

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

VALLERIA ARAUJO DE OLIVEIRA



**A CORPOREIDADE NO CIBERESPAÇO: ESTILO DE VIDA, DOR, SACRIFÍCIO
E FEMINILIDADES DAS MULHERES NA CULTURA DO MÚSCULO**

Brasília
2018

VALLERIA ARAUJO DE OLIVEIRA



**A CORPOREIDADE NO CIBERESPAÇO: ESTILO DE VIDA, DOR, SACRIFÍCIO
E FEMINILIDADES DAS MULHERES NA CULTURA DO MÚSCULO**

Tese apresentada para obtenção do título de Doutora em Educação Física, junto ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade de Brasília, sob a orientação da Profa. Dra. Dulce Maria Filgueira de Almeida.

Brasília

2018

VALLERIA ARAUJO DE OLIVEIRA

**A CORPOREIDADE NO CIBERESPAÇO: ESTILO DE VIDA, DOR, SACRIFÍCIO
E FEMINILIDADES DAS MULHERES NA CULTURA DO MÚSCULO**

Esta tese foi avaliada e aprovada para obtenção do título de doutora em Educação Física no Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade de Brasília, na linha de pesquisa Estudos Sociais e Pedagógicos da Educação Física, Esporte e Lazer

Aprovada pela Banca Examinadora em 08 de junho de 2018.

BANCA EXAMINADORA:

Profa. Dra. Dulce Maria Filgueira de Almeida – FEF/ UNB
Orientadora

Profa. Dra. Júlia Aparecida Devidé Nogueira – FEF/ UNB
Membro Interno

Profa. Dra. Eliane Gonçalves – PPGS/UFG
Membro Externo

Prof. Dra. Aline Nicolino – FEFD/UFG
Membro Externo

Profa. Dra. Ana Márcia Silva – FEFD/UFG
Suplente

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, Fora Temer.

Por conseguinte, agradeço ao Governo Lula por nesses últimos anos proporcionar a ampliação e acesso à Universidade para aqueles e aquelas que como eu, trabalhadores e trabalhadoras, filha de pais que concluíram apenas o Ensino Fundamental, tivessem acesso ao Ensino Superior e a Pós-graduação.

Agradeço a Universidade de Brasília e ao Programa de Pós-graduação em Educação Física por esse momento de crescimento pessoal e formação acadêmica. Meu agradecimento aos funcionários José Carlos e Henrique por toda compreensão e ajuda, à todos os professores e professoras que contribuíram com esse processo, em especial aos professores Marcelo Húngaro e Pedro Athayde.

Minha gratidão ao professor Fernando Mascarenhas, meu primeiro orientador de Iniciação Científica, por me mostrar o mundo da pesquisa. Agradeço seu esforço em submeter projetos e assim oportunizar que estudantes tenham acesso à formação como pesquisadores (as).

À professora e amiga Ana Márcia, agradeço mais uma vez por me ensinar que pesquisa se faz, acima de tudo, com paixão e dedicação – agradeço pela amizade, companheirismo, por ter me ensinado a ter autonomia na escrita e na pesquisa, e por sempre ser tão disponível quando preciso de auxílio.

À Aline Nicolino, professora e amiga, por todo suporte desde a minha graduação, pelos almoços e conversas que me auxiliaram e me inspiraram a escrever sobre a temática dessa tese. Grata por sua amizade e carinho de sempre.

Ao professor Marcelo Húngaro, a quem admiro muito, agradeço pelas contribuições para com o presente trabalho, assim como pelas conversas formadoras para além dos bancos da Universidade. E à professora Júlia Devidé por aceitar prontamente em participar da banca de defesa, e especialmente pela leitura e contribuições que auxiliarão na completude do trabalho.

Agradeço à professora Eliane Gonçalves por mais uma vez contribuir com a minha formação, pois desde o mestrado vem participado das defesas e me auxiliando a pensar às questões de gênero e diversidade.

Agradeço à professora Dulce por ter me orientado e por confiar a mim este trabalho. Sou muito grata a você, Dulce, por compreender todas as minhas limitações que objetivamente me impediam estar mais próxima, por me ajudar na busca de um grande sonho, pela parceria, e por me mostrar os caminhos para superar limitações de minha formação.

Sigo agradecendo àquela que com todo amor sempre cuidou de mim e me proporcionou a oportunidades aos estudos: à você mãe, minha gratidão por ter acreditado nos meus sonhos e ter me dado as condições materiais e todo amor e paz para que eu pudesse realiza-lo.

Aos meus irmãos Pollyana e Alessandro, e minha avó Idê, sou grata por cuidarem de mim, por sempre me mostrar que sou capaz nos momentos de insegurança e me manterem forte. Aos meus sobrinhos: Luaninha, Guilherme e João Lucas – minha gratidão eterna por me mostrarem o que é o amor na sua forma mais pura.

Aos meus amigos e amigas de fé, por todos os momentos de crescimento, firmeza, amizade e amor.

Agradeço ao NECON/ UNB e ao LABPHYSIS/ UFG pelas contribuições para como a minha formação, e aos meus colegas Oromar, Thiago, Jéssica, Islândia, Arthur, Sissilia, Dayse e Reigler por dividirem esse momento de crescimento pessoal e acadêmico, viagens, almoços e companheirismo.

Gostaria de agradecer às manas e ao Bonde pela companhia de sempre, especialmente via aplicativo *WhatsApp* nesse processo solitário que é a escrita. À vocês, Cruvinel, Amandinha, Elis, Dennia, Herika, Karol e Dada, minha gratidão por essa linda amizade. E quem vai nos dizer que no ciberespaço as sociabilidades são rasteiras e vazias diante desse preenchimento?

E a vocês, meus amigos guardiões, por sempre andarem comigo e me dar discernimento para saber distinguir àquilo que vem de Deus, e o que a Ele não

pertence. Um Salve com muito amor aos Caboclos, Eres, Pretos velhos e Exus que me guardam.

RESUMO

Evidencia-se na contemporaneidade a utilização das redes sociais para veiculação de imagens que expressam práticas cotidianas e estilos de vida por meio da exposição de diferentes corpos. Nesse contexto, há também espaço para a mostra / demonstração de corpos musculosos e bem delineados tanto de homens e como de mulheres. Considerando, sobretudo, os corpos femininos, o presente estudo visa compreender a corporeidade de mulheres da cultura do músculo por meio da relação sentido-significado expressa em seus perfis no *Instagram*, que engendram a ressignificação de seus cotidianos e estilos de vida, bem como conformam outros padrões de feminilidade. Para tanto, compreende-se que as redes sociais constituem um espaço de agenciamento de outras formas de sociabilidades, distinguindo-se por disseminar outros padrões de corpo e forjando outras representações acerca de estilos de vida, do ideal de corpo e beleza na sociedade, especificamente na brasileira. A pesquisa foi caracterizada como uma etnografia *online*, pautando-se nesse delineamento consoante a antropologia visual. Desse modo, o nosso campo se conformou pelo *Instagram* e os sujeitos participantes da pesquisa (perfis observados) foi constituído por mulheres, jovens, praticantes de práticas corporais caracterizadas como fisiculturismo, triatlo e *crossfit* da cidade de Goiânia/Centro-Oeste do Brasil. Em razão de limites temporais, bem como do universo de mulheres praticantes na cidade de Goiânia, decidimos por acompanhar, cotidianamente, dez mulheres por meio de seus perfis naquela rede social. As informações que foram foco da interpretação consistiram em vídeos, imagens, fotografias e narrativas publicados através de postagens e que faziam parte da rotina das mulheres selecionadas. Como aporte teórico, contou-se com autores(as) de referência para compreender a temática apresentada na tese, assim como para interpretar as informações obtidas, foram eles (as): Le Breton (2003, 2012, 2013), Stuart Hall (2011), Kathryn Woodward (2000), Erving Goffman (1985), Silvana Goellner (1999,2004), dentre outros(as). O principal resultado alcançado é que os espaços *online* são frutos da construção social nos espaços *off-line*, os quais reforçam e reproduzem padrões e normativas do socialmente aceito, porém há espaços para transgressões. Assim, a análise evidenciou os sentidos atribuídos pelas mulheres em suas postagens à construção corporal como um processo pessoal, isto é, de natureza individual, demarcada pelo esforço, mas que atende, ao tempo em que se conforma e é conformado por estilos de vida que lhe são próprios. Para a construção de suas corporeidades, as mulheres determinam os objetivos a serem alcançados, com intencionalidade, com base em uma ação racional com relação a um fim, e para isso a dor e o sacrifício são aspectos evidenciados e presentes para o próprio reconhecimento social. Por fim, ao adotarem esse outro estilo de vida e outro padrão corporal, essas mulheres podem estar contribuindo para reesignificar o sentido de “feminilidade” por meio de

suas práticas corporais no contexto da cultura do músculo veiculada em redes sociais.

Palavras-chave: Corpo; Cultura do músculo; Feminilidades; Redes sociais; *Instagram*

ABSTRACT

The use of social networks to convey images that express daily practices and lifestyles through the exhibition of different bodies is evidenced in the contemporaneity. In this context, there is also space for the demonstration / exhibition of muscular and well delineated bodies both men and women. Considering mainly the female bodies the present study aims to understand the corporeality of women in muscle culture through the sense-meaning relationship expressed in their profiles in *Instagram*, which engender the re-signification of their daily lives and lifestyles, as well conform other patterns of femininity. Therefore, it is understood that social networks constitute a field of agency as an alternative forms of sociability, distinguishing itself by disseminating other body patterns and forging other representations about lifestyles, the ideal of body and the beauty in society, specifically for Brazilian women. The research was characterized as an online ethnography, based on this delineation according to visual anthropology. As follows, our research field was made on Instagram and the subjects participating in the research (profiles observed) was constituted by young women, practicing of corporal practices characterized as bodybuilding, triathlon and crossfit of the city of Goiânia / Center-West of Brazil. Due to limited time, such as the universe of women practicing in the city of Goiânia, we decided to accompany daily, ten women through their profiles in that social network. The information that was the focus of the interpretation consisted of videos, images, photographs and narratives published through postings that were part of the routine of the selected women.

