivos, governantes, pintores e literatos célebres” (MORIN *apud* CASTRO, 2007, p. 25). Não obstante, as experiências de duas guerras mundiais no intervalo de menos de trinta anos, de acordo com Lipovetsky (1999, p. 115), foram fatores determinantes na maneira como a moda se proliferou no pós-1945, assim como a experiência do nazismo, em que higienismo, eugenia e darwinismo social encontraram um terrível apogeu.

Mais do que pelo narcisismo e hedonismo, frutos da transformação da moda em cultura de massa (LIPOVETSKY, 1999, p. 115), a segunda metade do século XX, precisamente o interstício entre as décadas de 1950 e 1980, foi marcada pela busca por modos de vida, maneiras de ser, fontes de conhecimento e/ou entretenimento que pudessem afastar os produtos do pesadelo das guerras e do nazismo. Mais do que isso: era preciso esquecer aqueles acontecimentos catastróficos, de forma que novos mecanismos de ser e viver, dentre os quais notadamente o esporte, começaram a emergir. Foi o momento em que muitos indivíduos reivindicaram uma contracultura e optam pela diferença, uma vez que, a seus olhos, a busca pela igualdade havia levado a dois conflitos mundiais.

Foi, também, o momento em que emergiram as identidades como manifestação das sensações, de revisão e contestação de valores sociais e culturais, precisamente a partir dos novos movimentos sociais na década de 1960, que levaram ao surgimento de práticas que se desenvolveram a margem da tradição. Do ponto de vista individual, as tatuagens, *body piercing*, mudanças de gênero, a ênfase na construção de um figurino, em outras palavras, as caracterizações corporais que expressavam um estilo, a partir de então, apontam definitivamente para infinitas possibilidades de transformações corporais. É o momento de surgimento do *bodybuilding*.

O termo *bodybuilding* começou a ganhar força a partir da década de 1970, momento em que entra em ascensão o culto ao corpo jovem e liso, caracterizado por uma “moral do liso e da boa forma” (SIBILA, 2012, p. 157). Mas seu auge se deu na década de 1980 por intermédio da cultura *yuppie* norte-americana, mais conhecida pela alcunha de “geração saúde”, ou, nos termos de Courtine (1995), “jovens profissionais urbanos, ávidos pela auto-realização através do sucesso material, praticantes mais assíduos da transpiração eletrônica” (COURTINE, 2005, p. 85).

A tradução literal para o idioma português da palavra inglesa *bodybuilding* seria “construção corporal”¹⁷. Se atentarmos, porém, para a terminologia “ing”, que consiste no equivalente inglês ao gerúndio português, ela confere ao verbo construir (*build*) uma continuidade, uma constância. Nesse sentido, praticar *bodybuilding* equivale a colocar o corpo em um ininterrupto processo de construção corporal a partir do treinamento, tornando o corpo sarado, malhado, torneado (ESTEVÃO & BAGRICHEVSKY, 2004, p. 14). Por essa perspectiva, é possível afirmar, do ponto de vista sociológico, que qualquer indivíduo que treina o corpo no sentido de mantê-lo saudável, forte, ágil, belo, seria um *bodybuilder*.

O termo fisiculturismo, entretanto, embora tenha perpassado a cultura *yuppie* dos anos 1980 — e, sem dúvida, influenciado —, tem raízes mais antigas, remontando ao século XIX na figura do atleta Eugene Sandow, o grande idealizador do fisiculturismo, responsável por unir as concepções higienistas e eugenistas de beleza física e saúde corporal em um método de educação física que transformaria a imagem em esporte. Os fisiculturistas, portanto, praticam a musculação visando à hipertrofia muscular: máxima exaustão muscular/ alimentação hipercalórica/ descanso regular. O resultado esperado desse método de treinamento é o aumento da massa muscular conjugado ao aumento da força física, caracterizando, assim, o fisiculturista como um “atleta da força física” (LESSA, 2012), sendo inclusive o fisiculturismo definido pela educação física como uma modalidade esportiva.

Ambos os termos, porém, são diferentes de um terceiro: o culturismo. Essa terminologia nasceu nos anos 1960 e, em tese, é análoga ao fisiculturismo, exceto em uma característica fundamental: trata-se de uma educação física na qual busca-se uma construção corporal que se aproxime esteticamente da estatuária clássica grega (GOELLER & FRAGA, 2004). Assim como o fisiculturismo, o culturismo é uma modalidade esportiva, com a diferença de que a ênfase se dá exclusivamente sobre a construção estética corporal e não necessariamente sobre a força física.

¹⁷ Tradução nossa.

Todos esses fatores contribuíram para que o fisiculturismo, e sua vertente culturismo, ganhasse prestígio na gama dos esportes entre as décadas de 1960 e 1990 com os campeonatos de Mister Universo e Mister Olympia. Arnold Schwarzenegger, Bill Pearl, Sérgio Oliva, Larry Scott, Chuck Sipes, Dave Draper, Sylvester Stallone etc., foram alguns dos homens que organizaram e participaram dos campeonatos de fisiculturismo contemporâneos ou popularizaram a figura do culturista na mídia, sobretudo pela indústria cinematográfica hollywoodiana, levando a categoria através da grande mídia ao conhecimento e ao interesse dos indivíduos. Esses campeonatos, entretanto, traziam uma grande diferença em relação aos seus primórdios no século XIX: a ênfase na estética a despeito da força e da agilidade: uma tentativa de resgate na íntegra do *kouros* grego, mas não da ginástica grega.

A **Enciclopédia de Fisiculturismo e Musculação** (2001), de Arnold Schwarzenegger, se inicia com a seguinte afirmação: “no final do século XIX, surgiu um novo interesse pelo culturismo, não pelo músculo como meio de sobrevivência ou autodefesa, mas como um retorno do ideal grego, o desenvolvimento muscular como celebração estética do corpo humano” (p. 10). O termo perderá, então, o prefixo “fisi” e irá apenas ser mencionado como “culturismo”, ou seja, um culto a estética, passando de um momento de educação física para um de cultura física.

De fato, a diferença entre os termos fisiculturismo e culturismo existe senão no sentido de modalidade esportiva: o fisiculturismo entre meados do século XIX e meados do século XX, definia uma modalidade de esporte advinda da educação física e que envolvia, de maneira mais ou menos paritária, estética e força físicas. Culturismo, o qual emerge a partir de meados do século XX, trata-se de uma modalidade esportiva de cultura física, na qual o aspecto da força apenas é explorado no treinamento para competições em que se expõe a estética, o delineio e a quantidade massa muscular e a vascularidade corporal.

O expoente mais conhecido do culturismo é o ator e culturista Arnold Schwarzenegger, sendo o principal responsável por introduzir na mídia e popularizar a figura do culturista, por intermédio dos campeonatos de culturismo dos quais participou e ganhou, dentre os quais, principalmente, o Mister Olympia, e também pela sua atuação no cinema, em diversos filmes hollywoodianos a partir da década de 1970. Filmes como **Hércules em Nova York** (1970), **Conan, o bárbaro** (1982), **Conan, o destruidor** (1984) e a franquia **O exterminador do futuro** (1984-2009), fizeram seu nome se situar em uma posição paradigmática para os praticantes de culturismo porque é considerado pelos praticantes mais assíduos como “o deus da musculação” (cf. SEVERIANO et.al, 2010, p. 160):

No que tange aos modelos masculinos, tem-se a figura paradigmática de Arnold Schwarzenegger como o ídolo maior dos vigoréticos, tendo sido vencedor de várias competições de fisiculturismo. Vejamos exemplos desta idolatria: Arnold eh o DEUS da musculação!”(Usuário anônimo, em 24/04/06, Comunidade: “Seguidores do Mestre Arnold, <http://www.orkut.com/CommMsgs.aspx?cmm=2550506&tid=2459426946624683799>). (SEVERIANO, et.al, 2010, p. 160).



Fig. 09: foto comparando Eugene Sandow e Arnold Schwarzenegger. Fonte: Google.

Também o ator Sylvester Stallone, embora de forma menos paradigmática do que Arnold Schwarzenegger, parece ter tido uma participação importante na familiarização da figura do culturista junto ao grande público e a mídia, ao mostrar seu corpo cuidadosamente delineado a partir da década de 1970 em filmes como a franquia **Rocky** (1976-2006), a franquia **Rambo** (1982-2008) e o filme **Falcão, o campeão dos campeões** (1987). Outros atores de menor projeção, mas na mesma linhagem de Arnold Schwarzenegger e Sylvester Stallone, surgiram entre as décadas de 1980 e 1990, como Jean-Claude Van Damme e Dolph Lundgren, estrelando filmes que foram responsáveis por popularizar, além do culturista, também a figura do *yuppie* associado à prática das artes marciais chinesas e japonesas.

Tanto o fisiculturismo quanto o culturismo carregam consigo ideais de padronização corporal, conforme explicita a Enciclopédia de Schwarzenegger:

[...] a vida ia-se tornando cada vez mais sedentária, e os problemas de saúde apareceram quando a população começou a comer alimentos refinados em excesso e a não praticar exercício físico suficiente, sujeita a condições de stress constantes. Os culturistas surgiram no combate a estes fenómenos cada vez mais atuais e nesta direção defendiam a saúde em geral, no condicionamento físico, defendendo a moderação e o equilíbrio em todos os aspectos da vida. O europeu boêmio, alcoólico e barrigudo certamente não era o seu ideal. O que eles precisavam era de um modelo cujo físico incorporasse as idéias que estavam a tentar disseminar, alguém que se parecesse muito mais com as estátuas clássicas dos atletas da Grécia Antiga do que com os seguranças avantajados das cervejarias Bávaras da Europa (Enciclopédia de Fisiculturismo e Musculação, 2001, p. 10).

Essa concepção buscou representatividade no *kouros* grego exatamente porque era o tipo de estátuária que mais se aproximava dos elementos que parecem constituir o seu fundamento: o movimento e a temperança corporais, os quais somente fizeram sentido, juntos, na estátuária grega, a qual agregava virtudes divinas estampadas em um corpo belo porque virtuoso. Ao contrário da estátuária renascentista que trouxe uma lógica voltada somente para a simetria corporal, por meio da padronização matemática da razão áurea que, do ponto de vista do culturismo, representa somente a parte estética, a despeito de reunir simetria e virtude.

Esses ideais, evidentemente, foram transmitidos aos indivíduos entre as duas décadas finais do século XX e o começo do XXI através da cultura tanto da necessidade de buscar força e resistência físicas, quanto do imperativo de beleza estética. Esse gigantesco processo que objetivou uma igualmente gigantesca mudança de comportamento nos seres humanos ao longo dos séculos XIX e XX, irá culminar no século XXI, de acordo com Estevão & Bagrichevsky (2004), em uma cultura da “corpolatria”. Há toda uma mobilização de ordem cultural no sentido de estimular o que os autores chamam de “estilo de vida ativo”. As campanhas institucionais são desenvolvidas com vistas a abominar o ócio e valorizar cada vez mais o culto ao movimento, à prática de exercícios, ao corpo esteticamente perfeito.

Na perspectiva de idéias emblemáticas do tipo “mexa-se, não fique parado!” ou “só é gordo quem quer”, publicamente difundidas por meio de campanhas institucionais, emergem análises reducionistas, as quais, por fim, levam à ação de *responsabilização* dos indivíduos diante do aparecimento de doenças

que, em última instância, poderiam ter sido evitadas, se o comportamento preconizado fosse adotado (ESTEVÃO & BAGRICHEVSKY, 2004, p. 15).

Fisiculturismo, culturismo, *bodybuilding* e culto ao corpo, portanto, no adiantado do século XXI, embora possam ter diferenças conceituais e algumas diferenças práticas, seja do ponto de vista da educação física, das modalidades esportivas, da sociologia do corpo e dos indivíduos praticantes de exercícios físicos, conforme demonstrado anteriormente, passam a compartilhar ao menos um significado: um culto ao movimento, o qual caracteriza o paradigma das academias de ginástica e que chega aos indivíduos em geral em um processo de mutação conceitual que agrega a urgência das grandes metrópoles e a imposição do mercado da moda.

2.3. O paradigma do movimento

Do ponto de vista do mercado e da indústria da moda, o treinamento físico e a indústria se juntam em um nicho de mercado que irá desenvolver aparelhos projetados especificamente para a musculação, o que irá culminar na explosão das academias de ginástica na década de 1980, com a cultura *yuppie* (cf. COURTINE, 2005), e a supervalorização dos corpos na década de 1990 e na primeira década do século XXI. A tecnologia da informação, a engenharia, a mecânica e, evidentemente, a cibernética, a partir de 1970, mas sobretudo no decorrer das décadas de 1980 e 1990, irão incorporar ao corpo a virtualidade e a possibilidade de melhoria contínua através do desenvolvimento de máquinas de treinamento, dos aparelhos de ginástica e, especialmente, das próteses. “Noutras palavras, observa Vigarello, é justamente o conjunto das práticas esportivas que saiu ganhando com o tema da informação e do controle sensorial” (VIGARELLO, 2009, p. 240).

O corpo do século XXI caracteriza-se pela infinidade de possibilidades de usos e transformações. É uma era caracterizada pela urgência e pela busca não meramente de rendimento, mas do máximo rendimento possível em todos os ramos de atividade humana: trabalho, família, lazer, estudos, sociabilidade etc. A expressão “entrar em forma” passou a representar um estado de espírito e um estilo de vida a partir de uma noção de corpo idealizado. Nesse sentido, as academias de ginástica ganham status de templos dos corpos, consistindo em um dos lugares onde os indivíduos, tanto quanto os grandes atletas e figuras da cena artística, nacional e internacional, podem transformar seus corpos. Enquanto estabelecimento comercial, as academias colocam à disposição dos indivíduos os mecanismos e técnicas que possibilitam a projeção e a construção de um corpo com determinada imagem.

Entretanto, isso não seria possível se não houvesse algum mecanismo que possibilitasse comprovar ao indivíduo que sua educação corporal é errônea ou se não houvesse ao menos um ponto de comparação entre o estágio inicial do aspirante a frequentador de academia de ginástica e o corpo do modelo. Em outras palavras, se não fosse possível ao indivíduo estabelecer uma relação de reconhecimento entre a sua subjetividade e as possibilidades apresentadas pela academia. O corpo nas academias de ginástica não é um dado, mas algo a ser planejado e construído gradativamente de acordo com as necessidades do indivíduo. Por isso a primeira pergunta dos instrutores físicos a um possível novo aluno na academia é “o que você quer fazer?”. O pressuposto é sempre o de que o nível de desenvolvimento corporal em que se encontra o indivíduo ao procurar uma academia de ginástica é inicial e que os hábitos alimentares, a postura, a rotina corporal diária, tudo isso está errado, esses fatores precisam ser reiniciados, replanejados, refeitos.

De fato, a academia de ginástica é um dos templos dos corpos, onde uma imagem pode ser construída, onde os ditos modais encontram lastro social para sua existência, onde os indivíduos treinam e docilizam seus corpos conforme lógicas de mercado, padrões culturais e expectativas de produtividade. Entretanto, essa abordagem apresenta uma parte do quadro que se delineaia nas academias de ginástica desde um ponto de vista em que impera a supremacia do todo social sobre a individualidade, em que a subjetividade é contida e disciplinada.

A observação empírica da outra parte dessa realidade, qual seja a teia de interações que se desenvolve nesse ambiente, demonstra um alargamento da subjetividade na academia de ginástica e, nesse sentido, o culto ao corpo apenas pode ser considerado um dado na medida em que abre o ambiente da academia a outras formas de interação a partir do movimento corporal. Dessa maneira, a expressão culto ao corpo pode ali ser substituída pela expressão culto ao movimento corporal, uma vez que o paradigma da academia de ginástica é o movimento. Com seus corpos em movimento, os indivíduos têm trânsito livre e acesso irrestrito a variadas formas de sociabilidade que se constroem dentro e a partir da academia.

De acordo com a literatura científica analisada e com a experiência empírica empreendida, é possível pontuar dois fatores fundamentais desse culto ao movimento. O primeiro deles consiste na história do desenvolvimento de artefatos para correções corporais, os quais Vigarello problematiza no texto **Panópias Corretoras** (2005). Nesse texto, Vigarello faz um apanhado sobre como se passou de um momento em que se buscava a correção corporal por intermédio de moldes (século XVII), adequando o corpo a um padrão determinado, para um momento em que o corpo se desvincula desse molde corporal fixo que nele exercia força e pressão — ou das panópias —, e passa ele próprio a exercer ativamente o

movimento em aparelhos que, embora desenvolvidos com a finalidade de correção, permitiam ao corpo ser trabalhado a partir do movimento corporal (século XVIII) a despeito da pressão que o artefato corretor nele exercia.

Desde então [século XVIII], não é mais o corpo que sofre uma pressão aparelhada. Ao contrário, é ele que exerce sua força sobre engenhos singulares. Não é mais o corpo que recebe uma pressão, é ele que a exerce. [...] Esse papel atribuído ao movimento, se bem que até então inusitado, permanece ainda global e difuso. Seu interesse — notável — é o da novidade. [...] Os utensílios familiares serão substituídos por utensílios melhor especificados, os deslocamentos prolixos e imprecisos serão substituídos por deslocamentos organizados e formalmente ordenados. Quando os ortopedistas do fim do século XVIII e do início do século XIX multiplicaram manivelas e polias que serviam de resistências sobre as quais os membros eram compelidos a agir, e quando os dispuseram como direções dentro das quais os exercícios corretivos eram orientados, eles colocaram indiretamente em evidência uma nova concepção do próprio trabalho corporal. Além da rigorosa eficácia atribuída ao movimento, se impõe, com sua análise, a geometrização de suas distribuições. (VIGARELLO, 2005, p. 29).

De acordo com a pesquisa empírica realizada, é possível afirmar que a academia de ginástica é herdeira dessa concepção de evidência do movimento corporal pelo fato de ser um lugar onde reinam as manivelas e polias sobre as quais os indivíduos exercem sua força, motivados ora por profissionais da educação física, ora pelos cartazes e pôsteres de homens e mulheres com corpos cuidadosamente esculpidos, ora pela observação desses corpos *in loco* submetendo as manivelas e polias dos aparelhos de ginástica à sua força e movimentos corporais. Cria-se, assim, um laço de identificação com uma possibilidade de perfectibilidade corporal por intermédio da identificação pessoal proporcionada pelos movimentos percebidos através dessas “vitrines vivas” da academia de ginástica.

O estudo desenvolvido por Teixeira e Caminha (2010) em algumas academias da cidade de Recife (PE), já problematizado no capítulo 1¹⁸, comprova essa abordagem através do conceito de supervitalidade. Segundo os autores, a atualidade se pauta por uma biopolítica de controle dos corpos dos indivíduos em que são supervalorizados, superdesenvolvidos,

¹⁸ Ver p. 29.

superexcitados, uma vez que as demandas sociais urbanas são definidas por um momento denominado pelos autores de “supervitalidade” (TEIXEIRA & CAMINHA, 2010).

Esse conceito procura demonstrar que os indivíduos, dadas as condições urbanas, buscam maximizar os prazeres do cotidiano por intermédio da maximização do rendimento dos seus corpos, a despeito da pretensa noção de qualidade de vida ou equilíbrio propagadas pela medicina, pela nutrição e pela educação física por intermédio da mídia. Esses indivíduos, pela perspectiva dos autores, querem ser vistos e se socializar, sentido esse corroborado por Courtine (2005, p. 85), mas sobretudo, querem estender essa visibilidade e sociabilidade para todos os momentos de suas vidas, todos os lugares que freqüentam, todas as pessoas que conhecem e, cada vez mais, tendem a aumentar a intensidade dos momentos, a quantidade de lugares freqüentados e os círculos sociais dos quais participam. Trata-se da elevação da capacidade performativa que possibilita a esses indivíduos aumentar de maneira exponencial sua vitalidade, transformando-a em uma supervitalidade. Um dos ambientes privilegiados para essa transformação é a academia de ginástica:

Hoje, quando a vida precisa ser acelerada como um motor, cabe aos sujeitos aumentar a velocidade dos próprios corpos, seja pelo cuidado de si ou pela adoção de medidas biotecnológicas voltadas ao aprimoramento do desempenho somático. Nesse sentido, as academias de ginástica apresentam recursos para maximizar o corpo ao oferecer uma estrutura pautada na superestimulação dos sentidos (TEIXEIRA & CAMINHA, 2010, p. 208).

O segundo fator que fundamenta a idéia aqui defendida de culto ao movimento se relaciona com o ambiente frenético das grandes cidades. O estudo apresentado por Oliveira (2010) a respeito dos significados que as academias de ginástica e os *shopping centers* recebem conforme avançamos século XXI adiante, aponta que ambos seriam exemplos de pontos específicos de uma tendência à agremiação em comunidades nos espaços urbanos. A justificativa para essa apreensão é que lugares como *shopping centers* e academias de ginástica demarcam territórios que congregam uma série de elementos que restauram um sentimento de segurança perdido e, portanto, onde a vida pode ser expandida pelo culto ao consumo e a imagem (cf. OLIVEIRA, 2010).

A perspectiva de Oliveira se baseia em Zygmunt Bauman (2002) o qual defende que os rumos históricos atuais dos grandes espaços urbanos, em termos de socialização, tendem cada vez mais a sedimentação da vida cidadina em comunidades. Esse processo, pela sua

perspectiva, está diretamente relacionado ao período da modernidade e a fase do capitalismo pelas quais passamos, segundo o autor, respectivamente modernidade leve e capitalismo leve.

Esses termos se definem, em parte, pela sedimentação da vida urbana em comunidades e, em parte, pela necessidade de substituição dos paradigmas da modernidade pesada e do capitalismo pesado que, segundo Bauman, marcaram os rumos históricos em determinado momento, mas que não podem mais se sustentar, o que gera a universalização do medo e transforma os sentimentos e a vida, de uma maneira geral, em “líquidos”, substâncias informes que, portanto, podem assumir qualquer forma. Nesse sentido, a sedimentação da vida urbana em comunidades seria uma necessidade porque o fechamento em nichos específicos restauraria, em parte, a noção de segurança e, paulatinamente, apresentaria formas consistentes para os sentimentos e a vida.

Nesse sentido, esse ambiente citadino a um só tempo cosmopolita e individualista, no qual a incrível velocidade do desenvolvimento tecnológico assombra os indivíduos com a constante obsolescência (cf. LE BRETON, 2012b), tende a criar uma demanda por movimento nos sujeitos, fator este que, sob a égide da necessidade de agremiação em comunidades, irá influenciá-los em relação a quais comunidades escolherão participar e estão presentes nos elementos que atualmente são utilizados pelos indivíduos para definirem estilos de vida e modos de socialização: os *outdoors*, as revistas de moda e beleza, os programas de TV, a internet com suas redes sociais em contínuo trânsito etc.

De acordo com essas concepções, é possível observar que o imaginário social da segunda década do século XXI se articula, por um lado, pela demanda por movimento e, por outro, pela construção da necessidade dos sentimentos de comunidade. Ambos, nesse sentido, visam ressignificar continua e frequentemente as interações sociais nos diferentes espaços dos quais os indivíduos venham a fazer parte, notadamente a academia de ginástica, onde a visibilidade se desenvolve mais pela via do movimento, favorecendo a agremiação em uma comunidade cujas relações se articulam ao processo de ciborguização corporal, nos termos de Haraway (2009)¹⁹. Dentro dessa perspectiva, observa-se no plano empírico da academia que os indivíduos se relacionam por intermédio de um contínuo processo de reconhecimento desses fatores que acabam se tornando valores da academia enquanto comunidade.

Esse reconhecimento, conforme se observou, ocorre em duas etapas, fundamentais para que o ser humano se insira no meio da academia de ginástica, as quais acontecem de maneira paulatina e gradativa. A primeira delas pode ser conceituada como a etapa de identificação

¹⁹ Ver p. 30-31.

peçoal, na qual o ser humano cria um vínculo de reconhecimento de si mesmo nos símbolos míticos que a ele/ela se apresentam em um primeiro contato visual com o universo da academia de ginástica, movido pela mimese. A segunda etapa pode ser entendida como uma identificação social, processo este diretamente relacionado ao prazer e que levará o ser humano a apreender o meio da academia de ginástica como um ambiente onde pode estabelecer relações de reciprocidade.

Em determinado momento esse processo de reconhecimento a partir da imagem entre o indivíduo e a academia de ginástica irá se desenvolver em um processo de identificação. De acordo com Stuart Hall (2000) “na linguagem do senso comum a identificação é construída a partir do reconhecimento de alguma origem comum, ou de características que são partilhadas com outros grupos ou pessoas, ou ainda a partir de um mesmo ideal. É em cima dessa fundação que ocorre o natural fechamento que forma a base da solidariedade e da fidelidade do grupo em questão” (HALL, 2000, p. 106).

Essa perspectiva é corroborada pelos autores apresentados anteriormente, uma vez que o culto ao corpo é um caminho que precisa ser trilhado por todo aquele que almeja participar da academia de ginástica, independentemente dessa característica ser ou não um fim a priori. O projeto reflexivo do self, expressão cunhada por Giddens e observada na análise de Castro (2007); o processo de estímulo e resposta que observamos em Sabino (2000); a ética e o espírito ascético no treinamento do corpo observados por Courtine (2005), são maneiras de culto ao corpo que passam ou passaram por um processo de identificação, o qual, em um primeiro momento, parte de um reconhecimento que naturalmente fecha o grupo (HALL, 2000) e no qual o indivíduo precisa estar inscrito para dele fazer parte.

Esse fechamento acontece a partir da imagem e da mimese que levam o indivíduo a cultivar um corpo mitificado pelo culto ao movimento e, ao fazer isso, o ambiente da academia se abre para o indivíduo e apresenta formas diferenciadas de interação. É nesse ponto que o processo de identificação entre o indivíduo e a academia deixa o que poderíamos chamar, pela perspectiva de Hall, de estágio de naturalização identitária para atingir de fato um processo de identificação, no qual o indivíduo irá efetivamente participar do discurso da construção corporal. Assim, esse processo de reconhecimento e identificação nunca se completa, nunca encontra um fim, mas sempre se transforma de acordo com os ditames culturais porque, conforme demonstra Hall (2000):

A identificação aparece “como uma construção, como um processo nunca completado — como algo sempre ‘em processo’. Ela não é, nunca,

completamente determinada — no sentido de que se pode, sempre, “ganhá-la” ou “perdê-la”; no sentido de que ela pode ser, sempre, sustentada ou abandonada. Embora tenha suas condições determinadas de existência, o que inclui os recursos materiais e simbólicos exigidos para sustentá-la, a identificação é, ao fim e ao cabo, condicional; ela está, ao fim e ao cabo, alojada na contingência. Uma vez assegurada, ela não anulará a diferença. A fusão total entre o “mesmo” e o “outro” que ela sugere é, na verdade, uma fantasia de incorporação. (HALL, 2000, p. 106).

3. Do *fitness* ao *wellness*: a academia de ginástica

3.1. O *fitness*

As questões analisadas anteriormente estão relacionadas a um processo mais amplo: o desenvolvimento da cultura do *fitness*. De fato, conforme demonstram os autores com os quais dialogamos, trata-se de um processo que se faz presente na cultura ocidental desde a Antiguidade, mas que somente ultrapassa o universo do treinamento corporal entre os séculos XVIII e XX. Durante esse período, conforme é possível observar no estudo de Vigarello (2005, p. 29), houve a gestação não apenas do culto ao movimento corporal, mas das técnicas propriamente ditas que “libertaram” o corpo das panóplias corretoras fixas e o lançaram ao exercício corretor, marcando um momento a partir do qual o movimento corporal se tornou um paradigma cultural.

Embora tenha seu apogeu datado entre as décadas de 1970 e 1990 (cf. COURTINE, 2005; CASTRO, 2007), a cultura do *fitness* se desenvolveu, primeiramente, na disciplina da educação física e incorporou alguns dos principais imperativos sociais da cultura burguesa, como a cronometrização do tempo; o estabelecimento de metas; a exigência de produtividade; a projeção a curto e longo prazos etc. A noção clássica de uma alma virtuosa estampada no corpo foi reconfigurada para uma noção moderna de corpo limpo, belo e saudável porque se movimenta. Portanto, o corpo, por intermédio do treinamento e do mercado, encontrou uma forma de mitificação através da sua construção estética e, a partir de então, se tornou um objeto de consumo.

