



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS  
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM SOCIOLOGIA**

**VALENTINA IRAGOLA CAIROLI**

**CORRIENDO METAS: AUTOGESTIÓN DE UNA  
CORPORALIDAD EMPRENDEDORA  
CONSTRUCCIÓN DE CORPORALIDADES EN GRUPOS  
DE CORRIDA EN SÃO CARLOS.**

Universidade Federal de São Carlos.

2017

**VALENTINA IRAGOLA CAIROLI**

**CORRIENDO METAS: AUTOGESTIÓN DE UNA  
CORPORALIDAD EMPRENDEDORA.  
CONSTRUCCIÓN DE CORPORALIDADES EN GRUPOS  
DE CORRIDA EN SÃO CARLOS.**

Disertación presentada al Programa de Pósgraduação em Sociologia, de la Universidad Federal de São Carlos, como requisito para la obtención del título de Master en Sociologia.

Orientador: Prof. Dr. Jorge Leite Jr.

Universidade Federal de São Carlos.

2017



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

Centro de Educação e Ciências Humanas

Programa de Pós-Graduação em Sociologia

---

Folha de Aprovação

---

Assinaturas dos membros da comissão examinadora que avaliou e aprovou a defesa de dissertação de mestrado do(a) candidato(a) Valentina Iragola Cairoli, realizada em 08/03/2017:



---

Prof(a). Dr(a). Jorge Leite Júnior  
UFSCar



---

Prof(a). Dr(a). Richard Miskolci Escudeiro  
UFSCar



---

Prof(a). Dr(a). Maria Inês Landa  
UNC

Certifico que a sessão de defesa foi realizada com a participação à distância do membro Prof(a) Dr(a) Maria Inês Landa e, depois das arguições e deliberações realizadas, o(a) participante à distância está de acordo com o conteúdo do parecer da comissão examinadora redigido no relatório de defesa do(a) aluno(a) Valentina Iragola Cairoli.



---

Prof(a). Dr(a). Jorge Leite Júnior  
Presidente da Comissão Examinadora  
UFSCar

*A mis abuelos Nanela y Noel.*

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi madre, Mónica y mi madrina Lourdes, por ser los pilares y compañeras de vida, por el apoyo incondicional en todos los momentos y todos los lugares. A mi abuela Nelly por apostar siempre a mi educación y apoyarme en la construcción de mi carrera.

A Dayane, Ana, Vanessa, André, Iris, Sonia, Katya, David y Christian por hacer de mis días en Brasil una experiencia maravillosa, por hacerme sentir en casa, y por la amistad que trascenderá todas las fronteras.

A mi orientador, Prof. Dr Jorge Leite Jr. por la excelente orientación, el acompañamiento dedicado y entusiasta durante todo el proceso de investigación. A los profesores de la banca, Prof. Dr Richard Miskolci y Profa. Dra María Inés Landa por los aportes y consejos que también fueron substanciales para mi formación.

Al Programa "Becas Brasil" del Grupo COIMBRA en convenio con la Organización de los Estados Americanos (OEA) por brindarme la posibilidad de realizar la Maestría en Brasil. Del mismo modo, quiero agradecer a la Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nivel Superior (CAPES) por proporcionar la beca que me permitió llevar la misma adelante.

A los profesores y administrativos del Programa de Pos Graduación en Sociología (PPGS) por la acogedora bienvenida y apoyo durante todo el proceso de Maestría.

A tod@s mi mayor agradecimiento.

Valentina Iragola Caioli

## **Corriendo metas: autogestión de una corporalidad emprendedora.**

### **Resumen**

La corrida de calle es un fenómeno que se ha destacado en los contextos urbanos brasileiros, consolidándose, inclusive, como el segundo deporte más practicado en el año 2011. En este contexto, el/la corredor/a se ha transformado en una figura estratégica para reflexionar a respecto de las producciones y reproducciones corporales y subjetivas de la época actual, marcada por una competitividad e el paradigma de la auto superación. A partir de lo expuesto, los objetivos que orientan la investigación consisten en a) analizar la producción de determinado tipo de subjetividad característico de la práctica de corrida para b) reflexionar sobre los diálogos con un tipo de racionalidad que caracteriza al sujeto neoliberal. Para responder a esos objetivos, desarrollamos una investigación etnográfica en un período de dieciocho meses en la ciudad de São Carlos, interior de São Paulo, en la cual buscamos acompañar dos grupos de corrida de hombres y mujeres, caracterizados por diversos niveles de compromiso con la práctica. Con la finalidad de presentar los resultados de la investigación etnográfica y bibliográfica, el texto se presenta dividido en tres secciones. En la primera sección, trabajamos con la construcción de una estética corporal vinculada a la salud y a la cualidad de vida como caminos posibles de elección, así como la construcción de una matriz moral en torno a esas dimensiones. En la segunda, nos focalizamos en el análisis de los elementos que permiten una comparación con la figura teórica del hombre-empresa. Finalmente en la tercera sección, abordamos la producción y reproducción del dolor y el placer así como los diálogos con el tipo de subjetividad neoliberal

**Palabras clave:** Corredor/a; Calidad de vida; Subjetividad Neoliberal; Dolor; Placer.

## **Correndo metas: autogestão de uma corporalidade empreendedora.**

### **Resumo**

A corrida de rua é um fenômeno que tem se destacado nos contextos urbanos brasileiros, sendo considerada, inclusive, como o segundo esporte mais praticado no ano de 2011. Nesses meandros, o/a corredor/a de rua tem se transformado em uma figura estratégica para refletir a respeito das produções e reproduções corporais e subjetivas da nossa época, marcada por a competitividade e o paradigma da auto superação. Posto isso, os objetivos que orientaram a investigação consistem em a) analisar a produção de determinado tipo de subjetividade característico da prática da corrida de rua, para, enfim, b) refletir sobre os diálogos com um tipo de racionalidade que caracteriza o sujeito neoliberal. Para responder esses objetivos, desenvolvemos uma pesquisa etnográfica em um período de dezoito meses na cidade de São Carlos, interior de São Paulo, na qual buscamos acompanhar dois grupos de corridas de rua, de homens e mulheres caracterizados por diversos níveis de compromissos com a prática. A fim de apresentar os dados resultantes da pesquisa etnográfica e da pesquisa bibliográfica, o texto segue dividido em três seções. Na primeira seção, trabalhamos com a construção de uma estética corporal vinculada à saúde e qualidade de vida com caminhos possíveis de eleição e a construção de uma matriz moral em torno destas dimensões. Já na segunda, focamos na análise dos elementos que permitem uma comparação com a figura teórica do homem-empresa. Enfim, na última seção, abordamos a produção e reprodução da dor e do prazer, assim como os diálogos com o tipo de subjetividade neoliberal.

**Palavras chave:** Corredor/a; Qualidade de vida; Subjetividade neoliberal; Dor; Prazer.

## **Running goals: self-management of an enterprising corporality.**

### **Abstract.**

The street run is a phenomenon that has stood out in the Brazilian urban contexts, consolidating, inclusively, as the second sport more practiced in 2011. In this context, the runner has become a strategic reflective figure on the productions and reproductions of the body and the subjective of the current age, marked by a competitiveness and the paradigm of self-improvement. Based on the above, the objectives that guide this research consist of a) analyze the production of a certain type of subjectivity characteristic by the practice of street run to b) reflect on the dialogues with a type of rationality that characterizes the neoliberal subject. In order to respond these objectives, we conducted an ethnographic research over a period of eighteen months in the city of São Carlos, interior of São Paulo, in which we sought to accompany two groups of men and women, characterized by different levels of commitment to practice. In order to present the results of ethnographic and bibliographical research, the text is divided into three sections. In the first section, we work with the construction of a physical aesthetic linked to health and life's quality as possible ways of choosing, as well as the construction of a moral pattern around those dimensions. In the second, we focus on the elements' analysis that allow a comparison with the theoretical figure of the man-company. Finally, in the third section, we take in account the production and reproduction of pain and pleasure as well as the dialogues with the neoliberal subjectivity type.

**Keywords:** Runner; Life's quality; Neoliberal Subjectivity; Pain; Pleasure.

## SUMARIO

<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>11</b>
<i>Sobre los grupos y otras fuentes de análisis importantes .....</i>	<i>16</i>
<i>Entre la elite y los amadores .....</i>	<i>18</i>
<i>Presentación de conceptos relevantes .....</i>	<i>22</i>
<i>Objetivo del trabajo y consideraciones para la lectura .....</i>	<i>24</i>

### **PRIMERA PARTE**

<b>Vivir "con calidad": corporificando un camino moral .....</b>	<b>27</b>
<i>Salud y "Calidad de vida", la elección de un camino ejemplar .....</i>	<i>28</i>
<i>Hacia la "democratización" de las corridas de calle .....</i>	<i>37</i>
<i>Rumbo a una "nova era da corrida" .....</i>	<i>41</i>
<i>En busca de una leyenda originaria .....</i>	<i>44</i>

### **SEGUNDA PARTE**

<b>"Vivendo no limite": fronteras corporales en cuestión.....</b>	<b>49</b>
<i>Alcanzadx por el "virus": hacia el sueño de la maratón.....</i>	<i>51</i>
<i>"Invirtiendo" tiempo en músculos útiles.....</i>	<i>58</i>
<i>Tecnología inteligente para corredorxs potenciadx.....</i>	<i>65</i>

### **TERCERA PARTE**

<b>"Dolorida, porém muito gratificante": negociando entre dolor y placer.....</b>	<b>76</b>
<i>Aprendiendo a manejar el "dolor normal" .....</i>	<i>88</i>

*El fantasma de la lesión*.....84  
*Del trabajo con el dolor al fortalecimiento emocional*.....87

**CONSIDERACIONES FINALES**

**Corriendo metas: autogestión de una corporalidad emprendedora**.....103

**REFERENCIAS**

**BIBLIOGRÁFICAS**.....108

# **INTRODUCCIÓN**

Circulando al bajar el sol por cualquier ciudad de occidente, no podemos dejar de notar la presencia de personas corriendo, algunas con vestimentas más coloridas que otras, con o sin celulares amarrados al brazo y conectados a los oídos, solas o acompañadas. La ocupación del espacio público por personas practicando algún tipo de deporte es un fenómeno que ha crecido en las últimas décadas, consolidándose la corrida de calle, para el año 2011, como uno de los deportes más practicados<sup>1</sup>. Mi interés en estudiar corridas surge hace varios años, estando la práctica presente en mi entorno cotidiano desde que acompañaba a mi padre los domingos de mañana a eventos competitivos. Desarrollar una investigación de maestría me dio la oportunidad de reflexionar a respecto de una pregunta que me acompaña hace tiempo: ¿por qué las personas corren? Con esa pregunta inicial me sumergí en un mar de lecturas que analizan desde las construcciones de la corporalidad hasta la consolidación de una sociedad que, como afirman García Ferrando, Puig y Lagardera (2002), se encuentra cada vez más *desportivizada*<sup>2</sup>.

Para realizar la Maestría de la cual este trabajo es resultado, me propuse analizar la producción y reproducción de las corporalidades y subjetividades en el marco de esta práctica. Con tal finalidad, acompañe durante año y medio dos grupos de corrida, definiendo así como unidad de análisis corredores y corredoras de São Carlos, ciudad localizada en el interior de São Paulo cuya población estimada para el año 2016 es 243.765 habitantes.<sup>3</sup> Resulta interesante a los fines de esta investigación el hecho de ser una ciudad que se ha consolidado desde la década de 1950 como un centro manufacturero diferenciado, con relevante expresión industrial entre las ciudades del interior del Estado. Fuertemente marcada por la inmigración italiana<sup>4</sup>, las inversiones de hacenderos de café en la constitución de diversas empresas urbanas como bancos, compañías de luz eléctrica, empresas de ómnibus, de teléfonos y sanitaria entre otros, generaron un fortalecimiento

---

<sup>1</sup> Una investigación desarrollada por la consultora Deloitte en 2011 concluye que para ese año, la corrida de calle es el segundo deporte más practicado por brasileros y brasileras, encontrándose en primero lugar el fútbol.

<sup>2</sup> Haciendo referencia al proceso de secularización por el que han pasado los deportes, encontrándose hoy plenamente integrado en la sociedad secular.

<sup>3</sup> Los datos expuestos son extraídos de la página oficial del Instituto Brasileiro de Geografía e Estatística, así como de la Prefectura de São Carlos.

<sup>4</sup> Según los datos divulgados por el Instituto Brasileiro de Geografía e Estatística, referente al Censo de 2010, la distribución poblacional de São Carlos es predominantemente blanca (73%), encontrándose por encima del promedio correspondiente para el Estado (63,9%). Serra y Beozzo (2009), afirman que la llegada del ferrocarril al municipio en 1884, condujo a la introducción de este a un vigoroso camino de economía cafetera, lo cual estuvo acompañado de una transición de una economía de trabajo esclavo para otra en la cual predominaban colonos libres, de origen europeo y sobre todo italiana.

de la infraestructura urbana que se ve reflejado hoy en día en el carácter ciudadano de la misma, conteniendo el contexto urbano un 96 % de la población são-carlense. En la segunda mitad del siglo XX, aumenta el impulso para el desarrollo tecnológico y educacional con la creación en abril de 1953 de la Escuela de Ingeniería de São Carlos, vinculada a la Universidad de São Paulo (USP), y en la década de 1970 con la creación de la Universidad Federal de São Carlos (UFSCar). Debido al desarrollo académico, tecnológico e industrial, São Carlos es conocida hoy en día con el título de Capital de la Tecnología.

En este contexto urbano, me uno en setiembre de 2015 a un grupo de corrida, con la finalidad de realizar un trabajo etnográfico. A partir de abril del año siguiente cambié de grupo, tras haber alcanzado un punto de saturación con el primero, participando activamente hasta diciembre de 2016. Como complemento del trabajo etnográfico realicé 12 entrevistas, concentradas primeramente en los grupos pero también a personas que corren solas. Entre los entrevistados, procuré corredores y entrenadores.

Libros y revistas recomendadas por corredores también resultaron un material sustancial de análisis, así como páginas de internet frecuentadas, generalmente creadas y promovidas por empresas de venta de productos deportivos. Los medios digitales de comunicación, basados en el uso de equipamientos electrónicos conectados en red (MISKOLCI, 2011), particularmente los grupos creados en whatsapp y Facebook, fueron herramientas utilizadas para conversaciones, organización para participar de eventos, exposición de fotografías grupales e individuales tomadas luego de entrenamientos o competencias. Por tal motivo, resultaron ser un insumo valioso para generar datos.

Dicho esto, considero necesarias presentar algunas reflexiones acerca de lo que significó mi entrada en campo y mi investigación etnográfica. Al comenzar la misma propuse como recurso metodológico realizar observación participante; siempre con la idea en mente de procurar mantener determinada objetividad, tomé tiempo para asumir que estaba haciendo etnografía y sobre todo, que yo misma me transformé en nativa de mi propio campo.

Incentivada por ver a mi padre correr y por escuchar sus entusiastas relatos, comencé a correr con 15 años, sin embargo no conseguí continuar debido a cuestiones vinculadas a mis horarios de mi estudio. Posteriormente retomé cuando tenía 23 años (4 años atrás). Siempre corrí sola, comencé lentamente y al poco tiempo ya me encontraba

corriendo 8 kilómetros. Sin muchas expectativas me inscribí en una competencia de 10 km con mi padre, después de la cual decidí que quería correr 21, y así comencé a entrenar a diario. La corrida comenzó a transformarse en una obsesión para mí, a tal punto que si dejaba de correr por un día, sentía un fuerte remordimiento. Así continué corriendo por más de un año, hasta que lesioné mi columna y estuve cerca de tres meses con dolor al caminar y claro, sin conseguir correr. En ese momento resolví que si pretendía continuar corriendo debía tomar la práctica de otra forma.

Al mismo tiempo, mi interés académico estaba orientándose a lecturas sobre Sociología del Cuerpo, lo cual concluyó en la elaboración de un proyecto de investigación<sup>5</sup> en parecía con dos colegas (GONZÁLEZ, GROPOSO; IRAGOLA, 2015) que presentamos al Programa de Apoyo a la Investigación Estudiantil (PAIE). Fue entonces a partir de inquietudes teóricas y de mi propia experiencia personal en la corrida que formulé mi proyecto de investigación para realizar la Maestría.

Una vez iniciado el curso, me comuniqué con el entrenador del primer grupo y le expliqué de mi investigación, pidiéndole para observar los entrenamientos y entrevistar a corredores y corredoras. El entrenador me presentó como investigadora y sentí un cierto incómodo general por mi presencia ahí. De hecho, una de las corredoras comentó "ah, entonces seremos todos parte de un experimento". Ya desde el primer entrenamiento percibí que sería necesario participar de otra forma, o sea, correr con ellxs.

Los momentos de interacción más importantes son aquellos en los cuales se corre, por lo cual decidí que debía correr también. Comenzó a partir de ese momento una gran inquietud a respecto de mi participación, debido a que consideraba que esta transformaría mi pesquisa en un entretenimiento más que en un trabajo académico; por otro lado, si solo observaba, perdía los momentos más importantes para dar cuenta de los objetivos que tenía propuestos. Al incorporar mi historia en la corrida, y traer conmigo las anécdotas de mis corridas con mi padre, no sólo conseguí acceso a contenidos simbólicos y representaciones que desarrollé en mi investigación, sino que también comencé a reconocirme como objeto de la misma.

Esa aceptación del hecho de ser afectada por el campo que estaba analizando, también implicó una virada epistemológica de tomar no solo la experiencia de los otros

---

<sup>5</sup> Como producto de esta investigación publicamos un artículo en la Revista *Àskesis*, titulado "De Jóvenes, Cuerpos y Subjetividades" (GONZÁLEZ; GROPOSO; IRAGOLA, 2015).

como objeto de análisis (SCOTT, 1998), sino también mi propia experiencia. Es así que comienzo por un lado una inducción en el mundo de la corrida que significó un conjunto de vivencias y transformaciones carnales, a partir de la realización de los mismos ejercicios, y de seguir, por ejemplo, algunos consejos de alimentación que lxs corredorxs me indicaban; por otro, surgieron un conjunto de reflexiones metodológicas que hacen a mi formación como investigadora. En esta línea, me gustaría traer una cita del texto de Wacquant (2002, p. 11) que sirvió como referencia en esta transición.

A sociologia deve se esforçar para capturar e restituir essa dimensão carnal da existência, particularmente espantosa no caso do pugilismo, mas na verdade partilhada, em graus diversos de visibilidade, por todos e por todas, através de um trabalho metódico e minucioso de detecção e de registro, de decodificação e de escritura capaz de capturar e transmitir o sabor e a dor da ação, o som e a fúria do mundo social que as abordagens estabelecidas das ciências do homem colocam tipicamente em surdina, quando não os suprimem completamente.

¿Hasta dónde debía involucrarme? ¿Qué era importante llevar a mi diario de campo? ¿Cómo distinguía entre lo que era información de mis interlocutores y lo que yo misma sentía, entre las conversaciones sobre el dolor y el propio dolor después de los entrenamientos? Un artículo que descubrí sobre la experiencia etnográfica de Favret Saada (1990), quien estudia hechicería, me orientó a trabajar con el hecho de "ser afectada" por mi propio campo. Ese "ser afectada", afirma la autora, no tiene nada que ver con empatía, debido a que, por definición, empatía significa distancia; se refiere justamente a no estar en el lugar del otro, e intentar representar o imaginar lo que sería estar ahí. Por el contrario, pasé poco a poco a estar en el lugar del "nativo", a ser yo misma una corredora, lo cual termina con mi participación como representante de la UFSCar en el torneo de las Universidades TUSCA 2016. Reconocerme como nativa implicó identificar en mí misma, en mi propio cuerpo, las contradicciones que identificaba en lxs otrxs, significó identificar en mí misma las sensaciones de dolor y de placer que analizaré más adelante en el texto, así como los sentimientos de competitividad y culpa por no asistir a algún entrenamiento.

Mi experiencia de campo no consistía en entrar en un mundo totalmente diferente al mío, sino que como la mayoría de lxs participantes de los grupos de corrida, soy una mujer profesional blanca con condiciones que me permiten correr (desde mis posibilidades físicas de mantenerme en una posición bípede hasta las condiciones financieras mínimas para pagar por asesoramiento y vestimenta necesaria para correr en

grupo). Sin embargo, debo realizar algunas distinciones entre mi experiencia y aquella de las personas que me propuse investigar. El primero es el nivel de compromiso con respecto a la corrida, como describo más adelante en la introducción, lo que caracteriza a los corredores serios, es un alto nivel de compromiso estructural y personal, así como la meta de alcanzar grandes distancias y niveles de desempeño. Por otro lado, mi entrenamiento me permitía acompañar buena parte de los trayectos recorridos por ellos y ellas, sin embargo, nunca estuvieron dentro de mis ideales correr distancias que alcanzasen 42 kilómetros.

*Sobre los grupos y otras fuentes de análisis importantes.*

Comencé a correr con el primer grupo en setiembre de 2015. Me contacté con el entrenador, quien me ofreció tres modalidades para participar, corrida sola, corrida y ciclismo, o corrida, ciclismo y natación. Cada modalidad tiene un precio diferente, que va de una mensualidad de 110R\$ por mes a 220 R\$ para quienes optan por las tres modalidades. El instructor solía competir como triatleta profesional, pero se alejó de la competencia para organizar el grupo y consolidarse como entrenador. Organiza los entrenamientos en tres horarios posibles, lunes y miércoles por la noche, a partir de las 18 horas, martes y jueves de mañana o los mismos días también por la noche. Los entrenamientos son al aire libre, en frente al parque de condominios Swiss Park o en el predio que se encuentra frente al SESC. Ambos lugares cuentan con una calle extensa, con condiciones de suelo relativamente planas durante varios kilómetros, por lo que permiten realizar extensos recorridos en línea recta, y sin grandes elevaciones. Ambas calles son rodeadas por abundante vegetación, lo que es considerado como un atractivo para practicar corrida.

Para los entrenamientos, el instructor monta una tienda, coloca una bandera con el nombre del grupo y un servidor de agua, en una mesa con butacas plegables. Se consolida así un espacio de reunión en los mismos entrenamientos. A su vez, los fines de semana se organizan entrenamientos colectivos, ya sean pruebas o entrenamientos de distancia.

El grupo se consolida en 2012, ampliando los horarios y abriendo este mismo año un servicio de asesoría deportiva en Araraquara. Los entrenamientos semanales son enviados todas las semanas a un aplicativo llamado Training Peaks, que marca las rutinas

que debe hacer cada corredor/a en la semana. La dinámica de los entrenamientos consiste en un calentamiento de 10 minutos que suele ser grupal, una serie de ejercicios llamados "educativos", generalmente con conos colocados en el suelo, y la serie principal, que cada uno ya debe conocer cuando llega al entrenamiento. El uso de remeras con el nombre y diseño del grupo es una característica presente en todas las pruebas, así como en los entrenamientos.

El segundo grupo entrena en la pista de la UFSCar dos veces por semana, y los sábados en el parque del Cerrado. También a cargo de un ex atleta profesional que se distanció de las competencias y comenzó a entrenar corredorxs. En este caso la única modalidad es corrida. Entrenan martes y jueves 6: 40 de la mañana, lo que llaman "tiro", que consiste en alteraciones de distancias con alta velocidad y distancias más leves. Y los sábados en el mismo horario se realizan corridas de larga distancia. Para estas instancias el grupo se divide según distancias recorridas: en primer lugar lo profesionales, que corren distancias mayores a 20km, un segundo grupo que corre 20km y otro de 10. Esas corridas constituyen momentos de intercambio, de conversaciones y chistes

Entre los libros y revistas que fueron considerados como fuente de inspiración para corredorxs, el primero y más nombrado es el libro de Draulio Varella (2015), titulado *Correr: o exercício, a cidade e o desafio da maratona*. Es en campo que surge la mención a este libro, siendo identificado como "um livro súper gostoso de ler, parece que você está conversando com ele e está contando para você. Tanto que ele fala assim no prefacio, isso aqui é um livro para corredores, para curiosos e futuros corredores. Garanto, se você vai ler o livro você vai virar corredora" (Entrevista a corredor y entrenador).

Varella es un médico de São Paulo, que ha tenido participación en programas televisivos hablando de salud y calidad de vida, particularmente conocido por tener un espacio en el programa Fantástico, transmitido los domingos por la noche en la Globo. En el libro Varella comenta sobre su experiencia al comenzar a correr, a partir del momento en que cumple 50 años, alertando que esa edad es el momento donde comienza "la decadencia física del hombre". Como forma de contrastar ese ideario, se propone el desafío de correr una maratón. A partir de ahí relata experiencias desde sus primeros entrenamientos hasta diversas maratones que ha corrido en diferentes lugares del mundo, haciendo un fuerte énfasis en los beneficios que comenzar a practicar esta actividad le han traído en términos de salud física y mental. La narrativa fusiona relatos de experiencias con Intervalos informativos sobre investigaciones científicas o sobre

prevención de algunos problemas que pueden tener corredorxs, como lesiones osteomusculares, o en las rodillas.

Por otro lado, dos revistas fueron destacadas en el campo de las corridas. En primer lugar, la Runner's Word, que era publicada primeramente sólo en Estados Unidos, Canadá y Europa, y que es lanzada en Brasil por primera vez en 2008. En segundo lugar, la revista brasilera editada en São Paulo Contra Relógio, que tiene 22 años de publicación. Ambas revistas contienen secciones sobre calzado, alimentación, medicina deportiva, fisiología, consejos y programas de entrenamiento, entrevistas a especialistas de áreas vinculadas o personas que exponen sus experiencias personales relacionadas con la práctica. Además, cuentan con sitios de internet que presentan cronogramas de eventos, testes para auto conocer números (ritmos, distancias, índice de grasa corporal adecuado y la diferencia con el actual, son ejemplos), y espacios para que usuarios manifiesten comentarios.

#### *Entre la elite y los amadores<sup>6</sup>.*

Una característica del mundo de corrida es su heterogeneidad. Sería errado hablar de corredor o corredora sin mencionar ciertas diferencias que aparecen en los mismos escenarios de interacción. Una primera distinción que podemos identificar es aquella entre una "elite" profesional, y amadores. A modo ilustrativo, Fernando un entrenador de corrida me explicaba en mis primeras incursiones en campo que:

F. A gente tem vários caminhos que a gente pode falar, ne? Você pensa no nível amador ou profissional?

V. Você distingue, como é bem essa distinção?

F. É totalmente diferente, amador do que uma pessoa profissional, ela vai ter um treino e mais ou menos 8 horas por dia, todo dia, de segunda a domingo, quem pensa em profissionalismo. Uma pessoa que pensa em amador vai desde uma hora, uma hora e meia na semana até como eu que faço pouco mas são duas horas por dia, todos os dias.

El grupo que podemos clasificar como profesionales es fácilmente identificable en los escenarios de corrida. En las competencias se encuentran al frente en la línea de largada y suelen salir antes que el resto de los competidores. En un almuerzo de

---

<sup>6</sup> En español el término Amateur no tiene traducción, y se utiliza de la misma forma. En portugués sin embargo, la traducción es amador, término con el cual se denomina quien no practica el deporte en forma profesional. Decidimos utilizar por tal motivo amador, siendo así como surge este término en campo.

confraternización con el primer grupo que participé, llamó mi atención al llegar al local la distribución de las mesas. En el medio se encontraba una mesa más grande que las otras, luego supe que se trataba de profesionales o "elite" como escuché dirigirse hacia las personas ahí sentadas.

Es interesante ver cómo se conforman grupos de corrida entre personas que tienen diferentes desempeños. No es un grupo que trabaja en conjunto, como un equipo de fútbol, el entrenamiento es individual, sin embargo, ambos grupos cuentan con personas de alto nivel de desempeño y compromiso, y personas cuyo objetivo es perder peso. Si bien los entrenamientos son separados, los espacios de interacción son los mismos.

Además del mayor número de horas de entrenamiento por día, del beneficio económico que pueden percibir los atletas de elite, una cuestión que los diferencia, es el tipo de competencia. Mientras estos compiten con otros, y procuran su lugar en el podio, los corredores amadores compiten "consigo mismo" mejorando su propio tiempo y aumentando distancias.

Los diferentes niveles de desempeño distinguen las interacciones, y forman los subgrupos. En un entrenamiento colectivo por el parque del Cerrado<sup>7</sup>, un grupo de 6 personas con diferentes niveles de desempeño comenzó a trotar, al llegar a una bifurcación de caminos, el grupo se dividió, mientras los cuatro fuimos hacia la derecha, un subgrupo de dos dobló a la izquierda. Cuando pregunté por qué me respondieron que ellos eran profesionales, y que corrían más distancia y más rápido. Cuando comencé a correr con el segundo grupo, acostumbrara correr con Paula (estudiante de doctorado<sup>8</sup>) los fines de semana en el mismo parque, luego de ella retomar la corrida después de un tiempo sin correr, nuestros rendimientos habían cambiado, lo cual ella percibió y comenzó a insistir que me adelantara, que hiciera mi tiempo, que no quería estorbar con mi desempeño.

Nivel de compromiso, desempeño y tipo de competencia son las primeras dimensiones que marcan las interacciones entre los grupos, a lo cual se sumará, como

---

<sup>7</sup> El Cerrado es un espacio natural reservado, al cual se puede acceder (sin vehículo con motor) por el campus de la UFSCar. Era frecuente realizar corridas los fines de semana con ambos grupos, así como también encontrar personas corriendo, caminando o andando en bici, ya que resulta atractivo para realizar estas actividades por contar con caminos por los cuales se puede circular entre gran vegetación.

<sup>8</sup> Para definir clase social utilicé el criterio de auto definición, es decir, a partir de la pregunta directa sobre identificación con una clase social.

trabajaremos más adelante, las posibilidades de acceso económicas a un mercado de productos y servicios proporcionados para mejorar, registrar y comparar los desempeños.

La distinción entre estos grupos se puede percibir también en relación con las posibilidades que para los profesionales la práctica puede brindar en São Carlos. De camino a una reunión de confraternización con el primer grupo, Aline de 26 años me contó que en unos meses iría a Alemania por un semestre, ya que como atleta profesional se había contactado con un grupo en ese país. Interesada en aprender inglés, encontraba esa experiencia como una oportunidad para mejorar su conocimiento.