As a theoretical contribution we counted on reference authors to understand the thematic presented in the thesis, as well as to interpret the information obtained, were: Le Breton (2003, 2012, 2013), Stuart Hall (2011), Kathryn Woodward (2000), Erving Goffman (1985), Silvana Goellner (1999,2004), among others. The main result achieved is that online spaces are production of social construction in off-line spaces, which reinforce and reproduce socially accepted standards and norms. However, there are spaces for transgressions. In consequence, the analysis evidenced the meanings attributed by women in their posts to body building as a personal process, to be exact, of an individual nature demarcated by effort, as long as that meets to the time in which it conforms and is conformed by lifestyles that are single for them. For the construction of their corporeity, women determine the goals to be achieved with intentionality, based on a rational action towards an end, and for this pain and sacrifice are aspects that are evidenced and present for the social recognition itself. Finally, in adopting this different lifestyle and other body pattern, these women may be contributing to build a new meaning of "femininity" through their bodily practices in the context of the muscle culture conveyed in social media.

KEYWORDS: Body; Muscle worship culture; Femininity; Social Media; Instagram

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Imagem 01 – <i>Login</i>	36
Imagem 02 – 12 melhores aplicativos para ganhar seguidores (as)	42
Imagem 03 – “ <i>Ganhei 100 seguidores</i> ”	42
Imagem 04 – “ <i>Me segue, sigo todos de volta</i> ”	43
Imagem 05 – Estilo de vida e esporte	58
Imagem 06 – Filmar incentiva	59
Imagem 07 – Estilo de vida e motivação	60
Imagem 08 – Esforço pessoal	64
Imagem 09 – Autogerenciamento	65
Imagem 10 – “ <i>minhas escolhas</i> ”	66
Imagem 11 – “ <i>Ainda não cheguei onde quero</i> ”	68
Imagem 12 – Produtos que auxiliam	69
Imagem 13 – “ <i>uma sensação avassaladora</i> ”	70
Imagem 14 – Estilo de vida como sinônimo de felicidade	71
Imagem 15 – “ <i>Um sonho</i> ”	71
Imagem 16 – Controle da felicidade	73
Imagem 17 – Sociabilidade	74
Imagem 18 – Amizade que vem da prática corporal	75
Imagem 19 – Café da manhã, lanche e última refeição	78
Imagem 20 – “ <i>Escolhas</i> ”: Frango, ovos e batata doce	79
Imagem 21 – Alimentação e patrocínio	80
Imagem 22 – Alimentação garantida	82
Imagem 23 – Receitas fitness	83
Imagem 24 - Marmita	84
Imagem 25 – “ <i>comida fresquinha fora da vasilha de plástico</i> ”	87
Imagem 26 – “ <i>abasteça sua máquina</i> ”	89
Imagem 27 – 480 g de frango, 92g de batata doce e uma banana	91
Imagem 28 – “ <i>desejando a cinturinha de volta</i> ”	91
Imagem 29 – Suplementos e vitaminas	94

Imagem 30 – Compras do mês	95
Imagem 31 – Restrição alimentar	98
Imagem 32 – Entre músculos e machucados	100
Imagem 33 – “ <i>Não vou parar até o relógio apitar</i> ”	103
Imagem 34 – Marcas do campeonato	104
Imagem 35 – Dor e vontade	105
Imagem 36 – “ <i>levante a tua cabeça e continue a tua jornada</i> ”	105
Imagem 37 – Quartos de volta	108
Imagem 38 – A vontade tem que ser maior que a dor	109
Imagem 39 – Dicotomia corpo e mente	111
Imagem 40 – “ <i>Deliciosa sensação de sofrimento</i> ”	112
Imagem 41 – “ <i>Exija de si mesmo</i> ”	114
Imagem 42 – “ <i>o sacrifício é compensatório</i> ”	115
Imagem 43 – Campeonato Estadual Goiano de Fisiculturismo	120
Imagem 44 – Categoria <i>Women’s Physique</i>	121
Imagem 45 – <i>Shape</i> da 1ª e 2ª colocada da esquerda para a direita ...	122
Imagem 46 – Músculo é coisa de homem?	126
Imagem 47 – “ <i>tá passando</i> ”	128
Imagem 48 – <i>tá ficando igual homem</i>	131
Imagem 49 – Foda-se o padrão	134
Imagem 50 – sem legenda	136
Imagem 51 – “ <i>estilo crossfit</i> ”	140
Imagem 52 – Indumentárias e a cultura do músculo	142
Imagem 53 – Roupa patrocinada	144

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 01 – Práticas Corporais	51
Gráfico 02 – Patrocínios	54
Gráfico 03 – Formação das mulheres da “cultura do músculo”	55
Gráfico 04 – Onde elas comem	86

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – O que se tem pesquisado afinal?	159
QUADRO 2 – Publicações sobre subjetividades, imagem corporal e mulheres	162
QUADRO 3 - Perfil das mulheres da “cultura do músculo	45
QUADRO 4 - Principais Assuntos postados	50
QUADRO 5 – O que elas comem, frequência e porções diárias	85

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	15
CAPÍTULO I	27
DOS PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: COMPREENDENDO UM ESPAÇO DE DIVULGAÇÃO DA CULTURA DO MÚSCULO CONHECIDO COMO <i>INSTAGRAM</i>	27
1.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA.....	27
1.2 <i>LOGIN</i> – INSERÇÃO/ IDA A CAMPO	36
1.3 PERFIL DAS MULHERES DA CULTURA DO MÚSCULO NO <i>INSTAGRAM</i>	41
CAPÍTULO II	49
<i>HABITUS</i> NA CULTURA DO MÚSCULO: UM ESTILO DE VIDA EM FOCO	49
2.1 – ANÁLISE DOS PERFIS DAS MULHERES DA CULTURA DO MÚSCULO	49
2.2 – <i>HABITUS: “TODO DIA É DIA”</i>	56
2.3 “ <i>NUTRIR O CORPO. ABASTEÇER A SUA MÁQUINA!</i> ”	76
CAPÍTULO III	99
DISCIPLINA, DOR E SACRIFÍCIO: “<i>QUE TODAS AS DORES VIREM MÚSCULO</i>”	99
3.1 ESTIGMAS, DOR E SOFRIMENTO: SINAIS DA CULTURA DO MÚSCULO	99
3.2 PAIXÃO PELA RETIDÃO DA PELE: A INDIVIDUALIZAÇÃO DO SACRIFÍCIO	112
MÚSCULO É COISA DE HOMEM?	118
4.1 CORPOS MUSCULOSOS, CORPOS QUE INCOMODAM: FEMINILIDADES EM FOCO	118
4.2 CABELOS, INDUMENTÁRIAS E ACESSÓRIOS: “ <i>A MOCINHA USA LUVINHA</i> ”.....	138
CONSIDERAÇÕES FINAIS	149
REFERÊNCIAS	153
APÊNDICE I	159
QUADRO 1 – O QUE SE TEM PESQUISADO AFINAL?	159
APÊNDICE II	161
QUADRO 2 – PUBLICAÇÕES SOBRE SUBJETIVIDADES, IMAGEM CORPORAL E MULHERES.....	161
APÊNDICE III	164
AUTORIZAÇÕES DAS MULHERES SELECIONADAS VIA INBOX.....	164

INTRODUÇÃO

“O amor não é aquilo que você passa a vida inteira tentando definir. O nome disso é abdômen!” (Janaina, triatleta)

Atualmente o mundo *fitness* vem ganhando mais adeptos (as) e novas práticas corporais. As divulgações dessa nova roupagem, travestida na busca do corpo ideal, vêm sendo difundida em massa nas redes sociais. Dentro dessa lógica pela busca de uma imagem corporal “adequada” a esses padrões da sociedade ocidental, especificamente o Brasil, pouco tem sido pesquisado sobre impactos / limites e possibilidades no que tange às questões subjetivas de mulheres adeptas a práticas corporais que buscam a modificação do corpo.

Com base nessa compreensão, o **objetivo geral** desta tese foi compreender a corporeidade de mulheres da cultura do músculo por meio da relação sentido-significado que engendram a ressignificação de seus cotidianos e estilos de vida, bem como conformam outros padrões de feminilidade tendo como locus de investigação a rede social *Instagram*¹. Parte-se do pressuposto que a corporeidade e a construção da identificação de mulheres adeptas a práticas corporais de alta intensidade, que visa o aumento do volume muscular, bem como a diminuição do percentual de gordura, efetiva-se por meio da relação indivíduo-sociedade, forjando outros estilos de vida e, potencialmente, outro *habitus*.

Especificamente, pretendeu-se: (a) verificar em que medida esses padrões e normas imperam na constituição das subjetividades vinculadas à corporeidade dessas praticantes. (b) Interpretar como se conforma a relação entre a dor e o sacrifício na adesão às práticas corporais das mulheres da cultura do músculo. E,

¹ Perfil: conta de acesso pessoal para publicizar as postagens e conteúdo de interesse do usuário (a).

por último, (c) analisar em que medida às práticas corporais da cultura do músculo constituem a ruptura de padrões corporais tradicionais associados aos papéis de ser homem e ser mulher em nossa sociedade. Todos esses objetivos partiram da apreensão de que muitas vezes a sociedade, regida pelo modelo patriarcal, estabelece regras e creditam que algumas práticas corporais representam a subversão dos comportamentos designados às mulheres.