A palavra *fitness* vem do inglês e não foi traduzida para o idioma português. Com base no texto de Courtine, **Os stakhanovistas do narcisismo** (2005,) e no texto de Landa, **Subjetividades y consumos corporales: un análisis de las prácticas de *fitness* en España y Argentina** (2009), é possível definir o termo como algo próximo a “estar em boa forma

física”, tendo como princípio que o termo *fitness* foi popularizado pela cultura *yuppie*. Dentro dessa concepção, estar em boa forma física seria possuir um corpo treinado, capaz de suportar uma carga relativamente exaustiva, porém não extenuante, de exercícios físicos, alinhado a uma alimentação balanceada, nem excessiva nem deficitária, mas suficiente para manter o corpo capaz de suportar a vida cotidiana de trabalho e os exercícios. Essa idéia também se relaciona à definição de *bodybuilder*²⁰, já apresentada anteriormente, no sentido de manter o corpo em um contínuo processo de construção.

Surgida nos Estados Unidos durante a década de 1970, a cultura do *fitness*, de acordo com Landa (2009), estava fundada “na idéia de um estilo de vida ativo e saudável, concebidos como pilares estratégicos para a formação de uma população produtiva e saudável” (LANDA, 2009, p. 11, tradução nossa). Não obstante, o termo *fitness*, além das características de raiz *yuppie*, possui uma definição ainda mais ampla. Landa (2009) define o termo *fitness* da seguinte maneira:

O âmbito do *fitness* é concebido como o conjunto de empresas e de serviços que promovem uma cultura corporal específica através de: a) a oferta de um conjunto de produtos desenhados para a transformação corporal dos sujeitos que o consomem, que como efeito contemporâneo, traz consigo a incorporação de uma *forma de vida*; e b) a capacitação e contratação de pessoas/profissionais que (re)produzem e dão permanência às práticas dinâmicas culturais e de interação destas organizações. (LANDA, 2009, p. 04-05, tradução nossa, grifos da autora).

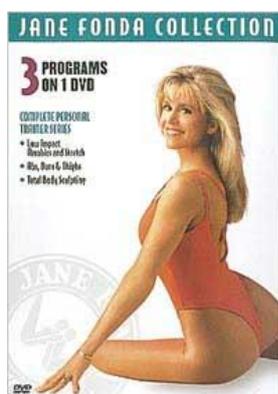
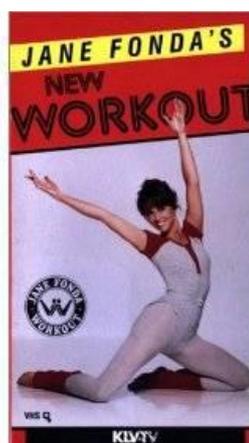
É importante observar que a definição da autora comporta um âmbito, um conjunto que engloba empresas e produtos, os quais estão relacionados à transformação corporal e ensinam uma forma de vida. Existe ainda, nessa perspectiva, uma política de capacitação profissional que visa a uma reprodução em escala global dessa cultura do *fitness*. A esse bloco que envolve cultura, produtos e capacitação profissional, todos em larga escala, Landa denomina “indústria do *fitness*”. Os discursos legitimadores do *fitness*, conforme demonstra a autora, são, principalmente da medicina e da publicidade, por meio do *marketing*, que seriam as duas principais vias de construção das narrativas da boa forma, uma vez que, de acordo com a autora, o *fitness* engendra “articulações entre saberes disciplinares e discursos biopolíticos” (LANDA, 2009, p. 06).

²⁰ Ver p. 58.

Como exemplo dessa dinâmica de exercício do biopoder, em que se relacionam de forma sinérgica os discursos médico e empresarial por meio da publicidade, Landa cita a influência das teorias sobre os exercícios aeróbicos de Kenneth Cooper e a espetacularização do corpo da atriz hollywoodiana Jane Fonda, ambos entre as décadas de 1970 e 1980, momento em que o ideal de corpo em movimento, propagado principalmente pelos *yuppies*, ascendia a nível mundial. Kenneth Cooper desenvolveu um método de treinamento que se tornou o Teste de Cooper, o qual consiste em submeter um indivíduo a uma corrida durante doze minutos ininterruptos, levando em conta sexo e idade. Transcorrido o tempo, marca-se a distância percorrida e compara-se com a seguinte tabela.

| TESTE DE COOPER | | | | | | |
|-----------------|---|---------|---------------|---------------|---------------|---------|
| Idade | | Ótimo | Bom | Regular | Ruim | Péssimo |
| 13-14 | M | 2100+ m | 1700 - 2099m | 1600– 1699 m | 1500 – 1599 m | 1500- m |
| | F | 2000+ m | 1900 – 2000 m | 1600 – 1899 m | 1500 – 1599 m | 1500- m |
| 15-16 | M | 2800+ m | 2500 – 2800 m | 2300 – 2499 m | 2200 – 2299 m | 2200- m |
| | F | 2100+ m | 2000 – 2100 m | 1700 – 1999 m | 1600 – 1699 m | 1600- m |
| 17-20 | M | 3000+ m | 2700 – 3000 m | 2500 – 2699 m | 2300 – 2499 m | 2300- m |
| | F | 2300+ m | 2100 – 2300 m | 1800 – 2099 m | 1700 – 1799 m | 1700- m |
| 20-29 | M | 2800+ m | 2400 – 2800 m | 2200 – 2399 m | 1600 – 2199 m | 1600- m |
| | F | 2700+ m | 2200 – 2700 m | 1800 – 2199 m | 1500 – 1799 m | 1500- m |
| 30-39 | M | 2700+ m | 2300 – 2700 m | 1900 – 2299 m | 1500 – 1899 m | 1500- m |
| | F | 2500+ m | 2000 – 2500 m | 1700 – 1999 m | 1400 – 1699 m | 1400- m |
| 40-49 | M | 2500+ m | 2100 – 2500 m | 1700 – 2099 m | 1400 – 1699 m | 1400- m |
| | F | 2300+ m | 1900 – 2300 m | 1500 – 1899 m | 1200 – 1499 m | 1200- m |
| 50+ | M | 2400+ m | 2000 – 2400 m | 1600 – 1999 m | 1300 – 1599 m | 1300- m |
| | F | 2200+ m | 1700 – 2200 m | 1400 – 1699 m | 1100 – 1399 m | 1100- m |

(Tabela 01: Teste de Cooper. Fonte: http://pt.wikipedia.org/wiki/Teste_de_Cooper. Acesso: 30/09/2013, 22h00)



Figs. 10 e 11: vídeos de ginástica da atriz Jane Fonda lançados na década de 1980, um deles remasterizado em DVD. Fonte: Google.

Contudo, não foi apenas a atriz Jane Fonda que teve uma importante participação na constituição da cultura do *fitness* em termos globais. No Brasil, de acordo com Siqueira & Faria (2007), outras atrizes, hollywoodianas e brasileiras, exerceram grande influência sobre o ideal de beleza feminina brasileira a partir da década de 1950, por meio da mídia escrita e dos programas de rádio e televisão:

Nos anos 1950, as novas revistas voltadas para o público feminino eram freqüentemente ilustradas com fotografias de atrizes do cinema europeu e norte-americano, vencedoras de concursos de *miss* ou de beleza, vedetes do teatro de revistas, atrizes das chanchadas e rainhas do rádio. Criadas naquela época [as revistas] *Cinelândia*, *Querida*, *Capricho* estão entre as publicações em que os conselhos de beleza são recomendados por estas mulheres-mito: Gina Lollobrigida, Sophia Loren, Marilyn Monroe, Martha Rocha. Como escreveu Sant'Anna (1995: 128), mulheres que aconselhavam outras mulheres, ensinando, de modo informal e didático, “como é bom, fácil e importante se fazer bela, dia após dia”. (SIQUEIRA & Faria, 2007, p. 177, grifos das autoras).

Soma-se à análise de Landa, além da medicina e da publicidade, também a mídia de massa que se tornou o caminho obrigatório pelo qual deveriam passar os discursos e as narrativas da assim chamada “boa forma” (*fitness*), consolidando, assim, a indústria do *fitness* (LANDA, 2009) e o “mercado do músculo” (SIQUEIRA & FARIA, 2007, p. 177) como uma “fatia do mercado relativa ao ferro, às vitaminas e ao suor, produzindo tanto aparelhos de musculação quanto suplementos nutricionais, ou ainda publicando revistas especializadas sobre boa forma, saúde, regimes alimentares e desenvolvimento corporal” (idem).

Trata-se, portanto, da propagação e fixação, em termos globais, entre as décadas de 1970 e 1990, do ideário de esporte norte-americano como observado por Courtine (2005, p. 89) e corroborado por Landa (2009): um ideário fundado na ética do trabalho e no espírito de acumulação de riqueza trazidas pelos Puritanos, para os quais “os exercícios físicos eram instrumentos para preservar a saúde desta comunidade religiosa” (LANDA, 2009, p. 08, tradução nossa), dado que “é sobre o fundo desta genealogia *religião-saúde-comércio* que se inscreve sempre a racionalidade das práticas contemporâneas do corpo americano” (COURTINE, 2005, p. 89).

É possível, então, afirmar que, sociologicamente, o *fitness* consiste em uma trama de forças e mecanismos de ordem cultural, política, social e histórica que visa à objetivação de

determinados discursos, notadamente os da medicina, da indústria do *fitness* e do mercado da moda, conforme apontado por Courtine (2005), Siqueira & Faria (2007) e Landa (2009). A cultura do *fitness* se relaciona, portanto, tanto à história da ginástica, por meio da popularização dos exercícios aeróbicos, quanto ao desenvolvimento da sociedade de consumo, sobretudo a partir da segunda metade do século XX, tendo a sido a responsável por ampliar o alcance dos discursos médicos de saúde, higiene e beleza para a todas as sociedades consideradas capitalistas, por meio da mídia.

3.2. O *wellness* e a mídia

A cultura do *fitness*, de acordo com Siqueira & Faria (2007, p. 181), atingiu seu ápice na década de 1980, o que é corroborado por Courtine (2005, p. 83), Furtado (2009) e Landa (2009). A década de 1990, com base nesses autores, pode ser considerada um período de transição no qual a indústria do *fitness* e o mercado do músculo, juntamente ao mercado da moda, lograram o êxito de se tornarem os arautos do culto ao corpo, assistindo ao crescimento vertiginoso do seu nicho de mercado (cf. FURTADO, 2009, p. 04) e renovando uma fórmula bem antiga: limpeza/perfeição = saúde/beleza (CASTRO, 2007, p. 68). Esta fórmula vem do início do século XX, quando os médicos higienistas e a indústria cosmética se apropriam das imagens das atrizes cinematográficas norte-americanas em destaque para popularizar esse discurso (idem).

Em verdade, é possível afirmar, com base nas análises realizadas anteriormente, que as raízes dessa “fórmula milagrosa” se encontram já no século XIX, quando a medicina e a biologia criaram as concepções de corpos doentes e corpos sadios (cf. STIKER, 2009, p. 348-370)²¹. Na década de 1990, entretanto, essa fórmula se desenvolveu para uma noção que somente se tornaria preocupação cotidiana dos indivíduos na virada para o novo milênio: o *wellness*. Nas palavras de Siqueira & Faria (2007), “parece que, ao lado do exercício intenso antes exigido do corpo, agora também é preciso adotar a preocupação com seu bem-estar físico e mental, ou seja, uma passagem discursiva do *fitness*, preocupação dos anos 1980, para o *wellness* — o bem-estar físico e mental —, preocupação dos anos 2000” (SIQUEIRA & FARIA, 2007, p. 180).

Assim como o *fitness*, o termo *wellness* não possui tradução exata para o idioma português. O mais próximo que se pode chegar de uma tradução, de acordo com Castro (2007, p. 88-89), Siqueira & Faria (2007, p. 181), Landa (2009) e Furtado (2009, p. 08), seria algo

²¹ Ver p. 23-25.

próximo a um bem-estar físico e mental ou a ter “qualidade de vida”, conotando uma preocupação não somente com a parte externa do corpo, mas também com sua dimensão interior, a qual não pode ser confundida com sua anatomia interna, uma vez que não são os órgãos ou a estrutura músculo-esquelética do corpo que necessitam de especial atenção, mas a mente e o espírito que necessitam de paz e harmonia.

O *wellness* engloba o *fitness*. [...] O condicionamento físico não deixa de ser enfatizado, porém, é trabalhado em perspectivas mais amplas visando à qualidade de vida e bem-estar. A estética não deixa de ser enfatizada, porém, é levada em consideração a saúde nessa busca pela estética. Assim, nas academias que seguem o *wellness* como paradigma, os professores se preocupam em transmitir conhecimentos, explicando para os alunos, por exemplo, prejuízos que podem causar a prática em excesso, os problemas do uso de anabolizantes, a importância da alimentação adequada, entre outras práticas. Dessa forma, o *fitness* não deixa de ser trabalhado, mas fica subsumido ao *wellness*. (FURTADO, 2009, p. 08, grifos do autor).

De fato, a categoria do *wellness* é de difícil definição porque, em primeiro lugar, relaciona a parte física do corpo com o universo abstrato da subjetividade humana, englobando inclusive a categoria de *fitness* (FURTADO, 2009, p. 08). E, em segundo lugar, porque não há consenso entre as diferentes vertentes científicas que analisam e definem o termo. Para a nutrição, o *wellness* é determinado por uma alimentação considerada saudável: maior quantidade de frutas, legumes e verduras/ menor consumo de carboidratos, gorduras e açúcares.

A expressão “qualidade de vida” tem várias vertentes, que compreendem desde um conceito popular, amplamente utilizado na atualidade – em relação a sentimentos e emoções, relações pessoais, eventos profissionais, propagandas da mídia, política, sistemas de saúde, atividades de apoio social, dentre outros –, até a perspectiva científica, com vários significados na literatura médica. Em relação a seu emprego na literatura médica, o termo qualidade de vida vem sendo associado a diversos significados, como condições de saúde e funcionamento social. Qualidade de vida relacionada à saúde (*healthrelated quality of life*) e estado subjetivo de saúde (*subjective health status*) são conceitos relacionados à avaliação subjetiva do paciente e

ao impacto do estado de saúde na capacidade de se viver plenamente. O grupo de estudiosos em qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (OMS), *The WHOQOL Group*¹³, propõe um conceito para qualidade de vida subjetivo, multidimensional e que inclui elementos positivos e negativos: “qualidade de vida é a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. É um conceito amplo e complexo, que engloba a saúde física, o estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais, as crenças pessoais e a relação com as características do meio ambiente. Nesse sentido, a qualidade de vida reflete a percepção que têm os indivíduos de que suas necessidades estão sendo satisfeitas ou, ainda, que lhes estão sendo negadas oportunidades de alcançar a felicidade e a auto-realização, com independência de seu estado de saúde físico ou das condições sociais e econômicas. (PEREIRA et al., 2006, p.27, grifos dos autores).

A educação física, por sua vez, enfoca o bem-estar a partir da atividade física moderada e regular, seja pela prática de esportes ou pela frequência às academias de ginástica. A medicina trata o *wellness* como parte integrante e necessária à saúde do organismo e que, portanto, deve ser atingida por meio do equilíbrio entre alimentação saudável, prática regular de exercícios físicos, descanso adequado etc.

Quando se pensa e fala em qualidade de vida, é importante também observar as modificações que se processaram nos últimos 20 anos nos conceitos de exercício e saúde. Enquanto nos anos 70 e 80 o principal era correr e buscar o condicionamento físico (*fitness*), nos anos 90 passaram a ser mais valorizadas a caminhada e a qualidade de vida (*wellness*). (DE ROSE, 1997, p. 74, grifo do autor).

Nenhuma dessas vertentes científicas exclui as outras, na verdade elas convergem no sentido de tomarem o *wellness* como um elemento necessário ao corpo. No entanto, as definições do conceito se apresentam vagas ou excessivamente genéricas, englobando inclusive elementos que não tendem a se relacionar diretamente com o corpo, como as escolhas de atividades culturais, o tipo de literatura que se consome, o tipo de entretenimento que se busca etc. No plano empírico, o termo “bem-estar” é recorrente nas falas dos

freqüentadores das academias pesquisadas, mas aparece, sobretudo, no discurso dos proprietários e professores dessas academias.

Esses discursos de “bem-estar” se consolidam por intermédio da mídia que se coloca como via obrigatória para sua naturalização entre os indivíduos. A figura central desse contexto é a do jornalista que produz os programas televisivos e as reportagens escritas ou gravadas a respeito do *wellness*:

A produção jornalística se estabelece como *locus* privilegiado para divulgação de informação relacionada ao corpo, a padrões de beleza e a um *ethos*. A presença de especialistas multiplica-se nas publicações em depoimentos sobre variados assuntos, garantindo credibilidade no discurso construído — afinal, não é o jornalista quem fala, mas um terceiro, alguém aparentemente desinteressado, um conhecedor do assunto que se pronuncia. (SIQUEIRA & FARIA, 2007, p. 180, grifos das autoras).

Atualmente, vários dos canais televisivos tanto abertos quanto fechados possuem no seu quadro programático diário ao menos um programa que se refira ao *wellness*. Na década de 1990 e na primeira década dos anos 2000, de acordo com o acervo pesquisado no site de algumas emissoras de televisão, esses programas eram apresentados nos períodos matutino ou vespertino e eram direcionados exclusivamente às mulheres. Começaram a ser veiculados pela extinta Rede Mulher²², a qual foi pioneira em tratar na sua rede de programação sobre assuntos referentes ao *wellness*, porém direcionados às mulheres. Os programas “Passo a Passo” e “Estilo Saúde” eram ambos apresentados pela *personal trainer* brasileira Solange Frazão, com dicas de exercícios físicos e alimentação. Posteriormente, entre o final da década de 1990 e a primeira década do novo milênio, as demais emissoras abertas passaram, gradativamente, a incorporar em suas programações esse tipo de entretenimento voltado para o *wellness*.

Embora ainda exista, na contemporaneidade, algum apelo para o público feminino, esses programas não se direcionam exclusivamente às mulheres e as discussões giram sempre em torno do volátil conceito de “bem-estar”. O caso mais emblemático é o do programa “Bem Estar”²³, apresentado pela Rede Globo, que vai ao ar de segunda a sexta-feira entre 10h00 e 11h00. Em cada dia, diversos especialistas, sobretudo médicos, nutrólogos e educadores

²² Sobre a história da Rede Mulher, ver http://pt.wikipedia.org/wiki/Rede_Mulher, acesso em 07/10/2013, as 20h50min.

²³ <http://g1.globo.com/bemestar/>. Acesso em 07/10/2013, as 20h57min.

físicos, falam no programa ou são entrevistados sobre temas que tenham algum tipo de relação com uma definição de qualidade de vida que engloba, basicamente, um discurso rico em benefícios de uma alimentação saudável associada à prática regular de exercícios físicos. Há outros programas semelhantes em diversas redes televisivas, abertas ou fechadas, que se situam na mídia do *wellness*, como o “Programa da Tarde”²⁴, exibido diariamente pela TV Record entre 14h30 e 17h15, o qual, embora se defina como um programa de variedades, traz assuntos relacionados ao *wellness*; e o programa “Você Bonita”²⁵, apresentado pela TV Gazeta, diariamente, a partir das 12h30.

Tanto a análise midiática de Castro (2007, p. 45-57) quanto a de Siqueira & Faria (2007), convergem no sentido de que a mídia, embora não seja responsável pela construção de gostos e discursos, certamente é o caminho necessário através do qual os discursos corporais da medicina, da nutrição e da educação física devem passar para se consolidarem na contemporaneidade. Castro (2007), embora não faça menção diretamente à palavra *wellness*, analisa duas grandes publicações impressas brasileiras, tanto do momento *fitness* (1970-1990) quanto do momento *wellness* (1990-2000), que foram as revistas “Corpo a corpo” e “Boa forma”. Mais do que as publicações em si, a autora analisa o mercado e a indústria que se construíram e se consolidaram em torno dos ideais de corpo ao longo de quase quatro décadas.

De acordo com a autora, esses manuais de *wellness* vem adquirindo importância nos últimos anos porque “a imprensa escrita vem se consolidando como espaço privilegiado para divulgação de informações relativas ao corpo, recorrendo ao especialista — profissional que tem espaço e sucesso garantidos em revistas femininas — para dar dicas acerca dos cuidados com o corpo no campo da sexualidade, moda, dieta, beleza e exercícios físicos” (CASTRO, 2007, p. 49). A presença e a importância da fala profissional, tanto na mídia impressa quanto na mídia virtual e televisiva, de fato, é um paradigma porque é, em última instância, a palavra da ciência, esta que é a autoridade maior em todos os aspectos da vida humana.

No mesmo sentido de Castro, a análise de Siqueira & Faria (2007) incide sobre seis revistas, que cobrem, também, os períodos de *fitness* e *wellness*: “Claudia”, “Nova”, “Boa Forma”, “Saúde”, “Bons fluidos” e “Revista O Globo”. As autoras, ao analisarem essas revistas, perceberam o desenvolvimento do culto ao corpo ao longo de, fundamentalmente, três momentos: o primeiro deles, de 1960 a 1980, foi o período do que as autoras chamam de “corpo natural, com poucos artifícios para ser reconhecido como belo” (SIQUEIRA &

²⁴ <http://entretenimento.r7.com/programa-da-tarde/programa/>. Acesso em 07/10/2013, as 20h56min.

²⁵ <http://vocebonita.tvgazeta.com.br/>. Acesso em 07/10/2013, as 20h55min.

FARIA, 2007, p. 181). O segundo momento observado pelas autoras, que engloba as décadas de 1980 e 1990, seria o do “corpo marombado, na gíria da época, aquele de músculos definidos e bastante aparentes, resultado do *fitness*” (idem). E o terceiro momento, a partir dos anos 2000, seria o momento do corpo “maromba-zen”, uma gíria que “designaria um novo tipo de atividade física na qual a musculação e a ginástica dos anos 1980 seriam substituídas pela proposta de um corpo ‘definido’, com músculos exercitados associados à sensação de bem-estar e prazer” (idem).

Em outras palavras, seja impressa, virtual ou televisiva, a influência midiática sobre os corpos, sobre os gostos e sobre os estilos dos indivíduos causa um impacto que determina, senão os corpos, gostos e estilos em si, as narrativas capazes de apresentar um arcabouço de elementos, limitados é preciso pontuar, para que um indivíduo se inscreva, ou ao menos tente se inscrever, nos parâmetros corporais que se encontram a todo o momento diante de seus olhos.

O momento do corpo “maromba-zen”, conforme entendido pelas autoras — que seria o momento atual —, no entanto, está diretamente relacionado a um lugar bastante específico das grandes cidades e que, conforme explicitado anteriormente, adquiriu um lugar importante, tanto do ponto de vista individual e social, quanto do ponto de vista do mercado do corpo: a academia de ginástica. Tanto o *fitness* quanto o *wellness*, adquirem um status particularmente importante no cotidiano dos indivíduos a partir do desenvolvimento e do avanço das academias de ginástica nas grandes metrópoles desde o início dos anos 1990.

3.3. A academia de ginástica: *maromba* e *wellness*

Um dos *locus* privilegiados do culto ao corpo, a academia de ginástica ocupa, na contemporaneidade, um *status* importante diante da sociedade ao mesmo tempo em que se constitui como um nicho de mercado que se mostra, desde o início da década de 1990, bastante rentável. Furtado (2009), corroborando as análises de Courtine (2005), Castro (2007) e Landa (2009), observa que a academia de ginástica é um fenômeno recente:

A academia de ginástica como um espaço para a realização de práticas corporais é algo novo. De acordo com Nobre (1999), o termo “academia” apenas foi se estabelecer definitivamente, no Brasil, no início da década de 1980. Porém, o mesmo autor pondera informando que espaços semelhantes, mas com outros nomes como “Institutos de Modelação Física”, “Centros de Fisiculturismo”, “Clubes de Calistenia”, dentre outros, já existiam há mais

tempo. Ribeiro (2004) mostra que, em Goiânia, a primeira academia instalada chamava Academia de Halterofilismo Músculo y Poder, inaugurada em 1957. (FURTADO, 2009, p. 02).

Atualmente, a academia de ginástica oferece aos indivíduos que a procuram variados meios para uma construção corporal, para uma construção da imagem, em outras palavras, para o empreendimento do *fitness*. Ela proporciona ao praticante de exercícios físicos mecanismos que lhe permitem exercer um domínio da imagem não somente no âmbito da academia, mas também fora dela. Ao mesmo tempo, a academia vem se consolidando, desde o início dos anos 2000, como um *locus* de fundamento do *wellness*, porque, juntamente com os mecanismos relacionados ao *fitness* como a musculação, as ginásticas localizadas e os alongamentos, ela oferece, também, um vasto arcabouço que visa ao “bem-estar”, à qualidade de vida e ao sentimento de prazer.

Assim, o ser humano que participa do universo da academia de ginástica, mesmo aquele que não tende a criar uma conexão muito profunda com o estabelecimento, se torna elemento de diferenciação em variados grupos sociais pela sua simples presença, a qual leva em si uma imagem esteticamente construída juntamente à propagação de um discurso de “bem-estar”, o que se consolida não apenas na fala dos nativos da academia, mas encontra lastro de existência na mídia impressa, virtual e televisiva. Nessa perspectiva, mais do que *fitness* e *wellness*, a academia de ginástica oferece, ainda, um amplo espaço onde é possível congrega diferentes valores, necessidades, crenças, aspirações etc

A academia de ginástica, portanto, em última análise, enquanto um estabelecimento comercial, possui um nicho de mercado para o qual vende um produto. Essa mercadoria, na contemporaneidade, não se limita apenas ao corpo “marombado”, mas vai além oferecendo um corpo “maromba-zen” (SIQUEIRA & FARIA, 2007, p. 181): tonificado, delineado, musculado, mas repleto de prazer, transbordante de “bem-estar”, portanto, indispensável ao indivíduo para que se tenha “qualidade de vida”. Esses “produtos” estão diariamente à disposição dos indivíduos que, a cada clique no controle remoto, ou no mouse ou a cada virada de página de uma revista, são compelidos, impulsionados, influenciados a buscarem esse corpo “maromba-zen”.

Martins et al. (2011), definem a academia de ginástica nos seguintes termos:

Academias de ginástica, segundo a definição dos descritores em Ciências da Saúde (DeCS, 2004) e de acordo com Lollo (2004, pg. 1/1), “são instalações

que têm programas que pretendem promover e manter um estado de bem-estar físico para ótimo desempenho e saúde”. Já Toscano (2001, pg. 41) conceitua as academias de ginástica como “centros de atividades físicas onde se prestam serviços de avaliação, prescrição e orientação de exercícios físicos, sob supervisão direta de profissionais de educação física” (MARTINS et al., 2011, p. 09-10).

As academias de ginástica, portanto, são historicamente contemporâneas ao desenvolvimento das categorias de *bodybuilder*, fisiculturismo e culturismo, tratadas no capítulo anterior, as quais são vertentes do *fitness* e do *wellness* e, exatamente por essa razão, todos os elementos resultantes dessas vertentes do culto ao corpo estão congregados dentro das academias de ginástica. Aparelhos de ginástica, aparelhos de musculação, halteres, barras fixas e móveis, aulas de ginástica aeróbica e localizada, alongamentos, lutas marciais orientais, são alguns dos elementos que se inscrevem no *bodybuilding*, no fisiculturismo e no culturismo, os quais se alinham à vertente da “maromba” ou ao *fitness*. Por sua vez, existem ainda os elementos da vertente “zen”: aulas de ioga, tai-chi, pilates, *body balance* etc (cf. CASTRO, 2007).

Assim, embora deva-se sublinhar que não se trata de uma evolução no sentido linear, é possível argumentar que a academia de ginástica é um *locus* de aglutinação desses elementos porque é a herdeira do paradigmático culto ao movimento que tem suas bases no século XIX (cf. VIGARELLO, 2005)²⁶ e que se desenvolve ao longo do século XX na vertente do *fitness* e, a partir do início do século XXI, na vertente do *wellness*. Dito de outra maneira, trata-se de um ambiente que agrega as diferentes vertentes de culto ao corpo.

Essa afirmação está contida, conforme demonstrado, nos escritos de Courtine (1995), que trata da cultura *yuppie* da década de 1980 nos Estados Unidos e seus impactos na cultura do fisiculturismo que se desenvolveu na década seguinte; Sabino (2000), que faz um estudo sobre a cultura dos marombeiros ao longo da década de 1990 no Rio de Janeiro; Castro (2007), que verifica o surgimento, a evolução e os impactos das revistas de moda e estética ao longo dos anos 1980 e 1990 no Brasil; Oliveira (2012), que apresenta uma abordagem dos *shopping centers* e academias de ginástica na Avenida América no Rio de Janeiro pela perspectiva de templos de consumo e amalgamento em torno da idéia de comunidade; Lessa (2012), que apresenta um excelente estudo sobre as marcações de gênero que dificultam o treinamento e a competição das atletas fisiculturistas brasileiras. Também Siqueira & Faria

²⁶ Ver p. 63-64.