Por otro lado, el grupo de elite en São Carlos, se caracteriza por su circulación con la práctica de triatlón. Son comunes las competencias en triatlón en el parque Eco Esportivo Dahma, y también es frecuente que quienes comienzan desempeñándose profesionalmente en una de las modalidades, acabe participando en el trio que constituye el triatlón. En el caso de Aline, ella me cuenta que comenzó nadando, pero que posteriormente se interesó por la corrida y que finalmente incorporó el ciclismo, para poder competir en triatlón.

En relación con esta modalidad, podemos encontrar un carácter que distingue a amateurs de corredorxs más sérios, ya que los segundos, como comenta Fernando en la entrevista "se cansan de una sola modalidad y quieren ir a las otras modalidades también". Surge así entre amadores, una nueva distinción ente aquellos que "toman a sério" la corrida, y quienes procuran "condicionamento físico", entendido básicamente en términos de pérdida de peso.

Quem me procura então é o seguinte, são pessoas que tem alguns perfis... de pessoas. O primeiro são pessoas que querem condicionamento e emagrecer; então depois tem as pessoas que procuram essas formas de corrida, (...). E junto com isso eu coloco trabalho de fortalecimento muscular, que esse que você viu aqui no espaço. Então para que serve? Serve para dar suporte de força para a gente melhorar e conseguir fazer seus treinos nas corridas. Então (...) O primeiro que a gente procura é o objetivo de perder peso, então e quero perder peso, quero ganhar aeróbico, ganhar força, hoje já é estudado que junto com alimentação é a melhor coisa, o melhor estilo de ter esse objetivo. O segundo grupo que me procura (...)A pessoa já está condicionada, já tem tom muscular bom, não precisa mais perder peso, ela quer cada vez mais atingir melhor os objetivos, sejam esses objetivos em correr uma certa distância ou fazer uma certa prova em menor tempo, então eu quero diminuir meu tempo na prova de 5 km, eu quero diminuir meu tempo numa corrida de 21 km, eu quero diminuir meu tempo numa maratona, tanto quanto, eu conseguir correr mais, seja eu já corro provas de 5 e 10 km, ah agora eu quero correr uma meia maratona que são 21km. Agora eu quero correr uma maratona são 42,

e outros dois que correm comigo já querem pensar em ultramaratona que são 84 km de corrida. Então são esses três grupos que a gente tem, e aí um quarto que a gente pode colocar dentro de esses três grupos que é a pessoa se... não sei o que você pensa ou não mas que... eu tive sociologia do esporte e a gente viu isso de aí, que é a pessoa que quer algum pertencimento ao grupo, então é assim, hoje eu sou uma pessoa que trabalha então tenho uma família, meus filhos, então é isso daí, eu trabalho, venho para academia, eu tenho um círculo de amizade que falam assim, eu tenho meus amigos corredores, nossa a gente tem esse grupo de corrida, esse grupo de ciclismo, esse grupo que a gente vai nos finais de semana a viajar junto, então eu acho que muitas pessoas também entram eh... (Fernando)

Un autor que explora las diferentes dinámicas de participación e identificación entre corredores es Stuart Smith (1998), del None College of Higher Education. Interesado en comprender sociológicamente las dinámicas de grupo, identifica tres diferentes: *athletes* (atletas), que describe como grupo de corredores potenciales, caracterizado por la intensidad de la competencia hacia otros. Los *joggers* (trotadores), que se encuentran claros acerca de su identificación y ven esta como una actividad de mantención corporal, procuran verse y sentirse bien manifestándose claros acerca de las motivaciones de hacer algunos kilómetros por semana si el tiempo es bueno y disponible para ello. Finalmente, un grupo que el autor identifica como *runners* (corredores), corre más distancia y más rápido que lo necesario y básico para el *fitness*, corren más rápido y mejor distancia que los *joggers* y su nivel de compromiso es mayor.

Tomando esa clasificación como referencia, y desde un abordaje teórico que dialoga entre teoría del compromiso y la teoría social del *self*, Yair (1992) analiza los niveles de compromiso entre los corredores de larga distancia. El autor afirma que mientras los profesionales y amateurs encuentran elevados niveles de auto identificación, los primeros fuertemente comprometidos estructural y personalmente, y los segundos con bajos niveles de compromiso, aquel grupo que se encuentran en una situación intermedia, los corredores, están en "apuros". Estos sufren cierto conflicto interno debido a que presentan un alto nivel de compromiso personal pero poco de compromiso estructural, o sea, piensan en la corrida para ganar (como profesionales) pero no cuentan con el soporte necesario. Estos corredores y sus concepciones de sí, afirma Yair, se encuentran en una situación de vulnerabilidad ante los resultados de su corrida, y por tanto deben ser considerados como "corredores marginales". Padecen la frustración de internalizar los estándares de corredores profesionales, pero no obtendrán ganancias como estos últimos,

ya que no podrán entrenar el mismo tiempo. Sus niveles de performance son inestables, generando altos grados de frustración.

Podríamos realizar un paralelismo entre los tipos encontrados por ambos autores ingleses y el contexto de nuestra pesquisa, sin embargo, debemos realizar algunas salvedades. No identificamos un padrón de frustración en los corredores "serios", por el contrario, su nivel de competencia es elevado, su vida se encuentra organizada en función de los calendarios de corrida, y lo que distingue a este grupo de los profesionales, además de los diferentes niveles de compromiso estructural, es el tipo de competencia. El principal objetivo de estos corredores no es ganar podio, sino la superación de sí mismo. El rival en estas competencias es el tiempo de uno mismo en el pasado, o la distancia recorrida.

A modo de síntesis, podemos afirmar que quienes practican corrida se distinguen a sí mismos y distinguen a otros de tres formas diferentes: (a) la elite, conformada por un grupo de profesionales que compiten por conseguir primeros lugares en los eventos deportivos, (b) quienes toman la corrida "a serio", y (c) aquellos que corren por una cuestión de acondicionamiento físico, entendido este en primer lugar como pérdida de peso. Las principales dimensiones de distinción son el nivel de desempeño y compromiso, el tipo de competencia y los recursos económicos destinados.

En esta investigación, nuestro mayor interés se encuentra entre quienes toman la corrida "en serio", aquellos que afirman ser alcanzados por "un virus", que planean cuidadosamente su tiempo diario, organizan sus vidas y vacaciones familiares en torno a la rutina de ejercicios y de acuerdo con el calendario de atletismo. Particularmente, el objetivo principal consiste en reflexionar sobre la materialización de estos cuerpos y la producción de un tipo de subjetividad específica, haciendo énfasis en los diálogos trazados con un tipo de racionalidad que clasificaremos como neoliberal.

#### *Presentación de conceptos relevantes.*

Ya en esta introducción precisamos definir a qué nos estamos refiriendo cuando proponemos que la corrida es una práctica deportiva. Vamos a definir en primer lugar práctica como un tipo de racionalidad específica, que constituye formas de actuar y de pensar. Conforme la propuesta de Rose (2012), concebiremos por racionalidad

determinados tipos de regularidades, que conforman una moral distintiva, una forma de entendimiento del espacio, de las otras personas y de sí mismos.

Nuestro interés, siguiendo la línea de análisis propuesta por el autor, es abordar la corrida como una práctica que alberga un conjunto de estrategias y tecnologías de subjetivación, o sea, que construyen un tipo de "forma de ser", y nos proponemos analizar los posibles diálogos con un tipo de subjetividad que clasificaremos como neoliberal. A partir de lo expuesto, debemos aclarar al lector/la lectora a qué nos estamos refiriendo cuando decimos neoliberalismo, concepto que se encontrará presente a lo largo de todo el texto.

Vamos a proponer por neoliberalismo la característica de nuestra sociedad actual según la cual el hombre se constituye como su propio capital, como su propia fuente de ingresos. ¿Qué queremos decir con esto? Siguiendo a Foucault (2007), posteriormente a la Segunda Guerra Mundial se intensifica un proceso que ya había iniciado en las primeras décadas del siglo XX, el cual consistió en el pasaje de las limitaciones de las acciones del Estado en función de permitir las libertades individuales (característica de los presupuestos liberales, sintetizadas en la frase "dejar hacer dejar pasar") para una forma de hacer accionar al mismo para asegurarlas. En palabras del propio autor, (2007, p. 149):

[...] en lugar de aceptar una libertad de mercado definida por el Estado y mantenida de algún modo bajo vigilancia estatal –lo que era, en cierta forma, la fórmula inicial del liberalismo–, es necesario invertir por completo la fórmula y proponerse la libertad de mercado como principio organizador y regulador del Estado, desde el comienzo de su existencia y hasta la última forma de sus intervenciones. Para decirlo de otra manera, un Estado bajo vigilancia del mercado más que un mercado bajo la vigilancia del Estado.

Lo que caracteriza esta nueva forma de racionalidad económica es la defensa de la competencia, hacia la cual se orienta la intervención estatal. Como producto de esta nueva forma de intervención, el autor propone que se produce una forma de sometimiento de la sociedad a una dinámica de empresa, transformándose así el *homo economicus* del liberalismo en "empresario de sí mismo". (FOUCAULT, 2007, p. 264).

Siguiendo a Rose (1996), el neoliberalismo ensambla una nueva forma de individuación de conceptos, de síntomas, de moralidades, de lenguajes, y confiere un tipo de características movibles y transferibles sobre una multiplicidad de individuos. Así, cada proyecto o estrategia de racionalización en el nombre del mercado, de lo social, de

la libertad del individuo, es una estrategia para intervenir, sea en pensamiento o en realidad sobre un conjunto local, regional, práctico y político de acuerdo a determinado principio. Por tanto, cuando hablamos de cierto tipo de racionalidad neoliberal, debemos enmarcarla en un contexto específico de *gubernamentalidad*, una forma específica de invención, de contestación, de operacionalización y transformación de programas, técnicas y dispositivos que buscan dar forma a la conducta para alcanzar ciertos fines (ROSE, 2012).

Esta forma de racionalidad que caracteriza el neoliberalismo es entonces una forma específica de vincular varias técnicas, integrándolas en formas coherentes de pensamiento. Una vez consolidada, puede extraerse de ahí y dirigirse a diferentes manifestaciones (ROSE, 1996). El auto emprendimiento es un ejemplo de lo que venimos proponiendo. Como trabajaremos más adelante en el texto, la lógica de auto emprendimiento trasciende el mundo laboral para inscribirse en otro tipo de prácticas, como son algunas manifestaciones de entrenamiento deportivo, y particularmente la corrida.

#### *Objetivo del trabajo y consideraciones para la lectura.*

A partir de lo expuesto, el objetivo que guía esta disertación consiste en a) analizar la producción de determinado tipo de subjetividad característico de la práctica de corrida de calle, para b) reflexionar sobre los diálogos con un tipo de racionalidad que caracteriza al sujeto neoliberal. Con referencia a esos objetivos, trabajaremos tres dimensiones que estructurarán el cuerpo de este texto.

En la primera parte, analizamos la construcción de la trilogía salud- bien estar y calidad de vida como posibles estilos de vida a adoptar. En esta línea, las construcciones discursivas sobre alimentación se transforman en un capital que corredores y corredoras incorporan para desarrollar la actividad. Analizamos las consecuencias en términos subjetivos de lo que Rose (2012) llama como biocapital, en lo referente a la somatización y percepción del cuerpo en relación a los riesgos. Pero, sobre todo, nos enfocamos en esta parte en el carácter moral que toma la adopción de un estilo de vida saludable. Para dar cuenta de comprender como se construye esa matriz moral, presentamos brevemente algunos lineamientos históricos sobre la importación para Brasil del modelo cultural del "ser deportivo", analizamos cómo es construido un mito de guerrero en relación a la

historia del primer corredor, y cómo la práctica de la corrida se transforma en "el deporte más democrático".

En la segunda parte, nos focalizaremos en analizar primero un elemento que se constituye como característico de la corrida, la prueba; y reflexionamos sobre la valoración de la utilidad en lo referente a la musculatura, haciendo énfasis en la forma como esta práctica es percibida entre corredorxs, todo lo cual nos permite trazar vínculos con una forma específica de aparato de rendimiento y placer, vinculado con lo que Dardot y Lavel (2013), han dado a llamar como hombre-empresa. En esta misma sección, problematizamos el uso de tecnologías como analgésicos o bandas adhesivas, así como la digitalización de los datos virtuales de desempeño, haciendo referencia siempre a las consecuencias subjetivas que esto conlleva.

En la tercera parte, trabajaremos en torno a la siguiente pregunta: ¿cómo es producido el dolor y el placer en el marco de la práctica deportiva de corrida? ¿Y cómo esta producción dialoga con un tipo de subjetividad que podemos calificar como neoliberal? Analizaremos primero la distinción entre aquel dolor que es considerado como "normal", y necesario para la posterior sensación de placer o "libertad"; y otra forma de representar el dolor que genera miedo, aquel asociado a las lesiones y que puede alejar a corredoras y corredores de la práctica. Haremos énfasis en el componente identitario que puede percibirse a partir de esta posible ruptura e interpretaremos este trabajo subjetivo en el contexto de cultura terapéutica (ILLOUZ, 2011; 2014).

A respecto de la estructura del texto, es necesario realizar algunas salvedades: por un lado, el lector<sup>9</sup> debe considerar que no encontrará un recorrido histórico lineal. La construcción histórica será realizada como forma de facilitar la comprensión de los fenómenos que nos proponemos ir explicando, por lo que se encontrará presente en todo el texto. Recuperaremos a lo largo de todo el trabajo, algunos delineamientos que hemos considerado importantes para la construcción de esta práctica.

Otra cuestión a considerar, es que mi lengua materna es el español, y si bien tengo un buen dominio del portugués, mi acento de extranjera es fácilmente reconocible. Esto no fue negativo, sino que por el contrario despertó curiosidad por conocer cómo es mi país y como suele practicarse la corrida por ahí. Lxs lectorxs descubrirán en el texto

---

<sup>9</sup> A lo largo del texto me referiré al lector o lectora en forma genérica como lector, por una cuestión de practicidad en la lectura del texto.

fragmentos en portugués, debido a que las entrevistas fueron realizadas en esta lengua, así como la totalidad del material extraído de las fuentes utilizadas para el análisis.

Finalmente, destacamos los constantes diálogos que aparecerán entre el contexto local e internacional. Al escribir de Miskolci (2016), nos encontramos en un contexto en el cual la realidad social se encuentra cada vez más mediada por plataformas de comunicación *on line*, haciendo las fronteras entre contextos urbanos locales e internacionales difusos. El reconocimiento de los cambios ocasionados por las nuevas tecnologías de información es identificado por quienes corren hace varios años, como Bruno, quien describe dos momentos diferentes en los cuales practicó corrida: durante su juventud, mientras y en la actualidad.

Na época dos anos oitenta, não existia assim um site de corrida, aliás não existia um Site ne? Então você não tinha como descobrir onde tinha um evento. As informações não eram igual Hoje ne? Que eu tenho um grupo de corrida e eu não preciso nem acessar num site hoje porque as pessoas me dão informação constantemente, simultaneamente hoje então estou ligado se tem corrida da UNICEP, ou lá no Rio de Janeiro já estou sabendo. Hoje as informações correm muito rápido então eu já posso me programar, porque o meu primeiro semestre já está todo programado. (Bruno, dueño de una escuela de aprendizaje de idiomas)

Los medios de comunicación, al igual que todos los ámbitos de la vida (CASTELLS, 2007), han penetrado el mundo de la corrida. Corredores y corredoras acceden a conocimiento sobre el calendario de eventos nacionales e internacionales, siguen por internet y programas de deportes el desempeño de atletas conocidos y mantienen contacto con personas de diferentes partes del mundo por medio de blogs de corrida o foros. Por tal motivo, el texto dialoga constantemente entre referencias nacionales e internacionales.

## **PRIMERA PARTE**

**Vivir "con calidad": corporificando un camino moral**

*Salud y "Calidad de vida", la elección de un camino ejemplar.*

*Hacia la "democratización" de las corridas de calle.*

*Rumbo a una "nova era da corrida".*

*En busca de una leyenda originaria.*

Analizaremos en esta sección una matriz normativa presente en la corrida, que indica los hábitos que los sujetos incorporan como estilos de vida en nombre de su propio "bien estar". En este sentido, afirmamos que se construye en relación con la práctica una moral que por un lado valoriza positivamente a quienes realizan ejercicio físico, en términos de haber adoptado un "camino saludable" de vida, en oposición a otros como el consumo de alcohol, de cigarrillos, de alimentos grasos y sobre todo asociado con el sedentarismo.

Sobre la construcción del mito de que el ejercicio físico es sinónimo de salud, (LANDA, 2011), la corrida surge como clave para el bienestar físico, anímico, moral y social. Fusionados sus discursos con otros vinculados con alimentación, se materializa lo que llamaremos como matriz subjetiva en términos somáticos, la cual se encuentra reforzada, como veremos, por la noción del riesgo.

La construcción de esos mitos que hoy están fuertemente consolidados como realidades indiscutibles entre corredorxs es de largo alcance. Sin pretender dar una explicación acabada del origen de estos fenómenos, nos proponemos en esta sección reflexionar, por un lado, a respecto de determinados acontecimientos históricos que han normalizado la realización de actividad física como parte de un estilo de vida "disponible para elección de todos". Por otro lado, analizaremos las pinceladas más importantes que han contribuido para dar el carácter de "práctica más democrática" a este deporte, reforzando el mito de que todo el mundo puede hacer ejercicio físico, así como las consecuencias políticas de este.

### *Salud y "Calidad de vida", la elección de un camino ejemplar.*

Motivar? Tem duas coisas, uma é do lado da saúde ne? Hoje eu vou fazer 43 anos, já... Você vê por exemplo seu pai... meu pai tem câncer, minha mãe tem diabetes... Então eu gosto da vida assim então eu quero prolongar minha vida com saúde ne? Então é em busca de saúde em primeiro lugar, e depois porque eu tenho um lado competitivo dentro de mim, e aí quando você começa a correr quimicamente parece que mudam seus hábitos ne? Te pega, vicia se. E assim você começa a correr uma certa distância, depois você corre outra... (Christian, 43 años, ejecutivo de empresa)

Una de las primeras referencias que podemos identificar en campo, sea en entrenamientos, en las revistas sobre corrida o en el libro de Draulio Varela (2015) es la alusión a tres cuestiones que aparecen como sinónimo: calidad de vida, bien estar y salud. La principal motivación para practicar corrida se vincula con la salud, y el ser saludable se asocia directamente a vivir con calidad o tener bien estar. En este sentido, Shipway y Holloway (2016) quienes realizan un estudio etnográfico con corredores de larga distancia, afirman que el ejercicio físico se ha visto cada vez más como una importante faceta de "sociedad saludable", y el placer y deporte como los espacios que providencian las actividades para alcanzar las mismas. La corrida no solo es percibida como fuente de salud y bien estar, sino que también es interpretada como la elección de un estilo de vida que implica además de la incorporación del entrenamiento físico a la rutina diaria, un cambio reconocido por quienes adoptan estas prácticas como radical en los hábitos diarios, que conlleva un total control sobre las horas destinadas al descanso, y el aprendizaje de todo un conocimiento técnico acerca de nutrición y alimentación.

El tema de la alimentación es sumamente recurrente en los entrenamientos, pudiéndose encontrar una circulación de discursos que por momentos se contradicen. A continuación, voy a describir una escena que ocurrió en uno de los entrenamientos con el primer grupo, frente al Swis Park, correspondiente al 30 de octubre de 2015.

Comenzaron a hablar de alimentación. El entrenador comentó que era un mito que por hacer ejercicio las personas adelgazan, dijo que no era así. Que lo que sucede es que cuando las personas comienzan a hacer deporte cambian su vida entera, comienza a alimentarse en forma más "sana", a descansar mejor, a dejar de salir de noche y tomar alcohol. Es el cambio de vida en su conjunto que te hace adelgazar. Marcelo afirmó que sí, que efectivamente él había cambiado muchos hábitos alimenticios y que así también su rendimiento había mejorado, que creía que era como un círculo.

El entrenador comentó luego sobre ciertos mitos creados en relación a la nutrición. Que un estudio había descubierto que la dieta alimenticia hacía poco por los diabéticos, y que también se había descubierto que la grasa, a lo que todo el mundo le huye cuando quiere adelgazar no es perjudicial (aclaró posteriormente que se refería al borde de grasa que tiene la carne). Que generalmente cuando una persona tiene un infarto lo primero que deja es la grasa, y que en realidad ese no era el mayor problema, sino que la grasa acumulada en las arterias durante años, lo cual sólo se elimina haciendo deporte.

El entrenador comentó con risa que no había que creer mucho en los nutricionistas porque no eran exactos, que uno podía ir a 10 nutricionistas diferentes y que ellos hablarían sobre vos 10 cosas diferentes; que sin embargo los entrenadores hacían todas cosas más o menos similares, con

algunos matices diferentes en las técnicas utilizadas pero que en sí la preparación sería similar. Sin embargo, los nutricionistas cambiaban mucho de discurso, y que constantemente estaban saliendo nuevas investigaciones que derribaban todo el conocimiento anterior, que no era exacto.

Comentó que también era un mito la idea de que al hacer ejercicio era preciso comer más carbohidratos. Lo mejor es comer comida "sana" simplemente, dejar el azúcar industrial porque los alimentos ya tienen la cantidad de azúcar necesaria para el organismo. Agregó que no sabía con certeza qué alimentos eran los mejores o cómo debería ser específicamente la dieta, pero que se trataba de comer alimentos saludables y en la medida justa.

Varias cosas diremos a respecto de la selección de este fragmento del diario de campo. Por un lado, quisiera destacar la relación entre dos tipos de profesionales que están presentes en la realización de la práctica, el entrenador físico y el nutricionista. Si bien en este fragmento podemos identificar un cierto conflicto de saberes, estos suelen trabajar en conjunto y de forma complementaria. Como afirman otros dos entrenadores a quienes entreviste, a respecto de la alimentación ellos sólo dan algunas "sugerencias básicas", pero recomiendan algún nutricionista de confianza cuando quieren alguna información más específica.

E na parte nutricional eu não tomo conta porque eu não trabalho, eu não sou nutricionista. Percebe? Eu as vezes tiro algumas dúvidas mas não faço acompanhamento nutricional com ninguém. Eu oriento algumas personas procurarem determinados nutricionistas que eu confio no trabalho para eles seguirem. Então é assim a parte nutricional eu jogo. (Fernando, corredor y entrenador)

Eles me perguntam bastante, a gente arma algumas informações básicas, mas dieta não prescrevo, então eu não sou nutricionista, eu já indico olha, se você quiser realmente emagrecer mais, porque é um processo natural, a pessoa começa a perder peso e aí ela quer mais. O que eu posso melhorar? Então é hora, já é hora de você procurar uma nutricionista, para te indicar qual é a melhor alimentação para você neste momento. Com determinado volume de treino você tem para a demanda que você vai precisar. (Marcela, entrenadora)

La relación entre preparadores físicos y nutricionistas también es fácilmente identificable en artículos de revistas sobre corrida, estando siempre presente el tema de la alimentación. Un artículo de la *Contra Relógio*, del primero de setiembre de este año (2016), titulado "Nossos fiéis escudeiros", propone lo siguiente "Nesta semana comemora-se o dia de uma dupla essencial para quem quer viver com saúde. Na quarta-

feira (31), os parabéns foram para quem nos ajuda a comer melhor: o nutricionista. E nesta quinta-feira (1) a data é em homenagem ao profissional de educação física".

Como podemos ver, los diálogos entre alimentación y ejercicio físico son constantes, y es que el conocimiento sobre alimentación es un capital discursivo aprendido por corredores que toman en serio la práctica, transformándose también en una cuestión moral. Discusiones sobre dietas y nutrición son temas regulares de conversación, qué comer, en qué momentos del día, en qué cantidades. Corredorxs, como afirman Shipway y Holloway (2016) son bien informados acerca de la dieta apropiada y el peso, y tienen una concepción bien definida de lo que es un cuerpo saludable, dedicando tiempo y dinero al entendimiento de nutrición e hidratación.

Lo que las personas comen es percibido no sólo como una opción de consumo, sino como una opción de estilo de vida e incluso reflejo de lo que somos, como comenta Bruno durante su entrevista "somos lo que comemos". Veamos otro artículo de la revista Runner's Brasil<sup>10</sup>, que llamó mi atención no solo por partir del presupuesto de que salud, desempeño y alimentación son incuestionablemente dependientes el uno del otro, sino también por la forma de describir ciertos alimentos como "impostores". El artículo se encuentra encabezado con la siguiente imagen:



---

<sup>10</sup> Runner's Brasil, edición correspondiente al 6 de diciembre de 2016.

El mismo, titulado "nem tão inocentes assim", comienza de la siguiente forma:

Nós, corredores, sempre buscamos as melhores opções de alimentos e bebidas para turbinar a performance ou a saúde – e também procuramos saber as que devemos evitar. Mas nem sempre é fácil distingui-las. Alimentos “impostores” são capazes de enganar até os corredores mais experientes. “Algumas comidas simplesmente não oferecem benefícios e podem ser prejudiciais ao desempenho”, diz a nutricionista Priscila Di Ciero, pós-graduada em nutrição esportiva.

El tomar "en serio" la corrida implica una reconversión entonces de los hábitos alimenticios, implica la adaptación total de la dieta a objetivos de la práctica. A su vez, la elección de este estilo de vida, se construye en oposición a la adopción de o todos los "vicios malos" asociados al consumo de alcohol o de cigarro, así como al sedentarismo y la mala alimentación.

De uma forma todos... o corpo acaba aceitando com passar do tempo, do treinamento, a fugir de refrigerante, comida errada, gordurosa, oleosa, pesada, então naturalmente você... falo por mim, os outros talvez falem outra coisa, mas assim eu não bebo cerveja, fujo de álcool, é uma coisa que faz mal e começa já a não servir. Uma latinha que você toma já fica como inchado, porque parece que o corpo não aceita mais isso. (Bruno, dueño de escuela de idiomas, 43 años)

Eu acho que todo mundo que gosta é assim, não somente aquelas pessoas que fazem corrida por uma questão de modismo, ne? Pessoal de academia aí, que malha e vai correr só um pouquinho, que não quer perder massa, sabe? Meu conceito é totalmente diferente desse aí, meu conceito não é ser esbelto nem nada disso aí, é saúde em primeiro lugar, qualidade de vida, e o exemplo para minha família. Eu não quero ficar num bar bebendo, fumando, chegar em casa bravo, brigar com os filhos e com a esposa, isso é uma coisa retrógrada do passado. (Christian, 50 años, ejecutivo de empresa)

Finalmente, una idea que aparece presente en esta construcción moral vinculada a la salud y el bienestar, es el de los riesgos. La salud como veíamos en la primera cita, es representada en términos de riesgos. Esto aparece claramente en los siguientes fragmentos que seleccioné tanto del libro de Draulio Varella como en las revistas de corrida.

O analista programador Fábio Namiuti, de 37 anos, também encontrou na corrida a resposta para melhorar a saúde. "Em 2002, pesando quase 110 quilos e fumando dois maços de cigarro por dia, fui ao médico por causa de uma inflamação na gengiva. Quando ele mediu minha pressão arterial, o susto: 18 por 12. Não tinha nenhum sintoma, porque hipertensão é um mal silencioso, mas estava prestes a explodir", afirma Fábio. Ele ainda diz: "foi muita sorte não descobrir isso através de um infarto ou um AVC"

O professor de história José Luiz de Sousa, de 45 anos, começou a correr há um ano e meio. "Meu maior problema era o peso, 97 quilos, e a pressão, que estava muito elevada. Hoje estou com 80 quilos, minha pressão arterial normalizou, estou super produtivo e consigo correr 11 km em 60 minutos. Sei que não é um tempo olímpico, mas para mim vale muito"

Você já percebeu que a corrida é um santo remédio para muitos problemas de saúde. Mas, se ainda é um iniciante e está pensando em sair para correr agora mesmo, lembre-se que antes de calçar o tênis é muito importante dar uma passadinha no consultório médico.

"Em princípio, todo mundo está apto a praticar atividade física e correr. Mas é fundamental saber que os exames preliminares devem ser realizados para avaliar as condições físicas de cada um. Quem tem problemas articulares, como artrite e problemas no joelho e na coluna, dependendo do nível da doença, também pode correr, mas só quem pode dizer em que condições é o seu médico", aconselha Salício.<sup>11</sup>

El miedo al padecimiento de enfermedades cardíacas o pulmonares es un tema recurrente en la justificación de realización de la práctica. El ejercicio físico es tomado como remedio para la prevención de enfermedades, siendo estas consideradas por su vez, como responsabilidad de los propios enfermos por no tomar medidas para prevenirlas. Ser enfermos, padecer algún problema respiratorio o cardíaco se percibe como responsabilidad de cada uno, y es moralmente castigado por eso.

Ainda me surpreendo quando um homem escapa da morte súbita do infarto, faz cateterismo, ponte de safena com circulação extracorpórea, vai parar na UTI por vinte dias, com sonda urinária, cateteres nas veias, eletrodos no peito para monitorização contínua, dor na cicatriz, curativos, complicações pulmonares, sonda na traqueia, respirador artificial, toma antibióticos que provocam náuseas, analgésicos potentes e resiste com bravura. Os limites de resistência do ser humano estão além do que sonha nossa vã filosofia. O que me choca é que, ao emergir restabelecida desse inferno, a pessoa que assou por tal suplício seja incapaz de andar míseros trinta minutos diários. (VARELLA, 2015, p. 203)

Dado lo expuesto, podemos coincidir con Landa (2011) sobre cierta normativización de una moral construida en relación la práctica del ejercicio físico. La realización de actividad física y la adaptación de una dieta se consolidan como solución y valor moral.

Já pessoa que corre por correr, é gostoso também, por exemplo, pegar a minha esposa, pegar o filho pequeno, e... vamos correr aqui no

---

<sup>11</sup> Edição 180 - SETEMBRO 2008

parque? O pai vai correr com você. Então eu estou nesse momento de prazer de praticar esporte, e estar do lado do meu filho ne? Da minha esposa, saber que ele está indo por bom caminho, que vai ficar longe de bebida de droga, aí por exemplo ninguém fuma, ninguém ascende um cigarro aqui, isso é muito mal. (Christian, 50 años, ejecutivo de empresa)

Por otro lado, a partir de la distinción entre quienes toman en serio la corrida y quienes no, podemos distinguir otros imperativos morales. En este sentido, la misma superación constante de los límites se transforma en una normativa moral, lo cual puede apreciarse en un fragmento de la entrevista a Marina.