Visando construir uma justificativa qualificada sobre a temática central da pesquisa, realizou-se um investimento com base em consultas a alguns sítios da Rede Mundial de Computadores (Internet), a fim de verificar o que estava sendo produzido no campo de conhecimento e intervenção pedagógica da Educação Física e em áreas afins. Os resultados apontaram que há escassa produção científica acerca da temática, mesmo tentando-se ampliar o máximo o número de palavras-chave ou descritores para consulta. Essa investidura compreendeu três etapas. Na primeira delas, utilizou-se as palavras-chave: “redes sociais” e “mulheres”. Os trabalhos científicos encontrados nesta busca, nos quatro sites referidos acima, estavam diretamente relacionados aos direitos, visibilidade, movimentos feministas e violência contra mulheres.

Na segunda etapa, adicionamos a palavra “músculo”. Foram encontrados trabalhos referentes a questões de treinamento físico e à área de concentração das biodinâmicas. Entretanto, ao iniciar uma nova procura na tentativa de aproximar do objeto deste trabalho, desta vez com as palavra-chave *Instagram* e “blogueiras² *fitness*”, pois assim elas são referenciadas e por vezes se autodenominam em suas postagens, encontrou-se oito trabalhos científicos, os quais só apareceram no *Google* acadêmico, *site* que mapeia trabalhos acadêmicos publicados em congressos, monografias, dissertações, teses e periódicos.

Dos oito trabalhos encontrados, sete eram vinculados à área de Comunicação Social e apenas um ligado às Artes. Essas produções acadêmicas se propuseram a estudar temáticas como: narcisismo das *selfies*, linguagem

² “**Blogueiro/a** é o nome dado a quem publica num blog. **Blogger** é tanto “uma das plataformas mais conhecidas para a criação de *blogs*”, como também a pessoa que cria um blog nessa plataforma. (SPADARO, 2013, *apud* Meireles, 2017, p.14)

fitness no *Instagram*, estilos de vida, imagem fotográfica e corpolatria. No QUADRO 1, apontamos a área de concentração, autores (as), títulos e os *sites* que estão disponibilizados – dentre aqueles que se aproximavam em alguma medida desta pesquisa³.

A terceira etapa da consulta bibliográfica, redefiniu-se as palavras-chave, adotando-se “*Instagram*”, “*imagem corporal*”, “*músculo*”, tendo-se encontrado apenas um trabalho de autoria de Silva (2017), intitulado: “Da imagem estelar do *selfie gyn* ao sonho das veias saltadas: observações arqueogenealógicas sobre o corpo na rede digital.

Vale destacar que no campo da Educação Física foi encontrado um número significativo de trabalho considerando as palavras-chave acima mencionadas. No entanto, o foco das pesquisas se dirigia para aspectos da biodinâmica, motivo pelo qual não se considerou esses trabalhos na composição de nosso quadro. As produções, que foram identificadas como próximas ao escopo de nossa pesquisa, estão dispostas no QUADRO 2⁴ e perpassam as áreas da Educação Física, Saúde Coletiva e Psicologia. Verificou-se, por sua vez, que estas produções estão concentradas em periódicos da Psicologia, discutem aspectos relacionados à construção da identidade através da percepção corporal, bem como da história da imagem do corpo e a sua relação com a cultura, de modo que não há relação com as práticas corporais e a cultura do músculo propriamente dita.

Já as produções acadêmicas na Educação Física, as quais trabalham subjetividade das mulheres hipertrofiadas dentro de uma abordagem sociológica ou antropológica, isto é, pensando nos marcadores sociais, e em aspectos que estão para além do biológico, ainda são bastante tímidas. Para tanto, trago aqui, de forma mais detalhada, os trabalhos expostos no QUADRO 2, que foram encontrados na área de concentração da Educação Física e que mais se aproximavam, em alguma medida, da proposta deste trabalho: Adelman (2006); Frazão e Coelho Filho (2015); Teixeira; Freitas e Caminha (2014).

³ Quadro 1 – O que se tem pesquisado sobre o tema? Apêndice I.

⁴ Quadro 2 - publicações sobre subjetividades, imagem corporal e mulheres. Apêndice II.

No trabalho “Mulheres no Esporte: Corporalidade e Subjetividades”, Adelman traz uma discussão sobre o corpo na cultura contemporânea e a construção da subjetividade “feminina” dialogando diretamente com os dados de sua pesquisa sobre mulheres praticantes das modalidades esportivas – voleibol e o hipismo clássico. Neste trabalho, a autora tem como objetivo maior a discussão das “possibilidades do esporte servir como um espaço de transgressão, empoderamento, e/ou disciplinamento patriarcal das mulheres”. (ADELMAN, 2006, p. 03)

Já Frazão e Coelho Filho (2015), no artigo “Motivos para a prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres”, os autores pesquisam os motivos que levaram as mulheres a procurarem uma academia exclusiva para o público feminino. Os autores concluem que a busca por esses espaços está relacionada às interlocutoras da pesquisa se sentirem mais à vontade para expressar seus sentimentos de insatisfação corporal, maior liberdade, de modo que elas possam focar mais nos exercícios sem constrangimento, segundo essas mulheres, “dos olhares invasivos dos homens”.

No artigo “A beleza feminina como poder: desvendando outros sentidos para construção estética de si”, Teixeira; Freitas; Caminha (2014, p. 06) procuram compreender “os sentidos bioascéticos na construção da beleza corporal feminina e as compreensões de poder inerentes a eles”, concluindo que a produção do modo ideal de beleza “representa dominação nas relações sociais”.

Embora tenhamos encontrado trabalhos relevantes e que nos ajudaram na construção da pesquisa, percebemos que as produções acadêmicas sobre subjetividades das mulheres da cultura do músculo ainda são escassas, e esses estudos diminuem na medida em que a pesquisa se restringe às redes sociais. Deste modo, esse trabalho se propõe a contribuir com a produção científica, cujo intuito de relevância social é propor uma reflexão acerca da relação sentido-significado da corporeidade de mulheres na cultura do músculo e sua exposição em redes sociais.

A composição do quadro teórico se deu por meio de estratégia dialógicas entre o campo de conhecimento e intervenção pedagógica da Educação Física e

as Ciências Sociais. Desse modo, para compreender corpo e corporeidade, os autores (as) que nos ajudaram a pensar/ construir/ reesignificar a relação destes conceitos dentro da sociedade ocidental, foram: Marcel Mauss (1974), Le Breton (2003, 2012, 2013), Mary Del Priore (2009) Carmem Lúcia Soares (2005), bem como Georges Vigarello (2006, 2010, 2012), Jean-Jacques Courtine (2005, 2013) e Ana Márcia Silva (1996). Com relação às subjetividades e identidades, apropriamo-nos de leituras dos autores (as): Stuart Hall (2011), Kathryn Woodward (2000), Erving Goffman (1985), e Mirian Grossi (1998). Para identificar qual a relação que a sociedade ocidental, especificamente a brasileira, vem estabelecendo com as mulheres e as práticas corporais, utilizamos como referencial teórico as autoras Carmem Rial, Silvana Goellner (1999, 2004) e Fabiano Davide (2005), e Luíz Toledo (2008). Com base nesses autores e autoras procuramos elementos para compreender e interpretar a corporeidade das mulheres na cultura do músculo no *Instagram*. Para entender o ciberespaço e a cibercultura utilizamos Pierre Lévy (1999), para nos nortear nesse campo, também chamado de rede, pelo autor. Já para compreender as redes sociais e como se tem trabalhado a etnografia nesses espaços *online*, Bernardo Lewgoy (2009), Theophilos Rifiotis (2012), Gabriela Meireles (2017) e Francisco Vieira da Silva (2017) foram as referências que nos ajudaram a fundamentar os caminhos utilizados para identificar/ interpretar os cotidianos postados no *Instagram*.

Aqui merece destacar que se entende por práticas corporais todos os “fenômenos que se mostram, prioritariamente, ao nível corporal, constituindo-se em manifestações culturais de caráter lúdico, tais como os jogos, as danças, as ginásticas, os esportes, as artes marciais, as acrobacias, entre outras” (SILVA ET AL, 2014, p. 26), podendo ser compreendidas como “forma de linguagem com profundo enraizamento corporal que, por vezes, escapam às possibilidades de racionalização, o que lhes permitem interessantes possibilidades” (SILVA ET AL, 2014, p. 26). Enquanto a corporeidade é evidenciada como o “lugar de inscrição simbólica, lugar signo que reflete posições sociais na estrutura das relações de poder de acordo com gênero, raça, etc.” (FERREIRA, 2007, p. 292). E, o corpo é

visto como “o operador de todas as práticas sociais e de todas as trocas entre os atores” (LE BRETON, 2013, p. 193).

Os discursos sobre definição muscular, hipertrofia e força, fazem parte cada vez mais do cotidiano de mulheres, no entanto, vale mencionar que ao longo da história nem sempre a prática foi essa. A apropriação por parte das mulheres da cultura do músculo é resultante de lutas dos movimentos feministas, que vem possibilitando tal materialização. Assim, a ressignificação da corporeidade da mulher vem tomando espaço na mídia e nas redes sociais que apresentam a possibilidade de “fuga” dos padrões de um corpo socialmente construído como frágil, dócil e focado na maternidade. Entretanto, não podemos desconsiderar também que, apesar de as redes sociais se apresentarem com um caráter que possibilita a desconstrução das normas, ela também aprisiona – isto é – mesmo dentro do processo de emancipação, muitas mulheres são vinculadas a um novo tipo de vigilância (GOLDENBERG, 2011).