(2007) e Landa (2009) que tratam do nascimento e desenvolvimento da cultura do *wellness*, as primeiras no Brasil e a segunda na Argentina e Espanha.

Em todos esses estudos, pesquisas extremamente importantes que contribuíram significativamente para a compreensão das questões relacionadas ao corpo humano entre o final do século XX e a primeira década do século XXI, as academias de ginástica aparecem como um *locus* privilegiado do culto ao corpo nas suas diferentes modalidades. Esses autores e autoras são unânimes em validar a importância da academia de ginástica e possivelmente a principal razão dessa valorização é brilhantemente sintetizada em uma emblemática fala de Courtine: “o músculo marca. Ele é um dos modos privilegiados de visibilidade do corpo no anonimato urbano das fisionomias” (COUTINE, 2005, p. 83).

Mais do que marcar, o corpo “maromba-zen”, na contemporaneidade, parece reverberar: um determinado estilo corporal que se apresenta via mídia é rápida e assustadoramente reproduzido em diversas partes do Globo, independentemente de barreiras físicas ou ideológicas. Isso demonstra que o corpo, atualmente, se concretiza na sua atualidade e não na sua realidade conforme demonstra Lévy (2009):

Estamos ao mesmo tempo aqui e lá graças às técnicas de comunicação e de telepresença. Os equipamentos de visualização médicos tornam transparente nossa interioridade orgânica. Os enxertos e as próteses nos misturam aos outros e aos artefatos. No prolongamento das sabedorias do corpo e das artes antigas da alimentação, inventamos hoje cem maneiras de nos construir, de nos remodelar: dietética, *bodybuilding*, cirurgia plástica. [...] Da socialização das funções somáticas ao autocontrole dos afetos ou do humor pela bioquímica industrial, nossa vida física e psíquica passa cada vez mais por uma “exterioridade” complicada na qual se misturam circuitos econômicos, institucionais e tecnicocientíficos. [...] A virtualização dos corpos que experimentamos hoje é uma nova etapa na aventura de autocriação que sustenta nossa espécie. (LÉVY, 2009, p. 27, grifo do autor).

Real e virtual são duas categorias que migraram da filosofia para o universo cibernético e, posteriormente, para o cotidiano dos seres humanos com o avanço da informática. De acordo com Lévy (2009), “a palavra virtual é empregada com frequência para significar a pura e simples ausência de existência, a realidade supondo uma efetuação material, uma presença tangível” (LÉVY, 2009, p. 15). De acordo com o autor, real e virtual não se opõem porque estão sempre em uma relação de simbiose: o virtual é real porque ambos

são possíveis (cf. LÉVY, 2009, p. 15). Assim, uma vez que real e virtual são possibilidades e esse fator não os coloca em oposição, o virtual se opõe ao atual porque a atualização se constitui como todo problema que a virtualização não é capaz de solucionar: “o virtual é como o complexo problemático, o nó de tendências e forças que acompanha uma situação, um acontecimento, um objeto ou uma entidade qualquer, e que chama um processo de resolução: a atualização” (LÉVY, 2009, p. 16).

De acordo com Fraga & Finco (2012), essa experiência de atualização do corpo virtual tem suas raízes no desenvolvimento dos jogos de videogame de arcada²⁷ (*arcade games*) e na ficção científica cinematográfica, entre os anos 1960 e 1980. Segundo os autores, “a partir dos anos 1980 a produção cinematográfica norte-americana encontrou uma nova proposta de filmes: utilizar a ficção científica dentro dos jogos de arcada e de videogames” (FRAGA & FINCO, 2012, p. 67). Esse mecanismo de interação entre virtual e atual que revolucionou a indústria do cinema, ressignificou, também, a interação entre os seres humanos ao gestar, nos anos 1980, uma forma de interação humano/máquina que, nos anos 1990, iria revolucionar a concepção de exercício e interação. Assim, “a partir dos anos 1990, os jogos eletrônicos trouxeram novas possibilidades: jogar e se exercitar ao mesmo tempo” (idem, p.74).

O corpo, assim, passou de um momento de simulação, trazida pela junção dos jogos de arcada com a ficção científica cinematográfica entre os anos 1960 e 1980, para um momento de performance *in loco*, no qual um corpo performático se situa ele próprio em uma simulação a partir da década de 1990.

Muitos jogos passaram a simular esportes, como futebol, golfe e até dança, aproximando cada vez mais os usuários de movimentos reais junto a utilização dos videogames. O *Dance Dance Revolution* — DDR (tapete de dança) é um desses exemplos, no qual um dispositivo no formato de uma matriz de dimensões 3m x 3m podia ser utilizado para controlar os locais onde o usuário colocava seus pés em jogos relacionados à dança. (FRAGA & FINCO, 2012, p. 76, grifo dos autores).

Tendo como base as perspectivas desses autores, é possível tomar o corpo em relação aos indivíduos na mesma concepção: o corpo real, aquele que o indivíduo possui de imediato,

²⁷ De acordo com Fraga & Finco (2012, p. 65), os jogos de arcada foram as primeiras plataformas digitais de jogos de fliperama que, posteriormente, deram origem aos videogames. Tratam-se de jogos de simulação de situações em que o jogador tem a ilusão do controle, comandando as ações através de comandos e joysticks. Ver também: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Arcade>. Acesso em 09/10/2013, as 10h22min.

seja ele compatível ou não com as tendências midiáticas, já é uma possibilidade constituída assim como o corpo virtual, aquele que a mídia, por meio dos discursos da medicina, da nutrição e da educação física apontam ser o ideal. Ambos são possíveis e existem, mas do ponto de vista do indivíduo que quer tornar possível para si um corpo virtual e possuir, digamos, um corpo modelo nos termos de Siqueira & Faria (2007, p. 179), há um problema: transformá-lo ou, em outras palavras, atualizá-lo para uma forma diferente do que possui. As academias de ginástica, nesse sentido, proporcionam vários elementos para que o indivíduo torne atual para si o corpo que se mostra virtual, do *fitness* ao *wellness*.

Esse corpo, atualizado pelas simulações de movimento da academia de ginástica nos aparelhos de musculação, nas aulas de ginástica aeróbica e localizada, nos alongamentos etc, e pela mídia, por meio dos discursos de “bem-estar” e “qualidade de vida”, se torna um corpo performático, como se o cotidiano de um indivíduo fosse uma grande simulação na qual o corpo é o centro dessa performatividade. Portanto, Courtine (2005, p. 83) aponta, com razão, que o músculo marca porque o corpo musculado garante algum *status* de visibilidade a um indivíduo e lhe permite marcar, também, sua presença porque um corpo musculado não passa despercebido na multidão. No entanto, é possível atualizar sua fala: além de marcar, o corpo ecoa, reverbera, porque se atualiza constantemente no decorrer das épocas conforme uma cultura e uma sociedade também se atualizam, transformando esse corpo em objeto de culto.

Não obstante, as falas dos frequentadores e frequentadoras das academias pesquisadas demonstram que a apreensão do corpo como objeto de culto não se caracteriza, necessariamente, como um objetivo partilhado por todos os frequentadores a priori. Apesar de toda a influência midiática, a pesquisa empírica demonstra que a necessidade de construção de uma imagem específica e o ideal de possuir um corpo modelo, se tornam metas conforme o indivíduo estabelece mecanismos de reconhecimento não somente com um corpo moldado, mas com o ambiente, com os demais frequentadores, com as ondas de consumo relacionadas ao corpo, em outras palavras, quando esse indivíduo estabelece vínculos com o universo da academia que o conduzem as noções de moda, estética e, evidentemente, que são atalhos para o culto ao corpo.

Faz-se necessário, neste momento, mergulharmos no universo empírico da academia para observarmos em que medida operam os mecanismos que possivelmente fazem a ligação entre um indivíduo, a mídia e a academia de ginástica.

**II. MARCAS DO CAMPO: OS
FREQUENTADORES NÃO SE
CONSIDERAM FISICULTURISTAS**

Anteriormente, procuramos demonstrar, do ponto de vista teórico, os aspectos que orbitam em torno da academia, aqueles que diríamos estarem no exterior do ambiente e que integram o que podemos denominar uma cultura corporal, construída principalmente a partir dos discursos da medicina, da educação física e da nutrição. Definimos e problematizamos as denominações *bodybuilder*, fisiculturismo e culturismo e procuramos, de maneira sucinta, mas suficientemente clara, demonstrar as principais transformações pelas quais passou o corpo ao longo da história, problematizando essas transformações a partir da sociologia.

Apontamos, ainda, a influência midiática na construção das narrativas corporais da contemporaneidade, sobretudo a partir dos discursos do *fitness* e do *wellness* — os quais fazem subsumir os da medicina, da educação física e da nutrição —, inerentes à constituição e a consolidação das academias de ginástica entre as décadas de 1960 e 1990, lançando o foco da análise sobre os novos valores corporais que passaram a ser incorporados à agenda cotidiana da sociedade e dos indivíduos. Uma vez que foi dado o devido espaço à teoria, cumpre agora apresentarmos o campo com o objetivo de observarmos o ponto de vista nativo.

4. Critérios de seleção das academias e dos interlocutores

4.1. Seleção das academias

Selecionamos três academias de ginástica da cidade de São Carlos-SP, uma situada em uma região considerada periférica na zona sul; uma intermediária entre centro e periferia; e uma localizada perto da saída da cidade, na zona norte. Em respeito aos estabelecimentos e pessoas entrevistadas, os nomes dos estabelecimentos pesquisados não serão revelados, sendo apenas mencionados como academias “A” (periferia), “B” (intermediária) e “C” (zona norte). Observamos três critérios de escolha para chegarmos a essa divisão tripartite: 1) o tempo de atuação da academia na cidade; 2) se há ou não um público alvo; 3) localização da academia.

O tempo de atuação da academia na cidade pode ou não demonstrar se ela passou pelos períodos de *fitness* e *wellness*, o que é de fundamental importância para esta pesquisa. Entre as academias pesquisadas a mais recente é a academia “A” a qual iniciou suas atividades no ano de 2011, possuindo tanto a parte da musculação quanto o espaço específico para a ginástica aeróbica. Comparada às outras duas, a academia “A” é de porte pequeno, sendo utilizada principalmente pelo público que reside mais próximo a ela, mas não somente. Além da musculação e aeróbica, oferece algumas artes marciais em determinados dias da semana e não costuma funcionar aos finais de semana, funcionando de segunda a sexta das 09h00 as 20h00.

A academia “B” é um pouco mais antiga em relação à academia “A”, tendo iniciado suas atividades em 2005. No princípio, de acordo com os proprietários, o estabelecimento era pequeno e somente oferecia musculação, algumas artes marciais e aulas aeróbicas coreografadas pelos próprios professores. Com o passar do tempo, a academia cresceu como empresa e se filiou à *Body Systems*, migrando para um local um pouco maior em 2007 e oferecendo as aulas coreografadas por esse sistema. Em 2009, a academia se transferiu para um local ainda maior e em 2012 mudou para o local atual, situado a meio caminho entre centro e periferia — na verdade, mais para o centro do que para a periferia —, na rua que liga a Marginal ao centro da cidade. Atualmente, a academia “B” conta com um grande espaço, oferecendo aulas aeróbicas e musculação, um amplo estacionamento, uma cantina recentemente instalada e o serviço “Sala Kids”, um espaço na própria academia para os pais deixarem seus filhos aos cuidados de uma pedagoga enquanto treinam. Seu horário de funcionamento é das 06h00 as 2h00, de segunda a sexta, e aos sábados das 14h00 as 17h00.

A academia “C” é mais antiga entre as pesquisadas e uma das mais antigas da cidade, tendo iniciado suas atividades no início dos anos 1990, no local onde se encontra atualmente, em um estabelecimento pequeno que foi aumentando suas proporções no próprio local. Também a academia “C” é filiada à *Body Systems*, oferecendo amplos espaços para aulas aeróbicas, musculação e artes marciais, além de natação, serviços de nutrição e venda de suplementos alimentares. Também conta com uma pequena loja de artigos esportivos no próprio local e uma cantina, embora não tenha estacionamento próprio. Funciona de segunda a sexta das 06h00 as 0h00, aos sábados das 14h00 as 18h00 e aos domingos das 09h00 as 12h00.

O critério do público alvo, por sua vez, pode, em primeiro lugar, indicar se há algum tipo de direcionamento para determinadas classes sociais e, em segundo lugar, nos mostrar se academia prioriza mais o *fitness*, o *wellness* ou ambos. A academia “A” não prioriza um grupo social específico, mas por se localizar bastante afastada do centro da cidade é frequentada pelos moradores do bairro onde atua e dos arredores, em sua maioria, estudantes do ensino médio, trabalhadores fabris ou do comércio da cidade. Algumas donas de casa também se exercitam nessa academia, cujo proprietário nasceu e foi criado no mesmo bairro onde seu estabelecimento se localiza.

A academia “B” nunca se situou de fato na periferia e nem no centro. Inicialmente, se localizava na zona leste da cidade e gradativamente está migrando para o centro, conforme demonstra sua trajetória. De fato, essa academia também não prioriza um grupo social específico, mas sua mensalidade é bem mais custosa em relação à academia “A”. No entanto,

oferece diversos programas de treinamento, cada qual com uma forma de pagamento que pode ser à vista, com desconto, ou parcelada em várias vezes. Essa estratégia de venda faz com que o custo mensal caia drasticamente pela oferta de uma gama bastante diversificada de serviços, o que faz que seu público seja constituído por pessoas de todas as classes sociais e de diferentes pontos da cidade. Atualmente, entretanto, pelo fato de se localizar mais próxima ao centro da cidade está começando a ser frequentada por um público de renda mais elevada, embora isso ainda não seja uma regra.

A academia “C”, entretanto, ainda que também não possua um público alvo, é frequentada quase que exclusivamente por estudantes universitários e pessoas de classe média alta e suas mensalidades são, basicamente, na mesma faixa de valor que as da academia “B”, possuindo também uma estratégia de vendas parceladas para uma grande diversidade de produtos.

As três academias selecionadas para a pesquisa possuem elementos de *fitness* e *wellness*. Entretanto, a academia “C” é a que atravessou a transição do *fitness* para o *wellness* e vivenciou as transformações deste último. Algumas vezes, inclusive, ela promove eventos em parceria com a academia “B”, sobretudo nas Semanas dos Lançamentos. Embora a academia “A” seja mais recente, nós a consideramos fruto das transformações do *fitness* e do *wellness* tanto quanto a academia “B”. Observamos no processo de seleção das academias que, embora as academias “B” e “C” tendam a abranger um público de classes sociais economicamente mais abastadas, em se tratando da cidade de São Carlos-SP especificamente, essa marcação não se mostra de maneira clara. Os alunos-frequentadores entrevistados, de fato, são de diferentes classes sociais, ricas ou pobres, uma vez que a prática de exercícios nas academias pesquisadas, conforme demonstraremos, faz subsumir determinadas marcações sociais.

O terceiro e último critério é a localização geográfica da academia na cidade, o qual nos demonstrou que o local em que se instala uma academia, embora, do ponto de vista dos proprietários, possa visar um público específico por causa dessa localização, esse fator não se mostra de maneira clara no plano empírico. A academia “A”, por estar localizada na região da cidade considerada periférica, não implica uma marcação social por classe, mas dificilmente isso faria com que uma pessoa que resida do outro lado da cidade se desloque para frequentá-la. Da mesma maneira, podemos supor que as pessoas que moram na periferia dificilmente se dirigiriam à academia “C”, não tanto pelo valor da mensalidade quanto pelos gastos com transporte ou combustível para se chegar até ela.

No entanto, a peculiaridade reside na academia “B”, a qual está localizada em um ponto intermediário entre centro e periferia, o que facilita a mobilidade urbana e atrai público de diferentes regiões da cidade. Não obstante, mesmo que haja dificuldade de locomoção essa academia disponibiliza condução, em um horário específico da manhã, da tarde e da noite, para que pessoas que residam muito distante da academia possam a ela se dirigir sem problemas de transporte. Assim, mesmo a distância geográfica da academia em relação a determinados bairros não se mostra como um problema e o valor dessa condução é diluído na mensalidade.

A influência, portanto, deste critério, do ponto de vista dos frequentadores, está relacionada a determinados problemas de mobilidade urbana a despeito de marcações sociais que possam selecionar um determinado público alvo. Por outro lado, a localização acaba se tornando um crivo devido ao crescimento testemunhado pela cidade nos últimos catorze anos, o que acaba direcionando a escolha individual por uma ou outra academia, embora não a determine.

4.2. Seleção dos interlocutores

As entrevistas com os nativos, que envolvem tanto alunos-frequentadores quanto proprietários e também pessoas que já frequentaram as academias pesquisadas, foram realizadas por meio dos métodos de entrevista livre e trajetórias de vida. Os nomes dos entrevistados serão fictícios, em respeito a sua identidade e integridade de interlocutores e mediadores do campo. Especificamente as trajetórias de vida se mostraram úteis, uma vez que os frequentadores entrevistados foram unânimes em associar os benefícios do treinamento com determinados momentos de suas próprias vidas.

Utilizamos três critérios para escolha dos nossos interlocutores: 1) há quanto tempo treina ou treinou; 2) principais atividades das quais participa na academia ou fora dela; 3) tempo de treinamento diário. Para as entrevistas com ex-frequentadores, inserimos um critério adicional: 4) motivo pelo qual deixou de treinar na academia. Esses critérios consistiram nos elementos que buscamos extrair das entrevistas realizadas, uma vez que demonstraram se conjugar nas falas dos nossos primeiros entrevistados: os anos de treinamento, as atividades que escolhem participar, o tempo gasto diariamente no treinamento sintetizam elementos presentes com maior força na composição das identidades dos nossos interlocutores. Por esse motivo, figuram como as características principais que buscamos observar.

A academia “A” foi a única, entre as três pesquisadas, em que o *fitness* apareceu com mais proeminência do que o *wellness*, motivo pelo qual nela priorizamos a pesquisa com os

interlocutores da musculação, com o objetivo de encontrar as possíveis motivações das pessoas em priorizar o treinamento de força. Na academia “A” entrevistamos Junior, frequentador e professor da academia; e Beto e Luana, ambos os frequentadores mais antigos dessa academia. São pessoas conhecidas entre os demais frequentadores e amigas de infância do proprietário.

Nas academias “B” e “C”, observamos uma tendência maior em sublinhar as aulas aeróbicas, as quais reinam soberanas no horário das 18h00 as 21h00. Foi perceptível a subsunção do *fitness* ao *wellness*, o que nos motivou a tratarmos da questão da *maromba-zen* nessas duas academias. Na academia “B”, participamos da Balada do Branco e entrevistamos Karina, Tales e Flávia, três frequentadores que estão com a academia desde 2005 e, que, portanto, participaram de todo o processo de transição para o momento atual. São pessoas muito conhecidas na academia e que a frequentam de manhã ou à noite e estão presentes em praticamente todos os eventos de lançamento.

Na academia “C” nosso acesso foi um pouco mais restrito e, de início, os proprietários permitiram que fizéssemos somente três observações. Argumentamos, então, que seriam necessárias mais observações por se tratar de pesquisa acadêmica e o proprietário nos indicou uma frequentadora da sua confiança para nos acompanhar no empreendimento da pesquisa. Assim, a frequentadora Hellen, além de interlocutora, nos conduziu pelo campo e nos permitiu participar de uma de suas rotinas de treinamento, uma aula de *Body Pump*. Ela frequenta a academia “C” desde 1998 e muito desta pesquisa se deve à sua colaboração.

Finalmente, seguindo as indicações dos nossos mediadores do campo, procuramos ex-frequentadores de academias de ginástica e pudemos entrevistar Mônica, Damaris e Regina, ex-frequentadoras, respectivamente, das academias “A”, “B” e “C”. O objetivo dessa etapa da pesquisa empírica foi buscar subsídios para observar de que maneira os indivíduos apreendem o contato com a academia como parte integrante da sua subjetividade, de que forma lidam com esse contato e se isso se estendeu para suas vidas depois de se desvincularem do ambiente.

Passamos, na seqüência, aos dados da pesquisa empírica, apresentando as principais contribuições de nossos mediadores do campo. Conforme observamos no decorrer do desenvolvimento da pesquisa, há duas vertentes de treinamento oferecidas aos indivíduos frequentadores. Por se tratar de uma informação crucial para a nossa compreensão do universo da academia, antes de apresentarmos as falas faremos uma introdução dessas vertentes observadas nas academias pesquisadas e, em seguida, apresentaremos os dados do

campo propriamente ditos. As análises prévias dos dados foram inseridas já nesse capítulo, juntamente com os dados empíricos, e a análise mais aprofundada é apresentada na parte 3.

5. Musculação: o *fitness* diluído²⁸

Nas academias pesquisadas, há, basicamente, duas vertentes de treinamento físico nas quais os indivíduos podem se alinhar. A primeira delas é a musculação ou halterofilismo, em que os indivíduos desenvolvem seu treinamento visando o fortalecimento e obtenção de tônus muscular através da prática da hipertrofia, incrementando o aspecto corporal da força física. Para que um praticante se exercite a partir da musculação, basta passar por uma pequena bateria de testes, na própria academia, os quais incluem histórico de saúde, aferição de pressão arterial, aferição do nível de alongamento, caminhada ou corrida curta etc. Passada a pequena bateria de testes, o educador físico imediatamente conduz o interessado aos aparelhos, orientando que execute os exercícios com menos carga²⁹ em séries mais longas de repetições.

O período que compreende os quinze primeiros dias de treinamento na academia de ginástica é chamado *período de adaptação*. Esse tempo é contado sempre que um indivíduo começa a treinar pela primeira vez em uma determinada academia ou quando o treinamento sofre algum tipo de alteração, mesmo que o praticante seja experiente. Durante esse tempo, não existe uma divisão exata dos exercícios físicos diários que devem ser executados e o treinamento sofre as devidas alterações de acordo com a capacidade de adaptação do indivíduo ao programa de exercícios. Gradativamente, conforme o indivíduo fortalece a musculatura, a carga é aumentada e o treino³⁰ sofre alterações, tanto em termos de quantidade de peso quanto em relação aos movimentos que devem ser executados e aos aparelhos utilizados.

Fundamentalmente, o indivíduo é orientado a exercitar os seguintes grupos musculares: pernas³¹; ombros; costas; peitoral; bíceps; tríceps; e abdômen. Exceto os exercícios abdominais, cada um desses grupos deve ser treinado em um dia diferente, para

²⁸ Todas as informações e definições apresentadas neste tópico foram retiradas dos dados apresentados a partir da observação empírica e das entrevistas.

²⁹ Carga é a designação que se dá a uma quantidade determinada de peso em quilogramas a ser puxada, levantada ou resistida. Mais, carga, portanto, significa aumentar a quantidade de peso e menos carga significa diminuir a quantidade de peso.

³⁰ Treino é a designação que se dá na academia de ginástica para a divisão do treinamento dos grupos musculares.

³¹ No treinamento de pernas, estão diluídos os exercícios para glúteos; quadríceps; bíceps femurais; e panturrilhas.

iniciantes, ou em pares, para os experientes, por exemplo, costas e peitoral no dia “x”; pernas e ombros no dia “y”; bíceps e tríceps no dia “z”. Conforme o indivíduo avança no fortalecimento muscular, outros grupos são agregados a esses, quais sejam: pescoço; trapézios; e antebraços.

Para execução dos movimentos, os indivíduos utilizam: 1) halteres, que são pequenas barras de metal fixadas a uma quantidade específica de carga, cujo peso pode variar entre dois e quarenta quilogramas; 2) aparelhos de musculação, que se caracterizam por polias e barras articuladas, cuja carga pode ser controlada, de acordo com a capacidade do praticante, na escala de dez a cento e vinte quilogramas; e 3) utilizando anilhas de metal, que são pequenas cargas na escala de quinhentos grammas a vinte e cinco quilogramas, avulsas e de forma arredondada, que devem ser presas, proporcionalmente, à direita e à esquerda de uma barra de metal pequena, média ou grande, dependendo do exercício a ser executado.

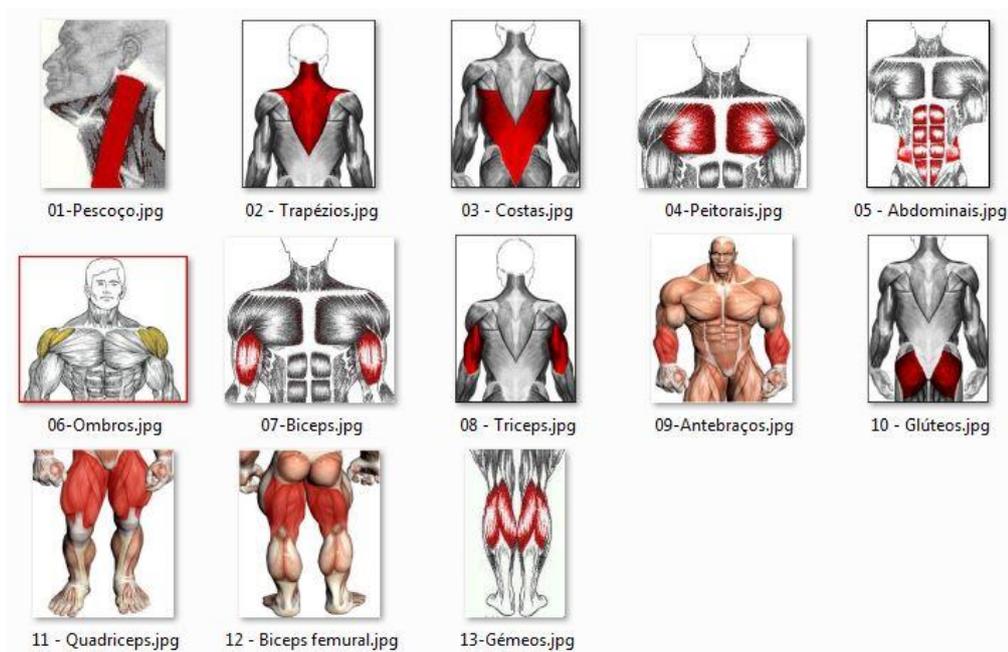


Fig. 12: divisão dos grupos musculares. Fonte: Google.



Fig. 13: anilha de 25kg. Fonte: Google.



Fig. 14: exemplos de halteres. Fonte: Google.



Fig. 15: aparelho de agachamento. Fonte: Google.



Fig. 16: aparelho *crossover*, utilizado para exercícios variados. Fonte: Google.



Fig. 17: aparelho *Peck Deck*, utilizado para exercícios de peitoral e costas. Fonte: Google.



Fig. 18: aparelho Puxador Costas fixo. Fonte: Google.

A cada três meses, em média, todo o treinamento é revisto e diversas alterações podem ser feitas, de acordo com as instruções dos educadores físicos responsáveis por controlar as fichas dos alunos nas academias. Nessas fichas, constam, além dos dados pessoais do aluno-frequenteador, os resultados da bateria de testes realizada sempre que o educador físico responsável julgar necessário; os dias em que o aluno-frequenteador de fato treinou; cada um dos exercícios a ser executado para cada um dos grupos musculares e os respectivos números de séries e repetições; e o período de duração do treinamento.

Quase todos os entrevistados desta vertente, praticantes exclusivamente de musculação, apontaram dois momentos em suas vidas: um antes e um depois. No momento “antes”, os entrevistados frisaram ser obesos, magérrimos, que tinham doenças alimentares ou

que procuraram a academia de ginástica movidos, em primeiro lugar, por orientações médicas e, em segundo lugar, pela pressão social por corpos magros. Eles se consideravam marginalizados diante de determinados parâmetros sociais e encontraram na construção corporal, por intermédio da academia de ginástica, uma forma de transformar suas trajetórias de vida.

No entanto, segundo apontaram as entrevistas, ao passo que esses indivíduos atingiram seus objetivos corporais, sua relação com a academia sofreu mutações e, conseqüentemente, suas percepções em relação ao convívio interior e exterior a academia também se modificaram. Passaram a gostar não apenas do treinamento, mas principalmente das interações sociais que desenvolveram na academia e transformaram o treinamento em uma parte importante de suas vidas. Esse ponto se caracteriza como o momento “depois”, o momento em que não apenas atingiram seus objetivos corporais, como passaram a almejar outras transformações, associando o sucesso dos seus corpos a momentos importantes para suas vidas.