Eu comecei a correr 5 ne? Aí eu foi sentindo essa diferença que antes demorava assim, 5 km da em torno de uns 30, 35 minutos, então eu perdia 10 minutos para estabilizar o coração, e era um terço da corrida. E aí eu comecei a reduzir esse tempo, e assim hoje eu noto que em 1 km eu já consigo estabilizar o coração e o resto é gostoso. O Roger me pede muito para sair da zona de conforto e correr em exaustão, mas eu sinceramente não gosto.

En otra instancia, Paula, quien corre con el segundo grupo con el cual realicé etnografía me contaba en una de nuestras corridas de sábados por la tarde por el parque Cerrado que el entrenador estaba cobrando de ella no correr más distancia, comparando con otro compañero que había comenzado a participar en el grupo en el mismo momento, quien estaría corriendo más distancia que ella.

Podemos distinguir un doble carácter moralizador, en primer lugar, la construcción discursiva de una obligación de hacer cosas para sentirse bien, de hacer cosas por el bienestar propio. En estos términos, "Calidad de vida" y "pérdida de peso" se consolidan como las motivaciones principales para iniciar la práctica, transformándose estas en cuestiones morales. En un segundo momento, entre quienes ya practican corrida, se puede percibir que la motivación por la superación de los límites corporales se incorpora como normativa. Esta distinción se transforma en un criterio diferenciador entre corredorxs.

Para pensar sobre este carácter moral que la práctica toma, propongo pensar la corrida como una tecnología en términos de Rose (1996), es decir como un campo tecnológico en el que confluyen diferentes formas de conocimiento, instituciones, manifestaciones de mercado, discursos médicos, de nutricionistas, educadores físicos, imágenes de un ideal estético, terapéutico, donde el paradigma de la performance se

conjuga con el de calidad de vida. El cuerpo del/la corredor/a, se materializa como un híbrido de formas discursivas y performáticas no solo a respecto de salud, alimentación y belleza, sino también en lo referente a las formas como debemos dirigirnos a nosotros mismos. Es decir, la práctica de corrida materializa una racionalidad, un conjunto de tecnologías que encuadran una forma particular de relaciones consigo mismos, formas particulares de entender la propia existencia.

A partir de lo expuesto, podemos concordar con Ortega y Zorzanelli (2010) a respecto de que, en la Modernidad, los miedos y las aspiraciones han pasado a ser expresados en términos del vocabulario médico, lo cual genera nuevas formas de relaciones con el cuerpo, incluyendo prácticas cuyo objetivo es reformarlo y perfeccionarlo. Se produce así una tendencia a la somatización y externalización de la subjetividad, que incluye tanto el campo de la normalidad (hombre considerado saludable que desenvuelve una serie de preocupaciones físicas y estéticas) cuanto el campo de la patología (nuevas modalidades de sufrimiento físico y mental). En esta línea, también Rose (2012) propone que a inicios del presente siglo nos encontramos viviendo la emergencia de una nueva ética somática, que se orienta hacia el futuro pero que demanda acciones en el presente. Por un lado, la vitalidad de los cuerpos ha sido abierta a explotación económica de una forma que no encuentra precedentes, una extracción de lo que llama biovalor, en una nueva bioeconomía que altera nuestra concepción de nosotros en el mismo momento en que nos permite intervenir sobre nosotros mismos en nuestros caminos. Por otro lado, continúa Rose (2012), nuestra corporalidad somática, individual se ha transformado en una abertura a la prudencia, a la responsabilidad, a la experimentación y contestación dentro de las políticas de la vida.

El autor, haciendo una analogía con la propuesta weberiana de afinidad de la ética protestante con el espíritu del joven capitalismo, propone que nos encontramos en este siglo en un contexto de afinidad entre un conjunto de éticas somáticas y el espíritu de un biocapitalismo, de acuerdo con una moral particular en virtud de la cual se busca el lucro mediante el manejo de la vida. En esta lógica, se abren un conjunto de condenaciones para quienes son vistos como un daño para la salud. Así, el miedo al padecimiento de enfermedades cardíacas o pulmonares es un tema recurrente en la justificación de realización de la práctica. El ejercicio físico es tomado como remedio para la prevención de estas, siendo consideradas por su vez, como responsabilidad de los propios enfermos por no tomar medidas para prevenirlas. Diversas expresiones podemos encontrar en el

libro de Varella que resultan ilustrativas, y consideramos relevante para reforzar el carácter moralizador el hecho de que el autor sea médico.

Sedentário com excesso de peso, na minha idade, corro o risco de ficar hipertenso e entrar no torvelinho estressante de obrigações e de compromissos sem contar com a válvula de escape do corpo suado, das pernas cansadas e com o baque das endorfinas no cérebro. (VARELLA, 2015, p.198)

Às vezes me sinto como Mr. Johnson. Na rua, quando vem em sentido contrário um homem de meia-idade com o cinto afivelado abaixo do abdômen proeminente e o rosto vermelho-azulado dos fumantes, tenho ímpeto de abordá-lo: Desculpe, mas vai acontecer uma desgraça em sua vida: infarto, derrame cerebral, obstrução de artérias, falência dos rins, não sei. Não sei quando nem qual será, mas vai acontecer. (VARELLA, 2015, p.200)

Ser enfermos, padecer algún problema respiratorio o cardíaco se percibe como responsabilidad de cada uno, y es moralmente castigado por eso. El cuerpo es visto como un blanco que puede ser alcanzado por un conjunto de riesgos o enfermedades, que se encuentran ahí presentes esperando alcanzar a las personas. La salud es representada en términos de riesgo personal, y el sujeto como gestor de estos, que son a su vez considerados como un "destino individual". Según Dardot y Lavel (2013), la construcción social y política del riesgo se ha individualizado, construyéndose en función de esto una distinción entre dos tipos de "formas de ser": por un lado, aquellos que se presentan estimulados por llevar una vida de riesgos; por otro quienes se presentan contrarios y tímidos ante los mismos, o dominados.

El cuerpo es percibido como un espacio de incertidumbres que puede ser alcanzado por múltiples riesgos, y así, la práctica de corrida es producida como un entrenamiento de fortalecimiento para la prevención de estos. Siguiendo a Beck (1998), esa idea de intentar siempre evitar lo peor surge como resultado de un clima de inseguridad creciente que caracteriza la forma de percepción generalizada en las sociedades modernas. Esta percepción a su vez, se encuentra vinculada con una necesidad de consumir productos y servicios que brinden protección. Giddens (1990) por otro lado, afirma que el riesgo, a diferencia de las nociones de amenaza o peligro, se analiza activamente en relación a posibilidades futuras, alcanzando por esto un uso extendido en sociedades orientadas hacia el futuro, en vistas de analizarlo y colonizarlo. En este sentido, nada debe ser dejado al azar, el cuerpo debe ejercitarse ahora para no padecer enfermedades en el futuro.

Todo lo anterior se ve reforzado por el mito de ser la práctica deportiva más democrática, traducido en "correr todo el mundo puede correr, es sólo tener unos tenis", así como por el miedo a la humillación y vergüenza de "no llegar" o "llegar mal". Para comprender la construcción de este carácter moralizador que la corrida toma, es preciso remitir, por un lado, a la construcción de una moralidad vinculada a la salud, así como a la construcción de un mito según el cual la corrida es una práctica que todo el mundo puede realizar, una práctica "democrática". Por este motivo, veremos cómo se construyen históricamente algunas de las principales condiciones para la consolidación de esta moral. Primero, presentaremos algunas manifestaciones del mercado de consumo que tuvieron gran relevancia en la consolidación de prácticas de cuidado de sí mismo; posteriormente, analizaremos un discurso presente en las narrativas entre corredores, la construcción de un mito de guerrero en relación a la historia del primer corredor; finalmente propondremos algunas reflexiones acerca de cómo la práctica de la corrida se transforma en "el deporte más democrático".

#### *Hacia la "democratización" de las corridas de calle.*

M. Eu acho o esporte mais democrático que existe.

V. Como assim?

M. Porque eu já pratiquei vários esportes, já joguei bolei, já joguei tênis quase profissional, já joguei basquete, já joguei futebol, mas somente corrida de rua somente comprar uns tênis e sair correndo. Você não precisa ter ninguém, você não precisa ter horário, você tem que ter sua disciplina. E é uma coisa que faz tão bem para saúde, primeiro qualidade de vida, e depois tem competição e essa coisa toda ne? E hoje que está tão evoluído ne? Nós temos competição toda semana para todo tipo de gosto. (Entrevista a Marcelo, estudante de doctorado)

El fragmento de la entrevista seleccionado, resulta ilustrativo de una de las características más destacadas de la corrida, el ser considerada como una de las prácticas deportivas más democráticas que existen, en la medida en que, como se dice, sólo se precisa un par de tenis para correr. ¿De que formas se va construyendo este mito? que se estructura en la siguiente lógica: todo el mundo puede correr, entonces quien no hace ejercicio físico es porque no quiere.

En esta sección nos proponemos reflexionar a respecto del proceso a partir del cual la corrida se "masifica", es decir, comienza a estar disponible para un mayor número

de consumidores, y se crea el mito que llamaremos de "democratización". Si ambas ideas se encuentran destacadas con comillas, es porque los costos de inscripciones a competencias, así como el conjunto de equipamientos y servicios que en el mercado se ofrecen para mejorar los desempeños, no hacen de la corrida una práctica con iguales posibilidades de participación a todas las personas. Por tales motivos, vamos a contextualizar aquello que se dio a llamar como "fiebre de las corridas de calle" (ANDRADE DE MELO, 2011) con el desarrollo de las clases medias urbanas a partir de la segunda mitad del siglo XX.

Con la influencia del cine y el desarrollo de la televisión y el video casete, se generalizan las exhibiciones musculares, y crece lo que Courtine (1995) denomina la cultura visual del músculo. Promovida por una industria y el mercado, se despliega un conjunto de prácticas de manifestación de una cultura de la apariencia en los Estados Unidos, que da sustento al mercado del músculo, y al consumo de bienes y servicios destinados a la mantención del cuerpo.

El desarrollo y exhibición muscular se generaliza, junto con un conjunto de lógicas como sufrir mientras se distrae, la noción de cuerpo pensado como máquina, manipulable y, sobre todo, la idea de que cada individuo es gestor de su propio cuerpo, lo cual se sustenta por una obsesión de compromiso con el mismo. A pesar de esta tendencia a la generalización, esas prácticas se representan desigualmente según grupos sociales, edades y género, y tienden a asociarse con el estilo de vida de una clase joven profesional en ascenso, con fuerte sentimiento de superación personal, los llamados yupis. (COURTINE, 1995)

La propuesta de Kenneth Cooper, conocida popularmente como método Cooper, lleva al mercado de consumo técnicas de entrenamiento militar. Como médico y coronel de la Fuerza Aérea, Cooper se propone crear un plan para aumentar el rendimiento cardiovascular de los militares, y ve crecer su popularidad a partir de la publicación en 1968 de su libro *Aerobics* (COOPER, 1970a). En este primer volumen, Cooper se centra en definir *aerobics* como una variedad de ejercicios que sirven para estimular el corazón y la actividad pulmonar, por un período de tiempo suficientemente largo para producir "cambios beneficiosos" en el cuerpo. Correr, nadar, hacer ciclismo, y practicar jogging son ejercicios aeróbicos típicos, sin descartar otros. El ejercicio aeróbico se caracteriza, según afirma, por incrementar la capacidad de usar oxígeno. El método consiste, por un lado, en correr 12 minutos y medir la distancia para evaluar la condición aeróbica, test a

partir del cual la persona se adecúa a uno de los entrenamientos propuestos, y con el cual puede ir controlando su evolución.

Como respuesta ante el caudal de ventas obtenido, en 1970 publica otro volumen que titula *The New Aerobics* (COOPER, 1970b), argumentando su interés por alertar a la población norteamericana a respecto de los beneficios del ejercicio aeróbico para prevenir males que el letargo y la inactividad generaban. En este sentido, propone este tipo de ejercicio como un camino para luchar contra los problemas cardíacos que provoca el sobre peso, afirmando que era una de las principales causas de mortalidad en Estados Unidos, y establece, a su vez, prevención de estos males como camino más económico. El lema de la prevención se transforma en un pilar presente en libros posteriores, así como en el material presentado en la página web de su centro, llamado *Cooper Aerobics: health and wellness*<sup>12</sup>.

Mientras el primer volumen se centra en la definición del este nuevo tipo de ejercicio y sus beneficios, en el segundo su propuesta se dirige a trabajar con mayor ímpetu en el manual y su adaptabilidad a diferentes grupos etarios. Ahora apostando aún con mayor intensidad a los beneficios en términos de salud y bienestar, propone lo siguiente "mientras que este libro es usado como una guía de ejercicio individual o como una referencia de trabajo profesional, espero profundamente como médico que sirva a los lectores como una llave para la salud y el bienestar"<sup>13</sup> (Traducción propia, COOPER, 1970b, p. 5) Resulta interesante de este volumen la introducción de las ventajas del ejercicio físico para el rendimiento laboral, afirmando que "empleados en buena condición física están más alerta, son más productivos y con una moral más alta"<sup>14</sup> (Traducción propia, COOPER, 1970b, p. 13).

Cooper afirma que los ejercicios aeróbicos ya no se limitan al entrenamiento militar, sino que han llegado a muchas personas que encuentran nuevos niveles de competencia física y bienestar personal. Posteriormente, en 1977, publica un nuevo libro

---

<sup>12</sup> Según datos de la página web (disponible en <http://www.cooperaerobics.com/default.aspx>), la clínica Cooper cuenta con dos centros, uno en Dallas y otro en McKinney. Bajo la propuesta de *Get cooperized* se ofrecen servicios que apuntan a la incorporación de un "estilo de vida saludable", articulando medicina, fitness, nutrición y propuestas que fusionan los lenguajes de estilo de vida saludable con competencias empresariales, particularmente liderazgo.

<sup>13</sup> "Weather this book is used as an individual exercise guide or as a professional reference work, it is my profound hope as a physician that it will serve its readers as a key to health and well-being." (Cooper, 1970b, p. 5)

<sup>14</sup> "Employers in good physical condition are more alert, more productive and their morale is higher" (Cooper, 1970b, p.13)

llamado *The Aerobic Way* (COOPER, 1979) donde retoma ejemplos de seguidores que lo contactan e insiste sobre los beneficios que estos ejercicios traen en términos de salud. Una vez más alerta sobre la necesidad del control médico previo a la realización de los mismos. Finalmente, propone el jogging o running<sup>15</sup> como los ejercicios aeróbicos recomendados, argumentando que son excelentes para mejorar la condición aeróbica.

Estos manuales consolidan una sistematización del método practicado por militares y creado por un médico, conjugando las dos instituciones más importantes en términos de legitimidad discursiva para hablar del buen uso del cuerpo. Y este método a su vez, ingresa en el comercio abriéndose a un público de consumidores mayor. Con la publicación de cada libro posterior, Cooper va organizando manuales de entrenamiento para personas de mayores rangos etarios, mujeres y niños.<sup>16</sup>

Como vimos en la primera parte de esta sección, el fuerte énfasis colocado por Cooper, tanto en sus libros como en su sitio web, en la relación entre actividad física y prevención de enfermedades, es una constante en los discursos de corredorxs, y se encuentra con fuerza presente en el libro de Draulio Varella, médico brasileño popular por practicar corrida.

La popularidad de los libros de Cooper en el mercado es un reflejo del proceso de medicalización por el cual pasamos los sujetos, aquel proceso mediante el cual nuestra salud se transforma en nuestra propia responsabilidad. Las personas somos responsabilizadas por nuestra propia salud, transformándose la prevención en una cuestión moral. Estos libros, no solo definen cierto estado de "bienestar", asociando salud con alimentación y actividad física, sino que al definir cómo ser una "persona saludable", producen y reproducen performativamente perfiles identitarios, así como recetas para atingirlos. El papel del mercado en la configuración de estos ideales médicos es de suma importancia, articulando y ofreciendo al público en lenguaje claro e imperativo, la seductora posibilidad de alcanzar un ideal de sujeto.

En este contexto, comienzan a proliferar a partir de los años 70 empresas de organización de eventos deportivos, y se multiplican las pruebas de corrida. Las empresas de ropa deportiva aumentan creando sitios de internet para grupos de corrida, llamadas de *comunidades on line*. Las empresas invierten cada vez más en el rubro de calzados e

---

<sup>15</sup> Lo que distingue ambas prácticas es la velocidad con la que se realiza, mientras running implica correr una milla en menos de 9 minutos, la práctica de jogging requiere de menor intensidad.

<sup>16</sup> Entre sus libros publica *The New Aerobics for women*. (COOPER, 1972)

introducen en el mercado nuevas tecnologías para crear necesidades e intereses del público.

*Rumbo a una "nova era da corrida".*

Uma ou duas décadas atrás as provas eram poucas, organizadas de maneiras simples, reunindo quase sempre os mesmos corredores. Hoje o calendário está repleto –as vezes com duas ou mais no mesmo final de semana e muitas se tornaram megaeventos, onde a corrida chega a ser apenas um detalhe.

Así comienza un artículo de la Revista *Contra Relógio* (julio 2012) titulado "Como as corridas mudaram...", que toma relatos de corredores y corredoras para construir algunos aspectos de la historia de la corrida, destacando el crecimiento del sector. En el artículo se destacan tres cambios importantes en las últimas tres décadas: el aumento de participantes; el incremento de eventos competitivos; y la mayor presencia de tecnología. A partir de lo expuesto, vamos a trazar algunos lineamientos importantes de este proceso que se da a llamar la "nova era da corrida", haciendo referencia su carácter "más popular"<sup>17</sup>.

La primera corrida de calle en São Paulo, conocida como São Silvestre, se realiza en el año 1925. En sus inicios sólo hombres mayores de edad podían inscribirse para competir, quedando mujeres y menores de edad inhabilitados. A su vez, solo a partir de 1979, la São Silvestre se libera a la participación de nuevos corredores, ya que hasta ese entonces estaba destinada a la participación solo de aquellos que habían sido clasificados en una prueba selectiva o que representaban algún Estado del país.

Antes mesmo de voltar a fazer uma prova, em 2010, tive um primeiro choque ao ir correr em um sábado na USP, o que também havia deixado de fazer por anos. Ao chegar de carro, falei para meu marido ir devagar porque devia estar acontecendo algum evento, pois tinha muita gente correndo. Achei que estávamos invadindo uma corrida oficial. Mas eram apenas as pessoas treinando. Há 10 anos não havia nada disso. As assessorias eram poucas, uma aqui, outra ali... Comecei a ver que tudo havia mudado e agora havia muita gente correndo! (*Contra Relógio*, julho de 2012)

---

<sup>17</sup> Si bien los datos que exponremos nos permiten comprobar un mayor número de personas corriendo, el aumento de precios de inscripción a eventos competitivos contradice la idea de que la práctica haya pasado un proceso de popularización.

Un dato que resulta ilustrativo del aumento de la población que adhiere a la corrida es representado por el hecho de que en la São Silvestre de 1975 cruzan la línea de llegada 242 corredores, población que para el año 2005 alcanza los 13.421. Otro movimiento que podemos apreciar es el aumento del número de pruebas, que pasa de 34 en el año 1982 a 218 en 2005 (OLIVIERA, 2010). La intensificación de eventos competitivos es también destacada por corredorxs al describir el proceso de "popularización", acompañado por el reconocimiento de la participación de personas con desempeños menores. En el mismo artículo se toma el relato de Adriana (bióloga<sup>18</sup> de 44 años) "Mais de uma corrida no mesmo final de semana, às vezes três ou quatro. Podia escolher à vontade, distâncias variadas, em diferentes locais da cidade" (...) Ao final da prova, uma surpresa: ela foi a terceira colocada.<sup>19</sup> "Aí me dei conta que tudo mudou: o público era outro. A corrida se popularizou, o que era ótimo. Porém o número de atletas que correm forte não aumentou e eles ficaram divididos em várias corridas. Fui embora contente, mas com a sensação de que a corrida havia mudado".

Esta transformación debe contextualizarse en un proceso de racionalización por el que transitan los deportes como la corrida, con el desarrollo de técnicas para mejorar los rendimientos, la creación de revistas específicas sobre la temática, el incremento de profesiones con ese fin, y también con la mercantilización de la práctica. En torno a la misma, surgen y se multiplican productos y servicios, desde calzados adaptados a todos los pies, hasta empresas de asesoría deportiva, gestando la idea de que "cualquier cuerpo puede correr". Esos cambios son percibidos por corredorxes que muchas veces se muestran nostálgicos ante la "simplicidad" de las primeras corridas, como lo ilustra el fragmento del artículo que expone el relato de un corredor: "sinto que falta um pouco daquele sentimento de simplicidade, de paixão, de contemplação... A corrida proporciona não só um bem-estar físico, mas emocional e espiritual. Antes fazíamos a corrida de forma mais natural."

En los últimos treinta años se han producido determinadas alteraciones porcentuales por género, franja etaria, clase social y nivel de desempeño, como lo demuestran investigaciones sobre el tema<sup>20</sup>. Estas ilustran, por un lado, el aumento

---

<sup>18</sup> Es importante destacar la constante alusión en las revistas a las profesiones o cargos de corredorxs, cuyos relatos son utilizados. Este dato es mencionado siempre que se introduce un nuevo interlocutor, junto con su edad. En este caso "A bióloga Adriana Souza de Toledo Piza, de 44 anos, de São Paulo"

<sup>19</sup> Forma de describir la posición de la persona al pasar por la línea de llegada.

<sup>20</sup> Oliveira (2010) Salgado y Chacon-Mikahil (2006).

porcentual de participación en competencias de personas que tienen más de 40 años; por otro, afirman que, si bien no existen indicadores que permitan analizar el nivel de renta de los participantes, el aumento del valor de las tasas de inscripción a pruebas, habilitan a suponer un cambio en el perfil de renta de los competidores.

Otro cambio resaltado por Olivera (2010) consiste en el impulso dado por profesionales de la educación física que se han interesado en invertir en ese rubro, creando grupos de corrida. Estos grupos se consolidan a partir de dos movimientos, por un lado, aquellos formados por grupos de amigos y conocidos que, motivados por los vientos del mercado, buscan ofrecer formas de lidiar con la necesidad de relacionarse con otros. A esta iniciativa se sobrepone un movimiento realizado por diversos profesionales de la educación física y ex profesionales, en torno de asesorías y entrenamientos de los corredores. Las narrativas de estos ex atletas, continúa el autor, que exaltan afectividades y emociones fuertes combinadas con sus buenos resultados en las pruebas, se fusionan con discursos médicos sobre bienestar y salud que atraen un público inspirado por valores de superación personal.

Comienzan a circular un conjunto de discursos de diferentes áreas de conocimiento. Son convocados nutricionistas para establecer cuál es la mejor alimentación para corredorxs, especialistas en calzado opinan en revistas sobre la adecuación de los mismos para cada pie, médicos publican investigaciones sobre los beneficios de la corrida en personas con diferentes patologías y sobre todo como antídoto de prevención de enfermedades. Es promovida así la adopción de un estilo de vida deportivo, entendido como saludable y asociado a la realización personal, pero, sobre todo, a la felicidad.

En sintonía con esto, comienzan a ser publicados libros que relatan la experiencia de "personas comunes y corrientes" que comenzaron a correr cuando decidieron dar un cambio en su vida, sea por "la crisis de los 50", por disconformidad con su situación laboral y para enfrentar los males del estrés y sedentarismo. En este sentido, una investigación que destaco como antecedente de la presente es la realizada por Olivera (2010), quien presenta una interesante reflexión, a partir de su trabajo etnográfico en un grupo de corrida de Porto Alegre, afirmando que la corrida se transforma en un estilo de envejecimiento. Esta parece ser una diferencia con el contexto norteamericano en el cual la práctica tiene su primer desarrollo, ya que, como vimos, se encontraba asociada más

que a una forma o estilo de envejecimiento, a una cultura que circulaba entre jóvenes profesionales en su “lucha” por éxito profesional.

La corrida se escenifica entre discursos de bienestar físico y mental, de materialización de un ideal estético de belleza asociada al cuerpo deportivo, ligero y saludable, un cuerpo activo y preparado para responder a todas las adversidades que el entorno cotidiano pueda depararle, con mejor voluntad y entusiasmo. Entre discursos médicos y estéticos, la corrida se consolida como aquella actividad que "todos" pueden practicar, bastando un calzado deportivo y voluntad de superación.

#### *En busca de una leyenda originaria.*

Otro aspecto que debemos considerar para comprender el proceso de “masificación” de la corrida es la construcción de un mito originario, caracterizado por las hazañas de un héroe que da inicio a lo que posteriormente se conocería como la primera corrida de calle. Así, podemos ver en la literatura específica sobre corrida (libros y revistas ya mencionados) diversos cuestionamientos a respecto de este posible personaje. ¿Quién fue el primer corredor? ¿Cuánta distancia corrió? ¿Cómo surge la competencia? Son preguntas que han despertado diferentes respuestas, entre construcciones históricas que van desde el relato de mitos heroicos a la búsqueda "científica".

La bibliografía al respecto consolida dos posibles actividades como originarias de lo que posteriormente se convertiría en la corrida de calle. Por un lado, en la labor de aquellos que en las antiguas Grecia y Roma llevaban los mensajes de una civilización a la otra, los llamados mensajeros. Según lo descrito, una vez que las condiciones de los caminos mejoraron, y consecuentemente los medios de transporte, esos antiguos mensajeros se transforman en corredores (DALLARI, 2009). Por otro, se maneja la hipótesis de que el antecedente serían los *footman* ingleses del siglo XVI, clasificación atribuida a quienes tenían como labor ir de pie al lado de los caballos para conducir los carruajes por lugares seguros. (DALLARI, 2009) Otro autor, profesor de Educación Física brasilero que escribe un libro titulado Atletismo: corridas, (FERNANDES, 1949) describe una versión similar a esta última, afirmando que los primeros corredores profesionales eran los mensajeros de los señores feudales, que iban al frente de sus carruajes cuando las condiciones de los caminos eran desfavorables, para anunciar la

llegada del señor a las ciudades a ser visitadas. Esos corredores fueron llamados de *running footman*. Y según cuenta el autor los turcos también poseían corredores de ese tipo, denominados *puchs*.

A partir de ese momento, los ingleses comienzan a realizar competencias entre los mensajeros, las cuales envolvían grandes apuestas. Una vez en Woodstock Park, se instituye un premio para el vencedor, establecido para veinte libras esterlinas. Para inicios del siglo XVIII ya existían nombres conocidos, como el de Tawershan, que se destacó en las pruebas de velocidad y también en las de distancias mayores. Así es que, como narran las historias de corridas, van surgiendo los corredores profesionales, que hacían trayectos bastante grandes, de 80 y 150 km.

La primera competencia con distancia establecida y medida de tiempo, se realiza en 1896, en los juegos olímpicos de Atenas<sup>21</sup>. Esta primera prueba de 40 kilómetro se desenvuelve en homenaje a Phillippines, supuesto mensajero que muere luego de recorrer una distancia como ésta entre las ciudades de Maratona e Atenas, para llevar la noticia de la victoria de los griegos en la guerra. Esta prueba representaría desde su origen la celebración de tiempos heroicos. (OLIVERA, 2010).

En el popular libro entre corredores de Draulio Verella (2015), el autor reflexiona desde una perspectiva médica y científica, cuestionando el mito de Phillippines y concluyendo la inexistencia de evidencia suficiente para afirmar tal historia. Por un lado, afirma que no existía forma de medir el tiempo exacto que a Phillippines le habría llevado recorrer esa distancia, por otro, entiende absurda la idea de muerte como consecuencia del trayecto andado. Preocupado por encontrar el origen de la competencia, investiga en los escritos de Heródoto, conocido como el primer historiador, y presenta otra versión de los hechos, según la cual el primer corredor no habría corrido 40 kilómetros sino 225,

---

<sup>21</sup> Una figura clave para el desarrollo de estos juegos fue Pierre de Coubertín, quien organiza en 1894 el Comité Olímpico Internacional (COI). Como educador, pensador e historiador, Coubertín destina años a estudiar la educación del deporte inglés. Centrándose en los aspectos pedagógicos del deporte, propone un modelo de reforma social. La creación de la COI coincide con la creación y proliferación de organizaciones de cuño internacionalista, cuyo principal objetivo era la promoción de la paz. En este contexto, la competencia deportiva es una forma racionalizada de conflicto, sin uso de violencia (RUBIO, 2011). En este sentido, el Deporte Olímpico se relaciona directamente con las grandes manifestaciones políticas del nacionalismo europeo del siglo XIX, adquiriendo el cuerpo un papel central. En primer lugar, mediante la restricción a las prácticas femeninas, que ya para la siguiente edición París, 1900 es levantada debido a que no consigue superar las presiones de los movimientos de inclusión feminista en diversas áreas de la vida social (RUBIO, 2010). Por otro lado, las manifestaciones racistas encuentran su máxima expresión en la edición de los Juegos de Saint Louis, en 1904, en cuya presentación inaugural se representa un espectáculo circense en el cual diversas etnias se enfrentan con trajes sumarios. Este espectáculo también resulta de manifiesta discriminación contra atletas negros. (RUBIO, 2010)

transformándose así en el primer ultra maratonista de la historia, como lo presenta, entre las ciudades de Atenas y Esparta, para pedir ayuda a los espartanos ante la guerra con los persas.

No pretendo posicionarme sobre una u otra interpretación respecto al origen de la corrida como competencia. Lo que considero interesante es la lucha discursiva en relación a la legitimidad del relato. Tanto en el primer caso, como en el segundo (este definiéndose a sí mismo como más racional), resaltan el carácter heroico y valiente, asociado a un tipo de masculinidad que sacrifica su seguridad física por el bienestar colectivo. En línea con esto, es posible afirmar que la exaltación de este origen mítico contribuye a consolidar identidades deportivas hegemónicas, asociadas al contorno físico del guerrero, posteriormente jugador. Estos mitos de origen, se fusionan con la preocupación nacional por el saneamiento y salubridad de las ciudades, sobre las cuales reflexionábamos anteriormente, y van a contribuir en la construcción de nuevos padrones corporales. Se materializan nuevos modelos de masculinidad que sujetan a los individuos no solo a nivel corporal, sino también, como afirma Miskolci (2006), a la construcción de subjetividades. Vinculado a estos ideales corporales deportivos se asocian altruismo, virilidad, capacidad de sacrificio y heroísmo; valores consolidados en torno a un ideal estético masculino que trasciende las arenas deportivas. Vamos aproximándonos lentamente a comprender como se construye esta amalgama discursiva que materializa los cuerpos corriendo.