Essa vinculação das mulheres com as práticas que demandam delicadeza e o afastamento daquelas atividades que necessitam do uso da força e destreza para que não haja identificação com os homens é associada à prática esportiva pelas construções socioculturais. O uso demasiado da força e aumento do volume muscular, foram características destinadas durante muitos anos apenas aos homens – noção de masculinidade e virilidade⁵.

Como registra em suas análises Roberto DaMatta (1997), na sociedade brasileira, ao longo de nosso processo civilizatório, as mulheres ocupavam o espaço privado, sendo a elas atribuídas atividades domésticas, maternais e a práticas corporais ligadas à passividade e delicadeza, enquanto os homens podiam usufruir do espaço público, mundo da rua, sendo vinculados à destreza, força e virilidade. Esses condicionantes/ construções sociais distanciaram homens de práticas corporais como a dança, e mulheres de práticas como o futebol,

⁵ “Masculino” durante muito tempo foi somente um termo gramatical. Também no século XIX e no início do XX não se exorta os homens a serem “masculinos”, mas “viril”, homens, se dizia, “verdadeiro”.

levantamento de peso, ou seja, distanciaram esses sujeitos de práticas que não condizem com essas especificidades designadas a eles/elas.

Para a sociedade patriarcal, a presença da mulher nos esportes que demandam força, destreza e contato, prejudicaria a reprodução, a “colaboração” delas dentro da sociedade, ou seja, uma sociedade onde homens utilizam os aspectos biológicos da mulher como “justificativa” para não dividirem seus espaços. Entretanto, Rial (2012, p. 3) usa como exemplo o futebol para rebater essa “justificativa”, dizendo que esse é um argumento contraditório, pois se o futebol fosse prejudicial à reprodução, seria o homem o sujeito a ser afastado do esporte, uma vez que o órgão reprodutor deles que se faz exposto.

A explicação de que a prática de esportes atrapalharia na reprodução biológica das mulheres era uma das tentativa de excluí-las do processo social, econômico e político. Embora há a presença de mulheres em modalidades de contato e força, há pouca valorização da presença das mulheres nos esportes considerados como “masculinos”, de modo que as relações de dominação e de hierarquia construídas socialmente pedem uma reflexão acerca de como se dão as estruturas sociais, pois são através delas que o sujeito é condicionado. Deste modo, entendemos aqui que a reprodução dessas desigualdades ocorre no processo formativo dos sujeitos nas mais variadas instituições sociais.

Dentro dessa configuração, um ponto importante citado por Toledo (2008, p. 23) indica que “a mulher nasce e é educada para ser oprimida, para saber ‘o seu lugar’ no mundo, que é sempre, em qualquer âmbito, um lugar subalterno”. Então, se grande parte dos esportes e suas regras foram construída para os homens dentro da perspectiva da hegemonia viril, e as mulheres, em sua maioria, foram criadas para agirem com leveza e delicadeza, ao inferiorizar as mulheres comparando-as aos homens em seu desempenho esportivo (recordes, força, habilidade), a sociedade sofre de grande contradição ao exigir dessas mulheres iguais desempenhos para que sejam consideradas apropriadas ao verdadeiro esporte, pois essa mesma sociedade que cobra, julga e caracteriza como anormais aquelas que se aproximam de tal desempenho.

Essa caracterização de anormais e desviantes se faz presente no teste de feminilidade⁶ destinado às mulheres que têm desempenhos semelhantes aos dos homens, sendo assim, estereótipos de gênero reproduzidos e reforçados no esporte questionam mulheres que se aproximam do rendimento considerado como “masculino” e as rotulam como privilegiadas biologicamente e/ou com “desvios” genéticos. Posto isso, este trabalho buscou, subliminarmente, verificar também se há algum tipo de resistência, preconceitos/ discriminações retratadas nas postagens realizadas pelas mulheres pesquisadas.

Ainda que a Constituição Federal, no capítulo sobre direitos e deveres individuais e coletivos assegurados como garantias fundamentais, o artigo quinto assegure que “todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza [...]” (BRASIL, 2008, p. 15), ainda há uma longa trajetória para a efetivação do princípio de equidade presente neste dispositivo legal. Embora essas leis e as lutas dos movimentos sociais venham para buscar e garantir a igualdade que lhes foram retiradas antes mesmo de nascer, ainda encontram-se várias formas de desigualdades nas quais se atribuem valores para os sujeitos perante a sociedade, estigmatizando e os inferiorizando caso haja fuga dos padrões sociais hegemônicos e intitulados de acordo com os interesses dominantes (OLIVEIRA, 2014).

Questões relacionadas à igualdade entre homens e mulheres foram impulsionadas por movimentos sociais que lutaram/lutam pela igualdade, pelo fim da opressão da mulher, e contra discriminação e preconceito, os quais conseguiram um espaço importante quanto à legitimação desses direitos. Dentro do artigo quinto, Inciso I, dos Direitos e Deveres Individuais e Coletivos, este assegura que “homens e mulheres são iguais em direitos e obrigações, nos termos desta Constituição” (BRASIL, 2008, p. 15). Mesmo que haja uma avanço no combate à desigualdade, ainda nos deparamos com a discriminação de mulheres com relação à disputa / ocupação/ permanência nos diferentes espaços, sejam eles destinados ao mercado de trabalho, ao esporte, etc.

⁶ Segundo Lessa (2013, p. 266), “em 1968 o COI introduziu o teste de feminilidade para substituir os exames ginecológicos por uma verificação científica, para saber se cada competidora possuía os dois XX através dos cromossomos.

Uma das grandes lutas travadas em busca do direito pela igualdade são os movimentos pela emancipação das mulheres. Para Toledo (2008), esses movimentos ocorreram em três grandes ondas: a luta pelos direitos democráticos – ocorrida no final do século XIX; a luta pela liberdade sexual – no final dos anos 60 e início dos anos 70; e a terceira, que teve caráter sindical, ocorrida no final dos anos 70 para os anos 80, estas com o objetivo de lutar contra desigualdades geradoras de marcas e estigmas em homens e mulheres, buscando a igualdade e lutando contra as relações de opressão e secundarização das mulheres dentro da sociedade.

Segundo Toledo (2008), as concepções que vêm para “justificar” as desigualdades são baseadas em afirmações positivistas e que remetem às construções sociais acerca de papéis, os quais designam às mulheres características como a fragilidade, e aos homens características relacionadas à virilidade, força e destreza.

Assim, as atividades relacionadas ao trabalho, aos afazeres domésticos, esporte e lazer eram e, por vezes, ainda são, ligadas às mulheres e aos homens como se fossem sinônimos fragilidade e virilidade, respectivamente. Miguel e Rial (2012) apontam que, embora a partir de 1930 o vínculo do lazer a um estilo de vida saudável abrisse portas para que as mulheres praticassem esportes, essas práticas só eram possíveis ser realizadas em horários e locais apropriados, correspondentes ao gênero feminino. Sendo assim, as mulheres não poderiam demonstrar destreza, força e agressividade em suas práticas esportivas, isto é, nada que “as colocassem num plano físico mais próximos ao dos homens” (MIGUEL E RIAL, 2012, p. 159).

Para Woodward (2000), a constituição e a compreensão que temos do nosso “eu” são sugeridas pela subjetividade que está atrelada aos significados constituídos pelas relações socioculturais. As experiências que fazem parte do arcabouço da construção do “eu” de cada sujeito, são adquiridas através da sociabilidade, isto é, da interação com o outro(a). É importante compreender que dentro do processo de sociabilização, regras e normas se forjam por meio de ações legitimadoras, e condicionam quem pertence e quem não pertence; pois

são elas que atribuem valores. É preciso entender que são essas regras sociais que marcam e estigmatizam os sujeitos (WOODWARD, 2000).

A pesquisa compreende uma investigação das corporeidades de mulheres da “cultura do músculo⁷” expostas em redes sociais. A exposição de corpos na Rede Mundial de Computadores (Internet) se tornou um fenômeno que se universalizou com surgimento das primeiras redes sociais e se popularizou, na atualidade, por meio do *Instagram*, com números expressivos⁸ de usuários(as), bem como com seguidores(as) de perfis de pessoas que ocupam uma posição social de destaque no âmbito da rede. Essa posição social diferenciada na rede social *Instagram* diz respeito à quantidade de seguidores(as), bem como patrocínios que sustentam um determinado perfil.

Situado no âmbito da pesquisa social, esse trabalho se apresenta como uma etnografia *online* ou no ciberespaço de perfis da rede social, *Instagram*. As redes sociais⁹, notadamente o *Instagram* foi escolhido para constituir o lócus da pesquisa por ser um veículo de comunicação que se populariza em uma velocidade expressiva na nossa sociedade, contribuindo para a conformação de outros estilos de vida à medida que é utilizado por pessoas, com diferentes padrões corporais, para divulgar suas práticas e cotidianos, incluindo-se nesse contexto, àquelas que têm como ideal a hipertrofia e a definição muscular.

Por meio das rede social entendida a partir de Lewgoy (2009) como formas contemporâneas de agenciamento da sociabilidade, essas mulheres projetam a ideia de uma vida saudável. Para além disso, transmitem a mensagem de que para obter um corpo esculpido em músculos e bem definido é preciso uma mudança não apenas nos hábitos alimentares e no treinamento físico, mas, sobretudo, tornar seus corpos um projeto de construção pessoal, um estilo de

⁷ Cultura do músculo – o presente termo é retratado neste trabalho como a cultura em que as pessoas vivenciam a valorização do corpo delineado por músculos e pela ausência de gordura. A construção deste termo se fez baseada no conceito apresentado como a hipertrofia dos corpos, segundo Courtine (2005, p. 82).