O primeiro entrevistado, Junior, escolhido por seu porte físico avantajado, afirmou não ser fisiculturista. Isso se mostrou um “nó” do campo, uma vez que considerávamos como fisiculturista pessoas que possuíam um corpo musculado. A partir da negativa desse primeiro nativo, observamos que a fala se repetiu em outras entrevistas, o que nos levou a procurar observar porque os alunos-frequentes não se consideravam como tal. Os elementos que encontramos para justificar essa negativa se encontram nas linhas que se seguem.

Junior tem 31 anos de idade, é casado e trabalha como educador físico. Ao contar sua trajetória de vida em relação à academia de ginástica, fez questão de enfatizar que sua vida mudou completamente depois que começou a treinar por recomendação médica. Incentivado pelos resultados que obteve, como melhoria na saúde e condicionamento físico, aumento considerável da massa muscular e também pelas relações de amizade que estabeleceu no ambiente, se interessou pela área e se formou profissional da educação física. Na época da entrevista, sua esposa esperava o primeiro filho e Junior fez questão de mencionar que especialmente esse acontecimento teve a ver com a academia de ginástica:

Eu e a minha esposa estamos esperando nosso primeiro filho e eu acho que esse é o prêmio por eu ter acreditado e seguido em frente, mesmo com toda aquela dificuldade. A academia me ajudou muito a eu ser quem eu sou hoje. Claro, eu devo muito a mim mesmo né, pela força de vontade e determinação, mas eu acho que se eu não tivesse me encontrado na

academia, eu não teria chegado tão longe como eu acho que cheguei. E... né, enfim, eu acho que o meu filho é, também, um fruto de tudo que aconteceu na minha vida por causa da academia (Junior, frequentador entrevistado da academia “A”).

Junior nos contou que pouco antes de começar a trabalhar como profissional da educação física passou, também, por graves problemas financeiros. Ele trabalhava em um clube da cidade de São Carlos-SP pouco antes de se formar e, quando se formou, foi demitido por ser uma mão de obra que se tornaria cara ao proprietário daquele clube. Pouco tempo depois, Junior começou a fazer um estágio em uma das academias pesquisadas e em questão de meses, afirmou, se tornou chefe de toda a parte da musculação daquela academia.

De fato, Junior tem uma musculatura bastante delineada. Acompanhamos uma de suas rotinas de treinamento e a quantidade de carga que é capaz de puxar, levantar ou resistir é impressionante. No treinamento de peitoral, executando o exercício de supino reto³², Junior foi capaz de executar três séries de oito repetições de erguer e descer a barra com a incrível quantidade de cem quilos, sem que precisasse de ajuda para tal. Observando isso, questionamos Junior se ele era um fisiculturista, ou um *bodybuilder* ou um culturista. A resposta dele foi a seguinte:

Imagina, de jeito nenhum! Eu não sou um fisiculturista nem *bodybuilder* e menos ainda um culturista. Jamais! Não tenho tempo e nem capacidade para isso, porque precisa de bastante tempo para se dedicar ao treinamento, coisa que eu não tenho, ainda mais agora que sou pai. O fisiculturista é um esportista de alto rendimento, um cara que vive em função dos músculos, do corpo e tal. E ganha pra isso, claro. Tem patrocínio, entende? É uma pessoa que se dedica exclusivamente a se exercitar pra ficar daquele jeito “marombado”. Eu sei que sou forte, eu “puxo” bastante ferro³³ porque eu gosto. Mas ser um fisiculturista, sem chance! (Junior frequentador entrevistado da academia “A”).

³² Supino reto é o exercício em que o indivíduo se deita sobre um banco que possui duas hastes, nas quais repousa uma barra de metal reta. Antes de executar o exercício é preciso colocar anilhas nas extremidades esquerda e direita da barra, controlando a carga a ser levantada e resistida. O indivíduo, então, deitado no banco sob a barra, posiciona as mãos em cada extremidade e deve abaixá-la e erguê-la, resistindo e levantando a carga.

³³ Puxar ferro, na fala nativa da academia, é uma gíria para praticar musculação.

Algo parecido surgiu na fala de Beto, outro frequentador entrevistado da academia “A”, que atribuiu ao seu encontro com a academia de ginástica todo o desencadeamento de processos que lhe permitiram mudar sua trajetória de vida.

Sabe, eu sempre digo que a minha vida se divide entre antes e depois da academia. Eu comecei a fazer exercícios porque eu tinha baixa auto-estima e não gostava do que via quando olhava no espelho. Quer dizer, eu era gordo. Depois que eu comecei a treinar aconteceu muita coisa positiva na minha vida, porque eu acho que faltava essa... sabe, essa... como eu posso dizer... me fazia falta gostar de mim mesmo, entende? Aí, quando eu descobri que eu podia gostar de mim [risos] eu percebi que eu também podia, eu tinha o direito de gostar dos outros e tal. Foi onde melhorei nos estudos, foi onde conheci a mulher da minha vida, a minha esposa, foi onde mudei de emprego. Sei lá, pode até ser que eu esteja falando besteira, mas não sei se é coincidência tanta coisa ter dado certo na minha vida depois que eu comecei a treinar. (Beto, frequentador entrevistado da academia “A”).

Beto tem 29 anos de idade, é casado, trabalha como auxiliar administrativo e começou a treinar em 2007, quando rompeu um relacionamento que tinha na época. Isso foi um momento marcante, segundo ele, porque a pessoa com quem se relacionava naquele momento o criticava por ser gordo e isso, conforme nos contou, foi o principal fator que levou ao rompimento do relacionamento. Seguindo a mesma metodologia que aplicamos a Junior, perguntamos a Beto se ele se considerava fisiculturista, cujo trecho da entrevista transcrevemos abaixo:

Pesquisador: — Ok, Beto. Diga-me: você se considera um fisiculturista?

Beto: — Desculpa, um o quê? [risos]

Pesquisador: — Um fisiculturista. Aquelas pessoas que treinam para ter um corpo bem musculoso ou, como se diz, “marombado”. Você se considera um fisiculturista?

Beto: — Ah, tá. Entendi. Aqueles caras tipo o Schwarzenegger, né? Sei. Olha... eu acho que não. Eu gosto de treinar, eu me preocupo com o meu corpo, eu gosto de me achar bonito e, claro, gosto que minha esposa me ache bonito. Mas eu não treino no nível desses caras. Tem gente que vem aqui na academia e treina duas, três horas direto. Eu faço possível pra não passar de

uma hora e meia. Eu treino porque me sinto bem, sabe? Mas, não tenho como passar muito tempo aqui, até porque musculação chega uma hora que enche o saco. Não, é sério, eu não seria capaz disso [risos]. (Beto, frequentador da academia “A”).

Em relação a Junior, Beto possui um corpo bem menos musculado, no entanto, seu corpo é bastante delineado e consegue suportar uma carga razoável, levando cerca de vinte quilogramas nos exercícios para bíceps e sessenta quilogramas no supino. Conforme nos contou, sua rotina de treinamento diária não excede uma hora e meia. De acordo com sua fala, ele também não se considera um fisiculturista e afirma que não se sentiria bem excedendo o seu tempo de treinamento. Assim como Junior, afirma não ter capacidade para se tornar um fisiculturista.

Luana, também frequentadora da academia “A”, corrobora as falas de Junior e Beto, ao afirmar que também não se considera uma fisiculturista. Ela tem 25 anos de idade, é solteira, estudante e passa cerca de duas horas por dia na academia. Em geral, as mulheres entrevistadas preferem as aulas aeróbicas a musculação, mas Luana, ao contrário, afirma não gostar de aeróbicos, preferindo a musculação.

Eu frequento academia desde a adolescência. Desde a primeira vez que comecei a puxar ferro eu não parei mais. Foi meio que uma paixão a primeira vista, sabe? [risos]. Quando eu comecei, as minhas amigas quiseram que eu pendesse pro lado da aeróbica, mas eu nunca gostei. Ficar lá, pulando, dançando, ah não! Isso não é pra mim. Eu gosto de malhar nos aparelhos mesmo. E também eu sempre fui magra, na verdade eu era esquelética mesmo [risos]. Depois da minha decepção com a aeróbica, fui pra musculação e percebi que meu corpo começou a ganhar forma. Aí foi que eu comecei a praticar com vontade mesmo e eu gostei do resultado. Só que dá trabalho manter o corpo só com musculação. Tenho que controlar a boca, senão, viro uma bola. Nesse ponto, eu acho que a aeróbica é melhor que musculação, mas eu não consigo me acostumar. (Luana, frequentadora da academia “A”).

Novamente, aplicando o método que utilizamos com os demais, perguntamos se Luana se considera uma fisiculturista e ela respondeu o seguinte:

Ah, eu acho que não. Tipo, eu treino bastante, gosto de treinar e acho que tenho um corpo razoável. Eu vejo as meninas que treinam aqui comigo elas não conseguem puxar ferro no mesmo ritmo que eu, elas sempre tem que diminuir a carga. Até os professores, as vezes, me falam pra tomar cuidado, pra pegar menos peso. E eu gosto de mostrar meu corpo, tipo colocar roupas que marquem meu corpo, porque, poxa, é pra isso que eu treino! Se eu não puder mostrar meu corpo eu acho que não faz sentido treinar. E não me venha com essa conversinha de saúde. Quem quer ter saúde que vá ao medico! Eu quero ter um corpo bonito, sabe? Um corpo que me agrade, que eu me sinta bem [risos]. (Luana, frequentadora da academia “A”).

A eloquente fala de Luana, além de corroborar a unanimidade de que os frequentadores entrevistados não se consideram fisiculturistas, traz, ainda, um fator que se mostrou frequente nas falas: o gosto com o corpo que se possui, no momento da entrevista, mas especificamente o gosto com a forma física atual. De maneira implícita, como na fala de Luana, ou explícita, como nas falas de Beto e Junior, os momentos antes e depois de seus corpos estão marcados e o gosto pela prática da musculação, ou “puxar ferro” na fala nativa, é compartilhado pelos entrevistados. Na verdade, na entrevista face a face, os entrevistados falaram com grande alegria dos seus corpos, sorrindo a todo o momento, sempre descontraindo a situação mais ou menos embaraçosa das entrevistas.

No entanto, é preciso considerar que são poucas as pessoas que se interessam exclusivamente pelo *fitness*, como os três entrevistados. De fato, o maior contingente se concentra na prática dos exercícios que envolvem *fitness* e *wellness*, conforme demonstraremos a seguir.

6. *Wellness*: a subsunção do *fitness* à “maromba-zen”

A segunda vertente de treinamento físico oferecida pela academia de ginástica é a da ginástica aeróbica, na qual os indivíduos buscam desenvolver a elasticidade, a flexibilidade e agilidade, características essas relacionadas ao aspecto físico-motor e cardiorrespiratório. Esta vertente possui uma grande diferença em relação à musculação: caracteriza-se por *sistemas de treinamento*, os quais, em geral, são divididos em aulas e subdivididos em coreografias que unem movimentos corporais ao som das músicas que estão nas paradas de sucesso do momento. Existem inúmeros desses programas que são desenvolvidos por empresas

especializadas em sistemas de treinamento aeróbico, dentre as quais as mais famosas entre as academias pesquisadas são *Body Systems*, *CX Worx* e *Ki-max Systems*.

Esses programas de treinamento são desenvolvidos por especialistas da educação física e da medicina no intuito de unir, em uma aula coreografada, os benefícios da musculação e da ginástica aeróbica (*fitness + wellness*). A peculiaridade desses sistemas é a reciclagem periódica das coreografias, estruturadas para aulas de atividade física com duração entre trinta e sessenta minutos. Para poder utilizar esses sistemas, a academia de ginástica deve se inscrever no programa da empresa específica, participar do treinamento profissional que habilitará os instrutores físicos e ser certificada pelos consultores dessas empresas no que concerne ao atendimento das regras mínimas estabelecidas, tanto para a academia quanto para a formação do pessoal envolvido.

As aulas desses programas são ministradas pelos instrutores físicos nas academias de ginástica e podem ser para todo o corpo ou localizadas. As aulas de ginástica para todo o corpo se caracterizam por sequências de movimentos que colocam em ação várias partes do corpo ao mesmo tempo, como, por exemplo: *body attack*, que é uma aula de quarenta e cinco minutos de movimentos diferenciados para o todo o corpo; *body jump*, que se caracteriza por uma pequena cama elástica chamada *jump*, na qual são executados movimentos com os braços enquanto o aluno-frequenter permanece pulando o tempo todo; *body combat*, aula em que se misturam movimentos de diferentes artes marciais; *ki-max*, aula que reúne movimentos de boxe e *muay-thai*, trabalhando socos e chutes; *body jam*, uma aula de dança específica para baladas; e a mais famosa na atualidade que é a aula de *zumba*, a qual reúne um mix de ritmos musicais variados.

Por outro lado, as aulas de movimentos localizados, como a própria denominação sugere, visa a direcionar os movimentos para um grupo muscular específico, embora, eventualmente, a coreografia envolva a movimentação de outras partes do corpo além da parte objetivada. A exemplo dessa modalidade, as academias pesquisadas oferecem: *spinning* e *RPM*, modalidades de ciclismo que objetivam exclusivamente a musculatura das pernas, sendo, respectivamente, ciclismo com aumento progressivo de carga (*spinning*) e ciclismo de velocidade (*RPM*); *body balance*, uma aula que mistura movimentos de pilates, ioga e *thai-chi*, visando o fortalecimento do corpo utilizando-se o seu próprio peso nos exercícios; *body step*, que se caracteriza por movimentos direcionados para os glúteos e as coxas, em que os alunos-frequenter se utilizam de uma pequena plataforma revestida de material antiderrapante sobre a qual executam determinados movimentos, medindo, aproximadamente, 1m de comprimento, por 40cm de largura, por 20cm de altura; e *body pump*, uma aula de

sessenta minutos em que os participantes utilizam anilhas presas a uma barra de metal de, aproximadamente, um metro de comprimento, e executam movimentos direcionados a todos os grupos musculares. Cada grupo muscular é treinado ao som de uma música específica, nesta seqüência: 1) aquecimento; 2) coxas e glúteos; 3) peitoral; 4) costas; 5) tríceps; 6) bíceps; 7) glúteos e panturrilhas; 8) ombros; 9) abdômen e desaquecimento; 10) alongamento.



Fig. 19: kit básico para *body pump*: barra e anilhas. Fonte: Google.



Fig. 20: *Step*. Fonte: Google.



Fig. 21: bicicleta para *spinning* e *RPM*. Fonte: Google.

6.1. A “balada do branco”

Na academia “B”, existem épocas específicas do ano em que acontecem os lançamentos das novas coreografias das aulas aeróbicas e são verdadeiros eventos festivos. A cada noventa dias, em média, os instrutores físicos precisam passar por uma reciclagem — geralmente fora da cidade de São Carlos e durante um final de semana — em que são habilitados para aplicar as novas coreografias aos frequentadores. Enquanto isso, os cartazes *teasers* das novas coreografias são expostos na academia e os frequentadores são avisados que dentro de determinado tempo haverá o lançamento das novas coreografias.

O lançamento acontece durante uma semana inteira e a academia prepara diversos eventos além das aulas, como promoções especiais de produtos esportivos, consultas com nutricionistas e exame de aptidão física gratuitos e, é claro, a “Balada de Lançamento”. Essa festa costuma ser temática e tem como público alvo não apenas os frequentadores da academia, mas outras pessoas que possam se interessar pelo evento e, evidentemente, fazerem parte da academia como frequentadores.

Em março de 2012 aconteceu, na academia “B”, uma festa temática de lançamento, a “Balada do Branco”, uma vez que esse era um tema popular na época em virtude dos eventos promovidos pelas danceterias da cidade, seguindo uma onda que parecia ser inclusive nacional. Entretanto, embora a temática seja parecida, a dinâmica do evento da “balada” na academia de ginástica é completamente diferente do que ocorre em uma festa convencional, por assim dizer. Os elementos comuns às baladas convencionais, como jogo de luzes que se articulam com o ambiente mais escuro criando efeitos visuais diversos; DJ’s apresentando os principais *hits* musicais do momento etc, também existem na academia. As diferenças residem em outros detalhes.

Situada em um bairro intermediário, em uma rua movimentada da cidade que liga a região sul ao centro da cidade pela rua Marginal, a academia “B” chama a atenção de longe. Por ficar no meio de um quarteirão, possui uma placa gigantesca próxima à calçada com o objetivo de chamar a atenção dos motoristas que por ali transitam. A fachada da academia é bem alta e há uma área de estacionamento grande o suficiente para abrigar cerca de vinte carros. Há vitrines e portas de vidro ao longo de toda a fachada, de forma que é possível para quem está do lado de fora observar, à esquerda, uma cantina recentemente instalada, atrás da qual, já na parte de dentro, se situa o espaço para as aulas; acima, ainda na esquerda, há um mezanino com todos os utensílios para alongamento e prática de abdominais. Ao centro está localizada a recepção, única área de acesso, elegantemente decorada com arandelas em forma de cone pendendo do teto, um balcão de tijolo a vista e motivos decorativos com o logo da academia ao fundo. À direita do balcão, existe uma pequena área de convivência com uma mesa de vidro rodeada por quatro cadeiras, sofás, pufes, TV e uma série de revistas sobre saúde, corpo e beleza dispostas em uma estante ao lado da roleta de acesso. Acima, à direita, estão dispostas em um outro mezanino uma grande quantidade de esteiras.

Ao atravessar a roleta que limita o acesso, a impressão que se tem é a de que estamos em outro mundo. O primeiro ambiente que se tem contato é a área da musculação, com inúmeros aparelhos para exercícios localizados, uma ilha de anilhas bem ao centro do salão e, ao fundo, uma ilha de barras. Ao fundo e à direita, há duas estantes com dezenas de halteres em frente a um gigantesco espelho. A iluminação é em larga escala e há espelhos dispostos em ambos os lados. Ao fundo e acima, há mais dois mezaninos com vitrines: um à direita, onde se localiza a sala de *spinning*, e outro à esquerda utilizado, atualmente, para aulas aeróbicas. Abaixo deste último, estão os vestiários e na frente destes a “Sala Kids” uma pequena área de recreação com piso em tatame, pufes, TV e diversos brinquedos, onde os pais deixam seus filhos sob os cuidados de uma pedagoga enquanto treinam. A música é

ininterrupta e intermitente no recinto de uma maneira geral, como uma espécie de estimulante que carrega em si elementos fundamentais para a execução dos exercícios físicos, como o ritmo e o compasso³⁴.

O ambiente contíguo à musculação, à esquerda de quem entra, é a sala das aulas aeróbicas. Trata-se de um espaço amplo, repleto de imagens de homens e mulheres fotografados em sentido de movimento sempre sorrindo ou segurando halteres e barras com expressões fechadas, projetando a musculatura corporal extremamente definida, dispostas na parede esquerda. Acima destas, há um gigantesco painel de propaganda de um famoso energético com as fotos de dois grandes atletas brasileiros de *Mixed Martial Arts* (MMA): José Aldo e Junior Cigano. Ao fundo da sala se localiza o palco destinado ao instrutor físico, com um jogo de espelho bem atrás e, na divisória da direita, há outro jogo de espelhos, alternando-se com vidraças que permitem a visão da área de musculação. Foi esse o espaço que serviu de ambiente principal para a Balada do Branco.

Enquanto nas baladas convencionais os convites são vendidos antecipadamente com descontos específicos para homens e mulheres, na balada da academia os frequentadores devem se inscrever, com antecedência, na recepção da academia para a festa. Os inscritos, como são alunos-frequentadores, não pagam entrada e a venda dos convites apenas é feita aos convidados dos frequentadores. Nas baladas convencionais das danceterias são vendidas bebidas diversas, alcoólicas e não alcoólicas, mas na balada da academia são oferecidas, além das bebidas alcoólicas³⁵, também os *shakes*³⁶ à base de proteína de diversos sabores. Em termos de bebidas essa é a atração da festa.

Nas baladas convencionais as músicas ditam as danças e as interações se dão em ambientes separados por ritmos variados; na academia existe apenas um ambiente de convivência que é utilizado não apenas para as danças, mas para a aplicação das aulas aeróbicas durante todo o evento. Assim, todos os presentes na “balada” são convidados a participar, também, das aulas aeróbicas com as novas coreografias, enquanto desfrutam de alguns *drinks* e dos *shakes* de proteína que não apenas servem como uma saborosa bebida,

³⁴ Essa nuance pode ser observada com maior expressividade durante os treinamentos das aulas aeróbicas, nas quais a música, além de determinar o ritmo e a frequência dos movimentos, estabelece, ainda, a intensidade da força física a ser aplicada. O instrutor, comparável, nesse sentido, a um maestro diante de uma orquestra, postula as entradas, o tempo e as pausas dos movimentos.

³⁵ *Drinks* diversos, preparados a base de destilados e frutas.

³⁶ *Shakes* são compostos de suplementos alimentares utilizados por frequentadores de academias e esportistas em geral, mas principalmente os de alto rendimento, para ajudar na reposição de vitaminas, proteínas e sais minerais perdidos durante o treinamento. Os *shakes* de proteína visam especificamente a recuperação da perda de proteína durante o treino e são utilizados por uma grande quantidade de frequentadores das academias pesquisadas.

mas consistem de produtos desenvolvidos especialmente para auxiliar o corpo na recuperação calórica e muscular.

Nesse evento, os instrutores físicos assumem uma identidade muito interessante. No cotidiano da academia, esses profissionais da educação física estão sempre trajados com o uniforme da academia, geralmente bermudas e camiseta com o emblema do estabelecimento, e estão sempre circulando entre os frequentadores, dispensando a atenção de que necessitam. Entretanto, quando ocorre a “Semana dos Lançamentos”, os papéis se invertem e os frequentadores é que dispensam atenção aos instrutores. Eles se vestem de forma completamente diferente do cotidiano: camisetas cavadas, shorts minúsculos, passam produtos no corpo que demarcam as silhuetas dos músculos, tudo isso porque durante essa semana eles são a atração principal. Quando sobem ao palco de onde instruirão os frequentadores nas novas coreografias, suas características se modificam completamente.

Mesmo os instrutores e instrutoras mais acanhados se transformam em grandes animadores e passam a demonstrar uma eloquência tão grande e a comandar os participantes das aulas de maneira tão cativante, que não se observa absolutamente nenhum dos frequentadores parado. É como se naqueles momentos a academia fosse um outro mundo, um universo paralelo, onde, em comparação a um templo religioso, o corpo seria o deus cultuado e os instrutores os sacerdotes que ditam a ritualística a ser seguida, extrapolando a noção a relação de mestre e discípulo comumente observada no dia-a-dia do ambiente.

Na “balada” promovida pela academia “B” o império dos corpos, a excitação, o jogo de conquista, são elementos inevitáveis, inerentes ao ambiente e muitas das interações se pautam exclusivamente por essas nuances. Por outro lado, há pessoas que buscam encontrar nessas festas um importante momento de convivência que, fora dali, muito provavelmente não teriam. As demonstrações de afetividade são irrestritas: beijos, abraços, risadas, em outras palavras o contato físico é um aspecto que perpassa todas as relações e do qual dificilmente é possível se esquivar no ambiente. As pessoas querem e procuram esse contato porque talvez isso seja o que lhes permite se sentirem melhor, ou diferentes, ou simplesmente, se sentirem queridos.

Nesse sentido, foi muito interessante observar Karina, uma mulher de aproximadamente trinta anos, que se considera obesa, afirmar estar tendo “um dos dias mais felizes da minha vida” (fala de Karina, frequentadora da academia “B”). Ela revelou que estava se sentindo dessa forma porque os rapazes não tinham nojo dela nem ficavam olhando o tamanho do seu corpo. “Eles simplesmente vem e me abraçam, me beijam, conversam comigo” (idem) e isso era tudo para ela. Talvez ela pudesse encontrar esse tipo de

demonstração afetiva em outros lugares, no seu cotidiano. Contudo, ela a encontrou em uma academia de ginástica, durante uma balada comemorativa de lançamento de aulas aeróbicas.

Eu costumo frequentar baladas e outras festas, mas sempre me sinto mal com o meu corpo. Eu não costumo colocar uma roupa mais justa porque acho que fica feio [risos]. Mas, aqui na balada da academia, é diferente, sabe? Todo mundo aqui me conhece, eu já treino aqui faz tempo, e é outro ambiente. Quando eu venho pra semana dos lançamentos, na balada e tal, eu me sinto em casa, então coloco a roupa que eu quero e pronto, sem precisar ficar pensando se vai ficar bem ou não. Claro que tudo tem limite, né? [risos] Não vou vir pelada pra balada, mas eu não me preocupo muito com a roupa não. Eu me preocupo em me divertir! Isso sim! [risos]. (Karina, frequentadora da academia “B”).

Isso mostra que a academia de ginástica, conforme demonstram os autores citados anteriormente, é um lugar onde o corpo é o epicentro das atenções, onde a estética é o que dita os parâmetros das relações, onde a imagem é a imperatriz que reina absoluta; mas, é, também, um lugar que está se tornando cada vez mais propício para o incremento da socialização dos indivíduos que dela participam. O exemplo de Karina, nesse sentido, é fundamental uma vez que, por se considerar obesa e sofrer diversos tipos de discriminação, conforme relato dela mesma, o que ela experimentou de fato, desde um ponto de vista sociológico, teriam sido não apenas demonstrações de afeto em relação a ela, mas principalmente um sentimento de desvio em relação aos parâmetros de beleza socialmente estabelecidos.

Isso conduz a discussão novamente à questão de que se o corpo é uma construção social (LE BRETON, 2012), assim como sua subjetividade, então é certo afirmar que a fala de Karina também o é desde o momento em que a pensamos enquanto desviante, especificamente naquele momento, em relação a determinadas convenções sociais que associam a imagem do ser obeso a algo repugnante e que deve ser evitado. Ela desvia das convenções corporais de beleza quando consegue estabelecer relações de reciprocidade que demonstram que o seu corpo não define suas identidades, porém, ela se rende ao agenciamento quando parece pensar que somente na balada de lançamento de aulas aeróbicas de uma academia de ginástica é que pode empreender esse desvio.

No decorrer da festa, foi inevitável observar a presença de homens e mulheres com a musculatura avantajada trajando roupas que acentuavam as silhuetas dos músculos. Tales, um

dos frequentadores entrevistados, trajava uma camiseta extremamente cavada que exaltava o peitoral, os braços e o abdômen enquanto utilizava uma bermuda jeans extremamente larga em relação as suas pernas. Questionado sobre se havia alguma finalidade específica para o uso dessa vestimenta, ele simplesmente respondeu: “pra que você acha, meu amigo? Mulherada, velho!” (fala de Tales, frequentador da academia “B”). Perguntamos se ele se considerava fisiculturista e a resposta foi enfática: “não, cara, de jeito nenhum! Fisiculturismo é pra quem pode e não pra quem quer” (idem).

De fato, o fascínio que um corpo esteticamente delineado causa na academia de ginástica é muito grande. Flávia, por exemplo, afirmou o seguinte: “tenho o maior tesão nos caras *bombadões*, sarados” (fala de Flávia, frequentadora da academia “B”). No entanto, quando questionada se poderia manter um relacionamento fixo com um homem “bombadão”, ela foi enfática:

Olha, eu até ficaria por algum tempo, como eu já fiquei muitas vezes, mas eu não acho que sejam homens pra manter uma coisa séria, saca? Eu não vou negar que é um tipo físico que me atrai, mas esses caras gastam muito tempo malhando e..., sei lá, não sei se sobraria tempo pra mim, entendeu? Então, eu prefiro mesmo é me divertir, se acontecer, aconteceu, fazer o quê?”. (Flávia, frequentadora da academia “B”).

Perguntamos, então, se ela se considera uma fisiculturista e ela respondeu:

Você está louco? Bebeu muita proteína, né? [risos] Não, eu não sou e jamais seria uma fisiculturista. Pra ser uma fisiculturista eu teria que mudar toda a minha a vida e fazer uma coisa que eu odeio: musculação. Eu prefiro as aulas aeróbicas, que são mais agitadas, o tempo passa mais rápido, entendeu? E eu sempre encontro as minhas amigas nas aulas e a gente conversa enquanto treina. Por que essa cara? Dá pra treinar e conversar sim! [risos] Tudo bem que uma vez o professor ficou bravo, mas normal! O importante, eu acho, é se divertir. Musculação não é diversão. É coisa de louco! Acha? A hora não passa nunca e você tem sempre que ficar aumentando o peso. Não dá! Por isso eu curto demais as baladas de lançamento: você faz quantas aulas aguentar, enquanto se diverte com os amigos. (idem).