\*\*\*\*

Perder peso y adoptar un estilo de vida saludable (entendiendo el primero como necesario para el segundo) es identificado como primera motivación para comenzar a correr. Calidad de vida se entiende así, como un estilo de vida a escoger que conlleva una transformación de sí mismo en un "ser saludable". En un mundo donde los estilos de vida son percibidos como posibilidades de elección (GIDDENS, 2002), la calidad de vida es interpretada como un camino moralmente valorado, y posible de ser adoptado por cualquier persona. En este contexto, la corrida se percibe como una práctica que, sobre todo cuando es "tomada en serio", implica una planificación estratégica de la vida, una organización del presente en términos de prevención de riesgos (patologías) posibles de padecer a futuro.

Reforzado por el doble mito de que ejercicio físico es sinónimo de salud, por un lado, y de que todo el mundo puede correr, o sea realizar ejercicio físico, se construye todo un aparato moral que responsabiliza a cada sujeto no solo por su salud física, sino que se asocia también con una forma de ser. La grasa corporal se identifica con la falta de ejercicio y alimentación no saludable, apareciendo como imagen negativa de un conjunto de valores y creencias destinadas a moldear a los sujetos.

Esta forma de ser, implica la incorporación de determinadas rutinas, hábitos alimenticios, organización de los horarios para satisfacer amplias horas de entrenamiento. Comporta la adopción de conocimiento nutricional en la vida cotidiana, ya sea con asesoría de profesionales o la procura de información en internet o en revistas especializadas. Requiere por tanto un poder adquisitivo, siendo que se ofrecen en el mercado diversos productos y servicios en vistas de alcanzar ese ideal estético, no accesibles para todas las personas.

A partir de lo expuesto, queremos finalizar destacando algunas de las consecuencias políticas que este paradigma de "calidad de vida" significa, a partir de lo que Landa, Leite Jr. y Torrano (2013) llaman como dispositivo discursivo de la obesidad (epidémica). Este se caracteriza por la noción difundida entre la población de peligro ante la figura del obeso, concibiéndola como una condición de anomalía e monstruosidad. Opera sobre la base de una idea de peligro, vinculada a la existencia de formas de vidas clasificadas como arriesgadas (sedentarismo, alcoholismo, consumo de tabaco) y el mito de que la actividad física es salud.

La valoración en general de personas en condición de su peso "normal" (saludable) o "anormal" (epidémico), conforme los parámetros de la Organización Mundial de la Salud, contribuye para la generación de un conjunto de estereotipos en sentido estigmatizante (LANDA, LEITE JR., TORRANO, 2013), lo cual podemos reconocer en los discursos de corredores y corredoras. En el binomio que divide estos cuerpos, la no realización de ejercicio físico se asocia con el consumo de alcohol, tabaco y sedentarismo. Así, conforme Landa, Leite Jr. y Torrano (2013, p. 109):

Metafórica e conceitualmente, e a partir de um registro quase religioso, a obesidade é tratada pelo dispositivo da saúde e do bem-estar religioso, a obesidade é tratada pelo dispositivo da saúde e do bem-estar como um pecado contra o credo sanitário-empresarial da (auto) liderança individual e, portanto, da (auto) gestão corporal e pessoal. O obeso e o sedentário representam, desse modo, o *fora* do ideal, que regula a performatização dos corpos saudáveis, bonitos e produtivos (Fauss,

1999). É demarcada, assim, uma ordem moral que se polariza em uma série de dicotomias, onde o primeiro elemento do par converge com o ideal empresarial enquanto o segundo, sustentando seu oposto, condena o desvio de maior visibilidade. O pecador é representado, então, como o sujeito irresponsável, incapaz de autocontrole, desorganizado, passional, impulsivo, cuja compulsão o leva ao cominho da ruína, do vício e da conseqüente destruição.

La forma de pensar el cuerpo en términos patológicos, así como en términos de posibilidad de asunción de riesgos, y la identificación de esas condiciones con tipos de cuerpos específicos, que no se adaptan al modelo concebido como normal, contribuye con la materialización de aquello que los autores llaman como *nuevos marginales*. En torno de la práctica de corrida giran discursos de responsabilidad individual ante esos riesgos, conforme un aparato político pedagógico más amplio que organiza y disemina diversos saberes y técnicas de autogestión que la población debe incorporar para alcanzar ese estado saludable.

## **SEGUNDA PARTE**

**"Vivendo no limite": fronteras corporales en cuestión.**

*Alcanzados por el "virus": hacia el sueño de la maratón.*

*"Invirtiendo" tiempo en músculos útiles.*

*Tecnología inteligente para corredores potenciados.*

Una de las primeras cuestiones que llamó mi atención al iniciar mi trabajo de campo fue que las maratones (42km) o pruebas de menor distancia constituyen un tema recurrente entre quienes practican corrida, ya sea el relato de experiencias pasadas o la planificación de pruebas futuras. Se comparten relatos de pruebas difíciles que por algún motivo demandaron mayor exigencia (dificultades del terreno, el clima, alguna lesión); se describen las emociones de la llegada, así como también se comparten consejos sobre alimentación, o al respecto de la importancia de tomar ciertas precauciones para no lastimar el cuerpo (como mantener las uñas de los pies debidamente cortadas o colocar protección en zonas sensibles, que pueden irritarse con el roce provocado por el movimiento continuo). Se comparte información sobre inscripciones, y se organiza el grupo para trasladarse hasta los lugares donde las mismas son llevadas a cabo.

Divididas categóricamente según distancias, las pruebas en corrida de calle pueden ir desde 5 kilómetros a ultra maratones que superan los 42 (distancia oficial de la maratón). Se pueden dividir entre corridas individuales o grupales, siendo las segundas un tipo de competencia que se realiza en equipos, en los cuales se divide la distancia entre el número de participantes.

Los terrenos también varían, de contextos urbanos a los llamados contextos naturales, por ejemplo aquellos realizados en trayectos entre mata o playas. Es frecuente la realización de campeonatos, que consiste en un calendario de corridas anual, que cada participante debe cumplir. A su vez, existen competencias, como la maratón de Boston, que tiene exigencias de tiempos alcanzados en corridas anteriores, para conseguir inscripción. Los costos económicos que implican las pruebas varían, considerando además que muchas veces implican traslados a otras ciudades o incluso otros países.

En esta sección proponemos primero reflexionar acerca del papel de las pruebas en la conformación de lxs corredorxs como sujetos, dialogando con ciertos aspectos de un aparato de rendimiento y placer característico del neoliberalismo, amarrado en prácticas y discursos que construyen una figura de hombre-empresa (DARDOT; LAVEL, 2013). Posteriormente analizamos la valoración de la utilidad en lo referente a la práctica como a la musculatura. La forma de pensar la práctica en términos de inversión y utilidad caracteriza este deporte cuando es tomado en serio, configurando una alteración total de la rutina para incrementar el resultado en términos de desempeño.

Finalmente, problematizamos el uso de tecnologías que van desde el consumo de analgésicos o uso de bandas adhesivas para calmar dolores musculares a la incorporación de suplementos nutricionales en la dieta. El consumo de vestimenta adaptada (sobre todo el calzado deportivo) así como el chip y otros dispositivos (relojes con sistema de GPS o aplicativos de celular) como formas de generación y digitalización de datos virtuales, componen una dimensión que consideraremos en la última parte de esta sección, reflexionando acerca de las implicaciones que la incorporación de estas tecnologías suponen en la percepción del propio cuerpo.

*Alcanzados por el "virus": hacia el sueño de la maratón.*

Las carreras tienen un papel central en la organización de la vida cotidiana de las personas que practican corrida en los grupos, disponiéndose en función de ellas entrenamientos, dietas, o incluso vacaciones familiares. La centralidad de los eventos competitivos para los entrenamientos se ilustra simbólicamente en el hecho de que era rutina del entrenador del primer grupo en el cual participé colocar junto a la mesa plegable con el bidón de agua y las sillas, una pizarra donde indicaba los próximos eventos, entrenamientos colectivos en el parque Dahma<sup>22</sup>, y todo tipo de pruebas, de corta o larga distancia. Por otro lado, Facebook y grupos de whats app resultan un medio de comunicación y difusión de estos eventos entre el grupo, así como un medio de organización para acudir a los mismos.

Algunos entrenadores toman como base para organizar los entrenamientos la preparación de pruebas que son realizadas colectivamente. De esta forma, Marcela, entrenadora de grupo de corridas, me contaba lo siguiente.

Vou te falar por nossa própria experiência como a gente trabalha. A partir desse calendário de corridas, ou de algumas corridas pontuadas na região, que eu sei que o grupo vai participar, a gente joga esse objetivo e planeja as aulas. Olha a gente vai treinar então para a corrida de 10 quilômetros. Então eu vou trabalhar... já sei que vai levar dois, três meses para acontecer, vou trabalhando no treinamento gradativo para chegar lá.

---

<sup>22</sup> Los eventos colectivos en el parque Dahma son organizados mensualmente. El parque se encuentra en una zona apartada de la ciudad, cuenta con un lago donde se puede nadar y amplios espacios con vegetación, siendo adecuado para practicar triatlón. Una vez por mes, se organiza un "treino aberto", en el cual participan varios grupos de deporte de São Carlos.

Como lo ilustra la cita, el calendario de pruebas organiza rutinas de entrenamiento y alimentación, siendo los eventos competitivos colocados como objetivos y metas motivacionales. Queremos primero proponer algunas consideraciones a respecto del significado de la prueba, para posteriormente reflexionar sobre el hecho de que sean las mismas personas quienes las auto coloquen, y lo que es más, que tomen gusto por ellas.

Siguiendo a Luc Boltansky y Ève Chiapello (2002), la noción de prueba resulta clave para comprender las justificaciones a partir de las cuales el capitalismo actual posibilita el proceso de acumulación que lo caracteriza. La prueba, argumentan, es siempre una prueba de fuerzas, acontecimiento en el transcurso del cual los seres se miden, mostrando de esta forma de lo que son capaces e incluso, de qué están hechos. Estas pruebas, competencias ofrecidas por el mercado que corredorxes compran como experiencias, forman parte de un conjunto de prácticas seductoras y excitantes, que ofrecen a la vez garantías de seguridad y argumentos morales (traducidas en oportunidades de superación personal y bienestar físico y psicológico), e incorporan un espíritu<sup>23</sup> indispensable para la continuación de la acumulación del capitalismo: la valoración positiva de la competencia consigo mismo. Siguiendo estos argumentos, el tipo de competencia que caracteriza las pruebas, genera nuevos tipos de compromisos que justifican lógicas de gestión empresarial. A respecto de este tipo de discurso gerencial, Dardot y Lavel (2013), proponen que no debe subestimarse su aspecto disciplinario, considerando que se trata de una nueva fase del proceso de racionalización burocrática, más sofisticada, "individualizada", "competitiva" en la cual el sujeto es ordenado a ajustarse internamente para esta imagen a partir del trabajo constante sobre sí mismo.

La competencia consigo mismo en corrida es incentivada en el mercado de consumo a través de la oferta de una gran variedad de productos y servicios. El primer tipo de servicios que quiero destacar aquí es aquel vinculado a las pruebas. Los eventos competitivos se organizan en la calle, y cerca del espacio de largada y meta (que suele ser el mismo, ya que el transcurso se organiza en circuitos) se montan tiendas con carteles promocionales de grupos de corrida, de Academias<sup>24</sup> o de Servicios de Asesorías

---

<sup>23</sup> Con el término espíritu el autor hace referencia a la obra weberiana *Ética protestante y espíritu del capitalismo*, en la cual son identificadas las bases de aquello que el autor clasifica como los principios del espíritu capitalista con el tipo de mentalidad producido por la ética protestante.

<sup>24</sup> Academias proponen la actividad de corrida entre su oferta de actividades.

deportivas<sup>25</sup>. Estas suelen contener comida, principalmente frutas y tortas dulces, para tomar desayunos colectivos antes o después de correr la prueba. A su vez, las competencias son espacios de promoción de tiendas de ropa deportiva, de venta de complementos nutricionales, o de empresas encargadas de la misma organización de los eventos deportivos.

El escenario es colorido, y la música animada y fuerte. A medida que las personas van llegando se agrupan en torno a las tiendas o se encuentran con conocidos. Comienzan a realizar los calentamientos corporales juntos, y en las conversaciones siempre aparecen relatos de otras pruebas, de lesiones, consejos referentes a alimentación de la noche anterior o sobre la vestimenta adecuada para correr. En estas instancias como en los entrenamientos, las pruebas mismas, pasadas y futuras, se consolidan como temáticas de conversación.

La instancia de la competencia se escenifica como una fiesta, tal como lo afirma una corredora (Mariana, 47 años, vendedora en una casa de electrodomésticos) cuando me relata su experiencia de participar en la São Silvestre del año 2014. La describe como un ambiente festivo por la cantidad de gente que está participando, como un lugar de alegría por estar con personas que comparten los mismos objetivos. Al terminar su descripción reflexiona brevemente y afirma "Ah então, corrida sempre é uma festa". Esa afirmación continuó grabada en mi cabeza. ¿Cómo es que un espacio competitivo, y que representaría en primer lugar una instancia de sacrificio se convierte en un escenario festivo?

Un conjunto de técnicas son promovidas por el mercado para hacer de la superación de metas un deseo personal. Así, alcanzar determinadas distancias, llegar a participar en tal o cual maratón es representado como "un sueño" entre corredores. En este sentido, en la tapa de la revista Runners<sup>26</sup> encontramos ilustrado en colores fuertes "42k. O sonho da maratona: um guia completo para você conquistar essa distância", con la promesa de un artículo con los detalles de la preparación necesaria para alcanzar este objetivo. Por otro lado, son publicadas planillas, con entrenamientos para obtener resultados deseados, como "Para correr e rápido os 21km: treinador de Belo Horizonte,

---

<sup>25</sup>Los servicios de asesoría deportiva son ofrecidos generalmente por Profesores de Educación Física o ex atletas que se dedican a asesorar personas que los procuran para realizar algún tipo de actividad física.

<sup>26</sup> Abril/2016, edição 89.

Helena Fortes Ribeiro montou três planilhas exclusivas para os leitores da CR quebrarem recordes pessoais e serem sub 1h30, sub 1h40 ou sub 1h50 neste ano"<sup>27</sup>. El artículo contiene tres planillas, cada una con una periodización de 12 semanas en la cual se describen los entrenamientos para cada día de las mismas, correspondiente a los objetivos de realizar la prueba en menos de una hora treinta, una hora cuarenta o una hora cincuenta minutos.

Siempre fusionados con discursos sobre los beneficios de la corrida para la salud, se organiza un gran mercado en relación a estos eventos competitivos. Las metas son representadas por las competencias, movilizadas discursivamente en revistas, libros, o blogs de internet como "objetivo de todo corredor". Se proponen diferentes ofertas turísticas con viajes a ciudades en las cuales se realizan competencias, como lo ilustra otro artículo de la revista *Runner's*<sup>28</sup>, titulado "férias sem crise: quatro destinos na América no Sul para curtir e correr". En relación a este "turismo corrida", diversas agencias de viaje promocionan y venden paquetes de viajes organizados en torno a media o maratones completas, así como a corridas más largas, como ultra-maratones. "Você gosta de maratonas e viagens? Quando quiser, onde quiser." En función de los mismos se organizan paquetes promocionales, sobre todo para grupos. La promoción de "experiencia única" se vende como resultado de combinar el "sueño" de correr una maratón con hacerlo fuera del país, deporte y viaje, o como menciona un entrevistado "placer útil".

Estos eventos, por otro lado, se encuentran presentes en las charlas de los entrenamientos de los dos grupos. Corriendo junto a Rodrigo, de 27 años, me contó que hacía tres meses estaba corriendo, que realmente le gustaba mucho y que no quería dejar. Me comentó sobre la evolución que había percibido en su rendimiento, que cuando comenzó no conseguía correr 500 metros seguidos y que en ese momento ya estaba corriendo 7 kilómetros. Marcelo, que corría a nuestro lado, le sugirió que marcara una corrida para incentivarse a entrenar más. Le dijo que era importante marcar carreras, porque así uno comienza a entrenar para eso, que es otra motivación, otro incentivo (conversación transcrita en mi diario de campo, referente al 17 de setiembre de 2015).

---

<sup>27</sup> *Contra Relógio*, março 2014, N° 246.

<sup>28</sup> *Abril/2016*, edição 89.

Los relatos expuestos ilustran una lógica presente en la práctica de corrida, la cual consiste en auto colocarse metas, para incentivar los entrenamientos, y renovar las mismas una vez alcanzadas. En este sentido, las competencias con uno mismo adquieren el valor de motivación. La capacidad de auto gestionar y renovar "desafíos" o metas para mantenerse motivados se constituye como un valor positivo entre quienes practican esta actividad. Se trata de estar siempre "queriendo mejorar", aumentar la velocidad o reducir distancias. El libro de Varella (2015), comienza relatando lo siguiente.

Melhorar tempos anteriores pode virar obsessão. Quando a ideia de correr a maratona vem à cabeça pela primeira vez, o sonho é conseguir concluí-la, não importa o tempo gasto no percurso. Afinal, são 42 quilômetros. Basta correr a primeira, entretanto, para perceber que o resultado final depende diretamente da fase de treinamento e que é possível melhorá-lo, com um pouco mais de dedicação. (VARELLA, 2015, p. 7)

El gusto por la superación de metas, de desafíos es destacada como una característica del proceso de adaptación a la corrida, del proceso mediante el cual "se toma gusto" por correr. En estos términos, la constante necesidad de superación de metas, se representa simbólicamente como la incorporación de un "virus". En otras palabras, esa obsesión es significada como un "vicio bueno". Cuando le pregunté a Marcela, entrenadora de un grupo de corrida, sobre el proceso que transitan quienes comienzan a correr, ella me cuenta lo siguiente:

M. Eu acho que muda bastante. Partindo do sedentarismo, ela acaba se viciando assim. A gente fala que é um vício bom, né? Depois que... a prova de 5 quilômetros a gente costuma dizer que é a porta de entrada para se viciar nas corridas. E é muito isso mesmo, as pessoas falam ah eu não gosto, não quero... então assim a pessoa já se identifica que não gosta, mas vai criando um certo apreço; ou pelo colega e fala ah então vou para te fazer companhia. E aí acaba, acaba indo, praticando.... sem se pressionar de mais, e aí é que a gente passa né? Passa no seu ritmo, não precisa acompanhar ao que corre mais rápido. Cada um com seu momento. E aí vai despertando prazer.

V. E quando você fala que vai virando vicio...

M. A gente costuma dizer que a pós corrida é uma sensação muito boa, então assim, a sensação de ter completado, principalmente numa prova. A sensação das pessoas, aquela energia da largada, tudo mundo aí eufórico. Aí durante o percurso um acompanha o outro, incentivando, não deixa parar. Eu acho que isso é o que mais motiva né?

En línea con lo expuesto, Oliveira (2010) propone que los/las corredores/as se perciben a partir de una distinción entre "corredores de verdad" consideradxs como aquellxs que llevan "en serio" la corrida, en la medida en que buscan un mejor desempeño en las pruebas, y quienes realizan la práctica sin estas motivaciones, generalmente iniciantes. Esta forma de definir el placer (como placer serio), se caracteriza por gratificación encontrada mediante la búsqueda de llegar a la recta final con igual o mejor resultado que en la prueba anterior (OLIVEIRA, 2010). El "virus" suele ser lo que justifica entre corredorxs el interés por tomar esta práctica en serio, o sea, el pasaje de la motivación inicial por adelgazar o de realizar actividad física por recomendación médica, a transformar esa actividad en una "carrera por más".

La corporalización arquetípica de esta condición es representada por Dean Kernazes, el ultramaratonista californiano que corre 50 maratones en 50 Estados diferentes en 50 días consecutivos. En el libro que dedica a narrar esa experiencia (KERNAZES, 2008), explica que como todo corredor, él siempre está buscando nuevos desafíos, y que es así como un día de paseo familiar se le ocurre este.

Una cosa por la que realmente vivo es desafiarme a completar pruebas épicas de resistencia que suenan totalmente imposibles. Siempre en busca de un nuevo desafío para embarcarme, mi imaginación de repente soñó con intentar correr una maratón en cada uno de los cincuenta Estados de Estados Unidos en sólo cincuenta días. Cada día sería igual, excepto que en un lugar diferente, con un nuevo paisaje y una nueva cultura local. Sería una prueba de resistencia para toda la familia, con paseos nocturnos de cientos de millas puntuados por mi trote. (Traducción propia, KARNAZES, 2008, p.18)<sup>29</sup>

Cuando consigue completar la maratón número 50, afirma que su primera reacción fue preguntarse, y ¿ahora qué sigue? En sus palabras (2008, p. 272) "Sí, todo había terminado. Sin embargo para mí, como para tantos corredores, realmente no existen líneas finales. La corrida termina, correr no. Mientras estaba allí rodeado de familiares y amigos, todos celebrando la conclusión de una extraordinaria publicidad, un solo pensamiento se

---

<sup>29</sup> One thing that I truly live for is challenging myself to complete epic tests of endurance that sound totally impossible. Always searching for a new challenge to embark upon, my imagination now suddenly dreamed up the quest of attempting to run a marathon in each of the fifty United States in only fifty days. Every day would be just like this one, except in a different place with a new landscape and a new local culture. It would be a test of endurance for the whole family, with all-night drives of hundreds of miles punctuated by my solo trots. (KERNAZES, 2008, p.18)

repetía en mi cabeza: ¿Ahora qué?" (Traducción propia, KARNAZES, 2008, p. 272).<sup>30</sup> Tras esa inquietud decide continuar corriendo, y en vez de tomar un vuelo de vuelta a su casa, de Nueva York a San Francisco, prefiere retornar corriendo<sup>31</sup>.

Esta forma de concebir la corporalidad en término de sus límites, implica representarlo como objeto, operacionalizable y modificable. Al decir de Fernandez Vaz (1999), el deporte y el fortalecimiento corporal parecen revivir la utopía de una vida eterna, en la medida en que parten de la creencia del progreso infinito, de la superación de metas o "desafíos" nuevos. Veamos en el contexto local cómo podemos identificar la producción de este deseo de superación.

As maratonas atraem indivíduos obstinados que encontram graça em criar desafios. É lógico que o preparo físico adquirido, os benefícios à saúde, a admiração que causa no imaginário alheio a capacidade de correr tanto, servem de estímulo, mas constituem motivações secundárias. Acima de tudo está o desejo de demonstrarmos a nós mesmos que temos força de vontade, disciplina e destemor para enfrentar o desânimo e as dores que surgirão no percurso até a linha de chegada, aprendizado que nos tornará mais resistentes às intempéries impostas pelo destino. (VARELLA, 2015, p.73)

La corporalidad en estos términos es representada como objeto de superación de los propios límites, o lo que es igual, como superación de sí mismo. El trayecto recorrido en la competencia es descrito por el autor como una metáfora de la vida cotidiana, para la cual el sujeto debe prepararse y volverse resistente. Este es responsable por su propio fortalecimiento, mediante la colocación de pruebas para evaluarse a sí mismo en términos de desempeño. En estos términos, el hombre es responsable por producir un ego de alto desempeño, tomándose su destino como responsabilidad individual. La capacidad de auto colocarse metas y superarlas es un capital valorado en el contexto de competencia, representando la responsabilidad de obtención de ese capital una de las características más nevosas del tipo de configuración subjetiva del sujeto neoliberal (DARDOY; LAVEL, 2013).

---

<sup>30</sup> "Yes, it was over. But for me, as for so many runners, there really are no finish lines. Runs end; running doesn't. As I stood there surrounded by family and friends, all celebrating the completion of an extraordinary undertaking, a single thought kept repeating in my head: What now?" (KARNAZES, 2008, p. 272).

<sup>31</sup> Si bien no llega hasta el final, porque afirma querer pasar más tiempo con su familia, alcanza a correr 1.280 millas hasta San Luis, donde decide tomar un avión a San Francisco.

*Invirtiendo tiempo en músculos útiles.*

El tiempo destinado a los entrenamientos y a las pruebas, suele ser percibido en términos de "inversión", ya sea en calidad de vida, en prevención de enfermedades o con propósitos estéticos. Tal como relata Ana (29 años, estudiante de doctorado) en un entrenamiento juntas, "para mi entrenar no es perder el tiempo, es una inversión para sentirme bien" (Diario de campo, 26 de mayo de 2016).

Los momentos de recreación son espacios de organización de la subjetividad, tomando una lógica similar a la auto colocación de pruebas promovidas por el mercado, la noción de inversión, el placer encontrado en la superación de metas, son referencias discursivas también encontradas en el nuevo paradigma de *Management* empresarial, por lo cual entendemos una disciplina específica que se encarga de la producción de saberes orientados a la gestión y organización del proceso productivo, así como la instrumentalización de cadenas de mando y ejecución según parámetros específicos de eficiencia (LANDA; MARENGO, 2010) .

La construcción de narrativas en relación a la realización de esta práctica deportiva (la corrida), organiza los placeres en línea con su utilidad, siendo la corrida considerada una práctica "Útil como agradable" (Fragmento de entrevista a Bruno). Por otro lado, la noción de utilidad aparece vinculada a una cuestión estética. Corriendo con el primer grupo, en torno a la mesa plegable se desarrolla una conversación a respecto del entrenamiento en Gimnasios (en Brasil llamados como Academias), y el desarrollo de musculatura. La charla se realiza entre Marcelo, de 50 años, Ana, de 33, y el entrenador. El entrenador afirma que el desarrollo muscular no necesariamente proporciona más fuerza, que de hecho depende de cada organismo. Afirma que él mismo por ejemplo entrenaba mucho y sin embargo su musculatura no se marcaba. Elder afirma que en las Academias solían estar "inflados", y que los músculos así no servían para nada. Pregunté a qué se refería con el tema de servir, y me contestó que hacía unos días había estado entrenando en la academia, y que le había sorprendido ver a un hombre realizando un ejercicio de brazos en un aparato. Describió que actuaba como si estuviese realizando un esfuerzo muy grande, debido a la transformación de su rostro cada vez que realizaba el ejercicio. Describió al hombre como "musculoso", y se sorprendió al realizar él mismo ejercicio, con el mismo peso y notar que no requería de tanto esfuerzo. Su conclusión, como me afirmó, era que tenía muchos músculos "inflados" pero que no le servían para nada, ya que no conseguía levantar con facilidad ese peso.

En corrida la masa muscular puede pesar en contra, como me afirma por otro lado, Leonardo, profesor de educación física, entrenador que a su vez compite.

L. Não esperava o pódio. Daquele dia para frente minha vida mudou, agora eu quero pegar pódio sempre, é o que eu quero. Mudei minha rotina de treino, mudei dieta, dei uma secada no corpo, foquei, troquei bicicleta, comecei pesquisar mais sobre tênis, e daí desde então a corrida influenciou bastante, tanto que este ano completei minha primeira maratona. Uma maratona de subida, 42 km numa cerra.

V. Quando fala das mudanças, da alimentação, do corpo... gostaria falasse um pouca mais disso.

L. Assim, corredor... querendo ou não quanto mais pesado você é mais peso você vai carregar, mais lento você vai ficar, teoricamente. Por isso você vê que geralmente corredor forte é corredor de 100mts, 200mts. Corredor já de 5km, 10km, está num perfil mais magrinho, os quenianos são todos magros, secos. Quanto mais leve melhor. E daí comecei perceber que se eu continuasse com aquele corpo que eu tinha, es estava lento, eu ia ter que fazer mais força, tinha que desgastar mais. Daí eu procurei uma nutricionista eu remanejei minha dieta, porque antes eu comia muita proteína e carbo-hidrato para ganhar massa muscular eu fui meio que trocando por outros alimentos que davam energia mas que ao mesmo tempo conseguia perder um pouco de peso.

Podemos identificar una distinción entre el cuerpo que se adapta para la musculación y el cuerpo de corrida. En este mismo sentido, Ana, corredora del primer grupo, me comentaba que hacía años entrenaba en Academia, y que le gustaba mucho delinear las marcas de su cuerpo, percibir que sus músculos se iban marcando ya que encontraba “lindo” ver un cuerpo con musculatura acentuada. Sin embargo, me contó que desde que había comenzado a correr le había gustado mucho, y que ahora se encontraba en un dilema, ya que debía escoger entre el desarrollo muscular o practicar corrida. Le pregunté por qué debía realizar esa elección, y me dijo que al correr más distancia perdía masa muscular, para lo cual había estado trabajando durante mucho tiempo. Me contó que había quedado sexta en su categoría en una prueba, lo cual no imaginaba, y desde ese momento sus objetivos habían cambiado.

Los músculos son significados y parecerían considerarse bonitos en cuanto son útiles para mejorar el rendimiento, es decir, en función de su utilidad para superar las metas colocadas. En línea con esto, Landa (2011) afirma que la racionalidad que regula los entrenamientos y las prácticas corporales y comerciales se encuentran en armonía con un tipo de estética que clasifica como de funcionalidad. El fitbody, afirma, se constituye como un signo de valoración y medición de los sujetos a partir de una operación

clasificatoria que al mismo tiempo que incluye a quienes quieren y pueden participar de esas prácticas, excluye a quienes son renuentes e imposibilitados de hacerlo, de adaptar sus formas corporales o estilos de vida a los padrones normativos inducidos por el orden simbólico del Fitness y de la salud.

Delgadez, resistencia, flexibilidad y ligereza son características asociadas al cuerpo idealmente construido y promovido performativamente por el comercio en el “mundo de la corrida”<sup>32</sup>. Podemos identificar esos valores, con aquellos promovidos en lo que Foucault (2007) califica como proceso de empresarialización de la vida cotidiana, refiriéndose al pasaje de un tipo de análisis económico que basaba sus propuestas en estudios del proceso de producción, al análisis de la actividad misma, de su racionalidad interna, de la programación estratégica de la actividad de los individuos. Desde esta perspectiva, el trabajador se transforma en sujeto económico activo, poseedor de un capital, de una aptitud o idoneidad, así como de un ingreso, de un flujo de salarios.