⁸ Atualmente, o *Instagram* conta com cerca de 800 milhões de usuários (as) ativos por mês. Acessado em: <https://g1.globo.com/tecnologia/noticia/instagram-tem-800-milhoes-de-usuarios-ativos-por-mes-e-500-milhoes-por-dia.ghtml>.

⁹ A proliferação e o grande número de acessos a essas ferramentas midiáticas suscitaram pesquisas em diferentes áreas do conhecimento (GODOI, 2011; FERNANDES, 2016; OLIVEIRA, 2016).

vida. Os estilos de vida compreendem conformações de ordem individual, mas também e, sobretudo, sociais, à medida que colabora para a ressignificação de outros padrões de comportamento, forjando um *habitus*. Assim, o *habitus* ultrapassa a esfera das escolhas pessoais e alimenta uma cadeia que se materializa por meio da dialética entre a estrutura-estruturante e a estrutura-estruturada, em que se fazem presentes o modo que opera e o modo que é operado (BOURDIEU, 2002; MADEIRA ET AL, 2018).

Caro à sociologia e à antropologia, o conceito de *habitus* não foi criado por Bourdieu (2011), apesar de se reconhecer que com esse autor o conceito ganha grande evidência no campo das Ciências Sociais. Notadamente, esse conceito foi também recuperado no campo por Mauss (1974), que associa a constituição do *habitus* com a construção de atitudes corporais, ao tempo em que reconhece que cada sociedade tem suas próprias práticas e com elas vai se delineando a cultura. Apropriando-nos dessa ideia, podemos acrescentar que na contemporaneidade, a construção do *habitus* e dos esquemas de valores que definem os estilos de vida também se dão por meio das mídias, que no nosso entendimento, colaboram na tarefa de transmissão de técnicas corporais, que segundo Mauss (1974), estão relacionados aos diversos fenômenos sociais, bem como ao lugar e ao tempo.

O trabalho se compõe pela Introdução, quatro capítulos e as Considerações finais. O Capítulo I – Dos procedimentos metodológicos: compreendendo um espaço de divulgação da cultura do músculo conhecido como *Instagram*; Capítulo II – *Habitus* na cultura do músculo: um estilo de vida; Capítulo III – Restrição, dor e sacrifício: “*que todas as dores virem músculo*”; Capítulo IV – Músculo é coisa de homem?

No primeiro capítulo discorre-se sobre os procedimentos metodológicos utilizados, contextualizando o trabalho de campo realizado com base na etnografia *online* e tendo como campo a rede social *Instagram*. Aqui atentou-se para delinear os limites e possibilidades do processo de inserção no campo, mapeando também o perfil dos sujeitos de pesquisa, que é composto por perfis de mulheres da cultura do músculo. O segundo capítulo consiste na compreensão de como se conforma o *habitus* das mulheres da cultura do músculo, considerando a construção de

projetos de construção corporal e a ressignificação de outro estilo de vida com base em práticas do cotidiano. Desse modo, a rotina de treinamentos, a alimentação direcionada, a disciplina e a determinação pessoal e suas implicações na sociabilidade *online* e *off-line* são aspectos analisados. Já no terceiro capítulo, aborda-se o processo de pertencimento da cultura do músculo e as relações construídas pelas mulheres com a dor e o sacrifício. No quarto capítulo, apresenta-se uma análise dos desígnios do “ser” mulher na cultura do músculo, buscando compreender como se dá o processo de (des)construção de padrões sociais de feminilidade na imagem corporal estereotipada, vislumbrando também identificar resistências, preconceitos/ discriminações retratadas nas postagens realizadas pelas mulheres pesquisadas. Por fim, apresentam-se as considerações finais, com alguns resultados, implicações e desdobramentos da pesquisa.

CAPÍTULO I

DOS PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: COMPREENDENDO UM ESPAÇO DE DIVULGAÇÃO DA CULTURA DO MÚSCULO CONHECIDO COMO *INSTAGRAM*



O presente capítulo¹⁰ apresenta o delineamento da pesquisa, descrevendo todo procedimento metodológico, bem como os limites e possibilidades da etnografia no espaço virtual. Também se propõe a construir um mapeamento e análise do perfil das mulheres da cultura do músculo, que constituem os sujeitos investigados da pesquisa.

1.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA

Essa tese foi pensada a partir do trabalho intitulado como “Periguetes, sapatões e mulherzinhas: (Des) construindo o que é ser mulher no campo de futebol” – trabalho este referente a minha dissertação de mestrado em Antropologia Social, defendida em 2014, que teve como objetivo compreender as identidades de gênero de mulheres praticantes de futebol como lazer na cidade de Goiânia, Goiás.

A premissa para se pensar em um novo projeto de pesquisa (doutorado), juntamente ao intuito de dar continuidade a estudos que abarcam questões relacionadas à subjetividade das mulheres e práticas corporais que “fogem” a padrões sociais normativos, se deu com base na necessidade de revisitar essa

¹⁰ Considerando que tratar-se de uma etnografia, a partir deste momento utilizarei a construção textual como primeira pessoa do singular.

dissertação, pois o resultado do trabalho trazia que nas observações, entrevistas e falas das interlocutoras era possível perceber que elas relacionavam suas identidades de gênero à vestimenta, acessórios, comportamento, modos de agir, falar e andar, não havendo enfoque na estrutura física relacionando essas identidades à imagem corporal.

Foi através desse revisitar e da percepção da crescente mudança do cenário *fitness*, que me ative a escrever sobre mulheres que se percebiam e vinculavam suas identificações por meio também da estrutura corporal. Chamou-me à atenção o fato de que as práticas corporais, que visam uma relação do desenvolvimento muscular e a modificação corporal através de atividades de alta intensidade, como o *Crossfit* e treinamento de força, podem ser potencialmente uma forma de estabelecer uma relação da construção “eu” com a imagem corporal.

Nesse sentido, segundo Hall (2011, p. 39), parte do processo da construção de identidade também se dá com fundamento na visão do outro:

A identidade surge não tanto da plenitude da identidade que já está dentro de nós como indivíduos, mas de uma *falta* de inteireza, que é “preenchida” a partir de nosso *exterior*, pelas formas através das quais imaginamos ser vistos por *outros*.

Refletindo sobre o processo de significação e construção da identidade dos sujeitos também por meio da visão do outro (HALL, 2011) conectada à concepção de Mauss (1974) a respeito das “técnicas corporais”, podemos pensar nas mídias, sobretudo as redes sociais, como um grande disseminador dos modos de ser/agir, pois como já registrou-se anteriormente, as mídias, aqui expressas por meio das redes sociais, são artefatos midiáticos capazes de promover o agenciamento de sociabilidades (LEWGOY, 2009), no caso em tela, tendo como pano de fundo as corporeidades das mulheres musculosas.

Como instrumento de propagação de informações, as mídias têm avançado significativamente em suas diversas maneiras de alcançar a globalização de ideias. Considerada como uma das grandes estruturas conectivas que vem abarcando milhões de pessoas por meio de novas formas emergenciais de

sociabilidade, as redes sociais lançam atualmente, tempestades cotidianas de informações que tangem a imagem corporal – temática bastante divulgada desde às esculturas e pinturas da Idade Média até à contemporaneidade, por meio de revistas, propaganda televisiva e internet, são as redes sociais. Segundo Pais (2007), os *mass media* (coleção diversificadas de mídias – TV, rádio, internet, mídia social) são mediadores e fontes de informação que dominam o cotidiano, que formam e reforçam padrões; e foi partindo dessa compreensão que escolhemos como campo para realizar esta pesquisa, a rede social *Instagram*, fonte de mediação da construção da cultura e do cotidiano que possibilita compartilhar imagens e suas descrições por parte de quem as postam¹¹.

Conforme Pais para compreender o cotidiano em meio desenvolvimento tecnológico, em especial no âmbito dos meios de comunicação, o investigador (a) deve “lançar mão destas novas fontes documentais, até pelo facto de existir uma implicação dialética entre os meios de comunicação dominantes e a sociedade onde se vinculam” (2007, p. 166).

Em consulta ao *Instagram*, constatei, em nível nacional, uma quantidade significativa de perfis produzidos por mulheres com definição muscular e expressivo número de seguidores e seguidoras – algumas chegando a 3 milhões – entretanto, foram selecionados apenas perfis de mulheres da região Centro-Oeste do Brasil, na cidade de Goiânia, Goiás, para assim dar continuidade a premissa da pesquisa, bem como auxiliar na compilação dos dados.

Foi curioso observar que estes perfis sempre buscavam a identificação do corpo por meio de aspectos biológicos, salientando, de forma contundente, habilidades físicas e psicológicas, como força e disciplina, tanto nas imagens quanto na descrição para reforçá-las. Esse aspecto nos pareceu intrigante, pois em pesquisa anterior (OLIVEIRA, 2014), a evidencia para a definição de traços da identificação das jogadoras de futebol (feminilidades e masculinidades) se davam por meio de determinados modos de ser, do uso de indumentárias e de acessórios, assim como dito anteriormente.

¹¹ Postagem: publicar, enviar, colocar no grupo social àquilo que se quer compartilhar.

De acordo com Courtine (2005), para, enfim, alcançar o corpo “perfeito”, compreendido no universo das mulheres musculosas como o corpo hipertrofiado – hipertrofia muscular – são necessários disciplina, força de vontade e determinação pessoal, de modo que a hipertrofia, portanto, é conquistada também por meio de rotinas¹² de treinamentos físicos, além de uma dieta alimentar aliada à suplementação. Com base nessa compreensão, passou-se a entender que significados são expressos nas narrativas e imagens postadas pelas mulheres musculosas visando à construção de seus ideais de corpos.