6.2. “Vem ni mim, panetone”

Apresentamos, na sequência, uma análise de um caso em que Hellen, frequentadora da academia “C”, nos permitiu acompanhar uma de suas rotinas de treinamento durante uma aula aeróbica. Participar de uma das aulas de ginástica, na fala de Hellen, “é uma experiência maravilhosa, em que a gente se sente bem, disposta, com o astral lá no alto” (fala de Hellen, frequentadora da academia “C”). Começamos pouco antes do momento em que Hellen deixou sua casa para se dirigir a academia, de modo que ela nos permitiu acompanhá-la nos preparativos e na participação de uma aula de *body pump*³⁷, na academia “C” em São Carlos (SP), no dia 19 de dezembro de 2012, última aula antes do Natal.

Enquanto se preparava para o treinamento, ainda em sua casa, Hellen estava conectada à página da academia de ginástica e a várias amigas que logo iriam se encontrar na aula, através da rede social online *facebook*. Elas não falavam sobre o treinamento ou sobre questões diretamente relacionadas ao corpo, mas assuntos muito diversos, do tipo “como foi seu dia”, “que roupa você vai usar”, tentavam decidir em que bar iriam no final de semana, enfim, assuntos do cotidiano alheios — mas nem tanto — a academia de ginástica, enquanto combinavam onde iriam se encontrar. Chegando ao ponto de encontro, no estacionamento em frente à academia “C”, faltando poucos minutos para o início da aula, ela cumprimentou as amigas e continuaram as conversas iniciadas pelo *facebook*.

A fachada da academia “C” não é tão alta quanto da academia “B”. É pintada de salmão, com uma porta de vidro ao centro e grandes janelas de vidro à direita, à esquerda e na parte de cima, que mostra um mezanino onde estão algumas esteiras. Na entrada, há o balcão da recepção à esquerda e, à direita, a catraca de acesso à musculação, onde estão dispostos todos os aparelhos necessários para a prática do *fitness*. As paredes dos dois lados contêm espelhos e imagens de praticantes em movimento, conjugadas a cores quentes que variam do laranja ao verde limão. Ao fundo, ainda no térreo, estão os vestiários feminino à direita e masculino esquerda, diante do qual há uma escada em caracol que conduz ao mezanino.

Subindo as escadas, à direita há, ao fundo, uma sala para *spinning*, na frente da qual se localiza uma sala menor utilizada para prática de artes marciais. À esquerda da escada, há o espaço para as aulas aeróbicas que é bastante amplo, servindo de teto para toda a área da

³⁷ *Body pump*, conforme mencionamos anteriormente, é um tipo de treinamento coreografado, desenvolvido pela empresa de sistemas de treinamento Body Systems. Trata-se de uma aula de sessenta minutos, em que os participantes utilizam anilhas (pesos arredondados) presos a uma barra de metal e executam movimentos direcionados a todos os grupos musculares. Cada grupo muscular é treinado ao som de uma música definida, nesta seqüência: 1) aquecimento; 2) coxas e glúteos; 3) peitoral; 4) costas; 5) tríceps; 6) bíceps; 7) glúteos e panturrilhas; 8) ombros; 9) abdômen e desaquecimento; 10) alongamento. Para maiores detalhes acessar: <http://www.bodysystems.net/>.

musculação, logo abaixo. Do ponto de vista de quem entra nessa sala, ao fundo estão as janelas, à esquerda um pequeno palco na frente de um grande espelho; à direita e à esquerda do palco estão dispostos diversos artefatos para participação nas aulas: anilhas, barras, *steps*, *jumps* etc.

Entramos, então, para participar da aula. Havia cerca de vinte pessoas, cada uma com seu kit de treinamento³⁸. A professora entrou, cumprimentou animadamente os presentes e ligou o som. Depois de alguns minutos de preparativos, iniciou a aula que acompanharíamos nos próximos sessenta minutos, em que todos os grupos musculares são trabalhados ao som de *hits* musicais do momento, em uma aula de intensa atividade física. Perto do final da aula, antes de iniciar o treinamento de ombros, a instrutora começou a falar sobre as delícias de final de ano e, de repente, exclamou: “vem ni mim panetone!”. Aparentemente apenas uma expressão coloquial cotidiana, ao ouvir essa frase, uma reação esperada seria o riso. De fato, a frase possui uma conotação jocosa, no entanto, não foi essa a reação da maioria dos presentes.

Os participantes da aula entenderam com seriedade o imperativo e a expressão compartilhada pelas faces dos presentes era a de satisfação, seguida de uma série de expressões que denotaram o que poderia ser descrito como dever cumprido: os olhares se tornaram firmes e severos; muitos assentiram positivamente com a cabeça; outros ergueram os braços e gritaram “urrul!”; outros se cumprimentaram. Nesse contexto, a exclamação da instrutora física significou para os presentes nada menos do que um prêmio, o mais alto deles inclusive: depois de meses de treinamento, sacrifício e privações, aquelas pessoas poderiam comer ao menos um pedaço de panetone sem o remorso que o distanciamento do treinamento causa, uma vez que era fim de ano e o protocolo social prevê nessa época os tradicionais banquetes de celebração.

Uma das falas mais observadas nas entrevistas empreendidas com os frequentadores de academias de ginástica, e mesmo nas conversas informais, é precisamente a questão do mal estar que o distanciamento do treinamento ou de determinado regime alimentar causa nos frequentadores assíduos de academias de ginástica. Dizer que, por algum motivo, o rito de treinamento foi quebrado parece ser algo como confessar um pecado grave e engendra entregar-se a penitência que deve ser imposta pela reprovação social dos demais praticantes rigorosos ou pela cobrança do educador físico. Existe um mito de que essa reprovação somente é sentida e externada pelas mulheres, uma vez que há uma extensa gama de

³⁸ Um kit de treinamento de Body Pump consiste em uma barra de metal e um conjunto de anilhas de diversos pesos que devem ser conjugados nas extremidades da barra, aumentando ou diminuindo a carga ao longo do treinamento, de acordo com cada grupo muscular a ser treinado. Também integram o kit um colchonete e um step, o qual consiste em um apoio para os pés e que serve para intensificar o treinamento das pernas.

propagandas midiáticas que lhes impõe essa cobrança, sobretudo em sites da internet de variedades.

Contudo, a pesquisa empírica demonstrou o contrário: os homens, em alguns casos mais do que as mulheres, apresentam o mesmo sentimento de autorreprovação quando desviam do treinamento ou do regime alimentar determinado. Por essa razão, a expressão “vem ni mim panetone” foi entendida como aprovação, de modo que nos dias que se seguiriam, as pessoas ali presentes estariam autorizadas a comer a guloseima natalina sem precisarem se preocupar com autorreprovação ou a reprovação dos demais.

Haviam conquistado o direito de comer aquele pão, o que pode alinhar a situação a um ritual de passagem. Entretanto, um dos presentes emendou algumas outras palavras na fala da professora: “vem ni mim panetone, vem ni mim maionese, vem ni mim frango assado”! Em um primeiro momento, a reação geral foi de riso, o que durou pouco porque a professora interveio: “aí não né gente! Vamos comer, mas não quero ver ninguém virar um balão em 2013. Já pensou? Aquelas *banha caída*, pulando pra tudo que é lado! Deus me livre! Credo, que nojo”.

Interessante notar as expressões faciais da professora: no início dessa fala, ela estava sorrindo com os demais. Conforme ela continuou e se encaminhou para a conclusão, sua expressão foi se fechando até atingir uma seriedade crítica, ou suficientemente crítica para que os presentes se expressassem com pavor, culminando em uma expressão de tamanha repulsa que arrancou dos participantes, homens e mulheres, expressões como “Vixe! Deus me livre!”, “pelo amor de Deus!”, “ai que nojo”. Isso leva a conclusão de que o peso corporal dessas pessoas, antes de tudo, é o fator social que define suas relações com seus corpos, com seu treinamento, com o grupo de amigos da academia e inclusive com a própria academia de ginástica, justamente porque a imagem do corpo construído na academia deve ser idêntica àquela esperada pela sociedade fora daquele ambiente: um corpo liso, delineado, magro, em outras palavras forte e saudável (*fitness + wellness = maromba-zen*).

É precisamente nesse sentido que a informação de que, atualmente, de acordo com a pesquisa realizada, as academias de ginástica estão cada vez mais se tornando grandes espaços de socialização a despeito de um local exclusivo de treinamento físico se torna um elemento fundamental. As pessoas se dirigem a esses espaços com o intuito de condicionar o seu corpo, de fato, mas também para se relacionarem com outras pessoas e expandir seu círculo social.

Nesse sentido, a relação do esporte com o lúdico fica ainda mais evidente, uma vez que durante a pesquisa os entrevistados foram unânimes em apontar a questão da melhoria

não apenas do seu relacionamento pessoal, mas ligando, também, ao sucesso no treinamento a melhoria em outros aspectos do cotidiano, como o profissional e mesmo a saúde física. Todos alegaram uma crescente elevação da sua autoestima conforme avançavam nos objetivos almejados, como se o treinamento do corpo os tornasse donos de si mesmos, o que aponta que a academia de ginástica foi um divisor de águas na trajetória de vida dos entrevistados.

Ao voltar para a casa, depois da confraternização com os demais no final da aula, Hellen estava completamente satisfeita e continuou o assunto das guloseimas de final de ano enquanto caminhava rumo ao seu carro. E sua fala foi emblemática:

Ai, nesse final de ano eu sei que vou comer bastante, mas eu não queria sabe? Pelo amor de Deus! A gente se mata na academia, faz regime, se controla, controla a boca e um arrozinho que a gente come, um docinho a mais e todo o seu esforço já era. Aí toca a gente morrer de treinar pra perder as banhas acumuladas [risos]. E você pensa que é assim só no final de ano, bem? Há! Se fosse tava bom! A briga com a balança é dia-a-dia! Mas o foda mesmo é nos finais de semana. Se não fosse a academia... eu tava lascada! [risos] (Hellen, frequentadora entrevistada da academia “C”)

7. As narrativas de *fitness* e *wellness*

A dieta alimentar entre os frequentadores de academias de ginástica, sobretudo entre o público feminino — mas não somente — é um assunto delicado. É comum ouvir as frequentadoras comentarem entre si, durante alguma conversa em meio ao treinamento, algo do tipo “eu tento fazer dieta, mas meu marido não me ajuda” ou “durante a semana eu consigo me controlar, mas no final de semana...”.

Em sua grande maioria, as mulheres frequentadoras das academias de ginástica pesquisadas procuram conjugar o trabalho e as atividades domésticas com as atividades físicas, sempre em busca do que consideram um “corpo perfeito”, “sarado”, definido, lindo: um corpo modelo nos termos de Siqueira & Faria (2007, p. 179). O tipo de pressão social exercida sobre elas é muito grande e remonta a idéia da mulher como “obreira da vida” (GOELLNER; FRAGA, 2004)³⁹ porque além de precisarem possuir um corpo que se encaixe em um daqueles adjetivos, elas devem, ainda, ter disposição para as tarefas domésticas e para o bom parto.

³⁹ Ver p. 55-57.

Nas academias de ginástica pesquisadas observamos uma parcela significativa das frequentadoras que se encaixa de alguma maneira nesse perfil. Encontramos mães, esposas, trabalhadoras, empreendedoras, em outras palavras, o que poderia ser chamado de *self-made women*, mas que estão inscritas em modelos familiares que lhes cobram um corpo modelo e que seja preparado para a vida caseira e a maternidade. No entanto, observamos uma parcela ainda maior de mulheres fora da academia de ginástica, muitas delas ex-frequentadoras, que deixaram de recorrer à academia para possuir um corpo modelo, dada a dinâmica das suas vidas.

Notadamente a internet, nesse sentido, parece exercer uma influência muito grande sobre de que maneira é possível atingir determinado padrão corporal sem que seja preciso recorrer à uma academia de ginástica. Surgem, então, as *blogueiras* do corpo espalhadas pela internet que contam, em sua pretensa história de sucesso, como venceram a batalha por um corpo modelo (SIQUEIRA & FARIA, 2007, p. 179). Em sua grande maioria, esses *blogs* exortam as mulheres a lutarem contra a gordura corporal, com palavras de ordem como “quem disse que trabalho é desculpa para não comer bem?”.

O primeiro problema surge exatamente da definição de “comer bem”, para a qual não há consenso entre médicos e nutricionistas em virtude das especificidades de cada biotipo humano, o que cria um extenso vácuo entre a atitude de buscar um corpo modelo e o objetivo de possuir um corpo modelo. O que acontece nesse intermédio é propositalmente mantido em segredo e esse é um ponto fundamental porque capta a percepção das internautas que buscam maneiras de atingir um corpo modelo que se conjuguem com seu estilo de vida.

O **Blog da Mimis**⁴⁰ é emblemático dessa dinâmica: pertencente a Michelle Franzoni (Mimis), o blog se caracteriza por um tratado sobre como a *blogueira* atingiu e consegue manter o seu corpo modelo. A história é extensa e mostra os momentos antes, depois e atual, apontando dicas de dietas, refeições, exercícios etc., porém, não mostra como, de fato, ela alcançou seus objetivos — que é o intermédio.

Se observarmos essa relação entre atitude e objetivo pela perspectiva de Oliveira (2010), é possível estabelecer uma relação parecida com aquela existente entre mercadoria e imagem. Analisando as academias de ginástica pela perspectiva de templos de consumo que sedimentam a vida cidadina em torno de uma noção de comunidade compartilhada, em que a “imagem é a promessa sagrada da nossa cultura” (SENNETT *apud* OLIVEIRA, 2010, p. 212), a autora observa que:

⁴⁰Ver: FRANZONI, Michelle. **Blog da Mimis**. Disponível em: <http://blogdamimis.com.br/>. Acessado em 08/08/2013, as 20h04min.

O contato entre mercadoria e imagem resulta na escolha que o consumidor terá de fazer em função da produção massiva de imagens superficiais, ou seja, imagens de esportistas, modelos, executivos e tantas outras. Essa escolha implica aparentemente adiar sua própria morte, a partir da convicção de que a vida é proveniente da imagem que se escolhe, a qual permitirá experiências que serão vividas intensamente em cada momento, o seu destino mantendo-se ordenado pelo respeito as regras de vida que cada imagem prescreve. Isto quer dizer viver de acordo com as regras definidas segundo a imagem de esportista, modelo etc., o que se transforma em crenças que favorecerão o recebimento dos benefícios (OLIVEIRA, 2010, p. 214).

Há, portanto, um vácuo que é utilizado como chamariz para atrair a atenção do público feminino. Ao acessar o *blog*, encontra-se em primeiro plano um corpo obeso — ou ao menos assim a *blogueira* o considera — *versus* um corpo modelo, um momento antes e um momento depois, fazendo com que a internauta tenda a criar um vínculo com a imagem que se lhe apresenta, sem que precise considerar de antemão os elementos que possivelmente residem entre os dois momentos. Esse vínculo pela imagem tende a se romper quando a mulher desvenda o intermédio e se depara com sacrifícios que apenas muito dificilmente ela se disporia a fazer, dada a dinâmica da sua vida e mesmo suas apreensões diante da sociedade: várias horas de exercícios por dia; dieta extremamente balanceada; e acompanhamento profissional continuado.

Na mídia, [...] corpo e produto oferecem tangibilidade às mensagens midiáticas — referências sensoriais necessárias na experiência sígnica e virtual que a mídia promove —. Para a mídia, não é o espetáculo do martírio que interessa (os suplícios e as dificuldades para alcançar o corpo modelo), mas o espetáculo do resultado das transformações (a conversão do corpo), ou seja, o corpo convertido ao modelo é o espetáculo. (SIQUEIRA & FARIA, 2007, p. 179).

Monica, ex-frequentadora de academia entrevistada, que inclusive nos fez a indicação do **Blog da Mimis** para pesquisa, demonstra em sua fala a mitificação do corpo modelo e sua decepção com os sacrifícios por ele exigidos:

Se é possível ter um corpo como aquele [da Mimis]? Eu acho que é. Mas, não pra mim [risos]. Nossa, ela é linda, sem dúvida, tem um *corpão*, mas eu não acredito que ela conseguiu aquele corpo só com dieta e exercícios, ainda mais porque ela era gorda. Quando a gente é gorda e depois emagrece, ficam aquelas banhas caídas, sabe, [risos] aquela *borracharia* em volta da barriga e ela não tem isso. Pelo que eu sei, não tem como se livrar dos *pneuzinhos* sem cirurgia. É que nem a Eliana [apresentadora de TV], que vive postando imagens no instagram do treino dela e dizendo que ficou com aquela barriga só com uma hora de exercícios, poucas vezes na semana, e dieta. Eu vivo fazendo dieta e uma hora de exercícios por dia e nunca consegui ficar daquele jeito! Eu queria que elas me dessem a *receita* daquele abdomen isso sim [risos] (Mônica, ex-frequentadora de academia entrevistada, grifos nossos).

A fala de Mônica demonstra, também, que o sentimento de decepção marca o momento de rompimento da relação com o mito do corpo modelo e essa fratura parece ser o principal motivo do sentimento de mal-estar que se traduz em culpa por não conseguir alcançar tal empreendimento. Disso decorre que elas vivem em constante conflito consigo mesmas, evidentemente, porque, em primeiro lugar, o seu estilo de vida de mulher do século XXI não se alinha mais ao estilo do início do século XX, portanto, “obreira da vida” seria uma definição incapaz de comportar a mulher em nossa sociedade. As atividades femininas, atualmente, são extremamente dinâmicas e giram muito mais em torno das relações de trabalho do que das relações familiares, um requisito fundamental para a noção de mulher enquanto “obreira da vida”.

E, em segundo lugar, a pressão social por um corpo modelo dentro dos padrões culturais não parte mais da antiga estrutura familiar nuclear que visava uma educação física específica para as mulheres, mas dos nichos de consumo da indústria do *fitness* e do mercado da moda, os quais estabelecem a simetria corporal adequada a vestimenta enquanto determina os hábitos alimentares a serem seguidos com essa finalidade, sob os auspícios da medicina. O mal-estar das frequentadoras com relação ao seu corpo acontece toda vez que o padrão estabelecido se choca de tal maneira com sua rotina de vida, que a mulher percebe que não poderá possuir um corpo modelo. Além da internet, os manuais de *fitness* e *wellness* se caracterizam como uma outra via de acesso ao corpo modelo, sem que haja necessidade de recorrer à academia de ginástica.

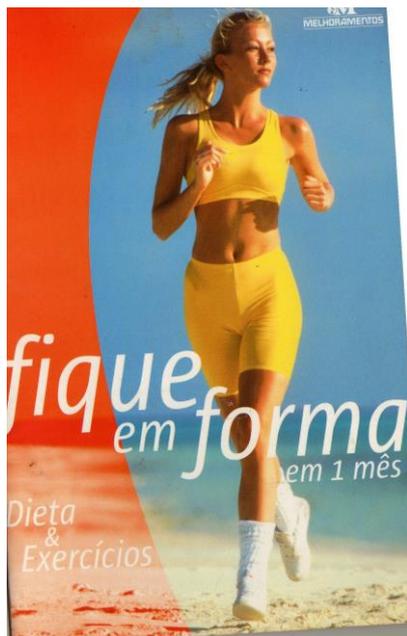


Fig. 22.

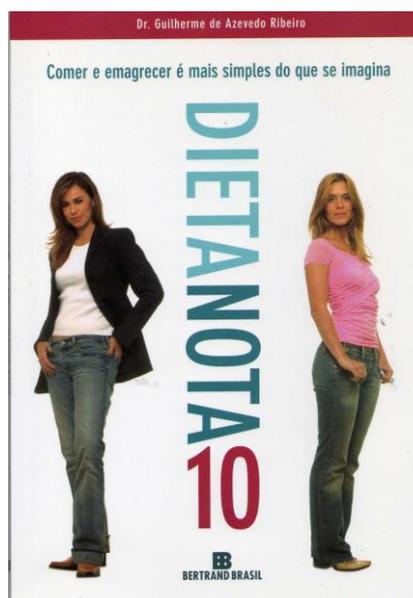


Fig. 23.

Nas duas imagens acima, assim como no **Blog da Mimis**, aparecem imagens de corpos considerados modelo. À esquerda (fig. 22), uma publicação do ano de 2002, da Editora Melhoramentos, exibe uma mulher portando o estereótipo ideal de um corpo “saudável” — branca, loura, magra — que corre à beira mar enquanto, em letras garrafais, expressa-se a milagrosa chamada “fique em forma em um mês”. Um pouco mais à esquerda, em uma edição de texto quase que diáfana, apenas perceptível de muito perto, em letras bem menores, aparecem as palavras mágicas “dieta e exercícios”.

A imagem da direita (fig. 23), entretanto, se propõe a algo um pouco mais elaborado. A publicação **Dieta nota 10: comer e emagrecer é mais simples do que se imagina**, também um manual de nutrição e exercícios físicos, data de 2009 com edição da Bertand Brasil, mas desta vez, assinada pelo médico endocrinologista Guilherme de Azevedo Ribeiro. As imagens apresentadas na capa não são de uma pessoa escolhida a esmo na multidão, mas de duas atrizes brasileiras famosas, especialmente pela sua atuação na televisão: Daniela Escobar (esq.) e Carolina Dieckmann (dir), e se inicia com a seguinte frase: “esta verdade é científica: os magros ou comem pouco ou gastam energia demais” (2009, p. 07).

Tratam-se manuais ilustrados contendo dicas de exercícios físicos aeróbicos e localizados para serem realizados em casa ou em outros lugares, como o trabalho; alongamentos; dicas nutricionais; dietas etc., direcionados exclusivamente ao público feminino. Em outras palavras, essas publicações constituem-se como manuais práticos que conjugam, de forma excessivamente simples e não científica — mesmo o manual assinado

pelo endocrinologista — a convergência das narrativas da nutrição, da educação física e da medicina no discurso de *wellness*. Uma das publicações, inclusive, faz esse alerta: “as informações de tratamento constantes neste livro são apenas indicativas, não se constituindo, em qualquer hipótese, prescrição de uso. Consulte um profissional especializado para as situações específicas” (FIQUE EM FORMA EM UM MÊS, 2002, p. 02).

Mesmo tendo essas segunda e terceira vias que podem viabilizar um corpo modelo, algumas mulheres entrevistadas reclamam da falta de apoio na sua luta. Por mais que façam sacrifícios para emagrecer, deixando de comer ou comendo o que não gostam, existe uma reclamação relativamente frequente nas falas das entrevistadas que é o fato de se encontrarem sempre sozinhas na sua batalha. Geralmente, segundo elas, os amigos e os cônjuges não as acompanham nos seus regimes e isso dificulta sobremaneira sua busca.

Damaris, ex-frequentadora de academia de ginástica entrevistada, observou o seguinte:

Eu acho uma falta de respeito com a pessoa [que quer emagrecer]. Poxa, ela ta ali tentando se controlar, fechando a boca, tipo, se sacrificando mesmo, daí vem um que, além de oferecer aquelas comidas maravilhosas que a gente adora, ainda fica insistindo pra ela comer mais! Como a pessoa vai conseguir [emagrecer] se as outras pessoas não ajudam? (Damaris, ex-frequentadora de academia entrevistada).

Também Regina, outra ex-frequentadora de academia entrevistada e amiga de Damaris, afirmou o seguinte:

A verdade é uma só: ou você assume que você ta sozinha [no regime] ou você desiste e vira uma bola. Eu gosto de comer, eu sinto prazer em comer e se depender só de mim fazer regime, não rola. Meu marido não me ajuda, no trabalho ninguém ta nem aí, nas festas nunca tem comida de baixa caloria, então o jeito é procurar alguém, alguma amiga, não sei, que te ajuda. No meu caso, eu procurei a ajuda da “D” e a gente se ajuda de uma maneira ou de outra: quando a gente quer fazer regime, uma incentiva a outra; mas quando a gente quer comer gordices, bem, nós tamo junta também [risos]. (Regina, ex-frequentadora de academia de ginástica entrevistada).

Recentemente, Damaris e Regina compraram, cada uma delas, uma mini-balança, a qual levam consigo em suas respectivas bolsas e utilizam para pesar determinada quantidade

de alimento e cruzar com uma determinada quantidade de calorias que desejam consumir. Para isso, utilizam a Dieta dos Pontos⁴¹, método desenvolvido pelo endocrinologista Alfredo Halpern que consiste em um cálculo matemático que atribui 3,6 pontos a cada caloria do alimento. Assim, é possível comer qualquer alimento, desde que se converta a quantidade de calorias desse alimento em pontos, multiplicando-se a quantidade de calorias por 3,6, e que não se ultrapasse uma quantidade qualquer de ingestão calórica diária também convertida em pontos.

As dietas alimentares possuem uma relação direta com o que Landa (2009, p. 17) chama de “*fitbody*”, ou “corpo em forma” que é o produto vendido pelos discursos da medicina, da educação física e da nutrição por meio da propaganda midiática e das academias de ginástica. Nas palavras de Landa, o *fitbody* “este corpo que encarna os atributos de saúde, beleza, qualidade de vida, bem-estar, eficiência e rendimento se apresenta como um tópico universal-essencial das narrativas médico-desportivas e publicitárias do *fitness*” (LANDA, 2009, p. 17, tradução nossa). É esse o corpo almejado pelas pessoas entrevistadas neste capítulo: um corpo que, pela sua simples presença, seja sinônimo de saúde, beleza, qualidade de vida, bem-estar, eficiência e rendimento; um corpo que marca (cf. COURTINE, 2005, p. 83).

⁴¹ Ver: HALPERN, Alfredo. **Dieta dos pontos**. Disponível em: <http://www.dietapontos.com.br/>. Acesso em 09/08/2013, as 14h02min.

III. OS CORPOS REVERBERANTES: HUMANOS E PÓS-HUMANOS

No capítulo anterior, apresentamos o inebriante universo empírico das academias de ginástica aqui pesquisadas, transcrevendo da maneira mais fidedigna possível tanto os elementos que possam permitir uma ideia geral do ambiente e das pessoas que dele fazem parte, quanto das falas dos nossos interlocutores, que apontam nuances muito peculiares, *sui generis* do ambiente das academias de ginástica, além de uma enorme riqueza de subjetividades e diferenças. Também apresentamos as narrativas de *fitness* e *wellness* de ex-freqüentadores, demonstrando influências que as apreensões desses indivíduos recebem por meio da mídia audiovisual e escrita sobre seus corpos, embora suas subjetividades e suas agências individuais sejam constantes.

Já nos encaminhando para a parte final, neste capítulo apresentamos as análises dos dados de campo, cruzando-os, além da parte teórica e da pesquisa empírica, com outras informações que consideramos relevantes, muitas delas advindas do retorno ao campo. Diante das informações reunidas até este momento, não tentaremos responder à questão norteadora desta pesquisa “por que os freqüentadores não se consideram fisiculturistas?”, porque, face a riqueza dos dados de campo, esse movimento seria contraproducente. Ao invés disso, optamos por apontar não uma resposta, mas diversas possibilidades para o fato dos freqüentadores não se considerarem fisiculturistas a partir das falas dos nossos interlocutores.

A afirmação trazida pelo campo, com base em Courtine (2005), de que o corpo reverbera constitui um dado fundamental para a nossa compreensão dos dados do campo. Nessa perspectiva, uma onda de moda modifica não somente um padrão normativo de corpo, mas todas as apreensões existentes criadas a partir dessa norma. Portanto, a compreensão dos operadores conceituais “normal” e “anormal”, de acordo com Landa et al. (2013), se mostraram características fundamentais para relacionarmos teoria, campo e análise.

De fato, como demonstraremos, essa decisão de abrir um espaço de ampla liberdade aos interlocutores fez com que suas narrativas sublinhassem um determinado cruzamento de informações por si mesmas. Esse método se mostrou muito produtivo, uma vez que a partir desse cruzamento surge uma característica que sobressalta em todas as falas, de forma implícita ou explícita. Em outras palavras, neste capítulo relacionamos três enunciados a partir dessa característica que consideramos ser de crucial importância e que será apresentada na seqüência.

8. Três perspectivas, três tipos físicos, dois sentimentos

Anteriormente, apresentamos três diferentes pontos de vista que refletem três possibilidades de construção corporal: 1) uma percepção partindo da narrativa dos frequentadores praticantes da vertente *fitness*, preocupados muito fortemente com a forma corporal e a força física; 2) uma segunda perspectiva narrada por praticantes da vertente de ginástica aeróbica *wellness*, cujo foco busca somar trabalho corporal com bem-estar físico e mental, objetivando um equilíbrio entre forma e conteúdo corporais (*maromba-zen*); e, finalmente, 3) uma terceira ótica trazendo as narrativas de pessoas que já frequentaram academias de ginástica, mas que, por algum motivo, optaram por ou foram obrigadas a parar.