A diferencia del tipo de poder disciplinario que caracteriza el sistema de producción fabril, el auto disciplinamiento se instala como una forma de pensar la sociedad y de percibir al sujeto, quien pasa a ser pensado en términos de capital-idoneidad. En otras palabras, es representado como empresario de sí mismo, lo cual podemos reconocer en la construcción del o de la corredor/a, una vez que su energía corporal es percibida como un recurso que debe administrarse para obtener los mejores resultados. Veamos en la siguiente cita un ejemplo de cómo opera esta lógica:

Maratonas são provas para bons planejadores, capazes de a todo instante calcular a energia gasta e avaliar a que ainda resta para chegar ao final. É uma prova democrática que exige de todos a mesma sabedoria. Do primeiro ao último colocado, cada qual testará o limite de suas forças. Um pequeno erro no cálculo da velocidade dos quilômetros iniciais pode levar à marca de um tempo medíocre ou à exaustão paralisante, na metade do caminho. (VARELLA, 2015, p.73)

En esta misma línea, podemos afirmar que el sujeto es representado como la unidad indispensable del modelo empresarial, como una empresa, contenedora de una serie de recursos escasos que deben organizarse para llegar a una meta, y así a la siguiente. La administración de la motivación se conjuga con la administración de la velocidad, del

---

<sup>32</sup> Por “mundo de la corrida” me refiero al espacio conformado por las interacciones entre corredorxs, así como por todo el conjunto de artículos y servicios ofrecidos por el comercio.

esfuerzo, de la emoción para llegar a la meta. En este sentido, el sujeto-cuerpo es entendido como capital, como su propia fuente de satisfacción, su propia fuente de placer.

Esta construcción del hombre en torno a la figura de la empresa es lo que caracteriza según Dardot y Lave (2013) al modelo neoliberal. Este "neo-sujeto" de deseo, que sueña con pruebas y desafíos para superar, es el verdadero aparato de una conducta de gobierno, siendo amarrado a un conjunto de prácticas institucionales y discursos, de consumo así como de salud, en la consolidación de sensaciones, incentivos y compromisos que generan nuevos tipos de funcionamiento psíquico tendentes a extraer de sí mismos el máximo desempeño posible no sólo en el trabajo, sino también en lo que constituye espacios de ocio.

Discursos e instituciones del ámbito laboral y de ocio se fusionan, amarrando así a un sujeto entre esas dos esferas límites se encuentran cada vez más difusos. El éxito laboral y éxito en la corrida se encuentran fusionados y percibidos como mutuamente dependientes. En la revista *Runner's* publicada en abril del 2016 podemos ver un ejemplo de la forma como estos discursos fusionan ambiciones empresariales con ambiciones deportivas. Con el título "Vivendo no limite: qual o segredo para encarar uma rotina pesada no trabalho e nos treinos de corrida sem pifar?" se presenta un artículo sobre las formas de lidiar con la rutina empresarial y deportiva de alto rendimiento. Como se ilustra en la imagen que antecede el artículo, el hombre fuerte y musculoso aparece dividido por una línea que simétricamente separa la rutina del hombre exitoso y sonriente tanto en su ámbito laboral como deportivo, enmarcado por un círculo que representa la dimensión del tiempo cronometrado y sistematizado.<sup>33</sup>

---

<sup>33</sup> Si nos adentramos un poco más en la interpretación, podemos hacer un paralelismo entre la representación de este cuerpo y el Hombre Vitruviano de Leonardo Da Vinci en el interior de un círculo y un cuadrado, expresando un hombre con las proporciones perfectas en el espacio de figuras geométricas perfectas (Gaya, 2005)



La imagen representa al hombre contemporáneo, en forma de paralelo entre el mundo de negocios y su actividad como corredor; y resulta interesante la aclaración durante el artículo de no tratarse de atletas profesionales (no reciben recompensa monetaria por eso) a pesar de comportarse como si lo fueran.

Três mil, centro e cinquenta reais. Esse é o gasto anual aproximado de muitos executivos para conciliar uma rotina de atleta com uma carreira de sucesso. Eles não vivem do esporte, mas treinam como se vivessem. Querem resultados. Na corrida e nos negócios. A agenda é lotada, há cobrança é constante por performance e as metas na corrida exigem disciplina de atleta de elite. (Runner's, abril 2016)

En relación con esta forma de representación del cuerpo en tanto empresa, se encuentra el desarrollo de una práctica que dialoga con la corrida, el *fitness*. Trabajando sobre la articulación entre el proceso de consolidación de esta práctica y el crecimiento de la cultura del Management empresarial en Argentina, Landa (2011) argumenta la hipótesis de que la diseminación de la cultura del Fitness por el espacio social se encuentra íntimamente vinculado a la implementación de técnicas de Management y en la oferta de una forma corporal que es funcional a los estilos de vida de las urbes contemporáneas. Define el fitness en términos de dispositivo, como aquel artefacto de auto gestión corporal cuya función es inscribir a los sujetos en regímenes de auto-gobierno y subjetivación, constituyendo así un dispositivo corporal, simbólico y por tanto, generador de subjetividad. Afirma que la característica distintiva del cuerpo del fitness es la ética de su producción y transformación, lo cual significa que el sujeto que consume el fitbody debe

participar activamente en el proceso de su modificación y mantenimiento del propio cuerpo. En palabras de la autora, (2011, p. 91), "Un cuerpo ágil, flexible, energético, responde eficientemente a las demandas laborales y sociales actuales. Responden a un cuerpo útil".

El cuerpo del *fitness* concluye Landa, emerge como el modelo de corporalidad que condensa la axiología empresarial contemporánea, promulgado a través de una dimensión estética ilustrada en imágenes de cuerpos en las revistas, y otra dimensión que llama sanitario-terapéutica configurada en la articulación de saberes que legitiman los procesos de producción, transformación y mantenimiento del cuerpo del *fitness* (como la medicina deportiva, las ciencias del entrenamiento, entre otras) y una idea de sujeto y de mundo que es inmanente a las primeras.

Modelar un cuerpo se percibe como gesta personal que, al producirse, recrea una subjetividad flexible a las exigencias del medio. El sujeto es convocado a tomar la propia vida como una empresa y disciplinarse para no sucumbir a los múltiples embates de una sociedad en permanente transformación y con tendencias poco saludables. En las constelaciones laborales descritas, el fitbody emerge como aquel capital corporal que mejor se adapta y responde a las investidas del nuevo capitalismo (LANDA, 2011, p. 178)

Así como en el mundo del *fitness*, en la corrida los criterios de utilidad y la auto gestión motivacional son valores sumamente apreciados en la construcción de este sujeto idealmente corporalizado. Estos valores forman parte de una forma de pensamiento basado en el estímulo de actuar para fortalecerse a sí mismo, con el fin de sobrevivir a la competencia. La formulación de esta racionalidad (DARDOT; LAVEL, 2013) que ya hemos descrito como empresarial y que afirmamos caracteriza la construcción de un tipo de subjetividad neoliberal, forma parte de una ética que moldea al individuo para hacer de este un "micro cosmos" en perfecta armonía con el universo de la empresa y de un mercado global. Los criterios de eficiencia que se aplican a la empresa en su conjunto, son producidos y reproducidos por los sujetos que corren seriamente, poniendo a trabajar así todo un aparato subjetivo para mejorar el desempeño.

Las pruebas, viajes con maratones, servicios de asesoramientos, entre otras ofertas, circulan seduciendo de diferentes formas como posibilidades de comprar experiencias. La persona que compra "elige" comprar la experiencia de participar, podemos decir entonces, que es seducido a comprar un servicio para poner a prueba su desempeño, su rendimiento. Mediante estas manifestaciones del mercado, áreas de la vida

individual se convierten en recursos de la empresa, proporcionando oportunidades para que el individuo mejore su desempeño personal. De esta forma, las subjetividades son convocadas, mediante diversos procesos de seducción, a adoptar un modelo de gestión más allá de su mundo laboral directo, tomándose a sí mismo, a su rendimiento personal así como su bienestar y felicidad, como objeto de su propia responsabilidad.

Estos mecanismos de seducción pulverizan la presión de auto disciplina, mediante un proceso general que tiende a regular el consumo, que tiende a organizar la información y la educación, así como también las costumbres y rutinas de la vida cotidiana. Así, la oferta de fórmulas "diversión-útil" característica de los productos y servicios de experiencias deportivas, como las maratones en diferentes ciudades del mundo, se corresponde con un proceso de disminución de los marcos rígidos y coercitivos de disciplina, funcionando a partir de la presentación de un abanico de ofertas de experiencias dirigidas a la persona individual, a su propio bienestar, a su interés. De esta forma, el mercado contribuye a consolidar subjetividades mediante procesos de seducción, más que de coerción. (LIPOVETSKY, 1986)

Este máximo de elecciones privadas, continúa Lipovetsky, se relaciona con nuevos modos de gestionar los comportamientos, que sustituyen las viejas formas de coacciones por la promoción de un conjunto de valores vinculados al libre despliegue de la personalidad íntima, a la legitimación del placer, al reconocimiento de peticiones singulares, y la articulación de las instituciones en base a las aspiraciones de los individuos. En este nuevo paradigma, la realización personal aparece como valor fundamental, de la mano con la reivindicación del respeto a la singularidad subjetiva, a la libertad individual y al derecho a "ser uno mismo". (LIPOVETSKY, 1986).

Para attingir las necesidades de cuerpos saludables, delgados y activos, las personas se someten a regímenes cotidianos de entrenamiento y dieta, y encuentran en el mercado de consumo una variedad de ofertas adaptadas a ese modelo, como consejos para alimentación "seja seu proprio nutricionista"<sup>34</sup>, propuestas como respuesta para attingir la individualidad de cada corredor/a "corra melhor/ganhe saúde: basta encontrar seu peso ideal, veja como"<sup>35</sup>. Estas ofertas, al tiempo que se adaptan a discursivamente a los nuevos modelos de auto gestión, son performativas, en la medida en que producen y reproducen

---

<sup>34</sup> Contra Relógio. Marzo 2014. N° 246.

<sup>35</sup> Runner's. Abril 2016. N° 89.

esa misma realidad que están ofreciendo materializada en fotografías de cuerpos delgados y con musculatura tonificada, que sonríen mientras corren.

Como vertiente de este proceso de incremento de la seducción, la autogestión se constituye como un proceso mediante el cual se tiende a suprimir las relaciones burocráticas del poder, y en hacer de cada uno un sujeto político autónomo (LIPOVETSKY, 1986). En este sentido, podemos identificar en la práctica de corridas cómo el abanico de ofertas de experiencias, van de la mano con la noción de que es el sujeto que debe colocarse las metas, responsable de vivir esas experiencias y de tomarlas en serio.

#### *Tecnología inteligente para corredorxs potenciadx.*

Entre las ofertas que el mercado de la corrida ofrece para que cada corredor/a mejore su desempeño, aparecen un conjunto de tecnologías que son incorporadas a los cuerpos. Estas van desde complementos nutricionales o píldoras y bandas adhesivas que tienen efectos analgésicos; tecnologías aplicadas a camisetas que administran en forma "inteligente" el sudor, proporcionando sensación de frescura en partes más afectadas por este; calzado ero-dinámico adaptado la particularidad de cada pie, o diversos dispositivos digitales para el registro de recorridos y tiempos individuales.

Por un lado, vinculado a la resistencia del dolor, se ponen en juego un conjunto de analgésicos así como rutinas de fisioterapia cuando el dolor es provocado por una lesión. El uso de analgésicos es constante, sea en formato de píldora o de bandas adhesivas para dolores musculares. Estas son de diferentes colores según la utilidad que se les va a dar, siendo color piel para todo tipo de lesiones, negro y rojo para lesiones musculares y azul indicativo de aplicación para problemas circulares.

Es común que estas bandas se usen antes de realizar alguna competencia, tal como se ilustra en un relato de Renzo (30 años, especialista en marketing) que describí en mi diario de campo (3 de marzo de 2106), en el cual me cuenta su experiencia previa a la corrida de São Silvestre del 2014. Como había comentado a mucha gente que iba a correr esa carrera, no quería desistir a pesar del dolor que sentía en las piernas, por lo que varias noches anteriores al evento y la misma noche anterior, colocó y mantuvo bandas cubriendo diversas partes de sus piernas, además de tomar varios Dorflex (analgésicos)

para relajar los músculos y calmar el dolor. Habló de las bandas, y afirmó que eran muy buenas, que las vendían en las farmacias y que él solía usar siempre antes de competir, ya que no sólo calma dolores sino que sirven para una relajación muscular en general.

Las píldoras también aparecen presentes como formas de complementos nutricionales, que son frecuentes en corredores y corredoras que toman en serio la práctica. Sin embargo existen algunos discursos encontrados en relación al consumo de estas sustancias. El tema del doping se encuentra presente incluso entre corredores y corredoras que no son profesionales, siendo cargada esta práctica con un conjunto de valoraciones morales. Cuando comencé a entrenar con el segundo grupo, durante los primeros entrenamientos, el entrenador me contó de varias personas jóvenes que hoy en día entrenaban a otras personas o estaban a cargo de grupos, a los cuales les había dado positivo el test de doping. En una de esas conversas, dos integrantes más del grupo estaban presentes, y comentaron que el problema de estar tan exigido de rendimiento era que a veces quienes competían profesionalmente consumían sustancias para ganar, pero que no era bueno, que uno debía dar lo mejor de sí en los entrenamientos y la alimentación. Mientras se legitima positivamente el consumo de refuerzos energéticos en lo posible de origen "natural", sin alteraciones químicas, otro tipo de sustancias que son consumidas para mejorar la performance son apreciadas en forma negativa, asociado a la búsqueda "fácil" o "más corta" de resultados.

Un artículo de la *Contra Relógio* alerta sobre el aumento del consumo de sustancias ilegales entre corredores amateurs, práctica que anteriormente era un problema sólo entre corredores profesionales. Cuando se le pregunta a Juliana Soeiro (nutricionista) al respecto afirma lo siguiente:

Tem muito suplemento sendo usado por aí. [...] Para quem procura saúde e bons resultados nos diversos esportes, recomento que treine corretamente, se alimente bem e descanse. Inclua na alimentação a suplementação bem feita e orientada por um profissional capacitado [...] Mas por que muitos amadores procuram o caminho mais curto? Acho que querem resultado rápido, melhora na performance do dia para noite, mesmo que tenham que colocar a saúde em risco. Acredito também que as pessoas que estão tomando esses suplementos sabem exatamente os riscos que correm, mas por pura vaidade, arriscam a própria saúde (*Contra Relógio*, julho 2012, p. 58)

Otra forma como la tecnología está presente en los eventos competitivos (tiendas de ventas y promoción), en los entrenamientos o revistas de corredorxs, es a través de la

venta de vestimentas y calzados especializadas. En la sección productos de la revista Runner's, así como en su sitio web, podemos ver como es utilizado el lenguaje de la tecnología "Tecnología Wind-proof (corta viento) para vender una chaqueta con zonas estratégicas resistentes al agua y que permite la entrada de aire (499,90 R\$); "tecnología de compressão" referente a unas medias que ejercen presión gradual activando así la circulación que puede auxiliar una recuperación muscular (99R\$); "tecnología coolswitch" en camisetas que brindan la misma sensación de frescura que los caramelos de menta en determinadas zonas del cuerpo, una vez que entran en contacto con el sudor (149,90 R\$); "tecnología Hydrology e Seamless" referente a camisetas construidas sin costuras (129,90 R\$). Estos son solo algunos ejemplos ilustrativos, sin embargo tanto en las revistas como en las conversaciones de los entrenamientos el tema de la vestimenta y cuál resulta más adecuada para correr es frecuente.

El calzado deportivo toma gran relevancia en la corrida, siendo un elemento constante de conversaciones e intercambios en los grupos. Cuando comencé a correr con el segundo grupo, el entrenador me envió un aviso de promoción de calzado por whats app debido a que los míos se encontraban "viejos", según me dijo, y "con mucho uso". El entrenador afirmaba que debía cambiarlos debido a que ya no estaban amortiguando como debían, por lo cual podría provocar lesiones. Al pasar el tiempo y yo no cambiarlos, la insistencia al respecto comenzó a ser mayor, hasta que finalmente él mismo consiguió un calzado usado para mí.

María (28 años, estudiante de doctorado) por otro lado, comentó en uno de los entrenamientos que era viciada en comprar tênis, que siempre estaba comprando y que le gustaba tener de diferentes colores y para diferentes tipos de terreno. Comentó por ejemplo que usaba un tipo de calzado para correr en el Cerrado, otro para los entrenamientos de tiro en la pista, y otro específico para las competencias.

Los tênis son un producto que toma importancia en las revistas, siendo que las diferentes empresas deportivas ponen en circulación un conjunto de discursos que legitiman la necesidad de atinjar una diversidad de calzados diferentes. En este sentido, la revista Runner's de abril de este año publicó el siguiente artículo: Guia do tênis: 26 lançamentos passaram por criteriosos testes de laboratorio e foram "castigados" por centenas de corredores. Tudo para você escolher seu par perfeito!" el artículo de once páginas clasificando grupos de corredores según tipo físico, (medida del índice de masa corporal calculado a partir del peso y de la altura), histórico en la corrida (estimado a

partir del volumen medio semanal realizado el último año) y el histórico de lesiones, (considerando a partir de la tendencia a presentar problemas en las articulaciones, huesos o tejido). Según esas variables, uno encuentra un grupo al cual adherirse, y en función de esto ubica el tipo de calzado más acorde para su "biótipo, pisada e treino preferido". Se proporciona una tabla que ubica los ténis según nivel de amortiguación, soporte y estabilidad. En las páginas siguientes son presentados una diversidad de tenis con sus correspondientes precios, expondremos aquí solo algunos ejemplos: New Balance Fresh Zante V2, pisada neutra (599,90 R\$); Asics Gel-Kayano 22, pisada pronada (649,90 R\$), Skechers 60run Ultra Road, pisada neutra (530 R\$).

Trazar una frontera clara entre cuerpo y tecnología resulta así una tarea difícil, abriendo a reflexiones sobre lo que podemos llamar como aspecto *ciborg* del corredor o la corredora. Conforme Haraway (1991), el mundo de las redes es un mundo en el cual somos en parte humanos y en parte máquinas, encontrándose estas incorporadas en nosotros mismos. Ser ciborg en estos términos significa ir al gimnasio, observar y consumir alimentos energéticos, incorporar una dieta, vestimentas y equipos, practicar un conjunto de técnicas de entrenamientos, así como visualizar y controlar el tiempo y la distancia. El organismo en el contexto de una cultura que la autora caracteriza como de informática y tecnológica, deja de existir como objeto de conocimiento, cediendo lugar a una traducción en términos de codificación y lectura de códigos.

La incorporación de estas tecnologías para aumentar las capacidades corporales, implican un deseo de potenciación, mediante la adquisición de posibilidades funcionales y/o performáticas, decurrentes de la acción modificadora y transgresora de la tecnología aplicada al cuerpo (DE SOUZA NEVES, 2006). Con esta finalidad podemos ver en la corrida una presencia importante de aparatos que son utilizados sea en la organización de los entrenamientos o para el registro y sistematización de los desempeños. Entre ellos, uno de los primeros cuya fuerte presencia llama la atención de cualquier observador que se introduce en el mundo de la corrida es el reloj de pulsera.

Voy a describir una escena que ilustra a mi criterio la importancia de esta tecnología, correspondiente a un entrenamiento frente al Swiss Park. Aquí llegan juntas dos mujeres participantes del grupo, madre e hija, la primera de 56 años y la segunda de 17. Luego de fijarse en sus respectivos celulares el entrenamiento correspondiente a ese día para cada una, el entrenador dijo a Carolina (la más joven) que debía marcar su tiempo, pero ella respondió que no tenía reloj para hacerlo. El entrenador se volvió hacia la madre

y comentó en tono de broma, "madre, está siendo momento de comprar un reloj". En este mismo tono la madre respondió que sí, que efectivamente era momento de comprar una reloj para ella. En cuanto eso acontecía, yo esperaba mis indicaciones ya que no llevaba ese día conmigo mi celular. Luego de revisar en su propio teléfono mi rutina para ese día, me indicó que realizara un calentamiento de diez minutos y también sugirió que comenzara a llevar un reloj, o que descargara algún aplicativo que midiera el tiempo.

En las revistas especializadas, los relojes son ofrecidos también con relativa frecuencia, promovidos a partir de textos como el siguiente:

Relógio com GPS e marcador de frequência cardíaca. Você evolui a cada treino. A linha Forerunner também. Por isso desenvolvemos uma tecnologia inteligente, projetada para corredores. Avisos de áudio ajudam você a manter o ritmo ao emparelhar com um smartphone compatível. Outros recursos interligados incluem notificações, aplicativos Connect IQ e carregamentos automáticos para Gamin Connect. Com sensores integrados, o Forerunner 235 mede a frequência cardíaca no pulso. (Runner's, abril 2016)

Los relojes de pulsera vendidos para corredorxs suelen contar con GPS, como lo ilustra la cita. Ambas formas de registro, de velocidad y distancia son las principales formas de medida de desempeño, y suelen encontrarse presentes también en aplicativos para celulares. Para ilustrar lo expuesto voy a presentar un fragmento de mis anotaciones en el diario de campo, correspondiente al 21 de setiembre de 2015, unos diez días posteriores a mi inicio en campo con el primer grupo. Llegué al entrenamiento en la entrada de Swiss Park, luego de saludar al entrenador, este me comentó que ya me había adicionado al programa de entrenamiento, por lo que mis rutinas ya estaban *on line*. Me dijo que comenzaría a partir de ese momento a recibir todas las semanas por celular (si descargaba el programa mediante un aplicativo) los entrenamientos correspondientes a martes y jueves, así como también para los fines de semana y eventos de corrida en los cuales fuera a participar el grupo.

El programa se llama TrainingPeaks, y se trata de un sitio *on line* al cual el entrenador ingresa a los nuevos integrantes del grupo una vez que estos inician. Como me contó cuando lo conocí, todos los sábados destina varias horas a digitar los entrenamientos de cada integrante en esta plataforma, dependiendo de su nivel de desempeño. El programa no solo indica las rutinas que deben realizarse, sino también genera una forma de visualizar el desempeño general una vez que agregamos el nivel de

entrenamiento que alcanzamos a realizar por día de los programados, distinguiendo entre colores verde (para la totalidad del entrenamiento), amarillo (cuando se realizó el entrenamiento asignado para ese día pero no en su totalidad) o rojo (indicando los casos en que no se entrenó como estaba programado).

Si bien en el segundo grupo los entrenamientos no eran organizados a partir de ninguna plataforma digital, el uso de reloj con GPS era una constante, siendo importante sobre todo para cronometrar el tiempo de tiro. A su vez, el mismo entrenador se encargaba de comprar los relojes para quienes pedían, por los que era frecuente que llegara a los entrenamientos con la novedad de un reloj nuevo.

Una incorporación tecnológica importante y que implicó un cambio en la forma de registro es el chip individual, que constituye hoy en día una constante en las competencias. Esto generó un cambio en la forma de evaluación de los desempeños, pasando de un registro según orden de llegada, a una identificación única por tiempo asociada a el/la corredor/a. Así, cada participante, colocando un chip en el calzado o la pantorrilla, puede obtener información del tiempo que le toma realizar el recorrido, sin verse afectado por la demora que la cantidad de gente en el inicio pueda ocasionar.

En diversos puntos del trayecto, (largada, llegada y puntos intermedios), son colocadas pequeñas alfombras en el suelo. Cuando cada participante pasa con su chip por encima de las mismas, se registra la distancia y el minuto en el cual ha pasado, permitiendo tener información no solo del tiempo global, sino también conocimiento de la velocidad en cada parte del recorrido. Este chip es otorgado por la organización, junto con un kit que suele contener una remera del evento, así como otros accesorios dependiendo de cada evento. Sin embargo, algunxs corredorxs optan por comprar su chip personal, y utilizarlo en todas las competencias para obtener información y llevar su propio registro.

Así, aplicativos de celulares, relojes con GPS que marcan tiempo, distancias y velocidades son aparatos frecuentes en las performances de practicantes de corridas. Mientras realizaba mi rutina asignada para el día, Marco de 43 años, se colocó a mi lado. Observé que de su celular, amarrado al brazo derecho, una voz indicaba cosas en inglés. Le pregunté al respecto, y me comentó que tenía un aplicativo que iba indicando en *voz en off* el tiempo que tenía para descansar entre trayecto y trayecto realizado. También que le indicaba la velocidad (en kilómetros por hora), si estaba bien en relación a la media o

si, por lo contrario, debía acelerar o desacelerar la velocidad (Diario de campo, 13 de octubre de 2015)

Como lo ilustra un artículo de la revista *Contra Relógio* de marzo de 2014, la tecnología ha cambiado en lo referente a la corrida, siendo que ya se encontraba presente en la variedad de calzados o vestimentas, se suma también un conjunto de dispositivos vendidos por las mismas empresas de venta de ropa deportiva, para generar datos y estandarizar los niveles de desempeño. El artículo titulado "No braço ou no pulso, a serviço do corredor", comienza con la siguiente afirmación (*Contra Relógio*, marzo 2014, p. 38):

A tecnologia está cada vez mais presente em nosso convívio e dela temos condições de tirar muitas vantagens para as tarefas do nosso cotidiano. Smartphones ou relógios com GPS são dispositivos acessíveis hoje para um corredor, seja ele mesmo amador ou profissional. Podemos com estes aparelhos obter uma infinidade de dados, como distância percorrida, calorias gastas, ritmo médio, batimentos cardíacos, alimentaria e outras tantas informações. Mas para que tantos números se não soubermos aliar essa tecnologia com a nossa corrida ou treino?

Atualmente, é comum vermos corredores utilizando um smartphone no braço ou um relógio mais sofisticado no pulso. Existem diversos aplicativos sem custo que podem ser instalados no smartphone, como Runkeeper, Nike+ e Runtastic. Todos eles coletam as informações da corrida com o auxílio do GPS do aparelho e, após finalizar a atividade e salvar, estes dados são disponibilizados numa plataforma do software na internet, onde é possível consultar, verificar, comparar e analisar os resultados das corridas, incluindo o trajeto e a elevação.

Por otro lado, cuando le preguntaba a una entrenadora sobre los aplicativos utilizados con esta finalidad, me comenta lo siguiente:

Sim, e... a tecnologia está Aí, ne? Não dá para negar. Hoje eles querem saber quantos quilômetros eles correram e está muito mais fácil, qualquer aplicativo tem. O SESC desenvolveu um aplicativo movemi, um aplicativo gratuito para iniciante, para quem quer começar. E ele é falado o tempo todo, então a pessoa coloca seu fininho e aí tem uma vos "olá, você vai iniciar seu treino agora, vamos fazer 5 minutos de caminhada, agora inicie um minuto e meio de corrida levíssimo, agora um minuto de corrida moderado" e aí vai... ele vai o tempo todo te dando o estímulo. Mas ele só não tem o GPS, não conta distancia mas conta o tempo. Alguns aplicativos já vão te dando distância. Tem relógios com GPS também. Eu acho é uma característica muito forte agora ne? As pessoas querem saber detalhes, qual é a sua velocidade, qual é a distância que estão percorrendo... (Marcela, entrenadora)

Con efecto, aplicativos de celulares, relojes con GPS, softwares para guardar y sistematizar los resultados se encuentran presentes en las diversas instancias que involucran la corrida. Considero interesante pensar a respecto de las consecuencias que esto tiene en términos de configuraciones subjetivas, es decir, cómo es pensado el sujeto que las incorpora. La forma de pensarse, de percibirse se concibe en términos de conteo del ritmo, y se adquiere en aquellos con más experiencia, la habilidad de calcular la velocidad por hora sin contar con el reloj. Este hecho quedó ilustrado en una corrida de domingo por el Cerrado con Carlos (56 años, preparador de laboratorio en la UFSCar), quien comentó al iniciar que había olvidado su reloj. En tono de broma le dije que mejor así, para que no se sintiese presionado por el factor del tiempo. Comenzamos a correr y a los pocos kilómetros me informó que ya estábamos en ocho con veinte. No entendí a qué se refería, y me explicó que esa era la velocidad por hora a la que estábamos corriendo en ese momento, 8,20 km por hora, y que era la adecuada para la cantidad de kilómetros que ya habíamos recorrido. Le pregunté cómo sabía eso, considerando que no llevaba consigo su reloj, y que tampoco acostumbraba usar celular para correr, y me respondió que con el tiempo uno conseguía ir calculando su velocidad por hora aproximada sin necesidad de utilizar los aparatos, y que a partir de ese momento debíamos mantener el ritmo o aumentarlo, pero que tampoco debíamos aumentarlo demasiado porque eso generaba consecuencias en la posterior recuperación. La idea del cálculo no sólo se encuentra presente a través de las tecnologías, este se incorpora como una habilidad que regula la forma de percibirse en relación con el movimiento.

El uso de tecnologías aparece presente para controlar, registrar y sistematizar el tiempo y la distancia recorrida, o en otras palabras, el desempeño. Esta forma de raciocinio que caracteriza una forma particular de percibir el tiempo y la velocidad es incorporada, generando lo que podríamos calificar como una forma virtual de percibirse a sí mismo. La performance es digitalizada a través de estos aplicativos, generando una forma de auto control que parece salirse del mismo individuo, siendo sistematizada en la red, a partir de la construcción de gráficas coloridas que indican la evolución del desempeño, quedando congeladas en las plataformas digitales.

\*\*\*\*

En esta sección analizamos los diálogos entre un tipo de racionalidad que caracteriza la práctica de corrida con el mundo del trabajo, particularmente con el paradigma del auto emprendimiento. Vimos por otro lado, la importancia que el mercado presenta en lo que respecta a la forma de representación de sí mismo. En otras palabras, la construcción y promoción en el mercado de un deseo de superación de los propios límites, la capacidad de mantenerse siempre motivado, la percepción del tiempo de ocio en términos de trabajo, el énfasis colocado en el aumento del desempeño, componen formas de pensar la corporalidad características de una racionalidad que ha conseguido traducir su vocabulario a diferentes espacios de la vida del individuo, haciendo cada vez más borrosas las barreras entre tiempo de trabajo y tiempo de no trabajo.

De acuerdo con esto, proponemos delinear interrogantes acerca de la misma materialidad del cuerpo, ya que lo precedente nos permite argumentar acerca la producción performática de formas de auto control y auto vigilancia (como maneras de relacionamiento consigo mismo), que más que coercitivas consisten en formas de visualización digitalizada del desempeño corporal. En este sentido, Krakowski Chazan (2003) nos convida a pensar que el panóptico propuesto por Foucault (1987) se ha invertido con la introducción de la cámara en el interior del cuerpo. Este tipo de tecnología visual, que se introduce primeramente con la invención de los rayos X, hace emerger un nuevo tipo de poder, focalizado en la visión del interior del cuerpo humano por medio de rayos invisibles, habilitando la producción de saberes sobre el cuerpo de una forma particularmente distinta a la que existía hasta entonces. En palabras de la autora (KRAKOWSKI CHAZAN, 2003, p.202): "A transparência do corpo, entre outras finalidades, respondia também pela manutenção de uma determinada ordem social, através da vigilância sobre o interior dos corpos." Como consecuencia de la visualización que esta nueva técnica médica posibilitó, la autora afirma que se ha construido un nuevo sujeto, con una percepción de sí mismo reconfigurada a partir de la imagen de su propio interior.