Ao buscar uma imagem corporal aonde há uma predominância e objetivo de modificação da estrutura corporal através do aumento do volume da massa muscular, da força, resistência e diminuição do percentual de gordura, essas mulheres por vezes são vinculadas à masculinização dos corpos “femininos”. Para tanto, através da compreensão das subjetividades que cercam essas práticas, é possível compreender como se têm manifestado os marcadores sociais, pois segundo Bourdieu (2002, p. 24), é no corpo que se materializam as relações de poder.

Deste modo, para compreender, então, quais os significados atribuídos à cultura do músculo disseminados nas redes sociais, este trabalho se propôs a investigar os cotidianos postados por mulheres as quais vivenciam essa cultura com um projeto, um estilo de vida, que envolve a ressignificação de padrões sociais de “ser” mulher” na sociedade ocidental, especificamente a brasileira, e que se dedicam a publicizar seus estilos de vida no espaço virtual – “*postar estimula os treinos*” (Cristina, praticante de *Crossfit*).

A compreensão do cotidiano, nesse trabalho, será entendida como a rota de conhecimento que permite entender aquilo que se passa na “vida que escorre” – na transitoriedade daquilo que passou e que se passa no campo das ritualidades (PAIS, 2007). Posto isso, para investigar/ descrever/ interpretar as corporeidades de mulheres da cultura do músculo expostas por meio de seus cotidianos postados no *Instagram* foram utilizadas a observação das publicações diárias

¹² Rotina: “hábito de fazer as coisas sempre da mesma maneira, por recursos a práticas adversas à inovação” – regularidade, normatividade e repetitividade (PAIS, 2007, p. 30).

fotografias/ imagens e vídeos e narrativas postadas. O trabalho de observação do ambiente *online* ocorreu em um total de 13 meses.

O lócus da pesquisa, portanto, é o ambiente *online* do *Instagram*. Como anteriormente mencionado, trata-se de um espaço virtual, que se torna cada vez mais popular e universal, o que merece atenção do campo científico. Além disso, construir uma etnografia do *Instagram* nos faz enveredar por uma perspectiva metodológica relativamente recente no campo das Ciências Sociais e da Educação Física. Segundo Peirano (1995, p. 43), a etnografia “é o meio pelo qual a teoria antropológica se desenvolve e se sofisticada quando desafia conceitos estabelecidos pelo senso comum no confronto entre a teoria que o pesquisador leva para o campo [...]”.

Oportuno também mencionar que considerando que o ambiente virtual pode ser um agenciador de sociabilidades, como já demonstrado por Lewgoy (2009), investigar as corporeidades dessas mulheres por meio de suas práticas cotidianas compartilhadas publicamente se coloca como um grande desafio para essa pesquisa.

O aplicativo *Instagram* conta com recursos de edição de imagens, vídeos, assim como várias possibilidades de expressões por meio de figuras e emoticons¹³. As postagens nessa rede social podem ser realizadas por dois recursos: de maneira permanente (fixa no perfil durante o tempo em que for de interesse da dona da conta) e por meio de *Stories*, isto é postagens que ficam disponíveis para visualização por 24 horas – após esse tempo, a postagem fica indisponível, ou não, caso a dona do perfil opte por salvá-lo como permanente caso seja escolhido como opção após sua publicação, mas, de modo geral, são postagens com duração de 24 horas.

Em grande parte das leituras de base sustentadora da escolha metodológica desta pesquisa, foi possível perceber a presença de discussões a respeito da etnografia tradicional (campo *off-line*) *versus* a etnografia pós-tradicional (campo *online*). Autores e autoras das etnografias no espaço virtual

¹³ *Emoticons*: Imagens que podem representar sentimentos, assim como caracterizar por meio de desenhos a palavra que se quer expressar.

apontam perceberem a existência de questionamentos quanto a eficácia da investigação no campo da *ciberetnografia*, pois as críticas se dão na direção de que o campo *online* resultaria uma pesquisa superficial, isto é, não revelaria a essência que seria possível observar no espaço presencial. Embora considerada um tipo de etnografia pós-tradicional, de base formativa também antropológica me desloco de um campo *off-line* (prática etnográfica tradicional) (LEWGOY, 2009, p. 189), pesquisa anteriormente realizada, para o espaço *online*.

Neste trabalho me propus ao fazer etnográfico, e a escrever para além do que se compõe a resposta de um problema de pesquisa. Ative-me ao compromisso de descrever todo processo de observação do ciberespaço investigado – desde o *login* (inserção no campo) e coleta de dados às limitações e possibilidades da pesquisa, pois “ainda que tenha se originado da etnografia, apresenta características próprias de investigação (MEIRELES, 2017, p. 28), considerando-o como um campo recente e em construção.

Para Meireles (2017), são diversos os termos que têm sido utilizados para denominar a etnografia no espaço virtual: Netnografia¹⁴; Etnografia Digital; Etnografia *Online*; Etnografia na Internet; Etnografia Conectiva; Etnografia de Rede; e Ciberetnografia. Embora os autores e autoras norteadores dos processos metodológicos desta pesquisa utilizem diferentes termos, é importante frisar que todos (as) tratam da investigação de comunidades no espaço virtual, ou seja, no ciberespaço – conceito este desenvolvido por Pierre Lévy (1999).

O ciberespaço, segundo Lévy (1999, p.17), é a materialização da infraestrutura das comunidades digitais somadas às informações criadas pelos seres humanos que mantêm esse universo ativado, o qual abarca a cibercultura, que se define por um “conjunto de técnicas (materiais e intelectuais), de práticas, de atitudes, de modos de pensamentos e valores que desenvolvem juntamente com o crescimento do ciberespaço” (LÉVY, 1999, p. 17). Pode-se compreender assim, a partir de tais conceitos do autor, que a cultura no ciberespaço reflete a própria cultura do espaço material (*off-line*), isto é, a rede virtual não é lugar que

¹⁴ Netnografia – forma particular da etnografia para se realizar pesquisas como grupos “*online*”. (DOMINGEZ *et al*,2007, p.04)

agiria por vontade própria independente dos seres humano e seus habitus, ela reflete assim seus modos de interação macrossociais e interindividuais, “criando novas condições virtuais de existência material, moral e simbólica dos seres humanos” (LEWGOY, 2009, p. 192).

Deste modo, a partir das leituras e concepções sobre “identidade” – Hall (1974), “subjetividades” – Woodward (2000), “corpo” – Le Breton (2003, 2005, 2013), “sociabilidade” – Alcântara Junior (2005) e ciberespaço” – Pierre Lévy (1999), deixo aqui uma reflexão não para contrapor ou tentar deslegitimar rigores metodológicos historicamente construídos pela academia, pela antropologia, especialmente, mas sim a proposta para uma reflexão com todo respeito de quem admira a etnografia justamente pela diversidade imensurável que ela pode nos trazer, e com o intuito de repensar os limites e possibilidades do fazer etnográfico diante das formas de se investigar as comunidades e suas novas configurações.

Sendo assim, para pensarmos nas possibilidades do fazer etnográfico no ciberespaço, em contraponto ao realizado no espaço *off-line*, deixo as seguintes questões: o ciberespaço, como um lugar de propagação de informações que por vezes são definidas a partir de pensamentos dominantes e hegemônicos, seria um ambiente de manipulação diferentemente do espaço *off-line*? O espaço *online* seria um lugar em que se representam diferentes modelos de ser e existir que traveste o devir em expectativas sociais, diferente do espaço não virtual? O ciberespaço e a cibercultura não seriam então reflexos da sociedade? As imagens e legendas postadas no *Instagram* pelas mulheres da cultura do músculo não seriam fruto dessa constituição do sujeito social? Se pensarmos a constituição do *ser* também a partir do outro – das sociedades em sua dimensão macro – a sociabilidade e a corporeidade de homens e mulheres nas práticas corporais desenvolvidas em espaços “nativos” ou no campo de futebol (OLIVEIRA, 2014), não são vivenciadas à medida que lhes são apresentados limites e possibilidades socialmente aceitas e esperadas?

Embora a sociedade não determine o ser humano, em alguma medida ela os condicionam, e é a partir desses condicionantes que cada sujeito representa sua identificação a qual expressa o tempo e espaço em que vive. Em

contrapartida, há a “fuga” daqueles e daquelas que não se identificam com alguns *habitus* e campos determinados, e independente de desempenharem ou não os “papéis” esperados, eles e elas se mostra de acordo com a maneira que pretende-se ser visto pelo o outro (a). Para tanto, não seria isso, a vida cotidiano dos sujeitos, que as etnografias tradicionais vem apresentando?

Sendo assim, parafraseando Lewgoy (2009), quando afirma que as redes sociais são formas atuais de agenciamento da sociabilidade, se o ser humano é social, o ciberespaço não seria um reflexo dessa construção e um espaço onde se possibilita as interações sociais? As novas maneiras e espaços de sociabilização, especialmente as redes sociais, se dão em ambientes que permitem a interação e a percepção de diferentes mundos e significados, e isso nos possibilita compreender como a indústria cultural vem sendo difundida por meio dos diversos tipos de mídias.

Deste modo, em termos de representação, nesse momento e por meio dessa reflexão, pode-se concluir que as mulheres da cultura do músculo que postam, diariamente, suas vidas cotidianas e sua corporeidade identificante também refletem tal construção sociocultural, pois a fotografia, consoante Barbosa (2016, p. 191) “é a própria imagem da sociedade industrial”.

Anterior às postagens de seus cotidianos, baseadas também em rotinas, há a captação de imagens e vídeos que se detém em poses e reencenação. Ao retratar a sua própria vida cotidiana, as mulheres pesquisadas não estão estabelecendo um movimento de exposição dos seus estilos de vida no campo onde se proporciona viver sua corporeidade na cultura do músculo?