Dois desses pontos de vista (*fitness* e *wellness*) se ligam mais fortemente ao interior das academias de ginástica, embora não deixem de dialogar com questões que orbitam em torno dela, como a indústria cultural e da moda, a indústria do *fitness* etc., e um deles (as narrativas de ex-frequentadores), ainda que esteja localizado fora do ambiente da academia propriamente dito, não deixa de estabelecer um elo de ligação com o interior da academia. Constitui um dado fundamental da pesquisa empírica uma característica que essas três perspectivas compartilham: a conexão que observamos entre as experiências dos sujeitos entrevistados com a academia de ginástica e suas trajetórias de vida. Esse fato foi brevemente apontado no início do capítulo anterior, pouco antes de apresentarmos os dados da pesquisa empírica, mas não poderia ser devidamente tratado antes do mergulho no campo.

Não se trata, contudo, de demonstrar o quão submissos são os frequentadores em relação às academias pesquisadas ou a padronizações corporais. Ao contrário, as falas dos entrevistados mostram, claramente, um momento antes e um momento depois, indicados pelos próprios interlocutores, sublinhando que o encontro com a academia de ginástica está ou esteve presente em suas trajetórias de vida, mas que não as determina. Nenhum dos entrevistados, embora possam dedicar várias horas à prática de exercícios físicos, afirmou viver em função da academia ou de seus corpos. O que aparece muito claramente nas suas falas é que a prática de exercícios físicos e o cuidado com a beleza corporal ocupam lugares mais ou menos importantes no seu cotidiano, expressando como se sentem em relação a isso.

Esse fato trazido à tona pelo campo constitui uma primeira possibilidade para a pergunta central desta pesquisa: por que os frequentadores não se consideram fisiculturistas? De acordo com as entrevistas, outra possibilidade, além da parte técnica da prática de fisiculturismo, seria a de que não se consideram justamente porque o que se espera dos seus corpos não é uma exibição controlada para um público selecionado em uma arena fechada. O

que se espera é que seus corpos se aproximem de determinados padrões, o que não necessariamente requer um treinamento de força física a nível de alto rendimento como é o do esporte fisiculturismo.

Nesse sentido, o padrão aceito é o das revistas de moda, como demonstramos nas análises dos textos de Castro (2007) e Siqueira & Faria (2007), ou das formas de mídia audiovisuais, como a televisão e a internet. O mercado e a indústria do *fitness*, de acordo com Landa (2009) é versátil e disponibiliza inúmeras maneiras de modelagem corporal, do *fitness* ao *wellness*, dos manuais de boa forma aos blogs do corpo, das dietas lendárias aos programas midiáticos de bem-estar. Todos esses mecanismos encontram nichos de mercado e são colocados à disposição dos indivíduos e, uma vez estabelecido o padrão, o que realmente faz diferença, do ponto de vista dos frequentadores, é a experiência individual com esses mecanismos. Assim, outra possibilidade para o fato dos entrevistados não se considerarem fisiculturistas seria a experiência que têm ou tiveram com o universo social no qual estão contidos a academia, a mídia, a indústria cultural, a indústria do *fitness* e mercado da moda.

A mídia não cria verdades, mas faz o papel de disseminar determinadas generalizações que, uma vez apropriadas pelo universo da cultura, podem se tornar regimes de verdade por meio da sua propagação em larga escala e da assimilação dessas generalizações pelos indivíduos. De acordo com Foucault:

Em nossas sociedades, a "economia política" da verdade tem cinco características historicamente importantes: a "verdade" é centrada na forma do discurso científico e nas instituições que o produzem; está submetida a uma constante incitação econômica e política (necessidade de verdade tanto para a produção econômica, quanto para o poder político); é objeto, de várias formas, de uma imensa difusão e de um imenso consumo (circula nos aparelhos de educação ou de informação, cuja extensão no corpo social é relativamente grande, não obstante algumas limitações rigorosas); é produzida e transmitida sob o controle, não exclusivo, mas dominante, de alguns grandes aparelhos políticos ou econômicos (universidade, exército, escritura, meios de comunicação); enfim, é objeto de debate político e de confronto social (as lutas "ideológicas"). (FOUCAULT, 2000, p. 11).

Nesse sentido, caberia indagar em que a mídia se baseia para disseminar, nas suas diferentes vertentes, o corpo magro como padrão? Apontamos, no decorrer dos três primeiros capítulos desta dissertação, três instâncias do conhecimento que agem no sentido de

desenvolver, educar e manter um padrão corporal, sendo elas, respectivamente, a medicina, a educação física e a nutrição. Esses três saberes científicos se conjugam na mídia escrita, nas academias, na programação televisiva ou na internet, como demonstramos no capítulo 3⁴².

Entretanto, esses três saberes, exatamente por se tratarem de importantes áreas do conhecimento, necessitam de um lastro extremamente mais consistente do que a *doxa* midiática ou a *sofia* popular. Eles necessitam de uma *episteme* que, a um só tempo, as justifique como necessárias, as identifique como portadoras de uma razão e determine suas práticas como corretas. Nada seria mais eficiente, nesse sentido, do que a criação de uma organização capaz de centralizar, além desses três conhecimentos, um grupo de autoridades investidas politicamente para a tomada das medidas necessárias, tanto mais eficiente se essa organização reunir representantes de diversas partes do globo, o que tanto facilita quanto dinamiza a disseminação de sua episteme. Tal organização consiste na Organização Mundial de Saúde (OMS).

Criada em 1948 e vinculada a Organização das Nações Unidas (ONU), a OMS se define da seguinte maneira:

A OMS é a autoridade diretora e coordenadora para a saúde no âmbito do sistema das Nações Unidas. Ela é responsável por promover lideranças nas questões de saúde global, formando a agenda da pesquisa em saúde, estabelecendo normas e padrões, articulando opções políticas baseadas em evidências, fornecendo suporte técnico aos países e monitoramento e assessoria das tendências de saúde.

No século 21, a saúde é uma responsabilidade compartilhada, envolvendo o acesso equitativo aos cuidados essenciais e de defesa coletiva contra as ameaças transnacionais⁴³.

Claramente, a definição de si mesma da OMS contém tanto uma perspectiva biológica, por meio da “pesquisa em saúde, estabelecendo normas e padrões”, quanto uma dimensão de ação, por meio das “opções políticas baseadas em evidências”. Trata-se, portanto, de um órgão de gestão da saúde em âmbito global que agrega pesquisa científica e ação política, fazendo as vezes da *biopolítica* foucaultiana. Na década de 1970, Foucault já apontava, na **Microfísica do Poder**, que “o corpo é uma realidade biopolítica; a medicina é uma estratégia

⁴² Ver p. 72-77.

⁴³ Extraído do site da World Health Organization (WHO): <http://www.who.int/about/en/>. Acesso em 22/01/2014, as 22h11min. Tradução nossa.

biopolítica” (2000, p. 47). O corpo seria, portanto, um locus tanto biológico quanto de ação política da mesma maneira que a medicina seria tanto uma episteme biológica quanto uma disciplina exercida sobre o corpo, uma vez que, na perspectiva foucaultiana, “foi no biológico, no somático, no corporal que, antes de tudo, investiu a sociedade capitalista” (idem), como corroboram Landa et al. (2013):

A partir do momento que a vida do homem como *indivíduo biológico* está imbricada na do homem como *sujeito político*, ou, nos termos de Foucault, “o homem moderno é um animal em cuja política é posta em causa sua vida de ser vivente” [...], a vida e a política entram em uma relação de implicação tal que se pode inferir quem *biologização da política* e uma *politização da biologia* [...], em suma, uma *biopolítica*. (LANDA et al., 2013, p. 91, grifos dos autores).

De acordo com Foucault (2000), a biopolítica consiste na gestão da vida, morte e saúde dos indivíduos por meio de ações políticas que visam disciplinar os seus corpos. Uma dessas ações, sem dúvida, foi a criação da ONU, através de cuja estratégia biopolítica os sujeitos estão sob controle do Estado e a tutela dos seus corpos não lhes pertence senão pelos crivos disciplinadores estatais, criados com o objetivo de administrar a espécie humana (cf. CARDOSO JUNIOR, 2011, p. 173). Surge, assim, a norma, a regra, o correto, e, automaticamente, a partir da própria norma, cria-se o seu oposto: o anormal, o incorreto.

O elemento que vai circular entre o corpo e a população, que permite a um só tempo controlar a ordem disciplinar do corpo e os acontecimentos aleatórios de uma multiplicidade biológica, esse elemento que circula entre um e outro é a norma. A norma é o que pode tanto se aplicar a um corpo que se quer disciplinar quanto a uma população que se quer regulamentar. (FOUCAULT, 1999, p. 302).

Nesse sentido, de acordo com Landa et al. (2013), Foucault (2000) e com a própria OMS, é correto afirmar que se trata de um órgão disciplinador que visa à normatização dos corpos com vistas à melhor forma de gestão mundial da saúde dos indivíduos e, conseqüentemente, de sua corporeidade. A OMS, portanto, se coloca na posição de responsável por validar cientificamente os saberes corporais da medicina, da educação física e da nutrição no que concerne a saúde e bem-estar, tornando-os norma. A mídia, por sua vez,

traduz esse regime de verdade para a cultura e a transmite em larga escala, fixando essa padronização na agenda cotidiana dos sujeitos que passam a buscar adequar sua conduta dentro dos limites dessa norma.

Por meio da relação entre o saber científico e a ação política desenvolvidos pela OMS, da propagação desses saberes e dessa ação em âmbito mundial, dada a transnacionalidade dessa agência como órgão vinculado à ONU, e da disseminação em larga escala por meio da mídia, se constitui o exercício de um biopoder sobre as relações cotidianas mais simples dos sujeitos, no microcosmo de suas vidas. Esse microcontrole da espécie humana é, então, exercido pelo próprio indivíduo sobre si mesmo a partir da apreensão e internalização do macrocontrole, ou, dito de outra maneira, pela assimilação da norma. Do ponto de vista de uma organização como a OMS, portanto, existe um metacontrole: um controle que essa agência exerce sobre o controle que os sujeitos exercem sobre si mesmos.

Assim, embora tenhamos sublinhado anteriormente que o encontro dos entrevistados com a academia de ginástica não determina as suas trajetórias de vida, existe uma presença que os assombra e que aparece também nas suas falas: a norma, que se traduz na busca por um corpo que possa ser adequado ao padrão OMS de saúde e bem estar. Ao passo que as falas de nossos interlocutores demonstram que não vivem em função da academia ou da forma corporal, elas sublinham, também, uma necessidade de participar, de alguma maneira, do grupo de indivíduos que encaixam seus corpos no gabarito de belo e saudável.

Dessa maneira, além da relação entre a academia e as trajetórias de vida dos entrevistados, é possível que o fato deles se localizarem no intermédio entre um discurso generalizante, que os analisa por cima e os toma por uma tábula rasa (a norma), e as suas trajetórias de vida que evidenciam sua agência individual, constitua mais uma parte do caleidoscópico arcabouço de possibilidades para o porquê dos frequentadores não se considerarem fisiculturistas. Ser um praticante de exercícios físicos em uma academia de ginástica — e mesmo fora dela — é estar a meio caminho entre a norma e a ação individual, que pode ou não se alinhar a norma, passar distante dela ou, simplesmente, se aproximar dela, tocá-la, tangenciá-la. Essa dedução pode ser aplicada às três perspectivas aqui apresentadas: dos frequentadores *fitness*, dos frequentadores *wellness* e dos ex-frequentadores porque está presente nas falas dos nossos interlocutores de cada uma dessas vertentes.

O apelo de um órgão como a OMS, diluído na mídia massificada, chega aos indivíduos exortando-os a buscarem um “corpo saudável” — que, conseqüentemente, se considera belo porque é o padrão — não somente pela criação de uma episteme e de um exercício do biopoder advindo desse conhecimento, mas também pela criação de fobias

corporais. Essa estratégia age no imaginário dos sujeitos criando, a partir da norma, uma série de elementos que caracterizam o seu oposto, conforme mencionamos anteriormente. Isso se reflete, de acordo com as falas dos nossos interlocutores, em um sentimento: o medo da gordura corporal que, elevado a determinado grau, se torna uma repulsa pela obesidade. No entanto, antes de observarmos como essa estratégia opera no âmbito desta pesquisa, é preciso assinalarmos três tipos físicos característicos das academias de ginástica.

8.1. O magro e o obeso

Para definirmos um corpo de acordo com o padrão OMS, partiremos não da norma, mas do seu oposto: o corpo obeso. Isto porque, conforme observam Landa et al. (2013), “um dos discursos mais influentes nos modos de perceber o próprio corpo e o dos outros é o da *obesidade epidêmica*” (LANDA et al., 2013, p. 95, grifo dos autores), a qual se define pela “propagação, por diversos meios, de narrativas em tom catastrófico sobre os perigos que representam a obesidade e o sobrepeso à saúde individual, comunitária e mundial” (idem, p. 96). Apropriada pela episteme da OMS, o discurso da obesidade epidêmica deu origem ao conceito de *globesidade*:

Na extremidade oposta da escala de desnutrição, a obesidade é um dos mais flagrantemente visíveis — embora mais negligenciados — problemas de saúde pública. Paradoxalmente coexistindo com a subnutrição, uma epidemia em escala global de sobrepeso e obesidade — “*globesidade*” — está assolando várias partes do mundo. Se não forem tomadas medidas imediatas, milhões irão padecer de uma série de graves problemas de saúde⁴⁴.

É a partir desse crivo que, na contemporaneidade, opera o discurso que aponta o corpo magro também como concepção de corpo belo e saudável, o qual está mais ou menos a meio caminho entre a subnutrição e seu extremo oposto que é a obesidade epidêmica. É por isso que a obesidade é tratada como doença, ou, mais especificamente, como uma *epidemia em escala global*, da mesma maneira que a desnutrição ou a subnutrição. Não se trata, contudo, de exterminar o obeso da mesma maneira que a proposta da OMS não é acabar com a desnutrição, mas sim de encontrar a melhor maneira de gerenciar esses corpos extremos, que

⁴⁴ Extraído do site da World Health Organization (WHO). In: <http://www.who.int/nutrition/topics/obesity/en/>. Acesso em 24/01/2014, as 0h00min. Tradução e grifo nossos.

desafiam a norma. Nada mais política e economicamente viável, portanto, do que colocá-las em extremidades opostas e a meio caminho delas o ideal, o padrão, a norma que é o que a mídia atualmente denomina *magro saudável*.

É importante notarmos nesse discurso que o corpo obeso não é renegado ou banido da sociedade, mas incluído por meio de uma categoria de doente, como se fosse cingido por uma tarja de “perigo”: não devemos nos afastar dele, mas é preciso termos cuidado para não nos tornarmos iguais a ele. Ora, se a obesidade é uma doença, como supõe a OMS — a ponto de noticiar uma globesidade —, então é necessária uma cura: exercícios físicos, dieta balanceada, em outras palavras, um corpo magro.

As crônicas do risco ganham peso político-sanitário por meio de uma narrativa de matriz epidemiológica que correlaciona a prática de estilos de vida específicos com a probabilidade de desenvolver determinadas doenças degenerativas. O sedentarismo e uma dieta desequilibrada (rica em gorduras) aparecem, nos marcos de tal narrativa, como os principais fatores de risco que contribuem para elevar as taxas de morbidade e mortalidade por doenças não transmissíveis em todo o mundo. Esta *epidemiologia do risco* legitima a promoção de um estilo de vida ativo, apontando que tipo de condutas são prejudiciais à saúde, ao mesmo tempo em que adverte a população aceca do tipo de precauções que devem ser tomadas para se ter uma vida livre de tais enfermidades (LANDA et al., 2013, p. 102, grifo dos autores).

É dessa maneira que o magro e o obeso, embora sejam considerados opostos em termos corporais, convivem diariamente nos limites de uma academia de ginástica sem, necessariamente, ser mutuamente excludentes: um necessita do outro para existir, um precisa do outro para subsistir, como demonstraram, também, as entrevistas transcritas no capítulo anterior. Essa relação demonstra que “estas narrativas colocam nas mãos dos cidadãos a responsabilidade por suas escolhas vitais e pelas consequências des/favoráveis que resultam delas (LANDA et al., 2013, p. 102).

Vivemos uma era marcada pelo que Landa et al. denominam uma biopedagogia, “um conjunto de saberes e técnicas de autogestão que o coletivo social deve interiorizar e incorporar se deseja alcançar esse respeitado estado saudável” (2013, p. 104). Saúde, na contemporaneidade, se torna sinônimo de respeito, de forma que a obesidade se torna como que um crime de lesa-corporeidade, um ato passivo de punição não pela exclusão ou pela

morte, mas pela inclusão no rol dos doentes e dos monstros (cf. LANDA et al., 2013, p. 109). O castigo do obeso está na sua aparência monstruosa e enferma.

Portanto, de acordo com Landa et al. (2013), “foi necessário construir uma cultura obcecada pelo peso e pela magreza para que os significantes *gordura*, *sobrepeso* e *obesidade* adquirissem o tom inquietante que apresentam na atualidade” (2013, p. 96, grifo dos autores). A obsessão pelo peso corporal ocupa um espaço considerável na agenda individual, conforme demonstramos nos capítulos 6 e 7⁴⁵: queremos (ou somos exortados a) ser saudáveis, lutamos por isso nos abstendo, por exemplo, das gostosuras de final de ano em prol de um corpo “sarado”. Contudo, não faltam propagandas de belas e calóricas refeições, convites a matarmos nossa sede com um copo de refrigerante (o temível e implacável inimigo das curvas femininas), ou um churrasco regado a cerveja.

8.2. O musculoso

Existe, ainda, uma terceira categoria de tipo físico na academia de ginástica: o musculoso. Este tipo de corpo não se encaixa em nenhuma das duas categorias citadas anteriormente ou nas de saudável/doente utilizadas pela OMS para alocar conceitualmente os corpos dos indivíduos. Os corpos musculosos, se partirmos do princípio dualista da OMS, não são nem saudáveis e nem doentes. Não são saudáveis porque não são magros e não são doentes porque não são obesos, mas, da mesma maneira que os demais frequentadores de academia de ginástica, estão em um intermédio: eles causam, ao mesmo tempo, desejo e repulsa (LINDSAY, 1996, p. 357). Se visualizamos um corpo musculoso, talvez possamos desejar ou mesmo simpatizar com seu *sex appeal*, mas, instantaneamente, podemos nos assombrar porque trata-se de um humano transformado em algo mítico por forças que não compreendemos (idem, p. 356).

Também os adjetivos populares comumente associados ao corpo musculoso como “sarado” e “bombado” parecem ser insuficientes para defini-lo do ponto de vista dos frequentadores das academias pesquisadas: “sarado”, de acordo com nossos interlocutores, remete a um estado de corpo saudável, enquanto “bombado” remete a um estado de corpo doente ou em uma situação de risco, uma vez que esse termo advém de um imaginário que associa diretamente um corpo musculoso à ingestão de esteroides anabolizantes popularmente conhecidos entre os frequentadores de academia como “bombas”.

⁴⁵ Ver p. 104-113.

Talvez, devido a essa dificuldade de conceituação do corpo musculoso, é que Lindsay (1996) tenha se utilizado de uma associação com a categoria de *freak*:

Bodybuilders buscam maximizar a muscularidade visível dos seus físicos pela combinação de treinamento progressivo de peso e um regime de dieta e exercícios aeróbicos visando a minimização da gordura subcutânea do corpo e uma apresentação física que demonstre o grau extremo de definição muscular e vascularidade alcançados por meio desse regime. [...] O *bodybuilder* confunde ilusão e realidade: a impressão de escala monstruosa é mais frequentemente o resultado da extrema definição muscular realçada por óleo e músculos flexionados ao máximo. (LINDSAY, 1996, p. 356, tradução nossa, grifos da autora).

Embora Lindsay estivesse se referindo a uma categoria esportiva, talvez este seja outro possível argumento para os frequentadores não se considerarem fisiculturistas: essa ideia de conviver com um corpo que não é nem magro nem obeso, mas, ainda assim, é um corpo extremo, lhes causa fascínio e repulsa, desejo e desprezo, prazer e terror, porque um corpo musculoso, de acordo com Lindsay (1996) é, ao mesmo tempo, belo e monstruoso. Diferentemente dos corpos magro e obeso: aquele, sob os auspícios da medicina, da educação física, da nutrição e da mídia, seria somente belo, a norma; este, da mesma forma, somente monstruoso, o anormal (cf. LANDA et al., 2013). O corpo magro, por essa perspectiva, seria o resultado de dieta e exercícios físicos, de uma vida considerada moderada e o corpo obeso seria fruto do desleixo, da preguiça, da gulodice, da incapacidade de autogestão corporal (idem). O corpo musculoso, entretanto, seria uma incógnita, algo que causa confusão nos indivíduos porque desvia das definições existentes. De fato as entrevistas demonstram os dois sentimentos em relação ao corpo musculoso, marombado, sarado, bombado.

Da mesma maneira como Lindsay (1996) observa o corpo musculoso pela perspectiva do *freak*, também Landa et al. (2013) observam que o corpo obeso, tendo como base o padrão de saúde estabelecido pela OMS, pode ser considerado um monstro, um *freak* porque, assim como o corpo musculoso, o obeso desvia da norma.

O conceito de “monstro”, mais exatamente, funciona como um operador conceitual, na medida em que representa o desenvolvimento de todas as irregularidades possíveis, e afronta — ou coloca em questão — a norma do humano. De nossa perspectiva, o monstro deve confrontar-se com o que se

considera normativamente humano. [...] Ou seja, o humano e o monstro se encontram em uma tensão tal que um é o reverso e o complemento do outro. Neste sentido, embora se confronte com a norma do humano, o monstro não é “exterior e pura alteridade em relação ao homem, mas sim um ‘interior exteriorizado’ do ser humano” (Giorgi, 2009: 325). Desse modo, o monstro não apenas não apenas se confronta com a norma do humano, como se se tratasse exclusivamente de um desafio a ordem da vida, onde a monstruosidade é posta em jogo no campo da “normatividade da vida” (LANDA, et al., 2013, p. 90).

Observamos que a magreza saudável, a muscularidade e a obesidade são padronizações interdependentes: a primeira é a norma, portanto, pode se alinhar a um sentimento de desejo; a segunda se situa em uma espécie de transição porque não se choca com a norma, mas também não a corrobora, causando, ao mesmo tempo, desejo e repulsa; finalmente, a terceira é o oposto da norma, e causa repulsa, medo, estranhamento. Não obstante, cada um desses padrões corporais depende do outro porque todos se interconectam à subjetividade por meio do corpo. O objeto e o objetivo dessas padronizações é o corpo que nunca se encontra acabado, mas é um constante vir a ser. Os corpos magro, musculoso e obeso, nesse sentido, não se opõem um ao outro nem se excluem mutuamente, mas se conjugam de alguma maneira nas configurações corporais que cada sujeito estabelece para si.

8.3. Os artefatos do “conhecimento”: o espelho, a balança, a fita métrica:

Apontamos, no capítulo 5, que os frequentadores de academias de ginástica precisam fazer alguns testes antes de começarem a treinar⁴⁶. Além dos testes físicos, algumas academias exigem exames laboratoriais e clínicos para admitirem um novo frequentador, a partir de amostragens sanguíneas, coletadas e processadas por laboratórios especializados como taxa de triglicérides, colesterol, glicemia etc. Os objetivos desses exames adicionais são, em primeiro lugar, proteger juridicamente a academia e, em segundo lugar, fornecer mais subsídios ao educador físico para o desenvolvimento de uma pauta de treinamento mais específica.

Contudo, o saber científico e a busca de segurança jurídica encontram sua limitação nas introspecções do ser humano, ou, em outras palavras, sua subjetividade, seus desejos, suas vontades, nuances estas profundamente marcadas pelas interações sociais e que fogem a

⁴⁶ Ver p. 89.

qualquer tentativa de controle. De fato, a maioria dos frequentadores das academias de ginástica pesquisadas se importa muito pouco com amostragens sanguíneas e taxas obtidas por meio de exames laboratoriais, mas se importam bastante com três artefatos: o espelho, a balança e a fita métrica. Mais especificamente, eles se importam com o que esses três elementos têm a lhes informar.

O espelho, ao que indica a pesquisa de campo, parece servir como um comparativo estético, como uma espécie de ferramenta que ajuda o frequentador da academia de ginástica a adestrar seu corpo a determinados parâmetros, a observar o quanto esse corpo pode ou não se encaixar em um determinado padrão. Diante do espelho, além de assistir ao desenvolvimento da sua massa muscular, é possível ao praticante de exercícios físicos observar a postura corporal necessária à prática de cada um dos exercícios, afim de que se atinja a técnica mais apurada para desenvolver determinada forma. Não obstante é, também, o espelho o responsável por refletir a imagem de um corpo modificado pelo treinamento.

A balança e a fita métrica, por suas vezes, são duas outras ferramentas que indicam ao praticante de exercícios físicos, basicamente, as mesmas características que o espelho, porém, por intermédio de dados numéricos, mais especificamente as unidades de medida quilograma (kg), no caso da balança, e centímetro (cm), em relação a fita métrica. São esses dois artefatos os responsáveis por quantificar, numericamente, a imagem refletida no espelho, cujos valores são cruzados com o principal fator corporal desenvolvido pela OMS: o Índice de Massa Corporal (IMC).

O IMC deriva do índice de Quetelet desenvolvido entre 1830 e 1850 e criado pelo estatístico Adolphe Quetelet para registrar a variação de peso e altura dos recrutas do serviço militar francês. Em suas observações, Quetelet percebe a existência de uma distribuição gaussiana (normal) dos níveis de peso e altura na população estudada, a partir do qual cria um índice para realizar uma descrição estatística do “homem tipo”. Atualmente, o IMC é uma representação matemática que fornece uma estimativa da composição corporal em quilogramas pelo quadrado da altura do corpo em metros. (LANDA et al., 2013, p. 98).

Desde muito cedo, ainda nos primeiros contatos com a academia de ginástica, os frequentadores desenvolvem uma relação com esses três artefatos por meio do IMC que é calculado quando o instrutor desenvolve a primeira pauta de treinamento do frequentador. A

partir de estabelecido o padrão de acordo com esse cálculo, o espelho, a balança e a fita métrica formam, juntos, um guia para os frequentadores que parte do princípio de uma relação de simetria corporal na seguinte proporção: a imagem se define pelo peso juntamente com a circunferência abdominal comparados ao IMC. Da mesma maneira que o Homem Vitruviano, de Leonardo da Vinci, é uma representação esquemática das proporções das medidas corporais, a imagem refletida no espelho da academia de ginástica visa uma representação da proporção entre peso, circunferência abdominal e IMC.

No entanto, os praticantes de exercícios nas academias fazem uso desses instrumentos diariamente quase sempre como um simples hábito adquirido pela assiduidade no ambiente, de forma que, em dado momento, esses três artefatos se tornam ao frequentador os indicadores mais confiáveis do seu condicionamento físico e do desenvolvimento do seu corpo pelo treinamento. Nesse sentido, não se pode deixar de mencionar a influência do mercado e da indústria do *fitness*, apontado por Landa (2009), que por intermédio das propagandas midiáticas transformam o uso do espelho, da balança e da fita métrica nos indicadores mais confiáveis de saúde e estética, estabelecendo, sob os auspícios da medicina, da nutrição e da educação física um conjunto de regras gerais.

Exemplos bastante comuns são os comerciais de aparelhos de ginástica veiculados pela rede televisiva como os famosos *AB Stretch*, *AB Rocket*, *Total Flex* etc, produtos desenvolvidos para uso caseiro e que, por isso, trazem guias e manuais explicativos de exercícios físicos que, de alguma maneira, chamam a atenção para a importância de serem praticados em frente ao espelho, do acompanhamento escalar da perda de medidas pela fita métrica e da perda de peso por meio de uma balança. Entre os frequentadores entrevistados, observamos que o peso corporal e a circunferência abdominal podem determinar interações, abrir ou fechar oportunidades, podem ser, em outras palavras, as linhas que separam a aceitação e a discriminação sociais, mas, principalmente, podem determinar a autoaceitação ou autodiscriminação.