Si pensamos de este modo, podemos proponer la visualización del cuerpo en términos virtuales, a partir de la generación de un conjunto de técnicas de digitalización, cuyo objetivo es elevar el desempeño individual a un nivel de abstracción que permite una forma de estandarización y comparación diferentes, como una forma nueva de percibir y representar al cuerpo, y por tanto, al sujeto. En línea con los argumentos de Krakowski antes expuestos a respecto de la introducción de rayos X, podemos argumentar

que esta nueva forma de visualizar el cuerpo, reconfigura la representación de sí mismo del sujeto. Ahora bien ¿qué podemos decir al respecto de esta forma de visualizarlo? Podríamos proponer que se trata de una nueva forma de panóptico que se externaliza del cuerpo humano, o sea, que en vez de procurar ir a su interior extrae de él datos, para corporizarlo digitalmente en una plataforma virtual, que a su vez es auto gestionado. Esta forma de codificar el cuerpo humano genera maneras específicas de relacionamiento consigo mismo, que superan aquella propuesta por Foucault como disciplinaria o auto disciplinaria, siendo pensado su control desde la inmaterialidad que caracteriza la virtualidad de los programas de control del desempeño.

La intensificación de uso de dispositivos digitales para el seguimiento automático es analizado por Chris Till (2014), quien propone el concepto de *self auto-cuantificado* para dar cuenta de las transformaciones que esta innovación ocasiona en la forma de representación de sí del sujeto. Estos procesos de digitalización tienen un gran impacto sobre la forma de entenderse el ejercicio, debido a su capacidad de objetivar y estandarizar actividades y cuerpos heterogéneos de tal manera que se pueda extraer valor de ellos. Implican una transformación de las actividades en datos digitales, que brindan a quienes las utilizan herramientas para analizar sus progresos individuales y compartir tal información con otros usuarios.

La corrida ha pasado así por un proceso que según el autor caracteriza las formas de hacer ejercicio, y es la aplicación de un proceso similar a aquel identificado en la acumulación del trabajo. Así, en la actividad física las personas comienzan a ver sus logros como una cierta clase de objetivación de su trabajo, que reconocen como realizaciones de su capacidad. En la corrida seria, la principal forma de satisfacción encontrada parece ser aquella objetivada por las medidas de logro, lo cual es incentivado por diversas versiones virtuales de registro y visualización.

Siguiendo con Till (2014), estas medidas digitales de auto-recorrido como el chip, reloj con GPS, o aplicativos para el celular que implican un registro, autonomizan procesos que ya existían, como calcular el recorrido en un mapa; sin embargo, ahora los logros pueden ser objetivados y vistos virtualmente y así comparados. A partir de lo anterior, el autor propone la metáfora de entender el cuerpo en términos de termodinámica, siendo pensado desde el punto de vista de las energías. Afirma que mientras en el capitalismo temprano las tensiones entre capitalistas y trabajadores se encontraban en las horas trabajadas, en el siglo XXI esto cambia y pasa a ser un problema

de intensidad productiva o de transformación de los trabajadores en energía de trabajo. En esta línea, el auto seguimiento digital es un medio ingenioso para analizar las energías que se están gestando en el tiempo libre, y transformarlas en productivas. Así, pensar el cuerpo en términos de energía o de datos reduce los cuerpos particulares y sus acciones a una sustancia cuantificable común, universal y abstracta, una energía potencial que tiene un gran impacto en la agregación de la población, medidas como potencial energético para comparar y acumular.

En esta línea, resulta interesante traer el concepto de ciborg digital propuesto por Deborah Lupton (2013), quien adapta el ciborg de Haraway a los cambios producidos por la incorporación de las tecnologías digitales. Este ciborg digitalizado representa aquella persona que usa tecnologías digitales para monitorear su funcionamiento corporal, sus movimientos y performances o tareas de autocuidado. El cuerpo mismo es representado como sistema de códigos, y sus enfermedades son percibidas como mal funcionamiento. Así, estas tecnologías son representadas como abastecedoras de cominos para las personas convertirse en auto conocedoras de sus propios cuerpos, por medio del dato (objetivo) producido.

Retornando a las preguntas que formulamos algunos párrafos atrás, queremos argumentar ahora que este tipo de tecnologías de digitalización y cuantificación de sí mismos que son utilizados por corredores y corredoras, circulando en el mercado de consumo, se encuadran la perfección con el ciudadano idealizado por el neoliberalismo (DARDOT; LAVEL, 2013), aquel que voluntariamente toman el imperativo de la salud y de su desempeño en su propio interés.

Finalmente proponemos algunas consideraciones políticas, siendo que el acceso a todo este conjunto de productos y servicios que dan forma a esta subjetividad que caracterizada por su capacidad de administrar y gestionar la energía para extraer valor, y que brindan un capital diferenciador en el mundo del éxito profesional y personal, no son accesibles a toda la población. Por tal motivo, queremos destacar la importancia de identificar aquellos grupos que no tienen acceso a este ideal, quienes son estigmatizados por no tomar este imperativo como parte de un proyecto de buena salud, de ciudadano responsable.

## **TERCERA PARTE**

**"Dolorida, porém muito gratificante": negociando entre dolor y placer.**

*Aprendiendo a "manejar el dolor normal"*

*El fantasma de la lesión*

*Del trabajo con el dolor al fortalecimiento emocional.*

As dores nas pernas eram como torniquetes que apertavam progressivamente as panturrilhas e a face anterior das coxas. Os que vinham de trás me ultrapassavam com facilidade. Ao atingir o quilometro 40, exausto, senti que não conseguiria chegar ao fim. Não tive dúvida de que seria mais sensato desistir. O problema é que terminar a prova andando, para quem imaginava completa-la em tempo recorde, tem sabor de derrota. (VARELLA, 2015, p. 10)

La alusión al dolor en los entrenamientos, textos de revistas o libros de corrida es una característica constante. Corredorxs siempre están comentando sobre molestias en partes específicas del cuerpo (las piernas principalmente), lo que habían hecho al respecto, las sesiones de fisioterapia a las que estaban acudiendo o productos que estaban aplicando. La pregunta ¿cómo estás de tal o cual dolor? es recurrente entre corredorxs y una cuestión que me resultó curiosa fue el hecho de que durante los primeros entrenamientos, el entrenador me preguntaba si había sentido algún dolor luego del encuentro anterior; tras responder reiteradas veces que no comentó lo siguiente: "ah entonces debemos intensificar los entrenamientos".

Con el pasar del tiempo, conseguí identificar una distinción entre un tipo de dolor considerado "bueno" o "normal", aquel asociado al agotamiento causado por el mismo entrenamiento y otro que genera miedo, vinculado a lesiones, que fragilizan el cuerpo y pueden ocasionar un alejamiento de la actividad.

A partir de esa primera inmersión en campo, me vi ante la necesidad de responder a la siguiente pregunta ¿qué entendemos por dolor? Intuitivamente podríamos pensar que el dolor es "algo natural", y que no existe nada de social en él; sin embargo, como afirma Bridel (2010) diversos actores han intentado definirlo y clasificarlo, generando diferentes consecuencias. La medicina y la ciencia por ejemplo, dieron una interpretación biológica, situando, analizando y teorizando el dolor sobre una posición anatómica, como respuesta psicológica dada a determinado estímulo.

Ahora bien, como podemos apreciar en el texto que seleccionamos para comenzar esta sección, el dolor que caracteriza a la corrida y que Varella (2015) describe sentir en el recorrido de una maratón es voluntariamente soportado, y aparece relacionado con la competencia, con no desistir, con la voluntad de superación y rechazo ante la idea de posible derrota. Se trata de un dolor que debe resistirse, y siendo la corrida una actividad de tiempo libre para quienes no la practican en forma profesional, podemos preguntarnos

¿por qué si cuando quemamos nuestra mano en la cocina reaccionamos alejando la misma instintivamente, simplemente no detenerse una vez que comienza a sentirse dolor corriendo?

A partir de este tipo de planteos, nos vemos en la necesidad de desnaturalizar el dolor y plantear su carácter social. Entenderlo como producto de determinada cultura y por tanto, en conexión con relaciones de poder que debemos contextualizar histórica y espacialmente. En este trabajo, vamos a comprender el dolor como una construcción discursiva que se materializa en los cuerpos. Cuando proponemos que se materializan estamos tomando como referencia teórica a Judith Butler (2008), y queremos decir que, en el contexto de la corrida, los actores reproducen en sus actos, en sus gestos y sus deseos diferentes normas a respecto de cómo se espera que las personas vivencien cotidianamente el dolor y el placer. La pregunta que guiará nuestras reflexiones es ¿cómo el dolor y el placer son producidos en la práctica de la corrida? Y ¿qué conexiones podemos hacer con el contexto sociopolítico que caracterizamos como neoliberal?

#### *Aprendiendo a manejar el "dolor normal"*

El primero de los tipos<sup>36</sup> de dolor que podemos identificar es aquel asociado al agotamiento corporal, producto del sacrificio de los entrenamientos, del esfuerzo realizado por la actividad misma. A este tipo lo clasificaremos como "dolor normal", representando la forma de clasificarlo en el campo mismo.

Ana llegó cuando estábamos reunidos en torno a la mesa plegable, se dispuso a realizar movimientos para alongar y comentó que le dolía mucho el cuerpo, que le molestaba hasta para sentarse en el inodoro, debido todo lo que estaba entrenando. El entrenador en tono de broma le contestó que eso era bueno. (Diario de campo, 24 de set. 2015)

Muchas veces las referencias al sacrificio del entrenamiento son incrementadas por las adversidades del entorno, muy importante en el contexto de la corrida, ya que se realiza al aire libre. Este hecho se consolida como uno más de los componentes que resultan atractivos para corredorxs, siendo una distinción con los espacios cerrados de

---

<sup>36</sup> Al referirnos a tipos, hacemos alusión a la forma clásica de tipos ideales propuesta por Max Weber, es decir, nos referimos a una construcción metodológica que no se encuentra pura en la realidad, sino que sirve para analizar las principales características que estas formas presentan. (WEBER, 2006)

los gimnasios (comprobado también por Oliveira, 2010). Lluvia, sol, viento, subidas y bajadas, se consolidan como desafíos característicos de la práctica, reafirmando un carácter doble en relación con la naturaleza: como fuente de desafíos, y como proveedora de espacios de conexión consigo mismo y placer.

El dolor es así reproducido como necesario y antecedente para sentir placer, tal como lo relata un corredor del primer grupo, quien afirma que "la gratificación de la victoria y la adrenalina de la llegada hacen valer todo el esfuerzo". Otra ilustración interesante de esta relación entre dolor y placer aparece en uno de los artículos de la revista *Contra Relógio*<sup>37</sup>, titulado "Comprades: dolorida, porém muito gratificante", haciendo referencia la ultra maratón de África del Sur, de 89 kilómetros. El dolor así representado parece significar el límite de la resistencia.

Considerando que todo entrenamiento consiste en procesos de infringir al cuerpo rutinas cíclicas de estrés y descanso para llevarlo al límite (FERNANDEZ VAZ, 1999), el dolor estaría indicando que el cuerpo alcanzó este lugar que a su vez es movedizo. La "recompensa" por ese estímulo, descrita como "sensación de éxtasis", "libertad" o "sentimiento único", vendría a significar el placer de llevar las capacidades al límite. Algunos ejemplos resultarán ilustrativos de la sensación a la cual me estoy refiriendo.

Mientras corríamos Carla (31 años, gerenta de banco), su cuñado (52, militar) y yo, ella comentaba que se sufre mucho durante el entrenamiento, pero que resultaba muy "gostoso" (en sus propios términos), una vez que llegaba a su casa y tomaba un baño. Afirmó que posteriormente a los entrenamientos se sentía con más voluntad para conversar en su casa, y hacer las cosas que debía. Por ese motivo adoraba las noches posteriores a los entrenamientos (Diario de campo, 1 de octubre de 2015).

Por otro lado, a fin de año durante la confraternización con el primer grupo, conversábamos Marco (47 años, trabaja como encargado de relaciones en empresa de importaciones), Aline (52, vendedora en empresa de venta de electrodomésticos) y yo. Les pregunté por qué corrían, y Marco me dijo que se trataba de un sentimiento que no podía entender nadie que no corriera, que era un sentimiento de éxtasis que sólo lo proporcionaba la corrida. Él ya había practicado ciclismo, pero afirmaba que no era lo mismo, debido a que se precisaba pedalear más tiempo antes de sentir esa adrenalina, que

---

<sup>37</sup> *Contra Relógio*, julho de 2012 N° 226

el efecto de la corrida era más rápido. Posteriormente me recomendó el libro de Varella, (2015) y me afirmó que para entender ese sentimiento debía leer ese libro, ya que lo describía muy bien (Diario de campo, 6 de diciembre de 2015). Así que al mismo me dirigí intentando comprender a qué se referían con ese "sentimiento único"

Correr é experimentar a liberdade suprema, é voltar aos tempos de criança. Uma vez por semana, há 26 anos, atendo doentes em cadeias de São Paulo. A proximidade com os dramas de mulheres e homens que a sociedade considera a escória odiosa que nos tira o sossego nas ruas, trancada feito bicho nas prisões brasileiras, trouxe para mim uma compreensão da vida, do comportamento e da alma humana, que seria inacessível sem essa vivência.

Depois de ver dez homens trancados numa cela de seis metros quadrados, dia e noite, durante meses de tédio, dormindo em turnos sobre folhas de papelão, correr no parque ao amanhecer do dia seguinte é experimentar no corpo a quintessência do significado da palavra "liberdade".

Sair da cama para a poltrona, andar até o banheiro, movimentar o dedo do pé do lado paralisado, ficar livre da sonda nasogástrica e tomar cinco colheres de sopa são eventos que os pacientes comemoram com grande alegria, porque lhes dão a esperança de que sairão do estado de fragilidade em que se encontravam. Atravessada essa fase, no entanto, reassumem o cotidiano se levar em consideração a saúde, bem ao qual só atribuímos valor se escasseia. (VARELLA, 2015, p. 202)

Varella escenifica la sensación de libertad, asociándola a la niñez. Utiliza la imagen de la niñez en oposición al adulto que toma consigo las responsabilidades de la vida adulta, recurso que genera un sentimiento de identificación con las exigencias de autorrealización de una clase media urbana. Las imágenes de "criança" o "natureza", (identificada con el parque) representan la oposición a esa vida cotidiana que las caracteriza. Finalmente, para reforzar el contraste entre movimiento y no movimiento, el autor del libro propone dos imágenes de escenarios que se caracterizan por la limitación del movimiento físico, la cárcel y el hospital, terminando con una frase que resalta el carácter moral de la responsabilidad de sí ante la fragilidad del cuerpo.

Como trasfondo de esta noción de libertad, aparece una representación de cuerpo asociado inherentemente al movimiento. El movimiento, el estar en forma, se asocia a la felicidad y esta a su vez a la libertad.

O corpo humano é uma máquina construída para o movimento. À diferença de máquinas como o automóvel e o avião, também projetadas para o movimento mas que se desgastam ao executá-lo, o corpo humano

se aprimora com a movimentação, tenha um ou noventa anos de idade.  
(VARELLA, 2015, p.202)

La vida en sociedad, afirma Elías (1987) , sería imposible sin una cierta dosis de autocontrol de lo que son pensados como instintos innatos, sin embargo, resulta también imposible sin la creación de formas de liberación de tensiones, consolidándose la búsqueda de emoción como la otra cara de la moneda del control, y de las restricciones que coartan nuestra expresión emocional. Mediante los acontecimientos recreativos, en especial de clase mimética, nuestra sociedad cubre la necesidad de experimentar el desdoblamiento de las emociones fuertes en público, generando una liberación que no perturba ni pone en peligro el relativo orden de la vida social (ELIAS; DUNNING, 1992)

En este sentido, el deporte se manifiesta con la función de proporcionar a los individuos una forma relativamente estable de control de los impulsos libidinales, afectivos y emocionales más espontáneos, así como sus cambios en los estados de ánimo. En sociedades modernas en las cuales las excitaciones excesivas suelen penalizarse de diversas formas, mediante hospitales psiquiátricos o prescripción indiscriminada de medicina para controlar hiperactividad en niños por ejemplo, el deporte, ya sea como practica o como espectáculo, proporciona las condiciones para canalizar los impulsos y sentimientos en actividades provechosas para otros y satisfactorias para sí mismos. Siendo de esta manera, todas las sociedades mínimamente diferenciadas deben producir formas de remediar las situaciones de sobre exigencia que producen. En palabras de Elías y Dunning, (1992, p. 56)

En el caso de las sociedades con un nivel de civilización relativamente avanzado, es decir, con restricciones relativamente estables, uniformes y moderadas y con fuertes demandas subliminales, puede observarse una considerable variedad de actividades recreativas con esa función, una de las cuales es el deporte. Pero, para cumplir la función de liberar a los individuos de sus tensiones, estas actividades deben adaptarse a la relativa sensibilidad hacia la violencia física que es característica del comportamiento social de la gente en las últimas etapas del proceso civilizador.

El deporte se consolida como una forma de controlar un de-control pasajero de los sentimientos. Es decir, carga en si la función de proporcionar un espacio de liberación de excitación o tensión, al tiempo que debe mantener tal descarga emocional bajo control. En otras palabras, el deporte carga consigo la función de producir una excitación

emocional controlada pero placentera. Cualquier deporte es siempre una batalla controlada en un escenario imaginario, es una institución necesaria para contrarrestar las tensiones generadas por el sobre esfuerzo relacionado al control de los impulsos. Como podemos ver, la corrida es una práctica que discursivamente se construye como un espacio de liberación, como un lugar de éxtasis, como describe Varella al narrar la adrenalina sentida por la superación del miedo que provoca una competencia.

Esse misto de medo, excitação e emotividade não é exclusivo dos navegadores de primeira viagem (referência a primeira maratona). Em maior ou menor intensidade, todo maratonista experimenta tal estado de espírito nos minutos que antecedem a partida. Comigo aconteceu em todas as provas de que participei nos últimos 22 anos. Acho que, no íntimo, temos consciência de que correr 42 quilômetros talvez ponha a vida em perigo, e é essa possibilidade que excita e amedronta. (VARELLA, 2015, p.73)

Considerando que el dolor, el placer y las diferentes formas de representarlo son construcciones que deben localizarse en determinado tiempo y espacio socio-político, podemos ver por un lado que es legítimo y valorado positivamente producir dolor a partir de llevar el propio cuerpo al límite de sus resistencias. Pero además que estas normas son reproducidas en sensaciones, damos a determinados estados físicos de auto control y auto sacrificio descripciones consideradas positivas. El dolor normal, y sobre todo su superación, aparece como un recurso para posteriormente sentir placer, y este placer es representado como "libertad".

Recuerdo las primeras veces que conseguí correr sin sentir la opresión en el pecho por la falta de aire, cuando mi cuerpo se había acostumbrado con el ritmo de la corrida, ya había logrado adaptarlo para superar la falta de aire inicial y podía continuar corriendo. Conseguía correr a mayor velocidad y más distancia. En los últimos kilómetros antes de terminar, comenzaba a sentir ganas de correr al máximo de velocidad posible, como si se estuviese intentando llegar al final de una carrera. La sensación experimentada en esos momentos es de éxtasis total. Experimenté en mi propio cuerpo una sensación que en aquel momento definía como "sentirme libre" ¿Qué es lo que nos lleva a asociar esta sensación sentida por el hecho de llevar nuestro cuerpo al límite con "libertad"? ¿Cómo un concepto que es construido históricamente es "sentido en carne viva"?

Libertad y felicidad son representados como sinónimo en la corrida, sentimiento que es alcanzado por llegar al momento máximo de esfuerzo. Intentemos contextualizar

estos valores desde una perspectiva más amplia que aquel propiamente de la corrida. Si, como afirmábamos anteriormente como presupuesto teórico, las formas de producir placer y dolor se encuentran siempre asociadas a formas contextualizadas de producir subjetividad, ¿qué podemos decir de la representación del placer que asocia la felicidad a una forma de "sentir libertad", que a su vez se asocia a un momento de máximo sacrificio corporal?

Según Dardot y Laval (2013) la alta valoración atribuida a la libertad es resultado del hecho de la mercantilización haber asumido formas contractuales. En este contexto, los contratos voluntarios entre las personas (aunque siempre mediados por un organismo soberano) se convierten en el criterio común con el que son representadas todas las relaciones humanas. Como resultado de esto, afirman los autores, las personas nos experimentamos en relación con los demás, y percibimos la sociedad (voy a agregar que también nos relacionamos con nosotros mismos) como conjunto de relaciones de asunción entre personas dotadas con derechos y responsabilidades, lo cual constituye el núcleo de lo que se conoce como individualismo.

Desde esta perspectiva, podemos comprender por qué la posibilidad de "ser libre" y en asociación, "ser feliz", parece recaer sobre la propia potestad del individuo. Este por un lado es responsable de no encontrarse en una situación de privación de su libertad (de estar en prisión) o encontrarse enfermo (en el hospital), y por otro, es quien debe garantizar su propio placer. Siguiendo a Dardot y Laval (2013) esta responsabilidad de ser productores de su propia felicidad responde a un tipo de poder que Foucault llama de poder productivo, a un tipo específico de economía que construye hombres a partir de la producción del placer y del dolor.

En esta práctica, podemos ver como la forma en que las personas definen sus experiencias como placenteras revela normas específicas que hacen parte de nuestra categorización como "seres libres", y con derechos y responsabilidades; se trata en otras palabras, de una política no solo de control, sino también de producción de sensaciones que son monitoreadas por todos pero, sobre todo, por uno mismo. Siguiendo a Dardot y Laval (2013), se trata de un aparato de performance y placer, consolidado a partir de un discurso administrativo que hace del rendimiento un deber, así como de un conjunto de discursos publicitarios que transforman el placer en un imperativo.

Estos nuevos sujetos estarían configurados por un plus de placer, caracterizado como siendo el propio placer de vivir, el placer que debe ser exaltado por el mismo hecho de estar vivo. Esto es lo que hace sujeto y nueva función de la competencia. A diferencia del capitalismo en sus inicios, en el cual el principio al nuevo de utilidad en sí se basaba en la idea de que todo lo referente a la energía corporal y psíquica debe servir al máximo, en el contexto de construcción subjetiva neoliberal el marco natural del cuerpo humano, con límites fijos de placer y performance cambia, pasando ahora a ser producto de elección. Este nuevo discurso del placer obliga al sujeto a dotarse con un cuerpo que siempre puede superar sus capacidades actuales para la producción del placer.

### *El fantasma de la lesión*

Vamos a ver ahora, otro tipo de dolor que identificamos entre quienes practican corrida, asociado al cuerpo que se lesiona, que se fragiliza. Podemos afirmar que mientras el dolor auto infringido consecuente al agotamiento del entrenamiento (dolor que se auto coloca para sentir la satisfacción de su superación) es valorizado positivamente como generador de fuerza corporal y moral, este otro tipo de dolor, aquél ocasionado por la fractura del cuerpo, resulta una cuestión a temer entre corredorxs.

Se trata de un miedo construido en torno a las lesiones, en la medida en que las mismas pueden alejar corredorxs de la actividad. En esta línea, Andrea (35 años), a quien conocí en un entrenamiento colectivo realizado mensualmente en Dahma, me contó que corría hacía 6 meses, pero que al poco tiempo de comenzar había tenido que parar por lastimar su pantorrilla. Tal lesión la tuvo "parada" (sin correr) durante 4 meses. Afirmaba que era una lástima ya que ahora era como comenzar todo de nuevo, "arrancar de cero". Me cuenta que ha realizado otros deportes, pero que correr era lo que más le gustaba. Que corría por estrés, ya que tenía un trabajo muy estresante (era encargada de una empresa de organización de eventos) y que iba a seguir haciéndolo mientras pudiese, aunque sabía que algún día iba a tener que parar porque tenía problemas en la columna (Diario de campo, 4 de octubre de 2015).

En otra experiencia, entrenando con uno de los grupos, Marco (de 51 años) nos recomendó a otras personas y a mí (iniciantes) aprovechar a participar de competencias de corta y de media distancia, afirmando que era lo mejor, que cuando se llegaba a correr 42 kilómetros uno dejaba de encontrar sentido en participar de aquellas, debido a que se

corría el riesgo de lesionarse y perder todo el entrenamiento que se venía haciendo para corridas de larga distancia. Así que nos recomendó correr todas esas pequeñas carreras que hay, antes de "llegar a la maratón". (Diario de campo, 26 de febrero de 2016).

Sofrer uma lesão por acidente é uma coisa, por estupidez, é outra, muito mais frustrante... Voltei a correr quando faltavam apenas duas semanas para a prova, dessa vez, atento para corrigir a posição do pé direito. Havia perdido quinze dias preciosos, voltado bem mais devagar e, ainda por cima, com medo. Lamentei a falta da orientação de um preparador experiente, com um programa de treinamento bem planejado. (VARELLA, 2015, p. 25)

Ahora bien, considerando que la producción del dolor se encuentra normalizada en la corrida, como analizábamos anteriormente, ¿por qué la posibilidad de dolor ocasionado por una lesión genera ese miedo? Lo que distingue básicamente un tipo de dolor del otro es que el segundo puede alejar al corredor o corredora de la práctica, durante períodos de tiempo que suelen ser prolongados.

La inglesa Allen Collinson (2007) corredora de larga distancia que toma en serio tal actividad, realiza una investigación auto etnográfica sobre las consecuencias de una lesión que la mantiene dos años alejada de la corrida. La autora asegura que cuando la corrida de larga distancia es tomada en serio, involucra un conjunto de actividades orientadas a crear, presentar y sostener identidades personales que son congruentes y en apoyo con el auto concepto. Por tal motivo, una lesión envuelve a la corredora en una re negociación de su identidad, y el tiempo de lesión puede tener un impacto importante en la percepción de sí mismo.

Debido a sus lesiones, la autora se ve llevada a realizar un conjunto de actividades para sostener su identidad como atleta, desde prácticas de rehabilitación, a uso de vestimentas y accesorios identificativos de los miembros de la subcultura de la corrida. A pesar de que esas estrategias hayan servido para mantener aspectos de su identidad como corredora, afirma que ocurren diversos cambios significativos, ya que de hecho, el mismo significado de la corrida cambia, pasando a ser ahora más cuidadosa y precavida. La autora afirma que antes de haber sufrido lesiones habría llegado hasta el límite de sus fuerzas, incluso sabiendo de la posibilidad de sufrir una lesión, luego de ese tiempo parado ella toma la práctica de otra forma, invirtiendo menos en alcanzar ese tipo de logros para focalizarse en metas más cortas.

En relación con las lesiones, se construyen un conjunto de discursos, médicos por un lado, así como artículos de las revistas especializadas. Como lo ilustra la cita, las lesiones suelen asociarse a responsabilidad de corredorxs, por no correr adecuadamente, por no consultar un profesional a respecto de la técnica. No es cuestionada la actividad en sí misma como ocasionadora de lesiones, sino la forma de realizarla.

Lesões.... Corredor tem muita dor na canela, joelho, panturrilha. Isso todo acaba sendo uma cadeia assim, falta de força, de alongamento, de preparo... Daí acaba compensando mais de um lado que de outro... Então cada um deve ter o corpo bem trabalhinho, bem fortalecido para correr o resto da vida sem problema nenhum. Sem ter que parar de correr para tratar uma possível fratura, uma possível tendinite... alguma coisa... (Entrevista a Leonardo, corredor y entrenador)

La Revista Brasileira de Ciências do Esporte, las revistas comerciales específicas sobre corrida que ofrece el mercado, así como el mismo libro de Varella (2015), presentan investigaciones sobre lesiones realizadas por universidades y diferentes propuestas para mejorar la técnica. Entran en juego asesores, propuestas de ejercicios para mejorar la postura, y ejercicios recreativos. En los dos grupos la organización de los entrenamientos contaba con una parte de ejercicios técnicos, o "recreativos", para mejorar las posturas.

Otro tipo de miedo que podemos identificar, también asociado con una ruptura corporal pero con consecuencias de menor alcance, tiene que ver con la pérdida de auto control por el mismo agotamiento. Nos estamos refiriendo a un miedo que genera la posibilidad de no llegar hasta el final del trayecto propuesto, o en todo caso, de "llegar mal". Veamos algunos ejemplos: de camino a una competencia, Renan me contó que en diciembre había cumplido otro sueño que era correr la São Silvestre<sup>38</sup>, con lo que había soñado desde chico... En ese momento estaba preocupado porque había sido él quien había promovido la idea de ir en abril a Chile a correr una carrera de 21 km, pero que estaba con miedo de no llegar a correr tanto, que debía ser más constante con los entrenamientos, y alimentarse mejor, porque no iba a llegar. Le pregunté por qué su preocupación, ya que si se cansaba podía parar y continuar caminando. Me dijo que no, porque sería muy frustrante ir hasta ahí y no llegar a la meta que se había propuesto, que ya le había dicho a todo el mundo que iba a correr 21 kilómetros y que aparte le

---

<sup>38</sup> Maratón de São Paulo, conocida internacionalmente. Tiene lugar desde 1925 los 31 de diciembre de cada año.

emocionaba mucho la idea de correr su primer media maratón. (Diario de campo, 21 de febrero de 2016).

Por otro lado, la siguiente cita extraída del libro de Varella (2015) muestra como un complejo entramado moral entra en juego ante la posibilidad de debilidad.

Insisti que era preciso administrar a exaustão nos seis quilômetros mais duros da prova, e reduzimos ainda mais a velocidade... Fomos assim, diminuindo gradativamente a velocidade, até a reta final, quando emparelhamos com uma senhora de cabelos brancos e rosto vincado que aparentava mais de oitenta anos, correndo em passos miúdos porém decididos. Nessa hora, sugeri que fossemos mais depressa para não aparecer na foto da linha de chegada ao lado de uma corredora de tanta idade. Mais tarde ficaria difícil aguentar a gozação dos amigos sedentários. (VARELLA, 2015, p.85)

Los momentos de ruptura suelen ser puntos estratégicos para investigar los sentimientos de identificación de los participantes de los grupos. Es posible ver como la lesión presenta la posibilidad de alejamiento de aquel componente que para quienes organizan su rutina cotidiana en función de los entrenamientos, desde horarios a prácticas alimenticias, pasando por la organización de las vacaciones familiares e interacciones con grupos de amigos, el miedo a la lesión se construye como posibilidad de ruptura con un estilo de vida adoptado, con una estética de la máxima potencia.