Nesse interim, grandes autores e autoras da antropologia, tais como Margareth Mead, Franz Boas e Malinowski utilizaram as poses e a reencenação para interpretar os sentidos atribuídos pelos nativos a suas práticas. A pose expressaria um corpo construído e manipulado, “não natural”, pois dentro das sociedades existem formas naturais de se viver sem que a corporeidade não fosse modelada ou constituída? Assim, no campo *off-line*, os sujeitos que vivem ali em sociedade seriam menos manipulados do que nas comunidades *online*?

Outras questões que representam desdobramentos das precedentes acerca da possível possibilidade de se construir uma etnografia do campo *online* em contraponto ao campo não virtual, são as seguintes: os sujeitos no campo *off-line* não representam sua identificação constituída também por meio do olhar do outro? Ao vivermos em uma sociedade capitalista, globalizada e regida por padrões estéticos, éticos e morais definidos, não representamos os moldes ideais de acordo com tal expectativa social?

Enfim, as questões que coloco contribuem para demonstrar que o campo *online* apresenta limites e potencialidades da mesma forma que o campo *off-line*. Com essa compreensão, registro que essa pesquisa caracteriza-se como essencialmente etnográfica na linha da antropologia visual, cujo instrumentos para obtenção de informações são: vídeos¹⁵, fotografias/ imagens e narrativas da vida cotidiana das mulheres da cultura do músculo, tendo-se utilizado como procedimento a observação *online*. Ênfase, portanto, que esse trabalho de observação transcorreu pelo passear da realidade dos fatos ditos cotidianos “como uma viagem e não como um porto” – “passear por ela em deambulações vadias, iniciando-a de forma bisbilhoteira, tentando ver o que nela se passa mesmo quando <<nada se passa>>” (PAIS, 2007, p. 35), pois segundo o autor, a alma dos estudos sobre a vida cotidiana está no modo como se interroga e como a revelamos.

¹⁵ A utilização dos vídeos na pesquisa se deu como um dado complementar, pois não havia possibilidade de salvar este documento, sendo possível sua análise apenas no perfil das mulheres. Deste modo, a observação dos vídeos aparece como uma descrição que complementa o ato de narrar o cotidiano das postagens realizadas pelas mulheres da cultura do músculo.

1. 2 LOGIN – INSERÇÃO/ IDA A CAMPO



Imagem 01 – *Login*

Ter uma conta pessoal e ser usuária do *Instagram* facilitou o meu acesso a este campo investigado por dois motivos: dominar este aplicativo quanto ao seu manuseio; estar inserida nesse universo como usuária realizando postagens, bem como ser seguidora de perfis os quais me interessam, isto é, fazer parte dessa rede social me proporcionou compreender sua estrutura e possibilidades.

Entrar, fazer *login* no *Instagram*, rede social acessada por meio do *download* de um aplicativo¹⁶ para dispositivos eletrônicos móveis, mas também de possível acesso em computadores, se dá por meio de uma conta pessoal com nome de identificação e senha. Outra via de acesso pode-se dar também pela rede social *Facebook*¹⁷ – a qual também exige que se realize uma conta, tendo como código de acesso um *e-mail* e senha. Assim, o *login* foi a porta para a minha entrada em campo, para o meu fazer etnográfico no ciberespaço.

Quanto à inserção no campo de pesquisa, não tive problemas ou grandes dificuldades, pois este se apresenta como um espaço público virtual. Os usuários

¹⁶ Aplicativo: *Software* desenvolvido para telefones móveis.

¹⁷ *Facebook*: Rede social de grande acesso que permite compartilhar imagens e textos pela *internet*, o qual comprou o *Instagram* (lançado em 2010) no ano de 2012.

podem optar por deixar seus perfis abertos ao público ou não. Sendo assim, busquei primeiramente perfis de mulheres da cultura do músculo os quais estivesse disponíveis ao livre acesso. Deste modo, sentada na sala, no quarto, na biblioteca, ou de qualquer lugar que me permitisse acesso à *Internet*, ao abrir o *Instagram* do meu telefone móvel, celular, com a minha conta pessoal, eu já estava *em campo*.

Embora me inserir no campo tenha sido uma tarefa rápida e fácil, devido aos avanços tecnológicos e às condições que me permitissem tal aproximação, acompanhar as postagens e compilar os dados foi uma tarefa trabalhosa, pois necessitava visitas constantes devido à quantidade de publicações diárias realizadas, o que fez com que esse processo de ida a campo não tivesse “hora pra começar” e “hora para terminar”. Desse modo, o *login* – ida a campo – se deu várias vezes por dia, cujo intuito foi verificar e conseguir acompanhar as atualizações. Assim, sinalizo aqui o ato de observar e selecionar esse quantitativo de postagens como uma das dificuldades encontradas.

Para tanto, à medida que as observações diárias tomaram mais forma, aonde se fez possível verificar a diversidade, bem como a repetição de postagens (postagens semelhantes entre as mulheres), consegui definir critérios de escolhas dos conteúdos a serem utilizados, e assim a tarefa de captura dos dados foram direcionadas de acordo com os termos-chave discutidos na presente tese.

O trabalho de campo foi iniciado em agosto de 2016. A primeira semana foi destinada ao mapeamento dos perfis de mulheres da cultura do músculo e seleção daquelas que publicavam seus *habitus* em busca do corpo ideal ao grupo que tomam como referência. Após a seleção das mulheres que iriam compor a pesquisa, iniciei uma observação diária durante duas semanas para que assim eu pudesse compreender os caminhos percorridos pelas mulheres da cultura do músculo.

Foram duas semanas de observação a fim de construir um mapeamento do campo a ser pesquisado, algo similar a um trabalho exploratório. Inicialmente, percebi que ainda haviam lacunas teóricas, o que me obrigava a buscar mais leituras referentes às literaturas específicas da temática do trabalho. Para tanto,

dedique o restante do semestre para amadurecimento teórico, e assim retornar a campo com um olhar atento e respaldado pelos referencias teóricos, isto é, centrada na relação dialética campo-teoria.

Em fevereiro de 2017 inicie o campo propriamente dito, a fim de realizar a obtenção de informações. Foram três meses de observação sistemática, do visitar e revisitar cerca de 2.000 publicações, e confesso que quanto mais eu as observava e compilava os dados, mais entusiasmada e mais dificuldade eu encontrava em encerrar o campo, pois as postagens eram ricas em informações pertinentes a esta pesquisa. Eu as “seguia” diariamente, curti suas postagens as quais interpretava como mais impressionantes, já eram parte da minha rede de perfis de interesse. Com isso, percebi que havia conseguido realizar um estranho movimento do *being there* antropológico no mundo virtual.

Assim, digo que de fato, a observação foi encerrada no final do processo de escrita deste trabalho, 1º semestre de 2018, pois as publicações eram constantes, diárias, e não quis perder informações que poderiam complementar o trabalho.

Desse visitar e revistar, as postagens identificadas como mais significativas se apresentam como as temáticas-chave do trabalho: estilo de vida, sociabilidade e alimentação; dor e sacrifício; e questões de gênero. As publicações coletadas, a princípio de maneira aleatória, mas buscando sempre o foco do problema de pesquisa, se deram por meio de imagens e narrativas, e/ ou imagens com narrativas foram salvas sempre no aparelho celular por meio do recurso *print*¹⁸ e assim armazenadas, agrupadas ou separadas em pastas do computador. Assim, o fazer etnográfico no *Instagram* se deu por meio de centenas de acessos no que concerne os caminhos percorridos desde a seleção das colaboradoras da pesquisa e observação das postagens ao ato de salvar, arquivar e agrupar no computador os dados publicizados.

Ao selecionar os dados que fizeram parte da pesquisa – observar, escolher, dar *print*, armazenar, separar, agrupar, descartar – assim como no momento de descrevê-los e interpretá-los, não separamos e nem elencamos as fotografias/

¹⁸ *Print* – copiar/ salvar a tela referente a postagem realizada através do recurso possibilitado pelos aparelhos celulares *smartphones*, meio de comunicação este utilizado para realizar pesquisa de campo.

imagens e narrativas por ordens de importância ou as colocamos de forma hierárquica, pelo contrário, os instrumentos foram utilizados como forma de complementariedade das informações postadas, seja para verificar aproximações ou disparidades. Caracterizada pela interpretação/descrição antropológica das postagens realizadas pelas mulheres da cultura do músculo no *Instagram*, as imagens/ fotografias e narrativas se apresentam aqui não apenas como um informações colhidas, mas também como um produto final da tese.

A mídia como expressão da sociedade se apresenta por meio dos canais de percepção áudio e visual. Para compreender o cotidiano de sujeitos por meio de fontes audiovisuais, Pais (2007, 165) aponta que é preciso se atentar tanto para os conteúdos semânticos das mensagens quanto para as informações estéticas no plano audiovisual. Partindo desse entendimento, as análise das legendas postadas, aqui entendidas como narrativas, partem da compreensão que os conteúdos postados é o “instrumento de análise das condições sociais de produção de um discurso” e suas especificidades determinantes que caracteriza aquilo que está em análise (PAIS, 2007, p. 164).

A utilização das imagens/ fotografias se apresenta como essencial uma vez que esta pesquisa trata dos significados atribuídos às postagens da imagem corporal das mulheres na cultura do músculo no processo¹⁹ que é composto pelas práticas corporais, pelas possíveis situações de sociabilidade nos cenários, alimentação, e por fim, as imagens expostas/ divulgadas no *Instagram*, uma vez que segundo Santann'a (2014) nos apresenta que “a difusão da fotografia acentuou a importância para a aparência física”, onde o espelho se tornou a rotina diária de aprovação e desaprovação.

Para Guram (2012, p. 64), a fotografia na pesquisa antropológica tem como finalidade obter informações e/ou demonstrar ou enunciar conclusões de modo que “ela pode ser ao mesmo tempo o ponto de partida e o resultado final” a qual reflete a realidade das pessoas.