A busca pelo que se conhece na contemporaneidade como “barriga negativa”⁴⁷ é o emblema dessa cultura corporal que vem se constituindo ao longo da segunda década do novo milênio. Trata-se de um contínuo processo de exacerbação da importância do espelho, da balança e da fita métrica, principalmente entre as mulheres, como demonstram a chamadas da capa e da reportagem da revista *Veja* sobre o assunto:

⁴⁷ Talvez por se tratar de uma categorização muito específica do campo da malhação, não encontramos trabalhos ou pesquisas acadêmicas que abordem a questão da “barriga negativa” de maneira aprofundada, motivo pelo qual recorreremos a uma reportagem da revista *Veja* como ponto de partida para essa discussão.

A estética do risco: as dietas, suplementos e malhação específicos das mulheres que desafiam o senso comum e levam o corpo ao limite da magreza saudável⁴⁸. [...]

A nova forma da magreza: as musas da barriga negativa e musculosa elevam o ideal de beleza esquelética a um novo e inalcançável patamar. É preciso muito cuidado para não cruzar a fronteira que separa a saúde da doença na busca desse modelo⁴⁹.

A revista *Veja* define o termo “barriga negativa” como a “magreza por comer dosagens corretas de alimentos escolhidos associadas a suplementos e malhação. O resultado é a união desses atributos até pouco tempo atrás inconciliáveis: a magreza e os músculos”⁵⁰. A reportagem corrobora o que observamos no capítulo 7⁵¹, quando apresentamos nossas considerações sobre as narrativas de *fitness* e *wellness*. Aquelas falas se associam ao discurso da barriga negativa, conforme demonstram as falas das pessoas entrevistadas pela revista *Veja*, conforme descrevemos abaixo:

MAGRA, E DAÍ? A modelo Izabel Goulart, 29 anos, foi alvo de furiosas críticas ao postar uma foto de biquíni que deixava à mostra seus 57 quilos e 1,78 metro. Acharam sua magreza exagerada. Ela não se abalou. “Espero que sirva de incentivo para irem à academia”⁵².

[...]

TROCAM-SE QUILOS POR DINHEIRO. Há um ano, Gabriela Pugliesi, 28, criou um blog para relatar a luta que travava contra os 3 quilos somados na lua de mel. Em uma semana, bateu a marca de 30.000 seguidores. Hoje tem 400.000. Abandonou até o emprego de designer para se dedicar ao negócio. Um post assinado por ela pode custar 6.000 reais a quem desejar associar uma marca aos relatos de sua esbelteza. “Mas só aceito falar do que tem a ver com meu universo”⁵³.

[...]

⁴⁸ Revista *Veja*, ed. 2346, ano 46, nº 45, 06 de novembro de 2013, capa.

⁴⁹ *Idem*, p. 84.

⁵⁰ *Idem*, p. 85.

⁵¹ Ver p. 107-113.

⁵² *Idem*, p. 86, grifo do autor.

⁵³ *Idem*, p. 87, grifo do autor.

METAMORFOSE. A obstinação da dentista Debroah Aquino, 38 anos, se anunciou quando ela cismou de caber em um vestido de noiva três números abaixo do seu, há três anos. A cruzada para secar e enrijecer provocou uma mudança radical: perdeu 14 quilos e virou até maratonista. Ela faz o balanço: “Eu me resgatei da autodestruição”⁵⁴.

Mira (2004) aponta, no que concerne à imposição de determinados padrões ao corpo feminino, que “as mulheres também aderem à musculação, dadas as exigências cada vez maiores do corpo exposto e à ascensão de modelo de mulher mais ativa, mais forte, mais dona de si mesma” (MIRA, 2004, p. 19). Na contemporaneidade, em que tudo parece já nascer há muito obsoleto, com as ferramentas de busca *on line* cada vez mais sofisticadas e com o avanço de uma cultura que urge pelo bem-estar, a imagem, a circunferência e o peso corporais se tornam, cada vez mais, elementos que transitam entre os valores cultural e econômico, como demonstram as falas extraídas da revista Veja.

A busca por uma “barriga negativa” que é uma barriga, ao mesmo tempo, magra e musculosa, em uma primeira análise, parece definir os rumos das escolhas das mulheres, como se seu corpo definisse seus gostos. Entretanto, a partir de uma análise mais aprofundada, observamos, como já apontado, que se trata não de uma imposição, mas de uma escolha de determinadas mulheres a posse de um “corpo modelo” (cf. SIQUEIRA & FARIA, 2007), de uma barriga negativa ou de nenhum deles.

Talvez, essas mulheres possam ser consideradas fisiculturistas porque, embora não treinem para uma competição, elas parecem fazê-lo por um objetivo corporal que, pela perspectiva de Lindsay (1996), é, ao mesmo tempo, motivo de medo e simpatia. O seu ideal de corpo atrai pela magreza e assusta pela força, transita entre os domínios corporais culturalmente associados ao masculino e ao feminino.

Enquanto a muscularidade é culturalmente associada à masculinidade, a feminilidade é tradicionalmente associada à propensão para a gordura corporal. A dieta [...] tem sido entendida como reafirmação de normas patriarcais que equiparam feminilidade à fragilidade, magreza e neotenia. Quando homens bodybuilders perseguem uma dieta exata com o objetivo de acabar com a gordura subcutânea, eles cruzam um domínio culturalmente feminino. Ainda assim, nem homens ou mulheres bodybuilders praticam

⁵⁴ Idem, p. 88, grifo do autor.

dieta para serem “magros”; ambos almejam máxima muscularidade, situando-se, assim, em um domínio culturalmente masculino. (LINDSAY, 1996, p. 365, tradução nossa).



Fig. 24: Carol Magalhães, capa da Revista Veja, ed. 2346, ano 46, nº 45, 06 de novembro de 2013.

É possível afirmar, nesse sentido, que as mulheres adeptas da “barriga negativa” constroem suas rotinas em torno de um ideal de corpo que pode determinar suas trajetórias de vida. Por outro lado, de acordo com as falas das nossas entrevistadas no decorrer do capítulo 7, há, também, um terceiro sentimento que é a frustração, o momento em que algumas delas descobriram que para se chegar a determinado padrão corporal com sucesso é preciso haver uma conjunção muito específica de fatores: tempo para se dedicar ao treinamento, determinação para não se desviar da rotina de dieta e exercícios e capital financeiro para custear as despesas tanto do treinamento quanto do acompanhamento profissional necessário.

Essas mulheres, como demonstramos, não se consideram fisiculturistas e não aderem à norma, mas determinam os rumos de seus corpos tangenciando a norma. Evidentemente, um ideal de corpo magro e musculoso está presente em suas falas e elas parecem buscá-lo como um sonho a ser realizado, porém, diferentemente das mulheres que almejam uma “barriga negativa”, elas encaixam os exercícios físicos em seu cotidiano sem que isso se torne uma contingência que possa determinar suas trajetórias de vida.

Há, assim como na relação existente entre magreza, muscularidade e obesidade, uma interdependência entre o uso do espelho, da balança e da fita métrica: separados, são somente utensílios para os quais há os mais diversos usos que sequer tocam as narrativas corporais. A partir do momento em que há uma confluência desses artefatos com um contexto de indústria cultural, mercado e indústria da moda e do *fitness*, mídia e a validação de saberes científicos por uma agência de saúde internacional, somente então esses três utensílios recebem novos significados e novos usos. Não obstante, existe um elemento fundamental: o ambiente da

academia de ginástica, onde o frequentador estabelece contato com esses objetos e desenvolve a necessidade do seu uso a partir do contato com toda uma cultura de treinamento que valoriza a imagem corporal esculpida.

Observamos, dessa maneira, que esses três artefatos são, no âmbito de uma academia de ginástica, os indicadores da constante atualização do corpo. Apontamos no capítulo 3⁵⁵ que o corpo real — aquele que pertence ao indivíduo — e o corpo virtual — aquele que esse indivíduo deseja — são possibilidades, mas é somente na sua atualização, na sua contínua transformação, que se concretizam. No caso, essa atualização pode se dar dentro ou fora da academia de ginástica, mas principalmente, a partir do contato com a academia.

9. Ciborgues: o crepúsculo do corpo orgânico?

Existe, no momento contemporâneo, uma tendência à cristalização da imagem corporal jovem, robusta, esguia, lisa. Juntos ou separados, esses adjetivos constituem algumas definições do que se considera um corpo belo, saudável, rentável ou, nos termos de Siqueira & Faria (2007, p. 179) um “corpo modelo”. Esse corpo se encontra em contínuo processo de identificação (cf. HALL, 2000): não há apenas uma identidade capaz de suportar as dimensões desse corpo, mas uma miríade de possibilidades de identidades.

Embora seja constantemente exortado a buscar padrões corporais que o definam, seja no plano individual ou no social, o sujeito prescinde cada vez menos de padronizações a priori e se torna cada vez mais capaz tanto de se adequar a elas quanto de adequá-las aos seus objetivos, apreensões, necessidades etc. Desse modo, um corpo musculado, por exemplo, é associado a um corpo forte e saudável e por isso está relacionado a uma concepção de beleza jovem e lisa. Ao utilizarmos qualquer um desses adjetivos para nos referirmos a esse corpo, automaticamente iremos nos referir aos demais porque, na contemporaneidade, “o músculo marca” (COURTINE, 2005, p. 83) pela sua presença e reverbera pela sua atualidade na mídia. Se, ao invés disso, substituíssemos o termo “corpo musculado” por “corpo magro” ou “corpo modelo”, ainda que esses termos não sejam sinônimos, o efeito remissivo seria, basicamente, o mesmo, de forma que, a partir de um processo de identificação, um indivíduo poderia se adequar ou não a um, a mais de um, a todos ou a nenhum desses termos.

No entanto, possuir um corpo adequado aos padrões atuais, organicamente funcional e em plena capacidade de uso já não basta porque há limitações: esse corpo precisa ser

⁵⁵ Ver p. 80-82.

constantemente alimentado e descansado; se contrair alguma enfermidade, deve ser tratado; se perder, ainda que temporariamente, alguma de suas funções sensoriais, necessita ser recuperado. Exige-se, em outras palavras, que o corpo seja constante e rapidamente atualizado, melhorado no sentido de eliminar o quanto possível, senão completamente, suas limitações orgânicas.

Ora, se observamos o nascimento de um novo momento que transforma simples corpos orgânicos em “corpos espetaculares, potencializados, hígidos, performantes e ciborguizados pela técnica” (GOELLNER & SILVA, 2012, p. 187), observamos, ao mesmo tempo, o início do crepúsculo de uma concepção de corpo meramente orgânico, assombrado pela obsolescência e fadado à morte. O momento contemporâneo se caracteriza, dessa maneira, por uma mudança paradigmática na qual o corpo se desloca do centro para o epicentro da cultura ocidental e é a sua diferença que o determina, a despeito da igualdade.

No que se refere às academias de ginástica, um hábito comum entre grande parte dos freqüentadores é o uso de substâncias, lícitas ou ilícitas, para alcançarem desde a queima calórica mais rápida até o incremento da massa muscular (CARVALHO, 2003, p. 53). Entre elas, pode-se indicar os compostos à base de proteína (whey protein) que atuam na recuperação muscular, geralmente utilizados após os exercícios físicos; dextrose, a qual aumenta a produção energética, ingerido durante o treinamento para aumentar o desempenho; BCAA, composto de aminoácidos como a creatina e a arginina, que atua na hipertrofia muscular; além dos esteróides anabolizantes, cujos princípios ativos atuam no aumento da produção hormonal, acelerando as divisões celulares e permitindo que o usuário atinja seus objetivos estéticos em tempo recorde (cf. CARVALHO, 2003).

A maioria dessas substâncias, lícitas ou ilícitas, de acordo com os médicos e nutrólogos, é sintetizada pelo próprio organismo através da ingestão dos alimentos já constantes da pirâmide nutricional estipulada cientificamente. Entretanto, a síntese eficiente dessas substâncias depende de maneira crucial de uma alimentação diária extremamente balanceada, a qual, dadas as condições de urgência do universo social contemporâneo, dificilmente o ser humano consegue manter.

Por outro lado, existe ainda um profundo apelo da indústria da moda e do *fitness* que a todo o momento exorta homens e mulheres a um determinado padrão de corpo, o qual não é possível construir tampouco manter em meio a uma rotina pautada pela urgência. A paradoxal relação entre consumo gastronômico e padronização estética corporal, como demonstramos

anteriormente⁵⁶, é um exemplo elementar desse movimento: ao mesmo tempo em que se assiste a uma determinada propaganda primando pela saúde ou pelo corpo esteticamente perfeito, nota-se, logo em seguida, outra propaganda aflorando o paladar por intermédio da imagem, convidando homens e mulheres a uma farta refeição a qualquer hora do dia ou da noite.

Influenciados por esses fatores, uma grande parcela dos praticantes de exercícios físicos tem sempre urgência em possuir um corpo fisicamente perfeito para os padrões da moda ou saudável para os padrões da medicina. Isto acarreta, muitas vezes, conseqüências catastróficas para o corpo, como a perda parcial ou total dos movimentos; problemas cardíacos; *overtraining*, no qual está contido o cansaço físico e psicológico do praticante; a bulimia, anorexia ou a obesidade epidêmica etc.

De acordo com a OMS, todas essas “patologias” são próprias do momento histórico atual e seus impactos comprometem a sociedade, uma vez que o indivíduo por elas acometido apresenta quadros clínicos graves. Ironicamente, a mesma OMS que estabelece a patologia, cria um embasamento científico para determinada norma corporal que, uma vez apropriada pela indústria cultural e do *fitness* repercute em uma estética corporal que não engloba a diferença senão como doença.

Exatamente no centro deste embate está o sujeito a meio caminho da norma e da patologia, bombardeado pelo conflito dessas forças, cujo resultado pode ser percebido na fala dos freqüentadores das academias que sempre precisam fazer um *mea culpa* pelo “arrozinho” e pelo “docinho a mais” que comem⁵⁷.

Do ponto de vista do sujeito, então, o que fazer? É preciso possuir um corpo magro e musculoso, diz a mídia, mas é preciso ter cuidado para não se tornar anoréxico; deve-se tomar as providências contra a obesidade, enfatiza a OMS, mas sempre há um *fast food* por perto; é necessário elevar a qualidade de vida, dizem os médicos, nutricionistas e educadores físicos, mas o tempo é escasso, embora a informática tenha ressignificado a percepção humana de distância.

O que pode um indivíduo fazer sendo excessivamente pressionado, por um lado, enquanto lhe faltam elementos — os mais importantes inclusive — para responder satisfatoriamente às exigências que o cercam, por outro? Uma hipótese para essas questões reside na biotecnologia.

⁵⁶ Ver p. 123.

⁵⁷ Ver p. 107.

Há trinta anos, foi desenvolvida no Brasil uma técnica de cirurgia bariátrica, popularmente conhecida como “redução do estômago”⁵⁸, pelo médico José Lazzarotto. A técnica desenvolvida por ele se chama cirurgia *ByPass* Intestinal, traduzida no site do especialista como “ponte” ou “passagem”⁵⁹. Trata-se de uma pequena intervenção cirúrgica que faz uma ligação entre a parte inicial do intestino delgado ao íleo, sua proporção final, fazendo com que parte dos alimentos ingeridos seja enviada diretamente ao intestino grosso e não seja absorvida pelo corpo na digestão.

Em entrevista, o médico José Lazzarotto explica como funciona sua técnica cirúrgica:

[...] Nós já fazemos essa cirurgia há mais de trinta anos e realmente é uma coisa diferente, porque nós não mexemos no estômago, porque nós entendemos que o maior prazer da vida é comer. Então, tudo gira em volta de uma mesa. Então, nós fazemos o quê? Nós só fazemos um atalho inteligente no intestino, sem mexer no estômago. [...] A pessoa come, a comida passa da boca para o esôfago, do esôfago para o estômago. [...] O alimento, no estômago, faz o bolo alimentar; desse bolo alimentar ele passa para o intestino delgado [...], que é exatamente onde a pessoa engorda. É no intestino delgado que absorve os nutrientes. Por isso, todas as cirurgias que existem no mundo, que operam o estômago, também operam o intestino. Por isso que é o intestino que faz perder peso ou engordar. [...] Qual é o princípio da cirurgia? É fazer um atalho inteligente na comida, enganando o alimento, de maneira que uma parte do alimento, saindo do estomago, chega neste atalho aqui, uma parte do alimento continua no mesmo caminho como era antes [...] e o outro ele segue um caminho mais reto. Os dois lados funcionam: um em menor quantidade e o outro em maior quantidade (fala do médico José Lazzarotto)⁶⁰.

Essa intervenção cirúrgica visa “corrigir” o que parece ser uma disfunção orgânica que causa a obesidade, “enganando” o alimento, de forma que, de acordo com o próprio médico, é possível continuar comendo de tudo sem se preocupar com ganho de peso. Transfere-se, dessa maneira, o sentimento de culpa do ser humano para o seu corpo, este sendo entendido,

⁵⁸ Trata-se de uma definição exclusivamente popular, uma vez que a o *ByPass* Intestinal, como a própria denominação sugere, não incide sobre o estômago, mas sobre o intestino. A redução de estômago é uma outra categoria de cirurgia contra obesidade.

⁵⁹ In: <http://www.clinicalazzarotto.com/novo/tratamentos/obesidade/>. Acesso em 19/02/2014, as 19h55min.

⁶⁰ Entrevista com o Dr. Lazzarotto – médico que desenvolveu a técnica *ByPass* Intestinal. In: <https://www.youtube.com/watch?v=SjAgZtrDYsw>, 19/04/2012, 5min43seg.

conforme observamos, estando em um *locus* diferente do ser humano, como se houvesse de fato uma separação entre o ser corpo e o ser humano.

O ByPass intestinal, diferentemente das outras cirurgias, baseia-se em diminuir a absorção do alimento (hipoabsorção = absorver menos) no intestino delgado, que é onde os nutrientes são absorvidos. A ingestão dos alimentos se faz normalmente em maior ou menor quantidade, conforme o desejo da pessoa. O estômago fica totalmente preservado. Compreendemos que o maior prazer de todo ser vivo é a alimentação. Com esta técnica, o paciente poderá comer normalmente como todos e, em dias de confraternização, convidar os amigos e até exceder-se do habitual⁶¹.

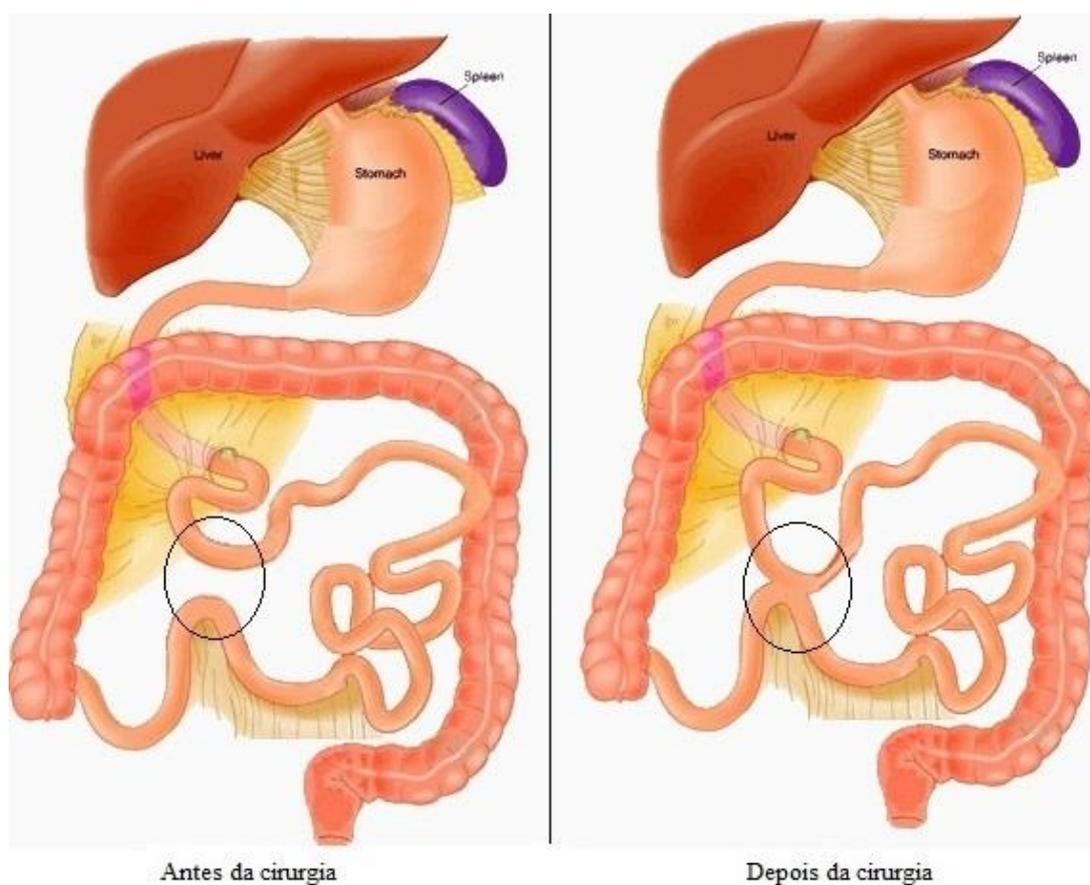


Fig. 25: cirurgia *ByPass* Intestinal⁶².

⁶¹ In: <http://www.clinicalazzarotto.com/novo/tratamentos/obesidade/>. Acesso em 19/02/2014, as 20h45min.

⁶² Fonte: site da Clínica Lazzarotto. In: <http://www.clinicalazzarotto.com/novo/tratamento/obesidade/>. Acesso em 19/02/2014 as 20h46min.

A propaganda relaciona essa intervenção cirúrgica à melhoria na qualidade de vida, conforme observamos no final do excerto acima. De acordo com essa proposta, o *wellness* de um sujeito depende, fundamentalmente, da uma transformação corporal por meio da qual “poderá comer normalmente”, uma vez que, pela magia da biotecnologia e da intervenção cirúrgica, a sua “disfunção” orgânica será corrigida. O exemplo da cirurgia *ByPass* Intestinal demonstra, basicamente, a proposta da ciborguização: transformar, melhorar, reestruturar, aprimorar o corpo orgânico a partir de quatro fundamentos principais: bioética, bioestética, biopoder e biotecnologia (LOURO, 2012, p. 80).

Diante da possibilidade de um mundo em transformação, que poderá em breve dispensar o humano, vivemos a progressiva banalização da experiência humana. Essa condição nos traz imensos desafios, como a urgência de construir corpos nos ritmos acelerados das mudanças tecnológicas, enfrentar as controvérsias, reger e administrar a tecnociência, humanizar as tecnologias, estabelecer diálogos fecundos com os poderes, as instituições e as políticas para que as pessoas não se percam nos golpes e nos fascínios dos acontecimentos (COUTO & GOELLNER, 2012, p. 08).

Por essa ótica, o ato de treinar o corpo em uma academia de ginástica consiste em uma das formas pelas quais os sujeitos buscam ciborguizar os seus corpos. O treinamento regular, diz a medicina, dinamiza as funções orgânicas tornando o corpo mais resistente; uma alimentação saudável, observa a nutrição, fortalece o sistema imunológico, tornando o corpo menos suscetível a doenças; a superação dos limites no treino, de acordo com a educação física, transforma o corpo em uma fortaleza quase impenetrável. Dinamizar, fortalecer e superar são palavras de ordem para os frequentadores de academia; são ordens de batalha, como se cada um deles estivesse em uma guerra declarada contra terríveis adversários: obesidade, celulite, estrias, inimigas fidalgas da estética corporal magro-musculosa.

O corpo, na contemporaneidade, se define por “marcas transitivas, transitórias, transponíveis. O corpo não é (mais) um dado, mas uma fabricação. Um feito e uma ficção. O corpo é o que se diz dele e o que se faz dele” (LOURO, 2012, p. 12). Assim, a cirurgia do *ByPass* Intestinal tanto quanto o treinamento corporal, seja ele *fitness*, *wellness* ou maromba-zen e as dietas alimentares, são intervenções que visam a modificar a estrutura orgânica natural do corpo. A ciência, pelo avanço tecnológico, possibilitou quantificar, qualificar e

classificar os corpos dos sujeitos, o que, automaticamente, fez com que surgisse um novo paradigma corporal, cuja aurora observamos na contemporaneidade.

Na contemporaneidade, humano e máquina tendem a se fundir na figura do ciborgue: um “híbrido de máquina e organismo” (HARAWAY, 2009, p. 36). O humano descobriu os benefícios da máquina para a melhoria do seu corpo, como o atleta sul-africano Oscar Pistorius, que, ainda bebê, teve suas pernas amputadas, mas a intervenção científica transformou sua deficiência em rendimento dando-lhe pernas artificiais extremamente mais eficientes do que as orgânicas. Ele se tornou, nas palavras de Goellner & Silva (2012, p. 197), “um ser híbrido de carne e fibra de carbono”.

Também os frequentadores de academias de ginástica descobrem, cotidianamente, os benefícios das máquinas para seus corpos. Embora, nas academias pesquisadas, os nossos interlocutores não tenham partes mecânicas acopladas a seus corpos, eles se utilizam das máquinas de exercícios cada vez mais sofisticadas para modelarem seus corpos, as quais são projetadas especialmente para o uso em academias ou no conforto da casa. Sem essas máquinas, muito dificilmente conseguiriam dispor de tempo para treinamento, dada a dinâmica urgente dos centros urbanos. Essas máquinas, repletas de polias e braços articulados, permitem, mais do que simplesmente treinar, maximizar as possibilidades corporais, tornando simples corpos em corpos extremamente desenvolvidos.

Conforme observa Couto (2012), essa busca pela ciborguização corporal está intimamente relacionada a uma busca pela maximização do prazer nas atividades físicas contemporâneas. A partir de uma alegoria de “desertos e oásis do corpo” (2012, p. 166), respectivamente os dissabores da vida contemporânea *versus* a felicidade e o bem-estar (COUTO, 2012, p. 167), Couto demonstra que “é pelo excesso que o otimismo toma conta dos viventes” (p. 182), na busca por “gozar eternamente a boa vida” (p. 183). “As façanhas dos extremos, esses triunfos do corpo nas atividades físicas e esportivas radicais, celebradas e reivindicadas em toda e qualquer parte, são oásis totalizantes na nossa cultura tecnológica de agitação e bem-estar” (COUTO, 2012, p. 184).

Do ponto de vista dos sujeitos, portanto, é possível transformar o corpo por meio da sua constante atualização, algo que, de acordo com a pesquisa realizada, está em vias de se tornar parte do cotidiano dos seres humanos. Cada vez mais pessoas aderem a onda do “estilo de vida ativo”, procurando diversas maneiras de introduzir no seu dia a dia o que a OMS chama de bons hábitos alimentares associados à prática regular de exercícios físicos e ampliação da agenda cultural. Embora, em uma primeira análise, sobressaltem benefícios individuais e sociais, é preciso atentarmos para uma outra possibilidade que vem preocupando

os sociólogos do corpo: a neoeugenia. Para compreendermos esse conceito, é necessário, antes de mais, discorrermos sobre o seu fundamento: o pós-humanismo.

De acordo com Camargo & Vaz (2012), o pós-humano é um “homem-máquina, pós-homem, organismo cibernético, ser tecnobiologicamente melhorado, emaranhado de definições que procurariam se situar em relação a esse ‘novo’ sujeito ou para além dele” (CAMARGO & VAZ, 2012, p. 122). Trata-se de um novo paradigma, para o qual ainda estamos em vias de transição e que, portanto, ainda não possui fronteiras delimitadas — talvez nem haja essa possibilidade —. O pós-humanismo, dessa maneira, se ocupa exatamente de desbravar essas “fronteiras” desse novo ser que emerge como temática e desafio para o século XXI: um ser híbrido de organismo e máquina.

Há, na perspectiva dos autores, três vertentes de pós-humanismo. A primeira delas é a singularista, cuja proposta seria radical, buscando “superar a condição ‘natural’ do homem e do seu corpo” (idem, p. 126) por meio de atualizações constantes, tomando o corpo como “um *hardware* velho e obsoleto, o que potencializaria *downloads* de novos *softwares* no corpo (idem, grifo dos autores). A segunda vertente é a biotecnológica, a qual se preocupa com essa nova forma de evolução da espécie humana, atentando para o “processo, já em vigor, de melhoramento genético por parte das ações vinculadas a pesquisas reprodutivas” (idem, p. 127). E, por fim, a terceira vertente que é a trans-humana, “uma narrativa da obsolescência do humano, a ser alcançada pelas transformações tecnocientíficas e econômicas em curso” (idem).