Conforme con la propuesta teórica que orienta nuestras reflexiones, esa negociación entre el dolor legítimo y auto gestionado y las actividades realizadas para evitar las lesiones forman parte de una racionalidad que performativamente materializa esta "forma de ser" corredor o corredora. Se trata de estilos corporales adoptados en relación con una negociación constante entre tipos de dolores para alcanzar el máximo de potencia, lo cual envuelve la elección de un estilo de vida organizado en función de ese principio.

#### *Del trabajo con el dolor al fortalecimiento emocional.*

Controlar a ansiedade gerada por tantas solicitações, o estresse de atendê-las numa cidade com as características de São Paulo, e manter o preparo físico necessário para os deslocamentos e as viagens de vai e volta em 24 horas que sou obrigado a fazer exige disciplina, equilíbrio psicológico e uma paz de espírito que só descobri ao correr. (VARELLA, 2015, p. 197)

En las formas de representar el dolor, y sobre todo, el aprendizaje de los mecanismos para transformarlo en fuente de placer, se fusionan discursos terapéuticos. En la corrida, este lenguaje terapéutico aparece presente de diversas formas; por un lado, se vinculan directamente el entrenamiento físico con el entrenamiento de la mente, apareciendo asociados el uno como necesario para el otro.

Por otro lado, la introducción en la práctica, la adquisición de su lenguaje discursivo y corporal, se representa como una posibilidad de "conexión consigo" mismo, y de "transformación" del sí mismo. Así, las interconexiones entre preparación física y bienestar psicológico son permanentes en el mundo de la corrida. Como "entrenamiento de la mente", en términos de preparación psicológica para no desistir en pruebas difíciles, se realiza terapia mismo (terapia deportiva), o se infligen situaciones de estrés mediante la desorganización de las rutinas. En una conversación con el entrenador del primer grupo, este me contaba que para resistir a una carrara de larga distancia, se precisaba estar preparado psicológicamente, para no desistir. Afirmaba lo siguiente:

Muchas veces comienzas la prueba y te das cuenta de que no estas como pensabas, que te duele mucho el cuerpo y quieres largar tienes que estar bien firme para seguir, concentrarte y focalizarte en tus objetivos. Pensar en todo lo que has entrenado, en cuanto te has preparado para eso, en toda la gente que te apoya y espera lo mejor de vos. Siguió comentándome que igual lo más difícil realmente es entrenar para una prueba como esas, que es como unas tesis, pasas mucho tiempo esforzándote para escribirla, le dedicas mucho esfuerzo, el día de la disertación es solo el final de eso.

Le pregunté cómo era la preparación, y me contó que podía ser de dos tipos diferentes. Por un lado, con terapia psicológica propiamente dicha. Y también en el mismo entrenamiento, él por ejemplo les cambiaba las rutinas de entrenamiento sin aviso previo a los deportistas que entrenaba, para desestructurar sus rutinas y que tengan que adaptarse. Por ejemplo, a una persona que corre todos los día 3 horas, llegaba un día y le decía, hoy tienes que correr 5hs. Otro ejemplo es, cambiarle el horario a una persona sin avisarle con tiempo previo. (Diario de campo, 13 de octubre de 2015)

Consideraremos este proceso de racionalización por el que pasa el cuerpo y el yo en esta forma de entrenamiento deportivo, mediante el cual pasan a ser pensados y operacionalizados, como una manifestación de la importancia que ha tomado el entrenamiento deportivo como una de las formas contemporáneas más importantes de control corporal y subjetivo. La búsqueda por alcanzar o mantener un alto desempeño que

caracteriza la corrida cuando es tomada en serio, exige un alto nivel de auto dominio del propio cuerpo y también de dominio emocional para resistir.

La noción de interioridad del yo, en términos de núcleo interno aislado por una suerte de muro imaginario, y que justifica las concepciones de internalización, así como también el dualismo entre individuo y sociedad, tiene raíces según Elías (1987) en uno de los rasgos estructurantes del proceso civilizador, el incremento de la contención de los afectos, que se normaliza a través de la reiteración de expresiones como "experiencia reflexiva", o "conciencia moral". Así considerado, el individualismo no sería otra cosa que la imagen consolidada del desarrollo de la estructura de la personalidad.

Tales autocontroles individuales y automáticos, que se originan en la vida en común, por ejemplo, el "pensamiento racional" o la "conciencia moral" se intercalan de modo más fuerte y más firme que nunca entre los impulsos pasionales y afectivos de un lado y los músculos del otro e impiden con su mayor fuerza que los primeros orienten a los segundos, esto es, a la acción sin un permiso de los aparatos de control. (ELÍAS, 1987, p. 41).

El proceso civilizatorio implica una transformación en las formas de comportamiento y de la sensibilidad humanas en una dirección determinada, en palabras de Elías (1987, p 541) "La civilización no es "racional", y tampoco "irracional", sino que se pone y se mantiene ciegamente por medio de la dinámica propia de una red de relaciones, por medio de cambios específicos en la forma en que los hombres están acostumbrados a vivir".

Desde esta perspectiva, Elías junto a Dunning (1992) proponen que la transformación de los pasatiempos en deportes y su exportación de la sociedad inglesa a casi todo el mundo, como parte de un conjunto de cambios que comienzan a producirse de forma bastante pronunciada a partir del siglo XVI, sobre todo en círculos de clases altas, direccionados hacia la reglamentación de la conducta y de los sentimientos. Estos cambios producen transformaciones en la sensibilidad, destacándose un aumento de la misma con relación a la violencia física. En la medida en que el control social y personal aumenta, se va tornando cada vez más automático, pasando a fundirse en la personalidad de los individuos que viven en sociedad, como forma de auto control.

Podemos identificar en la corrida una forma de racionalidad que potencia a partir del endurecimiento corporal, el auto control emocional, y así, la capacidad de

flexibilización ante los desafíos del entorno. La identificación de puntos débiles para trabajar sobre ellos es una característica entre las personas que toman la práctica en serio, como puede verse en la afirmación que realiza Marco, quien me decía que más importante que "lo físico" para correr competencias de 42 km era "lo psicológico". Que cuando estas corriendo el cuerpo comienza a quejarse, que el sol, que el frío, que dolor aquí y allá, pero que uno tiene que entrenarse para hacer de los puntos flacos puntos fuertes. Él, por ejemplo, me cuenta que tenía problemas con las subidas, y que siempre que hacía subidas quedaba súper cansado, entonces tomó un repecho extenso y lo hizo muchas veces seguidas, hasta que la subida dejó de ser un problema para él. Y finalizó afirmando que así debía hacerse con todo. (Diario de campo, 23 de febrero de 2016).

En forma de "encuentro consigo mismo" quienes practican corrida problematizan no solo sus cuerpos, sino también sus psiquis. Tanto en el libro de Varella (2015) como en revistas sobre corrida, así como en las conversaciones presentes en entrenamientos y competencias, podemos ver que la conexión consigo mismo representa una percepción de la psique en tanto corporalizada. Se trata de un relato que corporiza el interior, a la vez que interioriza la corporalidad, en la medida en que afirma que moldeando el cuerpo es posible moldear, dar forma al sí mismo y viceversa, o sea, para conseguir aumentar el rendimiento físico y superar los límites fisiológicos del cuerpo, haría falta prepararse psicológicamente.

É no silêncio da corrida que me encontro comigo mesmo. Passo uma, duas horas, sem falar nem ouvir os outros, atento ao ritmo da respiração, às contrações dos músculos da perna, às pisadas, às mudanças de velocidade e às dores que porventura apareçam, contato com o corpo impossível de manter durante os afazeres diários. (VARELLA, 2015, p. 100)

En esta cita podemos identificar una percepción de sujeto que analíticamente dividiremos en tres partes. Una corporalidad que es percibida como conjunto de funcionalidades orgánicas, (piernas, brazos, sudor, respiración). Un interior, o sí mismo que también es pensado en detalle, es problematizado para extraer del mismo el máximo rendimiento, en términos de resistencia como de obtención de placer. Y podríamos reconocer una tercera dimensión, que estaría representada por la comunicación entre las dos primeras. El encontrarse consigo mismo, representa la idea de un núcleo interno colocado como objeto, y en la medida en que es colocado como objeto es posible de ser pensado, analizado y sobre todo modificado. Podemos identificar por otro lado, que ese

encuentro se produce en conexión con las funcionalidades corporales. Tanto el cuerpo como el interior, son tomados como objetos de reflexión, como cuestiones a ser problematizadas.

Reflexionando acerca de los diferentes procesos que nos llevaron a percibirnos de esta forma, Rose (1996) afirma que la problematización que caracteriza la construcción subjetiva contemporáneos converge como resultado a largo plazo de la producción de conocimientos sobre el individuo que se interconectan desde diversos campos. En otras palabras, esta forma de experimentarnos como sujetos "con personalidad", "con interior", tiene raíces en procesos de largo alcance, con un conjunto de tecnologías que han tomado como objeto los modos de ser humano. Estas tecnologías articulan formas de gobierno de la conducta y técnicas intelectuales, corporales y éticas que han estructurado la relación del ser consigo mismo en distintos momentos y lugares.

Los seres humanos con yoes, con elección y responsabilidad de sí, afirma el autor, dotados de una aspiración psicológica de autorrealización confluyen con el ascenso de una forma particular de saber experto positivo acerca del ser humano. Según Rose (1996), las *disciplinas psi*, por la heterogeneidad y falta de paradigma único que las caracteriza, han adquirido una particular capacidad de penetración en relación con las prácticas dirigidas a la conducción de la conducta. "Equilibrio psicológico" y "paz de espíritu", son referencias a cualidades psicológicas cuyo valor se ha incrementado a lo largo de los siglos XVIII y XIX en las sociedades Occidentales (Rose, 1996)

Una vez que la intervención en las funciones psi se identifican como un motor de la conducta y objetivo de transformaciones potenciales, los discursos orientados a la producción de performance se fusionan con aquellos que apuntan a las capacidades de producir placer y dolor. La figura del *empresario de si*, afirman Dardot y Lavel (2013), era generalmente construida a partir de la combinación de la concepción psicológica de ser humano y la nueva norma económica de competencia, la representación del individuo como "capital humano". Los autores reconocen la contribución de Rose para definir al individuo moderno a partir de la introducción de los discursos psi, como tecnologías intelectuales que hacen posible conducir a los individuos sobre la base del conocimiento de su constitución interna, a partir de lo cual estos han aprendido a concebirse a sí mismos como seres psicológicos, a juzgarse y trabajar sobre su interioridad. Sin embargo, cuestionan el hecho de no dar suficiente importancia a que la libertad se ha convertido en una obligación de performance, al hecho de ser en torno de la competencia entre las

empresas personales que la fusión del discurso psi y económico se produce; en fin, que las aspiraciones individuales y el objetivo de la empresa para sobresalir son identificados.

Para configurar esta forma de subjetividad que es clave de la performance empresarial, compuesta por deseos, pasiones, sentimientos creencias y actitudes, fue necesario que se conjugasen *management* y *marketing*, en una incesante incitación al disfrute, tanto más eficaz a través de la mera posesión de signos y objetos de éxito, y la promesa de un placer último inalcanzable. Los discursos de psicología encuentran así su furor, penetrando diversos campos prácticos y alcanzando un papel fundamental en las formas de construcción de los sujetos contemporáneos. En este sentido, podemos ver que los discursos sobre deportes, sobre entrenamiento físico que como afirmábamos con Elías, tienen gran importancia en la construcción de los sujetos auto controlados, incorpora lineamientos discursivos de la psicología para crear formas de subjetividad auto reflexivas.

La corrida, podemos afirmar siguiendo las propuestas de Eva Illouz (2011), se propone como una forma de autoayuda, apareciendo como trasfondo la idea por un lado de cuerpo moldeable, modificable, y en paralelo la idea de un interior o *self* también moldeable. En esta línea, la práctica se encuadra en lo que la autora denomina como el paradigma de la autoayuda, articulando ideales de un cuerpo flexible y adaptable a los desafíos del entorno (lluvia, sol, repechos, deshidratación, entre otras), se condice con personalidades adaptables a las exigencias de la vida cotidiana. Tanto el libro de Varela como las revistas y blogs de internet sobre los beneficios de la corrida articulan la actividad en términos de salud y autorrealización personal, como si ambas fueran sinónimos. Esto se condice con una cultura que coloca como centro discursivo al *self*, ligando narrativas de autoayuda y de sufrimiento, colocando el *self* como directamente responsabilizado por aliviarlo.

Procurar los puntos flacos para trabajarlos y fortalecerlos, o sea, repetir y trabajar aquello que genera más dolor para dejar de sentirlo, se constituye como parte de una lógica de auto procura de placer, encontrado en la superación del dolor que es a su vez auto infligido. En la autobiografía terapéutica, nos dice Illouz (2011), la identidad es descubierta y expresada en la experiencia del sufrimiento y en la comprensión de los sentimientos que se adquiere al contar la historia. En la experiencia de la corrida, la descripción del sufrimiento toma la misma lógica, el dolor es relatado como una experiencia necesaria para sentir el placer posterior de su superación.

Como afirma la autora, la cultura terapéutica de autoayuda es un esquema cultural profundamente internalizado, que organiza la percepción del *self* y de los otros, la autobiografía y la interacción. En una sociedad donde las normas se hacen cada vez más vagas, y que los individuos se hacen cada vez más social y geográficamente móviles (o sea, individualizado) comienzan a hacer falta reglas y estrategias sociales nuevas que ayuden a conformar metas individuales (ILLOUZ, 2014 p. 39). En estos contextos, surge una gran diversidad de productos dirigidos a organizar las vidas individuales, en función de atribuir nuevos sentidos.

Una pionera en este tipo de literatura autobiográfica que articula reflexiones sobre se sí mismo con dimensiones corporales estéticas es Jane Fonda, quien surge como mito de la cultura corporal, asociando ejercicio físico, salud y belleza a partir de los años 80. Debido a su edad y popularidad, se transforma en porta voz de todas las mujeres en la lucha por la buena forma (MIRA, 2001). La publicación de su libro "Meu programa de boa forma" (1981), resulta un manual sobre cómo "ser mujer" en la década de los ochenta. En el prólogo, la autora comienza describiendo lo difícil que le resultó lidiar con las exigencias de belleza del contexto donde creció, y cómo durante su adolescencia y juventud (hasta los 30 años), "maltrataba su cuerpo" intentando adaptarse a esos modelos socialmente impuestos.

Se pelo menos eu tivesse percebido o que estava fazendo comigo mesma! Se pelo menos há vinte anos eu tivesse compreendido a futilidade, a alienação, a auto degradação de tentar conformar-se a um estereótipo. Era como se eu me considerasse mais um produto do que uma pessoa. Eu ainda iria aprender que a mais incrível beleza e o mais satisfatório modo de vida só podem ser alcançados através da afirmação da própria singularidade da pessoa, que deve tirar o máximo daquilo que realmente é. A resplandecência e a energia da mulher saudável é a definitiva beleza, a única beleza que vai realmente durar para sempre." (FONDA, 1981, p. 16)

El libro cuestiona los métodos para alcanzar los padrones canónicos de belleza, sin problematizar estos últimos. Propone una conexión entre individuación, en el sentido de auto conocimiento y respeto a sí mismo, belleza y salud. La dieta y el ejercicio son la receta para "ser una mujer única".

La narrativa escrita en primera persona, y con carácter autorreflexivo generan sentimientos de identificación entre un público femenino, lo cual es reforzado por la oferta de ejercicios para mujeres con mayor disponibilidad de tiempo y para aquellas que

cuentan con menor; así como quienes pueden seguir rutinas más exigentes o que por el contrario están iniciando.

Os exercícios não vão acabar com as sardas. Diminuir o tamanho dos pés ou aumentar o dos olhos. Mas, com a face corada e os olhos brilhantes, a gente vai rir mais, andar com mais ânimo e falar mais positivamente. A gente vai gostar mais de si mesma e vai gostar mais de amar. A cor das folhas vai ser mais agradável. Da mesma maneira como vai dar mais prazer pequenas transformações na natureza, pelas quais se costumava passar sem nem olhar. E o melhor de tudo é que a gente pode acabar redescobriendo a criança que havia em nós e que ficara perdida no caminho. (FONDA, 1981, p.49)

Además de los libros, diversos videos son lanzados al mercado, primero en formato de video casete y posteriormente DVD. Actualmente muchos de ellos se encuentran disponibles en internet. En los mismos Fonda aparece sola o al frente de otras mujeres (la aparición de hombres es más reducida), vistiendo ropas ajustadas y coloridas. Con música animada, la actriz propone una serie de rutinas para que "toda mujer", sin tener que salir de su casa, "se ponga en forma".

Su libro, afirma Mira (2001) se torna un discurso central de la cultura femenina, manteniendo la dicotomía femenino-masculino pero reformulándola, sustituyendo la disciplina doméstica por una pública. El auto control afirma la autora, luego del decline de la segunda onda feminista, pasa a ser ejercido sobre el propio cuerpo, y en este contexto, Fonda toma notoriedad como líder de aptitud física. Con su nombre son producidos y vendidos millones de libros y discos, además de una cadena de gimnasios en torno que hoy en día ya se encuentran cerradas. Su libro de gimnasia llega a varios países, entre los cuales se encuentra Brasil. La autoridad mundial de la actriz resulta de su propio cuerpo, estando "en forma" a los 60 años.

En Brasil la actriz Yoná Magalhaes vendría a reproducir el mismo proceso que Jane Fonda en Estados Unidos. La actriz lanza por primera vez en 1986 la revista *Boa Forma* luego de posar para *Playboy* con sesenta años. Junto con *Saúde*, ambas revistas de la Editora Azul, se consolidan según Mira (2001) como íconos en la promoción de estilos de vida activos y saludables. En 1992 comienzan a circular *Forma Física* de la editora Efecê, conteniendo materiales sobre deportes y actividades físicas para ambos sexos. Ya en los años 90 los puestos de venta se encontraban llenos de esas revistas, y según Mira,

la preocupación por la estética prevalece sobre la cuestión de la salud, pero sin ser incompatibles, ya que el padrón de belleza cambia para el natural y saludable, de preferencia asociado a actividades que produzcan placer. Los temas básicos de la revista pasan a ser ejercicio físico y dieta. Se promociona así la idea de que el cuerpo es la única realidad sobre la cual el individuo, y solo él tiene control, al tiempo que se asocia con modelos identitarios, siendo cada vez más representado como reflejo de una esencia interior, como reflejo de identidades.

El modelo terapéutico característico de estos libros de autoayuda, dice Illouz (2014) es "bueno" para abordar la naturaleza volátil de la identidad y las relaciones sociales de la modernidad tardía, para estructurar biografías divergentes proporcionando una tecnología para conciliar la individualidad con las instituciones en las cuales actúa, para lidiar con las rupturas que se tornan inherentes a las biografías modernas, y así, para preservar la posición y el sentimiento de seguridad del *self*, fragilizado por este ser continuamente enseñado, evaluado y validado por terceros.

Como afirma la autora, los textos populares son aquellos que codifican y enfrentan contradicciones sociales, las cuales una vez institucionalizadas pueden provocar desorientación. Los textos que codifican esas contradicciones pueden llegar a ser muy populares, especialmente los que ofrecen algún tipo de guía que ayude a personas a reorientarse. El libro Varella (2015), podría considerarse de este tipo, en la medida en que articula contradicciones de la vida cotidiana, como trabajo y placer, esfuerzo y ocio, auto-control y éxtasis, así como exigencias profesionales con tiempo para sí mismo. En el libro, la corrida es propuesta como una forma de resolver conflictos que se presentan en la vida cotidiana de las personas de clase media, que buscan confluir de sus vidas cotidianas con el espíritu tranquilo.

La cultura terapéutica integra las concepciones del *self* en contextos de estructuras prácticas, como es el caso de la práctica de la corrida, teniendo así amplia penetración. La construcción discursiva a respecto de aceptar un proceso sacrificial, tiene que ver con un uso del dolor, una transformación del mismo en términos productivos, lo cual a su vez, se asocia con un carácter no sólo de fortaleza moral, sino también de responsabilidad individual. La corrida es una experiencia que se construye como transformativa.

Los blogs de corredores resultan otra forma de promover estas narrativas. A continuación me propongo extraer algunos fragmentos de un artículo de la revista

Runner's (abril, 2016), a respecto de un blog llamado *Divas*, donde se narran experiencias de reorganización del *self* a partir del inicio e incorporación discursiva de la práctica.

"O começo de uma grande mudança: a corrida mudou o corpo e a vida de Giselli. Agora, com o blog Divas que Correm, ela quer transformar a realidade de centenas de mulheres."

"Estava sem emprego, acima do peso e sem amigas. Comecei a entrar em depressão. A comida se tornou uma válvula de escape, e o peso de Fabi não parava de subir. Até que uma amiga a chamou para correr os 5km da Night Run e ela foi: caminhou, sofreu, mas chegou lá. E não parou mais (...) Hoje estou satisfeita comigo, de corpo e mente"

"Fico muito feliz em perceber que a corrida é um esporte transformador" Giselli conta que a mudança não é só na parte estética, mas no estilo de vida. "Muitas atletas eram introspectivas, mas no Divas fizeram novas amizades. Algumas tinham depressão, e com a corrida e as amizades puderam dispensar a medicação. Inúmeras recuperaram a autoestima", conta.

"Estou mais magra, mais disposta e confiante. Eu me encontrei."

En estos términos, la construcción narrativa de autorrealización, que caracteriza la práctica de corrida, ha tomado gran impacto entre clases medias profesionales, proporcionando discursos de autoayuda que preformativamente van creando la realidad que relatan, vendiendo la ilusión de un cuerpo y una subjetividad modificable.

Según Foucault (1999) y Rose (1999) el neoliberalismo crea formas de gobierno que operan en el mismo camino que el libre mercado, o sea las personas realmente se transforman en sus propios gobernadores, con la expectativa de que tome una decisión racional en función de conocimientos previos. En este mismo sentido, la habilidad de tener una buena salud mental, de encontrar paz de espíritu, parece depender de la toma de decisiones personales, de la capacidad de auto gestión.

En este sentido, podemos afirmar que la construcción del cuerpo dxl corredor/a, no solo va de la mano con el paradigma de autorrealización, sino también que ambos se retroalimentan y se fusionan discursivamente bajo la ilusión de un cuerpo-self siempre en movimiento. El mercado ofrece una serie de servicios y productos (libros, revistas y slogans) que no sólo son formas de enseñar caminos de autorrealización, además son manuales que organizan performativamente las experiencias de "ser hombre" o "ser mujer". Así, en las competencias además de estar divididas en categorías que separan en dos géneros (masculino-femenino), es común que se sorteen productos de belleza femeninos, productos, masajes o estadías en spas. Veamos como ejemplo el título de un

artículo de la revista *Contra Relógio* (año 19), titulado "Elas gostam de mimos: jogada mercadológica ou opção para iniciar na corrida? Com kits luxuosos e serviços diretamente direcionados ao público feminino, as provas exclusivas para mulheres atraem as corredoras, principalmente as iniciantes".

Mientras que las justificaciones para practicar corrida entre hombres suelen asociarse a un camino de envejecimiento caracterizado por la elección de un estilo de vida orientado por buenos hábitos de salud, (que, como analizábamos en la primera parte del texto, se construyen en oposición a otros hábitos "negativos"); los relatos y narrativas relacionados a la corrida entre mujeres, así como el conjunto de servicios orientados a la promoción de esta, se dirigen con mayor intensidad a un componente estético y la procura de autoestima vinculada a la posibilidad de pérdida de kilos. La transformación, se relaciona a factores estéticos en primera instancia, e inmediatamente emocionales.

La actividad física es relatada como la conjunción entre beneficios para la prevención de dolencias y sensación subjetiva de bien estar. En este sentido, la autoestima es considerada como un valor fundamental, y más una vez, como responsabilidad de cada uno. En estos términos, Mira (2001), afirma que una vez que el cuerpo se torna espacio privilegiado para la negociación de las diferentes identidades, recuperar la autoestima es antes que nada recuperar el propio cuerpo. Es en él que el suceso y fracaso son negociados.

En línea con lo establecido por Mira (2001) se presentan dos tendencias en las revistas brasileras de autoayuda: el ejercicio físico y la dieta alimenticia son representadas como puntos de confluencia entre un cuerpo bonito (delgado), que no tiene problemas de salud ni depresión. La obesidad, asociada a la no actividad y alimentación no saludable, representan en este locus discursivo el gran mal de la sociedad sedentaria. Como consecuencia política, el obeso encuentra dificultades para encontrar aceptación, busca constantemente recuperar la auto estima, mientras que otros adelgazan hasta quedar enfermos.

Un dato que resulta ilustrativo de esta vinculación entre el ejercicio físico, la alimentación y los textos de autoayuda, es que una de las mayores demandas por esta literatura es constituida por millones de personas obesas, que desean adelgazar. En Brasil

los dos libros que dan inicio a la cultura literaria de auto ayuda son *Complexo de Cinderela*<sup>39</sup>, sobre cuestión femenina, y *Só é gordo quem quer*<sup>40</sup>. (MIRA, 2001).

En relación con lo expuesto, podemos identificar una asociación discursiva que es reproducida entre terapia psicológica contra el estrés ("bienestar psicológico"), con la realización de actividad física. Esta relación se encuentra fusionada con lenguaje médico que argumenta la sensación de bienestar en términos orgánicos, referente a la afirmación de que está comprobado por la medicina que con la realización de ejercicio físico, se liberan endorfinas y melatoninas, que generan la sensación de bienestar.

Durante un entrenamiento semanal, participando ya en el segundo grupo de corrida, María afirmaba al entrenador que últimamente se sentía muy cansada debido a las exigencias académicas (ya que se encuentra a pocos días de cualificar para su doctorado), y que de hecho no estaba consiguiendo dormir bien. Como respuesta el entrenador insistió en que no podía parar de correr, porque era importante la liberación de endorfinas y melatoninas para sentirse bien, y que estaba "comprobado" que la corrida era un ejercicio eficiente para la liberación de las mismas.

Já nos primeiros treinos, experimentei o impacto do exercício aeróbico no condicionamento físico. Perdi dois ou três quilos que não me faziam falta, ganhei músculos nas pernas, folego para subir escadas, mais disposição para enfrentar as atividades diárias, descobri o prazer que um humilde banquinho de madeira pode proporcionar ao corpo cansado e o alívio dolorido que a cama traz à musculatura das pernas, à noite.

O ganho mais surpreendente, porém, veio do lado psicológico. A sensação de paz que se instalava no fim das corridas deixava rastros pelo resto do dia. Já no banho da manhã, quando eu pensava nos compromissos que me aguardavam, tinha certeza de que seria capaz de cumpri-los. Consegui controlar melhor a ansiedade e a agitação da vida atribulada que sempre levei, tornei-me mais confiante e disciplinado. Ganhei serenidade.

Por outro lado, senti na carne o tormento que é levantar da cama de madrugada para correr. Passados mais de vinte anos, meu primeiro quilometro ainda é dominado por um único pensamento: não há o que justifique um homem passar pelo que estou passando. Existe sofrimento mais atroz do que deixar a cama quente, no horário em que o sono é mais arrebatador, vestir o calão, a camiseta e calçar o tênis para sair correndo? (VARELLA, 2015, p. 21)

---

<sup>39</sup> Collete Dowling,. *Complexo de Cinderela* - 3ª Ed. São Paulo: Melhoramentos, 2012.

<sup>40</sup> João Uchôa Jr. *Só é gordo quem quer: emagrecimento* 12ª Ed. Rio de Janeiro: Editora Guanabara dois S.A, 1986.

\*\*\*\*

Conforme lo planteado, en la corrida se produce dos formas de dolor. Por un lado la superación del sacrificio causado por la realización del esfuerzo y desgaste que implican los entrenamientos, constituyendo una forma no sólo de fortalecimiento corporal, sino también anímico. Por otro, el miedo ante la posibilidad del dolor ocasionado por una lesión parece ser un miedo ante la pérdida de control de ese cuerpo, que ya no puede realizar la actividad, colocando en riesgo las formas de percepción de sí mismo.

El dolor auto buscado, considerando su carácter social y discursivo, (LE BRETON, 1999) es vivido como algo extraño, como una forma de romper con la cotidianeidad del goce. Por ese motivo, el dolor sería un momento de la existencia en que el individuo confirmaría la impresión de que su cuerpo le es extraño. Le Breton afirma que no existe dolor sin sufrimiento, es decir, "sin significado afectivo que traduzca el desplazamiento de un fenómeno fisiológico al centro de la conciencia moral del individuo" (LE BRETON, 1999, p.12). El dolor es interpretado por el autor como una defensa contra la hostilidad del mundo, siendo que la lucha contra este y su superación recuerdan al individuo el precio de la existencia, resultando la manifestación más notable encontrada en la ideología del Progreso.

Ahora bien, ¿cómo interpretar, desde esta perspectiva, la realización de una práctica que implica la búsqueda del dolor corporal mediante sistemáticos estímulos de su esfuerzo?

É no silêncio da corrida que me encontro comigo mesmo. Passo uma, duas horas, sem falar nem ouvir os outros, atento ao ritmo da respiração, ás contrações dos músculos da perna, ás pisadas, ás mudanças de velocidade e ás dores que porventura apareçam, contato com o corpo impossível de manter durante os afazeres diários. (VARELLA, 2015, p. 100)

Es mediante el dolor que el sujeto parece ser consciente de su existencia corporal, lo cual nos lleva a preguntarnos, ¿por qué? Los sujetos, afirma Le Breton, atribuyen al dolor un sentido y un valor diferente según las orientaciones colectivas propias del medio en que viven, por lo cual, entre un contexto social y otro los sujetos no sufren del mismo modo ni en el mismo momento. Considerando que toda sociedad le confiere sentidos y valores a diferentes formas de dolor, podemos ver que lo que llamamos como "dolor

normal", y particularmente la incorporación de las habilidades necesarias para su superación, son percibidas como un criterio diferenciador de fortaleza física y moral.

En diálogo con una investigación realizada por Gonçalvez, Turelli y Fernandez Vaz (2012), quienes analizan los dispositivos de subjetivación presentes en la realización de tres prácticas deportivas (atletismo, ballet y lucha), podemos afirmar que el dolor, como ensayo de aproximaciones a la muerte, al mismo tiempo que se torna necesario para el fortalecimiento del cuerpo, debe por eso mismo ser soportado, ignorado y a veces transformado en fuente de goce. En la práctica de corrida, el goce es encontrado en la superación del dolor. Las prácticas de consumo como esta, dirigida a un público de clase media, contribuyen a la construcción de subjetividades que buscan placer mediante la superación del dolor, o mejor, que valoran positivamente la búsqueda de placer mediante la superación del sacrificio causado por el dolor del esfuerzo físico.

Podríamos decir que la preparación del cuerpo para la realización de deporte, se produce una legitimación e incorporación en sus vidas cotidianas del sacrificio, no solo en lo que respecta a los dolores causados por las mismas rutinas de estrés que son infringidas en los entrenamientos, sino también por los regímenes de dietas que son incorporadas. Trazar los límites entre la influencia del carácter religioso que este proceso de sacrificio encuentra en nuestro contexto de investigación supera los objetivos que nos hemos trazado, por lo que nuestras reflexiones toman un carácter ensayístico, y quedan planteadas como preguntas para continuar trabajando.

Conforme Foucault (1996), esa capacidad de conocernos a nosotros mismos como sujetos, de ponernos a nosotros mismos en cuestión, o en otras palabras, la noción misma de sujeto, surge como resultado de determinada forma de reorganización del poder sobre la vida cotidiana, que desde finales del siglo XVII pasa de ser organizada en gran medida por el cristianismo en torno de la confesión, a una forma de gestión más administrativa que religiosa. En palabras del autor (1996, p. 130):

El mal minúsculo de la miseria y de la falta ya no es reenviado al cielo por la confidencia apenas audible de la confesión sino que se acumula en la tierra bajo la forma de trazos escritos. Se establece así otro tipo muy diferente de relaciones entre el poder, el discurso y lo cotidiano, una manera muy diferente de regir este último y de formularlo. Nace una nueva puesta en escena de la vida diaria.

Esta verbalización de los sufrimientos cotidianos, de personas que hasta el momento no resultaban interesantes, o importantes para el poder soberano ya que no mostraban relatos heroicos, pasan a ser visibles, sus formas de vida se constituyen como objeto de interés. La masa de gente que hasta entonces se encontraba anónima comienza a hablar públicamente sobre sí misma, mediante un dispositivo de poder que hace aparecer sus pasiones e intereses, lo cual proporcionó la posibilidad de intervención soberana. A partir de entonces se constituyen nuevos saberes que se interconectan para decir verdades sobre las vidas cotidianas.

En esta línea de análisis, Courtine (1995) propone interesantes reflexiones genealógicas acerca de las interconexiones entre religión, salud y comercio, para entender como en los Estados Unidos, surge el narcicismo. El autor propone que para comprender el tipo de racionalidad que caracteriza las prácticas de trabajo corporal, es necesario remitirse a los controles negativos que caracterizaron las prácticas religiosas de los orígenes del puritanismo americano, y que pasan por una progresiva secularización para mutar a formas de potencialización de auto gobierno. Así, concluye que el pensamiento moral y religioso establecieron en Estados Unidos los fundamentos psicológicos de la era deportiva, mientras que el discurso científico establece sus bases metodológicas.

Las posibilidades de trabajo con el dolor que proporciona la corrida como práctica formadora de sujetos que se responsabilizan a sí mismos por potenciar sus capacidades corporales y psicológicas, los llevan a introducirse en caminos que podemos llamar de sacrificio, de preparación para superar el dolor y sobre todo, transformarlo en fuente de recompensas. En este contexto, el trabajo con el dolor, la capacidad de auto sacrificio se construye como un criterio diferenciador en términos de capacitismo, reproduciéndose una matriz normativa que posiciona cuerpos en diferentes lugares.

Queremos ahora adentrarnos sobre algunas consecuencias políticas que esto tiene, para lo cual la propuesta de Adrián Scribano (2007) resulta un insumo apropiado. Preocupado con la problemática de la corporalidad y la relación de la misma con las construcciones subjetivas, el autor propone un marco epistemológico y teórico que articula reflexiones provenientes de la Sociología del cuerpo, la Sociología de las emociones y Crítica ideológica (sobre todo de origen marxiano), para pensar y hacer visibles como se entrecruzan lo que llama como *políticas de energías corporales*.

En esta línea, afirma que internacionalmente (y América Latina acompaña) se transitan procesos de vigilancia pos-colonial caracterizados por la expansión de un aparato extractivo de aire, agua, tierra y energía -sobre todo corporal-, la producción y manejo de dispositivos de regulación de las sensaciones y mecanismos de soportabilidad social; y una militarización represiva que se expande por el globo.

Considerando el cuerpo como locus de conflictividad y orden, en tanto lugar por donde pasan las lógicas de antagonismos contemporáneos, y dando por presupuesta la existencia de una economía política de la moral (en términos de modos de sensibilidad, de prácticas y de representaciones que ponen en palabras la dominación) define por un lado los *mecanismos de soportabilidad social* como "conjunto de prácticas hechas cuerpo que se orientan a la evitación sistemática del conflicto social", y los *dispositivos de regulación de las sensaciones*, por otro, como "procesos de selección, clasificación y elaboración de las percepciones socialmente determinadas y distribuidas" (SCRIBANO, 2007, p. 3)

Parfraseando a Scribano (2007) las formas de dolor social son modos desapercibidos de incorporación de las maneras percibidas de enfrentar los resultados de prácticas de dominación. En estos términos, podemos pensar el dolor social como una violencia epistémica y simbólica que, cruzado por el mundo cognitivo y la sensibilidad, dice como es el mundo y prepara a los sujetos para aceptarlo, teniendo efectos sobre la materialización diferenciada de las corporalidades.

A partir de estas ideas podemos pensar como la construcción discursiva del dolor, y las formas de lidiar con el mismo, contribuyen a la reproducción normativa de jerarquías que valorizan cuerpos fuertes, cuerpos capaces de auto gestionar la superación del dolor, representados en cuerpos de deportistas. De esta forma, lidiar con el dolor, o aprender a transformarlo en fuente de placer, se transforma en un capital discursivo incorporado en las subjetividades de quienes practican corrida, contribuyendo a construir cuerpos y personalidades consideradas fuertes. En torno a soportar el dolor, a la incorporación auto buscada del sacrificio, se construye una malla normativa que valora positivamente a quienes lo siguen, conformándose todo un mercado de consumo de servicios y productos disponibles para quienes quieren y pueden seguir ese proyecto de vida.

Tomando a Scribano (2007), podemos afirmar que mientras en algunos sectores sociales el dolor "hace callo", es decir, es aceptado, llevando a las personas a convivir con resignación con el dolor, con el sacrificio; en otros contextos, de clase media y sobre todo

profesional, el dolor es buscado, planeado y organizado, siendo el placer encontrado en su superación "clave para ser libre, para ser feliz". Las posibilidades discursivas de narrar la experiencia de sacrificio se transforman así en un capital que posiciona a los sujetos en diferentes situaciones de oportunidad.

## **CONSIDERACIONES FINALES**

**Corriendo metas: autogestión de una corporalidad emprendedora.**

Iniciamos este trabajo destacando la importancia que el fenómeno de la corrida de calle ha tomado en los contextos urbanos actuales, dando a conocer lo que Andrade de Melo (2011) ha llamado como "fiebre de corrida de calle". Considerando el cuerpo del corredor, la corredora como un locus estratégico para reflexionar acerca de las corporalidades y subjetividades actuales, emprendimos una investigación etnográfica guiados por el objetivo de analizar e interpretar la construcción de determinado tipo de subjetividad asociado a la práctica de corrida, interesados particularmente en los posibles diálogos con un tipo de sujeto que llamamos de neoliberal.

Queremos finalizar este texto presentando e identificando puntos de encuentro entre las configuraciones típicas (WEBER, 2006) de la figura clave del neoliberalismo (el hombre-empresa), y el corredor/la corredora. Lo que caracteriza al primero es la incorporación de un tipo de "psicología" de emprendedor, marcada por la ambición social, la ingeniosidad, la creación de nuevos productos y empresas así como de oportunidades y necesidad (LIMA, 2010, p.166) El comportamiento del emprendedor presupone la incorporación de factores subjetivos como la fuerza de voluntad y la motivación, constituyendo un elemento cultural en el cual los individuos no apenas definen el mundo, sino que lo gerencian mediante estrategias y actividades. La auto gestión que caracteriza estos nuevos procesos productivos significa un incremento del auto control o, lo que es lo mismo, la internalización de una cultura empresarial que presupone involucramiento personal y altos niveles de motivación. Conforme afirma Lima (2010, p 171):

O trabalhador, empresário e patrão de si mesmo, torna-se responsável por sua reprodução social, pagando por sua conta, taxas e impostos para ter acesso a serviços sociais, sejam estatais, sejam privados. Para sobreviver no mercado, depende ainda da busca de formação e atualização contínua, adaptabilidade às novas tecnologias, capacidade de inovar e se mostrar atento às mudanças, enfim, tornar-se flexível, aberto aos novos desafios.

Lo que caracteriza este sujeto emprendedor es su capacidad de auto gestión (ROSE, 2007). Se trata de sujetos totalmente auto involucrados y llevados por un deseo de autorrealización (DARDOT; LAVEL, 2013), además de ser altamente proactivos. (LANDA, 2014). Estas características, como argumentamos a lo largo del texto, son típicas de lxs corredorxs. La capacidad de tornarse flexible ante nuevos desafíos, caracterizan el capital discursivo incorporado por quienes "pegan el vicio" por correr.

Para facilitar el análisis distinguimos la capacidad de autogestión en tres dimensiones (cuyas fronteras no existen con precisión en la realidad) que conformaron las secciones de la disertación: (a) autogestión de la salud y el bien estar; (b) auto gestión motivacional y competitiva; (c) autogestión del placer, a partir del trabajo con el dolor.

*Autogestión de la salud* supone una reconversión de los hábitos diarios para la adopción de un "estilo de vida saludable", comportando una manera de representar el cuerpo en términos somáticos y de riesgos, percepción que significa por su vez un tipo de comportamiento orientado hacia el futuro. En torno de esta elección por la responsabilidad personal se forja toda una estructura moral que problematiza los cuerpos que no se adaptan a este modelo, representados como cuerpos peligro.

*Autogestión motivacional y competitiva*, se representa ante la idea de "tomar gusto" por la competencia consigo mismo, haciendo referencia a la constante persecución de desafíos. El cuerpo es tomado como objeto de superación de límites que se encuentran siempre en procesos de renovación, lo cual supone la creencia en el progreso infinito. En este contexto, la energía corporal se toma como un recurso limitado que debe ser gestionado para alcanzar los mayores niveles de eficiencia, debiendo renovarse constantemente.

*Autogestión del placer* comporta la incorporación de habilidades para la superación del dolor causado por la realización del esfuerzo y desgaste físico, así como el miedo ante la posibilidad de lesionar el cuerpo, lo que representa la posibilidad de un distanciamiento de la práctica. La construcción discursiva del dolor y las formas de lidiar con el mismo contribuyen a la reproducción normativa de jerarquías que valorizan cuerpos fuertes y capaces de auto gestionar la superación del dolor, fortaleciendo una malla normativa que valoriza positivamente a quienes lo siguen.

Las competencias que mencionamos tienen un alto valor en el actual modelo informacional de empresa, garantizando docilidad política de los cuerpos en línea directa con los requisitos de la productividad flexible (LANDA, 2011b). Conforme Landa (2011b), en el marco de las lógicas de gestión del paradigma del *Management*, se ponen en funcionamiento un conjunto de tecnologías y mecanismos orientados a garantizar la objetivación y la interiorización de imperativos productivos de la empresa por parte de empleados, lo cual produce mecanismos que la autora define como *management corporal*, entendido como una nueva lógica de gestión encarnada en diversos dispositivos

que basan su modalidad de funcionamiento en una regulación continua de las energías corporales.

Queremos concluir que en este contexto cultural del *management* empresarial, tendiente a transformar a los individuos en sujetos-capital (FARIAS DE VASCONCELOS, 2015), la corrida constituye una biopedagogía inclinada a aumentar el auto gobierno de las conductas, de los movimientos corporales, de las subjetividades. Una vez que resulta preciso formar capital de competencia, en un contexto de formación social con base en el modelo de la empresa, la corrida se construye como una práctica de organización de la corporalidad y la subjetividad en función de una forma empresarial de racionalidad. Cada movimiento corporal es pensado y corregido para obtener los mayores beneficios, percibidos como placer o emoción por alcanzar las metas propuestas. Los músculos también son percibidos desde esta misma lógica, bajo una estética que los valoriza positivamente si contribuyen a mejorar tiempos o aumentar distancias. Son identificados como recursos moldeables para atinjar objetivos, y son cuestionados cuando no se adaptan a los mismos.

La corrida comporta entonces una tecnología de organización de la corporalidad en la cual confluyen diferentes formas de conocimiento, instituciones, manifestaciones de mercado, discursos médicos, cimentando una subjetividad en función de una forma empresarial de racionalidad. El corredor o la corredora, se materializa como un híbrido de formas discursivas y performáticas que dicen como los sujetos deben conducirse consigo mismos y con los otros, a respecto de la salud, la alimentación, la competencia, el desempeño, el dolor y el placer. Así, discursos e instituciones del ámbito laboral, de la salud y entretenimiento se fusionan, amarrando al sujeto entre esas esferas cuyos límites se encuentran cada vez más difusos. El éxito laboral, en la salud y en la corrida se encuentran fusionados y percibidos como mutuamente dependientes.

A partir del estudio de una práctica deportiva y de su historia podemos pensar sobre diferentes formas de construir diferencias, y cómo diferentes discursos pueden fusionarse en esta dirección, ya que, como hemos argumentado a lo largo del texto, la adopción de este modelo implica formas de inclusión o exclusión de las personas en los mercados de empleo. En un contexto donde corporalidades e identificaciones se encuentran cada vez más amalgamadas discursivamente, el análisis crítico de las experiencias cotidianas, de los entretenimientos o hobbies elegidos por las personas nos permiten pensar sobre los sujetos que nuestra sociedad actual demanda. En esta línea, la

incorporación de tecnología, para el registro y control del desempeño, que contribuyen a lo que llamamos como *virtualización del cuerpo*, (promovido por el uso de aplicativos de registro y control) se encuentran presentes tanto en el ámbito laboral (TILL, 2014), en el campo de la salud (LUPTON, 2013) como en las prácticas deportivas. La digitalización de la performance abarca gran parte de la vida cotidiana, generando diferencias entre aquellos que consiguen y quieren seguir esta actualización constante y por tanto pasan por procesos de interiorización de esta forma de lenguaje en códigos. La corporalización digital mediante utilización de plataformas virtuales, reconfigura las formas de representación de sí mismos, lo cual implica nuevas formas de gobierno (ROSE, 2012), que queremos continuar problematizando en futuras investigaciones.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALLEN COLLINSON, Jacquelyn. 'Working out' identity: distance runners and the management of disrupted identity. **Leisure Studies**, v. 26, n. 4, p. 381-398, 2007. Disponible en: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02614360601053384?journalCode=rlst20>, Acceso en 31 ene. 2017.

ANDRADE DE MELO, Vítor. O corpo esportivo nas searas tupiniquins: panorama histórico. In: DEL PRIORE, Mary; AMANTINO, Marcia. (Org.). **História do corpo no Brasil**. São Paulo: Editora Unesp. 2011, p. 507-529.

BECK, Ulrich. **La sociedad del riesgo: hacia una nueva Modernidad**. 1 ed. Buenos Aires: Paidós, 1998. 305 p.

BOLTANSKY, Luc; CHIAPELLO, Ève. Introducción general: del espíritu del capitalismo y del papel de la crítica. In BOLTANSKY, Luc; CHIAPELLO, Ève. **El nuevo espíritu del Capitalismo**. Madrid: Editoria Akal, 2002, p. 1-57. Disponible en: <http://www.sindominio.net/biblioweb-old/pensamiento/boltanski/boltanski.pdf>. Acceso 26 jan. 2017.

BRIDEL, William F. "**Finish... Whatever it Takes**" **Considering Pain and Pleasure in the Ironman Triathlon: A Socio-Cultural Analysis**. 2010. 303 p. Thesis (for the degree of Doctor of Philosophy) Queen's University Kingston, Ontario, Canada.

BUTLER, Judith. **Cuerpos que importan: sobre los límites materiales y discursivos del "sexo"**. 1ª Ed. Buenos Aires: Paidós, 2002, 345 p.

CASTELLS, Manuel. **A Sociedade em Rede. V1: Era da Informação: economia, sociedade e cultura**. 6. São Paulo: Paz e Terra, 2007. 698 p.

COOPER AEROBICS: HEALTH AND WELLNESS. **Get cooperized**. Disponível em: <<http://www.cooperaerobics.com/default.aspx>>. Acesso em: 03 mai. 2016.

COOPER, Keneth H. **Aeróbicos: Ejercicios Aeróbicos**. México: Editorial Diana, S.A, 1970.

COOPER, Kenneth H. **The New Aerobics**. New York: Evans and Company, 1970b.

COOPER, Kenneth H. **Método Cooper para a mulher**. Rio de Janeiro: Forum Editora Ltda, 1972, 140 p.

COURTINE, Jean-Jacques. Os stakhanovistas do narcisismo. Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In SANT'ANA, Denise Bernuzzi. (Org.) **Política do corpo: elementos para uma história das práticas corporais**. São Paulo: estação Liberdade, 1995, p. 81-114.

DALARI, Martha. M. **Corrida de rua: um fenômeno sociocultural contemporâneo**. 2009. 129 p. Tese (Doutorado em Educação) –Faculdade de Educação; Universidade de São Paulo.

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. **The new way of the world: on neoliberal society**. 1 ed. London: Verso, 2013, 360 p.

DELOITTE. **Muito além do futebol: estudo sobre esportes no Brasil**. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/Pesquisa\_Esportes\_Deloitte\_2011.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2016.

DE SOUZA NOVAES, Varlei. **O híbrido paraolímpico: ressignificando o corpo do atleta com deficiência a partir de práticas tecnologicamente potencializadas**. 2006. 155 f. Dissertação (Mestre em Ciências do Movimento Humano) Universidad Federal de Rio Grande do Sul- UFRGS- Escola de Educação Física, Porto Alegre.

ELÍAS, Norbert.; DUNNING, Eric. **Deporte y ocio en el proceso de la civilización**. Madrid: F.C.E, 1992, 341 p.

ELÍAS, Norbert. **El proceso de la civilización: Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas**. Madrid: Departamento de Producción del F.C.E, 1987, 582 p. Disponible en [http://ddooss.org/libros/Norbert\\_Elias.pdf](http://ddooss.org/libros/Norbert_Elias.pdf). Acesso en: 26 abr. 2016.

FARIA DE VASCONCELOS, Michele de Freitas. Cuidado com corpos: um olhar (de gênero) para políticas de saúde. **Estudos Feministas**. Florianópolis, v. 23, n. 2, p. 371-388, maio/agosto 2015. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/38863/29343>> Acesso em: 20 jun.2016.

- FERNANDES, José L. **Atletismo: corridas**. 3 ed. São Paulo: EPU, 1979, 121 p.
- FERNANDEZ VAZ, Alexandre. Treinar o corpo, dominar a Natureza: notas para uma análise do esporte com base no treinamento corporal. **Cadernos Cedes**, ano XIX, nº48, p. 89-108, 1999. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ccedes/v19n48/v1948a06.pdf>>. Acesso em: 14 jul.2015.
- FONDA, Jane. **Meu livro de boa forma**. São Paulo: Círculo do livro S.A, 1981, 254 p.
- FOUCAULT, Michel. **Nacimiento de la Biopolítica: Curso en el Collège de France (1978-1979)**. 1 ed. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2007, 401 p.
- FOUCAULT, Michel. **Em defesa da Sociedade: curso no Collège de France (1975-1976)**. São Paulo: Martins Fontes, 1999, 382 p.
- FOUCAULT, Michel. **La vida de los hombres infames**. La Plata: Editorial Altamira, 1996, 219 p.
- FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. 27a ed. Petrópolis: Vozes, 1987, 288 p.
- GARCÍA FERRANDO, Manuel; PUIG, Núria; LAGARDERA, Fco. **Sociología del deporte**. 2 ed. MADRID: ALIANZA, 2002. 334 p.
- GAYAGAYA, Adroaldo. Será o corpo humano obsoleto? **Sociologias**, Porto Alegre, v. 7, n. 13, p. 324-337, jan. 2005.
- GIDDENS, Anthony. **Modernidade e Identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor Ltda., 2002, 295 p.
- GIDDENS, Anthony. **Consecuencias de la modernidad**. 1 ed. Madrid: Alianza Editorial, 1990. 166 p.
- GONÇALVES, Michelle C, TURELLI, Fabiana C, FERNANDEZ VAZ, Alexandre. Corpos, dores, subjetivações: notas de pesquisa no esporte, na luta, no balé. **Movimento**, [Porto Alegre], v 18, n 3, p. 141-148, jul/set. 2012. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/27166>, acesso em: 31 jan. 2017.
- GONZÁLEZ, Mahira; GROPOSO, Lucía; IRAGOLA, Valentina. De jóvenes, cuerpos y subjetividades. **Àskesis**, [São Carlos], v. 4, n. 2, p. 130-143, 2015. Disponível

em:<<http://www.revistaaskesis.ufscar.br/index.php/askesis/article/view/39/pdf>>. Acesso em: 12 jan. 2017.

HARAWAY, Donna. **Simians, Cyborgs, and Women**. 1 ed. New York: Routledge, 1991, 287 p.

ILLOUZ, Eva. **Erotismo de autoayuda**. Buenos Aires: Katz Editores, 2014, 124 p.

ILLOUZ, Eva. **O amor nos temos do capitalismo**. Rio de Janeiro: Zahar, 2011, 184 p

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFÍA E ESTATÍSTICA. **Censo demográfico 2010**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/>>. Acesso em: 10 jan. 2017.

KERNAZES, Dean. **50 Marathons in 50 days: the secrets to super endurance**. Australia: Allen & Unwin, 2008, 304 p.

KRAKOWSKI CHAZANCHAZAN, Lilian. O corpo transparente e o panóptico expandido: considerações sobre as tecnologias de imagem nas reconfigurações da pessoa contemporânea. **Rev. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.13, n.1, p.193-214, 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/physis/v13n1/a09v13n1.pdf>>. Acesso em: 31 jan. 2017.

LANDA, María I.; LEITE JR, Jorge; TORRANO, Andrea. Gestão da mostrosidade: os corpos do obeso e do zumbi. In BONELLI, Maria da Gloria; DIAZ VILLEGAS, Martha (Orgs.) **Sociologia e mudança social no Brasil e na Argentina**. São Carlos, Compacta Gráfica e Editora, 2013, 340 p.

LANDA, María I. La sonrisa del éxito: figuraciones de una subjetividad exigida. In. **Arxius de Sociologia**, n. 30, jul/2014, p 153-168. Disponible en: <file:///C:/Users/user/Downloads/landa%20sonrisa%20del%20%C3%A9xito.pdf>. Acceso en: 13 jun. 2016.

LANDA, María I. **Las tramas culturales del Fitness en Argentina: los cuerpos activos del ethos empresarial emergente**. 2011. 344 f. Tese (Estudios de Doctorado en Teoría Literaria y Literatura Comparada) Facultad de Filosofía y Letras, Universitat Autònoma de Barcelona, Barcelona.

LANDA, María I.; MARENGO, Leonardo G. El cuerpo del trabajo en el capitalismo flexible: lógicas empresariales de gestión de energías y emociones. In. **Cuadernos de Relaciones Laborales**, v. 29, n. 1, p. 177-199, 2011b. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/CRLA/article/viewFile/36191/35056>. Acceso en: 14 jun. 2016.

LE BRETON, David. **Antropología del dolor**. Barcelona: Editorial Seix Barral, S.A, Córcega, 1999, 287 p.

LIMA, Jacob C. Participação, empreendedorismo e autogestão: uma nova cultura do trabalho? In **Sociologias**, Porto Alegre, v. 12, n 25, p. 158-198, set./dez. 2010. Disponível em <https://www.google.com.br/search?q=sinonimo+de+a+partir+de+lo+anterior&oq=sinonimo+de+a+partir+de+l&aqs=chrome..69i57j0.10482j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8>. Acesso em: 02 fev. 2017.

LIPOVETSKY, Guilles. **La era del vacío**: ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Barcelona: Editorial Anagrama, S.A, 1986, 220 p.

LUPTON, Deborah. The Digital Cyborg Assemblage: Haraway's Cyborg Theory and the New Digital Health Technologies (preprint) In COLLYER, F. (ed) (forthcoming), **The Handbook of Social Theory for the Sociology of Health and Medicine**. Houndmills: Palgrave Macmillan. 2013. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/DonnaHarawypreprint.pdf >. Acesso em: 31 jan. 2017.

MIRA, Maria C. **O leitor e a banca de revistas**: a segmentação no século XX. São Paulo: Olho d'Água/FAPESP, 2001.

MISKOLCI, Richard. Sociologia digital: notas sobre pesquisa na era da conectividade. **Contemporânea**, São Carlos, v. 6, n. 2, p. 275-297, jan. 2012. Disponível em: <file:///c:/users/user/downloads/422-986-1-sm%20(1).pdf>. Acesso em: 17 jan. 2017.

MISKOLCI, Richard. Novas conexões, notas teórico-metodológicas para pesquisas sobre o uso de mídias digitais. **Cronos**: R. Pós-Grad. Ci. Soc.v.12, n.2, p. 9-22, Natal, 2011.

MISKOLCI, Richard. **Corpos elétricos: assujeitamento à estética da existência.** *Estudos feministas*, Florianópolis, v. 14, n. 3, p. 681-693, set. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ref/v14n3/a06v14n3.pdf>>. Acesso em: 25 jan. 2017.

OLIVEIRA, Saulo Neves. **Lazer sério e envelhecimento: loucos por corrida.** 2010. 101 p. Tese (Mestrado) –Faculdade de Educação. Programa de Pós-Graduação em Educação. Universidade Federal de Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.

ORTEGA, Flávio; ZORZANELLI, Sandro. A saúde como salvação: contexto cultural de ascensão do corpo como valor na contemporaneidade. In ORTEGA, Flávio; ZORZANELLI, Sandro. **Corpo em evidência: a ciência e a redefinição do humano.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira. 2010, p. 63-95.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO CARLOS. **História de São Carlos.** Disponível em: <<http://www.saocarlos.sp.gov.br/index.php/historia-da-cidade/115269-historia-de-sao-carlos.html>>. Acesso em: 10 jan. 2017.

RUBIO, Kátia. A dinâmica do Esporte olímpico do século XIX ao XXI. In **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.25, p.83-90, dez. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v25nspe/09.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2016.

RUBIO, Kátia. Jogos Olímpicos da Era Moderna: uma proposta de periodização. In **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.24, n.1, p.55-68, ene/mar. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v24n1/v24n1a06.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2016.

ROSE, Nikolas. **Políticas de la vida. Biomedicina, poder y subjetividad en el siglo XXI.** La Plata: Unipe, 2012, 580 p.

ROSE, Nikolas. **Powers of freedom: reframing political thought.** Cambridge: University Press, 1999, 321 p.

ROSE, Nikolas. **Inventing ourselves: Psychology, power and personhood.** 1. Cambridge: University Press, 1996. 222 p.

SALGADO, José V; CHACON-MIKAIL, Mara P. **Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes.** *Conexões*, Campinas, v. 4, n. 1, p. 100-109, 2006. Disponível em: <<http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637965>>. Acesso em: 19 jan. 2017.

SCOTT, Joan. W. A invisibilidade da experiência. **Proj. História**, [São Paulo], v. 16, p. 297-325, 1998. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/11183-27274-1-SM.PDF>. Acesso em: 13 jan. 2017.

SCRIBANO, A. La Sociedad hecha callo: conflictividad, dolor social y regulación de las sensaciones. In. SCRIBANO, A. (Comp.) Mapeando Interiores. Cuerpo, Conflicto y Sensaciones. CEA-UNC – Jorge Sarmiento Editor, 2007, p. 118-142.

SERRA, Oswaldo; BEOZZO, María. População, grupos étnico-raciais e economia cafeeira: São Carlos, 1907. **Revista brasileira de estudos de população**, [Rio de Janeiro], v. 26, n. 2, p. 197-218, jan. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbepop/v26n2/04.pdf>. Acesso em: 11 jan. 2017.

SHIPWAY, Richard; HOLLOWAY, Immy. Health and the running body: Notes from an ethnography. **International Review for the Sociology of Sport**, [S.L.], v. 51, n. 1, p. 78-96, 2016. Disponível em: <<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1012690213509807>>. Acesso em: 20 jan. 2017.

SIQUEIRA, Paula; STOLZE, Tânia. "Ser afetado", de Jeanne Favret-Saada. **Cadernos de campo**, [S.L.], n. 13, p. 155-161, 2005. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/cadernosdecampo/article/viewFile/50263/54376>>. Acesso em: 13 jan. 2017.

SMITH, Stuart. Athletes, Runners, and Joggers: Participant Group Dynamics in a Sport of "Individuals". **Sociology of Sport Journal** [S L], v. 15, p. 174-192, 1998. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/11183-27274-1-SM.PDF>. Acesso em: 13 jan. 2017.

TILL, Chris. Exercise as Labour: Quantified Self and the Transformation of Exercise into Labour Lilian Krakowski. O corpo transparente e o panóptico extepandido: considerações sobre as tecnologias de imagem nas reconfigurações da pessoa contemporânea. **Societies**, v.4, p.446-462, ago. 2014. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/societies-04-00446%20(2).pdf >. Acesso em: 31 jan. 2017.

VARELLA, Draulio. **Correr: o exercício, a cidade e o desafio da maratona**. São Paulo: Campanha das Letras, 2015, 206 p.

YAIR, Gad. What keeps them running? the 'circle of commitment' of long distance runners. **Leisure studies**, Jerusalém, v.11, n. 3, p.257-270, set. 1992 Disponível em:

<[https://www.researchgate.net/publication/248996694\\_What\\_keeps\\_them\\_running\\_The\\_%27circle\\_of\\_commitment%27\\_of\\_long\\_distance\\_runners](https://www.researchgate.net/publication/248996694_What_keeps_them_running_The_%27circle_of_commitment%27_of_long_distance_runners)>. Acesso em: 17 jan. 2017.

WACQUANT, Loic. **Corpo e alma: notas etnográficas de um aprendiz de boxe**. 1 ed. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2002, 293 p.

WEBER, Max. **A "objetividade" do conhecimento nas ciências sociais**. 1ª ed. São Paulo: Àtica, 2006, 112 p.