O pós-humanismo, dessa maneira, se trata de um movimento de ciborguização corporal que tende a romper com o paradigma natureza/cultura ao subsidiar o que Beatriz Preciado (2008) denominou tecnocorpo: um corpo orgânico (natural) que se beneficia da tecnologia (cultura), “nem organismo, nem máquina” (PRECIADO, 2008, p. 39). Não obstante, surge, inevitavelmente, a problemática do tecnopoder como desdobramento das políticas engendradas pelo tecnocorpo, uma vez que “o que entra em discussão é até que ponto o ‘melhoramento genético’ nos livrará de mazelas corporais (doenças, deficiências, debilidades e afins) e não será mais uma estratégia eugênica” (CAMARGO & VAZ, 2012, p. 127).

É nesse sentido que Goellner & Silva (2012) observam uma possível atualização do conceito de eugenia na contemporaneidade a partir da “cultura *fitness*”: a “neoeugenia” (GOELLNER & SILVA, 2012, p. 191). De acordo com os autores, a diferença fundamental entre eugenia e neoeugenia é a perda da centralidade da hereditariedade, a qual cede seu lugar à tecnociência (idem, p. 196-197).

Na neoeugenia, fármacos, próteses, chips e dispositivos biotecnológicos diversos acoplam-se aos corpos sendo capazes de dotá-los de força, velocidade e destreza. Dessa maneira, a competição na ‘lógica neoeugênica’ não se ocupa mais em marcar de forma indelével os corpos aptos e inaptos. Nos indícios desse novo tempo, corpos ‘quase fortes’, ‘quase velozes’, ‘nem tão destros’, não estão mais fadados à derrota. Ao contrário, surgem como o próprio substrato de neoeugenização, na medida em que suas ‘deficiências’ são suplantadas pela adoção de elementos tecnológicos. Se na eugenia a centralidade era ocupada pelos corpos hereditariamente bem-nascidos, na neoeugenia isso já não faz tanto sentido, sobretudo porque carrega o desejo de superação pela biotecnologia. São justamente os investimentos nos corpos deficientes que se tornam elementos fundantes dessa neoeugenia (GOELLNER & SILVA, 2012, p. 197).

Ainda não é possível afirmarmos com segurança em que, de fato, consiste essa neoeugenia observada pelos autores. O que podemos afirmar, com um certo grau de segurança, é que no âmbito dos esportes os corpos destros, ágeis, habilidosos estão sendo obrigados a ceder, gradativamente, uma parte da sua centralidade para os corpos “quase fortes, quase velozes, nem tão destros”. No entanto, isso ainda não ocorre de maneira sensível no plano social, em que os corpos “quase” permanecem recebendo uma quase atenção: eles quase são incluídos, quase são compreendidos, mas quase sempre são esquecidos.

Observamos que essa maximização do rendimento corporal por intermédio da biotecnologia e da cibernética, essa onda pós-humana, está muito longe de ser universal e, de fato, as análises dos autores com os quais aqui dialogamos indicam que a universalidade não é uma prerrogativa da biotecnologia. À exceção de alguns poucos pensadores, como Le Breton e Goellner & Silva, entrar em uma discussão sobre inclusão, necessariamente, conduz aos imperativos de classe social e se fala pouco sobre os custos, em termos financeiros, dessa transformação corporal. Claramente, ela (ainda) é uma possibilidade para alguns grupos sociais apenas.

Considerações finais

Iniciamos esta pesquisa com o objetivo de buscar esclarecimentos sobre os termos *bodybuilder*, *fisiculturista* e *culturista*, os quais emergiram de um “nó” do campo que originou

a pergunta norteadora deste trabalho: por que os frequentadores não se consideram fisiculturistas? De fato, a pesquisa mais nos conduziu do que foi conduzida por nós através de um percurso muito rico e fascinante, desde os caminhos mais conhecidos até os recônditos e vielas que passam despercebidos ao todo, porque dizem respeito a subjetividade. Nesse trajeto, nos deparamos com as dificuldades da busca pela compreensão de alguns aspectos sobre o relacionamento do ser humano com seu corpo na contemporaneidade: uma relação marcada por interdições, interrupções, normatizações, em outras palavras uma relação repleta de estigmas e imposições que buscam reduzir, conter e, principalmente, controlar os corpos.

Por outro lado, em meio a esse universo marcado por esquematizações de poder e controle, a pesquisa nos revelou a riqueza da subjetividade humana que, mesmo sendo interpelada a se conter, se reduzir e, muitas vezes, se conformar, consegue modificar essas algemas de aprisionamento em mecanismos de ressignificação que transformam o seu cotidiano. Essa é a viela, o caminho estreito e escondido que somente uma subjetividade que não aceita se encaixar em determinações encontra e que nos foi demonstrada pelos nossos interlocutores.

Nesse sentido, a pesquisa empírica teve uma importância incomensurável. Aproveitando, ainda, a metáfora dos caminhos, podemos dizer, neste momento, que a trabalho de campo foi, para esta pesquisa, o caminho escondido, a viela por meio da qual encontramos muito mais do que elementos que pudessem nortear nossos passos. Nossa trajetória foi repleta de desafios e dificuldades, rodeada por estradas pouco percorridas que, muitas vezes, terminam em abismos ou, simplesmente, desaparecem, como se não quisessem ser percorridas. Os desafios e dificuldades se iniciaram logo nos primeiros contatos, em virtude da própria recusa do campo em se adequar a uma padronização. No entanto, foi justamente essa recusa, foi justamente o, aparentemente, opaco brilho da subjetividade que chamou a nossa atenção.

Conforme desenvolvemos a pesquisa, o que parecia um brilho fosco se tornou um farol que estava encoberto por padronizações e estereotipizações. No entanto, o brilho da subjetividade não é contido por essa normatização, mas pode se aproveitar dela em seu próprio benefício na construção das identidades que um indivíduo pode assumir. Portanto, o percurso da pesquisa nos mostrou, de maneira formidável, que, na contemporaneidade, no que concerne aos indivíduos e seus corpos, embora exista a imposição social normatizadora e as escolhas individuais sejam restritas, é possível observar, como demonstramos, marcações de diferença que fazem do treinamento do corpo apenas um entre inúmeros elementos que um sujeito pode escolher para compor sua subjetividade.

Optamos por não responder a nossa pergunta inicial, mas refletir em palavras o campo tal como ele se apresentou: multifacetado, mas não desarticulado; caleidoscópico, porém não confuso; compartimentado, mas não desestruturado. A partir dessa descoberta, então, decidimos apresentar diversas possibilidades para o fato dos frequentadores não se considerarem fisiculturistas porque cada um dos nossos interlocutores se utiliza de diversas possibilidades para compor ou decompor sua subjetividade. Assim, no que se refere ao corpo, de acordo com esta pesquisa, não há mais um centro ou epicentro, há somente lugares transitórios porque o corpo é repleto de não-lugares (cf. LOURO, 2012, p. 12)

O corpo é ele próprio um não-lugar, ele “não passa de um habitáculo provisório de uma identidade que recusa toda forma de fixação e escolhe uma forma de nomadismo quanto à sua presença no mundo” (LE BRETON, 2012, p. 20). Talvez essa observação de que o corpo é um lugar que se define pela transitoriedade de identidades, algo com o que concorda Hall (2000), entre todas as que apresentamos seja a mais importante. Nessa perspectiva, fica evidente que o indivíduo não se considera fisiculturista, ou culturista ou *bodybuilder*, antes de tudo, porque ele escolheu não querer, independentemente de sua aparência poder ser assim considerada.

É por isso que Lindsay (1996), conforme apontamos na terceira parte⁶³, coloca o *bodybuilder* como portador não somente de masculinidade ou somente de feminilidade, mas ambas, ao mesmo tempo, e isso causa espanto e simpatia porque o próprio binarismo socialmente construído, nesse caso de gênero, se confunde: não somente um ou somente outro, mas um e outro ao mesmo tempo. Somente uma capacidade extremamente versátil de construção da subjetividade pode admitir tal possibilidade em uma sociedade tão marcada por dualidades, como a Ocidental. Por isso, o *bodybuilder*, que nos limites desta pesquisa associamos ao corpo musculoso, causa nos indivíduos uma confusão entre dois dos sentimentos mais elementares dos seres humanos: medo e simpatia.

Da mesma maneira que o ciborgue teorizado por Haraway — um híbrido de organismo e máquina — nos chama a atenção e com ele simpatizamos porque promete melhorar nosso desempenho e, até mesmo, eliminar determinadas deficiências, esse mesmo ciborgue causa medo porque seus limites são desconhecidos. De fato, ainda desconhecemos se um ciborgue tem limites.

Para os teóricos pós-modernos como Donna Haraway, nossa época não é apenas pós-gênero, mas testemunha da ruptura com outros limites da

⁶³ Ver p. 129-130.

modernidade, aquelas entre humano e animal, entre humano-animal e máquina e entre o físico e o não-físico. O mundo ciborgue descrito por Haraway é caracterizado por fronteiras transgredidas, fusões potentes e perigosas possibilidades por meio das quais pessoas progressistas podem explorar como uma parte necessária à política mundial. [...] No crepúsculo deste milênio, *bodybuilding* é, a um só tempo, uma arena de constante expansão das potencialidades corporais e um domínio no qual políticos desesperados do controle corporal procuram limitar as experimentações corporais por meio da construção do monstro pós-moderno como um outro patológico. [...] Nossas “simpatia e terror” culturais diante do monstro contemporâneo é a medida de nossa própria pós-modernidade interdita. (LINDSAY, 1996, p. 366, tradução nossa).

Assim, se Haraway problematizou, nos anos 1980, a ascendente categoria de ciborgue e Lindsay, já em meados dos anos 1990, observou o *bodybuilder* como um monstro a partir da ciborguização, na contemporaneidade é possível afirmar que já vivemos uma era pós-ciborgue: ele não é uma promessa, como nos anos 1980, ou uma possibilidade de atualização como nos anos 1990. Se observarmos pela perspectiva de Lévy (2009, p. 27), o ciborgue é real e atual: ele já existe como uma atualização corporal possível para alguns grupos sociais e que pode se tornar acessível para outros no decorrer dos próximos anos. Ironicamente, essas informações reafirmam algo sobre nós humanos: sempre fomos ciborgues. No entanto, há uma diferença fundamental: sempre buscamos transformar as condições que nos rodeiam em nosso próprio benefício; mas, agora, em uma época em que há pouco o que transformar ao nosso redor, buscamos transformar nossos próprios corpos em nosso próprio benefício, não no sentido do trabalho, como um corpo ferramenta, mas no plano da identificação (cf. HALL, 2000).

A construção e transformação dos corpos, dessa maneira, somente tem sentido desde que sejam empreendidas em meio a um processo de identificação. Essa é uma constante que esteve presente em nossa pesquisa empírica. Do ponto de vista midiático, parece que os sujeitos são conduzidos a possuir um determinado padrão corporal, quando, de fato, a pesquisa comprova que esse é um elemento que fala dos seres humanos e seus corpos, mas não o único. Além da mídia, existe a indústria do *fitness*, como demonstra Landa (2009); o mercado da moda, conforme observam Castro (2007) e Siqueira & Faria (2007); e, evidentemente, as apreensões, as buscas, as necessidades, as vontades do próprio sujeito que não estão condicionadas a essas questões. E, nesse sentido, Courtine (2005) foi uma

referencia fundamental para esta pesquisa ao demonstrar que essas nuances estão contidas nem somente na sociedade e nem somente no indivíduo, mas em ambos, ao mesmo tempo, por meio da cultura: “o músculo é um modo de vida” (COURTINE, 2005, p. 85).

Nesse ponto, nossa pergunta inicial se modifica: por que os frequentadores deveriam se considerar fisiculturistas, uma vez que, dentro da proposta desta pesquisa, podemos afirmar que os sujeitos, ao mesmo tempo em que não se consideram fisiculturistas, *bodybuilders* e culturistas, eles o são em potencial, podendo, a qualquer momento, escolher (ou não) sê-lo? Tudo está relacionado e depende da construção da sua subjetividade, de acordo com os processos de identificação nos quais se inserem, tudo depende se o sujeito se identifica mais com sua humanidade ou com as possibilidades de “transcender” essa humanidade, atualizando seu corpo de humano a pós-humano.

O pós-humanismo, nos limites desta pesquisa, é tanto uma concepção para uma nova forma de existência humana, quanto um momento histórico que já vivenciamos, haja vista a tecnologia utilizada nos esportes para garantir a acessibilidade dos atletas com deficiências físicas. Essa concepção-momento não se limita somente a elementos de roteiros de livros e filmes de ficção, mas faz parte da nossa realidade, de forma que, comprovadamente, o corpo pode ser modificado, melhorado, reestruturado, transformado. No entanto, as consequências dessa passagem de um momento humano para um pós-humano são, também, vivenciadas.

Embora Oscar Pistorius tenha recebido pernas de fibra de carbono que lhe proporcionaram superar sua deficiência, o fato dele almejar competir em uma Olimpíada “normal” ao invés de uma Paraolimpíada causou polêmicas, conforme demonstram Goellner & Silva (2012):

Em torno do caso Pistoriu, que intenciona competir nas provas de corrida “convencionais”, tem se travado um debate acerca dos procedimentos biotecnológicos que vem transformando as “deficiências” em hipereficiências e as inaptidões em hiperaptidões. Há um temor de que Pistorius ultrapasse os limites das tecnologias “restauradoras”, as quais permitem restaurar funções e substituir órgãos e torne-se, com seus aparatos, uma criatura potencializada, relativamente, aos demais atletas não amputados. Seus resultados expressivos e as dúvidas sobre a participação (in)devida nos Jogos Olímpicos tem colocado o corpo de Pistorius sob investigação. Possíveis laudos de estudos apontam uma série de vantagens no uso das próteses, tais como: peso inferior a 50%, se comparada com os membros de um corredor masculino “sem deficiência”; permite ao

competidor uma redução de 25% de seu gasto energético; em corrida, possibilita o reposicionamento de suas pernas de modo mais rápido; as lâminas de carbono, por serem mais flexíveis que os segmentos inferiores humanos, aumentam em três vezes a propulsão decorrente do impacto, se comparado a um joelho humano nas mesmas condições de velocidade. (GOELLNER & SILVA, 2012, p. 198-199).

A deficiência transformada em hipereficiência ou, em outras palavras, a diferença exponencialmente elevada, tende a se tornar um problema a partir do momento em que se choca com um princípio de igualdade excludente, que é o princípio de igualdade iluminista com o qual a sociedade Ocidental opera: uma igualdade que se exerce entre homens “livres” e “iguais” somente. Uma pessoa que nasce com determinada deficiência ou a adquire na sua trajetória de vida não está contida no princípio de igualdade, sendo criadas categorias de acessibilidade por meio da reparação de sua corporeidade ou através da patologização ou monstrificação, como demonstramos no capítulo 3 ao discorrermos sobre o entendimento que a OMS tem da obesidade: uma pandemia chamada *globesidade*.

Da ciência para o cotidiano, é possível observar que a literatura de massa já levou o pós-humanismo ao conhecimento do público fora dos limites das universidades e institutos de biociências. Recentemente, o escritor de *best sellers* Dan Brown publicou uma obra literária intitulada **Inferno** (2013), na qual estigmatiza o pós-humanismo, abordando-o somente como uma vertente de pensamento que visa a excluir a parte orgânica da humanidade porque estaria condenada à destruição pela superpopulação, a não ser que seja drasticamente reduzida por meio da biotecnologia. Também a ONU figura entre as instituições trabalhadas na ficção de Dan Brown, com um papel bastante singular: embora a personagem representante dessa organização no livro trabalhe ao lado do protagonista, ela concorda com a tese do anti-herói.

Esses dois fatos mencionados, corroboram que, juntamente à concepção-momento de pós-humanismo, existe um movimento que tende a normatizá-lo: a neoeugenia (GOELLNER & SILVA, 2012, p. 191-193). Trata-se de uma junção arbitrária entre o pós-humanismo e o evolucionismo, no sentido de comprovar que aquele seria um novo estágio na evolução biológica dos seres humanos, para o qual, de acordo com uma interpretação deturpada dos escritos de Charles Darwin, somente os aptos irão atravessar. Ironicamente, desta vez, parece que os “aptos”, no âmbito dessa corrente de pensamento, são os mesmos que o próprio evolucionismo outrora considerou inaptos.

Referências Bibliográficas

- CAMARGO, Wagner Xavier; VAZ, Alexandre Fernandez. De humanos e pós-humanos: ponderações sobre o corpo queer na arena esportiva. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012, p. 119-144.
- CAPINUSSÚ, José Maurício. Atividade física na Idade Média: bravura e lealdade acima de tudo. In: **Revista de Educação Física**, nº 131, ago/2005, p. 53-56.
- CARDOSO JUNIOR, Hélio R. Corpo e sexualidade entre disciplina e política. In: SOUZA, Luís A. F.; SABATINE, Thiago T.; MAGALHÃES, Bóris R (orgs.). **Michel Foucault: sexualidade, corpo e direito**. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2011.
- CARVALHO, Tales. Diretriz da sociedade brasileira de medicina do esporte. **Revista brasileira de medicina do esporte**, vol. 9, n. 2, março-abril/2003, p. 43-56.
- CASTRO, Ana Lúcia. **Culto ao corpo e sociedade: mídia, estilos de vida e cultura de consumo**. São Paulo: Annablume/FAPESP, 2007.
- CÉSAR, Maria Rita de Assis. A (des)educação do corpo: corpos contemporâneos e lugares de transgressão. In: **Revista Vivência**, nº 35, 2010, p. 161-168.
- CORBAIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (orgs.). **História do corpo vol. I: da Renascença às Luzes**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2010.
- _____. **História do corpo vol. II: da Revolução à Grande Guerra**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2009.
- _____. **História do corpo vol. III: as mutações do olhar: o século XX**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2009.
- COURTINE, Jean-Jacques. O espelho da alma. In: CORBAIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (orgs.). **História do corpo vol. I: da Renascença às Luzes**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2010, p. 401-410.
- COURTINE, Jean-Jacques. Os stakhanovistas do narcisismo: bodybuilding e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In: SANT'ANNA, D. B. (Org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 2005, p. 81-114.
- COUTO, Edvaldo S. As façanhas dos extremos: as façanhas do corpo nas atividades físicas e esportivas radicais. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012, p. 161-185.
- COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012.

DE ROSE, Eduardo H. Medicina do esporte: passado, presente e futuro, buscando melhorar a qualidade de vida através da atividade física. In: **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Vol. 03, nº 03, jul-set/1997.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador vol. I**. Rio de Janeiro: Zahar, 1994.

_____. La génesis del deporte como problema sociológico. In: ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. **Deporte y ocio em el proceso de la civilizacion**. México: Fondo de Cultura Económica, 1992, p. 157-183.

ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. **Deporte y ocio em el proceso de la civilizacion**. México: Fondo de Cultura Económica, 1992.

ESTEVÃO, Adriana; BAGRICHEVSKY, Marco. Cultura da “corpolatria” e body building: notas para reflexão. In: **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. Ano 03, nº 03, 2004, p. 13-25.

FISCHLER, Claude. Obeso benigno, obeso maligno. In: In: SANT'ANNA, D. B. (org.). **Políticas do corpo: elementos para uma história das práticas corporais**. São Paulo: Estação Liberdade, 2005, p. 69-80.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade I: a vontade de saber**. Maria Thereza da Costa Albuquerque e J. A. Guilhon Albuquerque (trads.). Rio de Janeiro: Graal, 1999.

_____. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal, 2000.

FRAGA, Alex Branco; FINCO, Mateus David. O corpo abduzido da realidade para a virtualidade: imersão sensorial, movimentação interativa e vida ativa. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012, p. 65-83.

FURTADO, Roberto Pereira. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. In: **Revista pensar a prática**, vol. 12, nº 01, jan-abr/2009, p. 01-11.

GOELLNER, Silvana V. Biotecnologia e neoeugenia: olhares a partir do esporte e da cultura *fitness*. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012, p. 187-210.

GOELLNER, Silvana V.; FRAGA, Alex B. A inominável Sandwina e as obreiras da vida: silêncios e incentivos nas obras inaugurais de Fernando de Azevedo. In: **Revista brasileira de ciências do esporte**. Campinas, v. 25, n. 2, jan/2004, p. 71-84.

HALL, Stuart. Quem precisa de identidade? In: SILVA, Tomaz Tadeu (org. e trad.). **Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais**. Petrópolis: Vozes, 2000. p. 103-133.

- _____. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Tomaz T. Silva, Guacira L. Louro (trads.). Rio de Janeiro: DP&A, 2006.
- HARAWAY, D. Manifesto Ciborgue. In: TADEU, Tomaz (trad.;org.). **Antropologia do ciborgue**: as vertigens do pós-humano. Belo Horizonte (MG): Autêntica, 2009, p. 33-99.
- JAUDY, José R. F. **Faces da monstruosidade**. Dissertação (mestrado). Instituto de Linguagens, Universidade Federal de Mato Grosso-MT. Cuiabá, 2010.
- LANDA, Maria Inés. Subjetividades y consumos corporales: un análisis de las prácticas del fitness en España e Argentina. In: **Revista Digital Razon y Palabra**, jul-set/2009, n° 69, p. 01-35.
- LANDA, Maria Inês; LEITE JUNIOR, Jorge; TORRANO, Andrea. Gestão da monstruosidade: os corpos do obeso e do zumbi. In: BONELLI, Maria G; LANDA, Martha D. V. **Sociologia e mudança social no Brasil e na Argentina**. São Carlos (SP): Compacta, 2013, p. 89-134.
- LE BRETON, David. A Síndrome de Frankenstein. In: **Políticas do corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade, 2005, p. 49-67.
- _____. **A sociologia do corpo**. Petrópolis: Vozes, 2012a.
- _____. Individualização do corpo e tecnologias contemporâneas. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo**: polêmicas contemporâneas. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012b, p. 15-32.
- LESSA, Patrícia. Corpos blindados: a desconstrução de gênero no fisiculturismo feminino. In: **Revista Ártemis**, v. 13, jan-jul/2012, p. 210-221.
- LÉVY, Pierre. A virtualização do corpo. In: _____. **O que é virtual?** São Paulo: Editora 34, 2009, p. 27-33.
- _____. **O que é virtual?** São Paulo: Editora 34, 2009.
- _____. O que é a virtualização? In: LÉVY, Pierre. **O que é virtual?** São Paulo: Editora 34, 2009, p. 15-25.
- LINDSAY, Cecile. Bodybuilding: a postmodern freak show. In: **Freakery: cultural spectacles of the extraordinary body**. New York: New York University Press, 1996.
- LOURO, Guacira L. Prefácio. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo**: polêmicas contemporâneas. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012, p.
- MARTINS, Gislaine A. et. al. **Ginástica de academia**: um percurso histórico. In: II Seminário de Pesquisas e TCC da FUG no semestre 2011-2. Coordenação, organização e formatação final: Prof. Dr. Rodrigo Irani Medeiros.

MATTHEWS-GRIECO, Sara F. Corpo e sexualidade na Europa do Antigo Regime. In: CORBAIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (orgs.). **História do corpo vol. I: da Renascença às Luzes**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2010, p. 217-301.

MAUSS, Marcel. As técnicas corporais. In: **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: EDUSP, 1974, p. 211-233.

MIRA, Maria Celeste. **Da higiene à musculação: mudanças nas concepções e práticas corporais a partir da história da Educação Física**. Texto apresentado no 28º Encontro Anual da ANPOCS. Caxambu, 26-30/10/2004.

OLIVEIRA, Cássia M. B. Os templos de consumo: academia de ginástica e shopping center na contemporaneidade. In: **Emblemas Revista do Departamento de História e Ciências Sociais**. UFG/CAC. Vol. 7, n. 1, jan-jul/2010, p. 207-224.

OLIVEIRA, Edson; FERREIRA, Thigao E. O número de ouro e suas manifestações na natureza e na arte. In: **Revista Complexus**. Instituto Superior De Engenharia Arquitetura e Design. Ceunsp: Salto-Sp, ano. 01, nº 02, setembro/2010, p. 64-81.

PEREIRA, Renata Junqueira et. al. Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos. In: **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, 2006, nº 01, p. 27-38.

PRECIADO, Beatriz. **Texto Yonqui**. Madri: Espasa, 2008.

POCIELLO, Christian. Os desafios da leveza: as práticas corporais em mutação. In: SANT'ANNA, D. B. (Org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 2005, p. 115-120.

Revista Veja. Ed. 2346, ano 46, nº 45, 06 de novembro de 2013.

RIBEIRO, Guilherme de Azevedo. **Dieta nota 10: comer e emagrecer é mais simples do que se imagina**. Rio de Janeiro: Bertand Brasil, 2009.

SABINO, César. **Os marombeiros: construção social de corpo e gênero em academias de musculação**. Dissertação (mestrado). Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2000.

SANT'ANNA, Denize Bernuzzi (org.). **Políticas do corpo: elementos para uma história das práticas corporais**. São Paulo: Estação Liberdade, 2005.

SANTOS, Tarcyane Cajueiro. A sociedade de consumo, os *media* e a comunicação nas obras iniciais de Jean Baudrillard. In: **Revista Galáxia**, São Paulo, jun/2011, nº 21, p. 125-136.

SCOTT, Joan W. O enigma da igualdade. In: **Revista Estudos Feministas**. Florianópolis: nº 13, vol. 01, janeiro-abril/2005, p. 11-30.

- SENNETT, Richard. **Carne e pedra: o corpo e a cidade na civilização ocidental**. REIS, Marcos A. (trad.). Rio de Janeiro: Record, 2003.
- SEVERIANO, Maria de Fátima V. et. al. O corpo idealizado de consumo: paradoxos da hipermodernidade. In: **Revista Mal-Estar e Subjetividade**. Fortaleza-CE, vol. X, nº 01, mar/2010, p. 137-165.
- SIBILIA, Paula. Imagens de corpos velhos: a moral da pele lisa nos meios gráficos e audiovisuais. In: COUTO, Edvaldo S.; GOELLNER, Silvana V. (orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2012, p. 145-160.
- SIMMEL, Georg. Da psicologia da moda. In: SOUZA, Jessé; ÖELZE, Berthold. **Simmel e a modernidade**. Brasília: UnB, 1998, p. 161-170.
- SIQUEIRA, Denise da Costa Oliveira; FARIA, Aline Almeida. Corpo, saúde e beleza: representações sociais nas revistas femininas. In: **Revista Comunicação, Mídia e Consumo**. São Paulo: mar/2007, vol. 04, nº 09, p. 171-188.
- STIKER, Henri-Jacques. Nova percepção do corpo enfermo. In: CORBAIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (orgs.). **História do corpo vol. II: da Revolução à Grande Guerra**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2009, p. 347-392.
- TADEU, Tomaz (trad.;org.). **Antropologia do ciborgue: as vertigens do pós-humano**. Belo Horizonte (MG): Autêntica, 2009.
- TADEU, Tomaz. Nós ciborgues: o corpo elétrico e a dissolução do humano. In: TADEU, Tomaz (trad.;org.). **Antropologia do ciborgue: as vertigens do pós-humano**. Belo Horizonte (MG): Autêntica, 2009, p. 09-15.
- TEIXEIRA, Fábio L. Santos; CAMINHA, Iraquitan de Oliveira. A supervitalidade como forma de poder: um olhar a partir das academias de ginástica. **Revista Movimento**, vol. 16, nº 03, jul-set/2010, p. 203-220.
- The Olympic Games in Antiquity**. In: The Olympic Museum, 2nd. Edition, 2007, p. 01-15.
- TOALDO, Mariângela Machado. Sob o signo do consumo: status, necessidades e estilos. In: **Revista FAMECOS**. Porto Alegre, nov/1997, nº07, p. 89-97.
- VIDIGAL, Marina. **Fique em forma em um mês: dieta e exercícios**. São Paulo: Melhoramentos, 2002.
- VIGARELLO, Georges. Panóplias corretoras: balizas para uma história. In: SANT'ANNA, Denize Bernuzzi (org.). **Políticas do corpo: elementos para uma história das práticas corporais**. São Paulo: Estação Liberdade, 2005, p. 21-38.

_____. Treinar. In: CORBAIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (orgs.). **História do corpo vol. III: as mutações do olhar: o século XX**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2009, p. 197-250.

VIGARELLO, Georges; HOLT, Richard. O corpo trabalhado: ginastas e esportistas no século XIX. In: CORBAIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (orgs.). **História do corpo vol. II: da Revolução à Grande Guerra**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2009, p. 393-478.

WEBER, Max. **A ética protestante e o espírito do capitalismo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Site: <http://www.who.int/about/en/>. Acesso em 22/01/2014, as 22h11min

_____. Site: <http://www.who.int/nutrition/topics/obesity/en/>. Acesso em 24/01/2014, as 0h00min.