¹⁹ A representação da corporeidades destas mulheres não está vinculada a sequência dos processos citados acima.

Desse modo, a fotografia reflete o universo físico da pesquisa, valida a evidência e a qualidade da observação, isto é, olhar para esse legado visual²⁰ juntamente às legendas que na maioria das vezes acompanham as imagens, remete a um dos pontos para compreender como elas experienciam a corporeidade, pois “o texto não basta por si só. A fotografia, também não. Acoplados, inter-relacionados constantemente, então sim, ambos proporcionarão o sentido e a significação” (BONI; MORESCHI, 2007, p. 143).

Do ponto de vista da observação das postagens, faço uma leitura adaptada do texto “Análise fílmica na antropologia: tópicos para uma proposta teórico-metodológica”, escrita por Bruna Triana e Diana Gómez, publicada em 2016, para analisar as imagens publicadas nas redes sociais. Partindo dessa leitura adaptada, caminhando pela busca do olhar antropológico para com o *Instagram*, algumas questões nos são suscitadas, a saber: (a) quais são os tipos de experiência que as redes sociais oferecem, produzem, provocam? (b) que tipo de associações as redes sociais permitem? (c) quais interpretações sobre determinado tema (mulheres na cultura do músculo) as imagens e narrativas provocam? (TRIANA; GÓMEZ, 2016, p. 111).

Portanto, além da compreensão das imagens, serão realizadas também a interpretação das narrativas presentes enquanto legendas postadas nos perfis selecionados. Desse modo, esta pesquisa pretendeu ter como norte a perspectiva apontada por Cardoso de Oliveira (1988), na qual é retratada a importância da relação entre o “estar lá e estar aqui” ligados ao conhecimento do referencial teórico da pesquisadora, isto é, um “estar lá” no campo de pesquisa, isto é, quando se entra no aplicativo *Instagram*, faz-se o *login* e passa-se a acompanhar a vida cotidiana postada com um olhar e ouvir disciplinado, intencional e direcionado pela teoria, e um “estar aqui” no processo da escrita – trabalho de significação, de interpretação, pois segundo Velho (1978, p. 7):

Posso estar acostumado, como já disse, com uma certa paisagem social onde a disposição dos atores me é familiar, a hierarquia e a distribuição de poder permitem-me fixar, *grosso modo*, os indivíduos em categorias mais amplas. No entanto, isto não significa que eu compreenda a lógica de suas relações. O meu

²⁰ TRIANA; GÓMEZ, 2016.

conhecimento pode estar seriamente comprometido pela rotina, hábitos, estereótipos.

A rotina constante de alimentação regrada, treinamentos, sacrifícios, machucados expostos, assim como vídeos que as mulheres desta pesquisa postam sentindo dores seja no treinamento ou no processo de recuperação, causam estranhamento aos não adeptos à cultura do músculo.

Como pesquisadora, embora adepta à alimentação saudável e às práticas corporais, mas não pertencente à cultura do músculo, percepção esta de fácil visualização, tive questões relativas ao olhar antropológico disciplinado, que ensina a nos despir de qualquer preconceito, pois “o comportamento humano ou atitude deve ser buscado em referenciais culturais que dão sentido a essas atitudes” (DAOLIO, 1995, p. 29)

1.3 PERFIL DAS MULHERES DA CULTURA DO MÚSCULO NO *INSTAGRAM*

A escolha das mulheres para a pesquisa se deu por meio de um mapeamento realizado nas redes sociais, especificamente o *Instagram*, onde foram selecionadas àquelas identificadas como pertencentes à cultura do músculo e que fazem divulgação/exposição de suas experiências da (des) construção desses corpos nas redes sociais. Sendo assim, foi realizada a pesquisa em consulta no ciberespaço referido cuja escolha se deu pelo fato de que se trata de um dos principais veículos adotado para a exposição do estilo de vida por mulheres da cultura do músculo.

A princípio, um dos requisitos para fazer parte dos perfis selecionados para pesquisa era: o número de seguidores e seguidoras que cada perfil da mulheres da cultura do músculo tinham. Entretanto, atualmente, o *Instagram* não se nutre apenas seguidores e seguidoras os quais se identificam com os perfis das postagens. Essa rede social se tornou também uma ferramenta mercadológica a qual possibilita a construção de perfis comerciais, assim como atribui status social

de admiradores que buscam *likes*²¹ por meio de aplicativos pagos. Isto é, pessoas que compram aplicativos que possibilitam a eles e elas um quantitativo significativo seguidores (as), e que nem sempre têm um público alvo.

Em busca desses aplicativos, para compreender como funciona essa compra de seguidores (as) e *likes*, encontrei um tutorial na internet que seleciona os 12 melhores aplicativos para ganhar seguidores no *Instagram*.

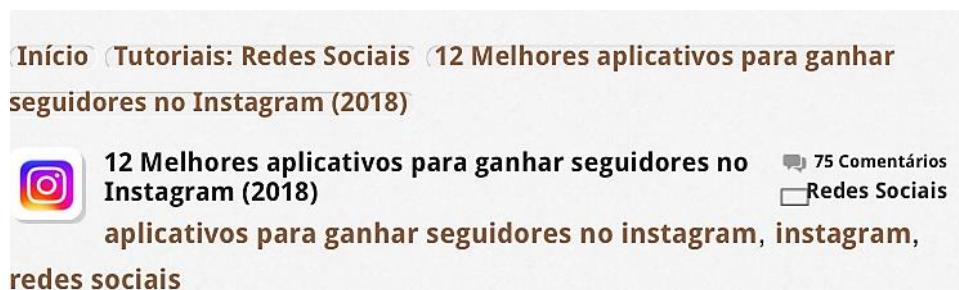


Imagem 02 – 12 melhores aplicativos para ganhar seguidores (as)

O tutorial acima elenca os aplicativos mais eficientes na atualidade, bem como ensina os caminhos para se utilizar cada aplicativos. Frases de efeito na chamada dos aplicativos para conquistar compradores, apareciam sempre de forma atrativa: “*Quer conseguir 450 mil seguidores de forma rápida? Clique aqui*”.

Entre perguntas e respostas ao administrador da página do tutorial, pessoas com conta em perfil do *Instagram* comentam a eficiência dos aplicativos na conquista por número de seguidores, de modo que utilizam o post para contatar e angariar mais seguidores e seguidoras.

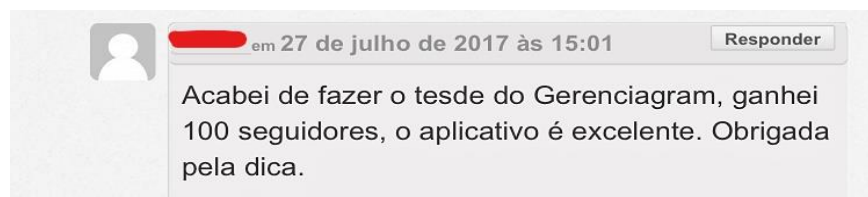


Imagem 03 – Ganhei 100 seguidores

²¹ *Likes*: perfis “curtidos”, apreciados pelos seguidores e seguidoras.



Imagem 04 – Me segue, sigo todos de volta

Esses aplicativos²² permitem um período de experimentação gratuito para que o cliente possa testar sua eficiência. Normalmente eles permitem até 5 dias de teste grátis. O objetivo desses aplicativos é potencializar a quantidade de *likes*, comentários e seguidores (as), além de agendar postagens diárias para garantir que o perfil esteja sempre atualizado, em constante movimento.

Posto isso, nesta tese, não serão considerados o quantitativo de seguidores (as) como requisito para selecionar perfis, pois juntamente a identificação destes aplicativos que potencializam o número de seguidores (as) pude observar também que alguns perfis de postagens expressivas da cultura do músculo nem sempre eram os mais seguidos, mas que permitiam compreender de maneira categórica esse universo publicizado.

A delimitação dos perfis e conteúdo a serem utilizados na pesquisa, foram direcionados a partir dos seguintes critérios: (a) perfis de mulheres hipertrofiadas que divulgam suas vidas cotidianas; (b) perfis com maior número de publicações expressivas²³; (c) apresentar imagens corporais por meio de fotografias próprias ou imagens referentes à cultura do músculo; (d) e legendas, aqui chamadas de narrativas, que tinham como objetivo ressaltar o vínculo com o perfil escolhido.

Vale mencionar que na maioria dos casos observados a descrição das fotografias se dá por meio de “frases feitas”, ou seja, ditos populares que, no geral, são citados para reforçar as imagens veiculadas, de modo que a análise deste texto se deterá na apropriação das frases feitas, que se tornarão para nós narrativas, isto é, expressarão o significado da imagem, compreendo o horizonte semântico nativo dessas mulheres frente à cultura do músculo, e serão, ao longo do texto, evidenciadas em *itálico*.

²² Não foi possível identificar se alguma das mulheres aqui pesquisadas possuíam estes aplicativos.

²³ Nos referimos aqui como publicações.

Assim, foram selecionadas dez mulheres da cidade de Goiânia, Goiás as quais aceitaram participar da pesquisa, autorizando a pesquisadora capturar (dar *print*) as imagens/ fotografias e narrativas postada por elas, sem fornecerem assim elementos adicionais àqueles que concernem a atividade de uma pesquisa em espaço público virtual – pesquisas com dados públicos, de livre acesso²⁴. As autorizações foram concedidas via *in box*²⁵ presentes no apêndice III deste trabalho.

Para identificar as mulheres e suas narrativas, utilizamos pseudônimos ao longo do trabalho para não expô-las, assim como garantimos também que elas não fossem identificadas por meio de seus perfis e imagens. Outro cuidado tomado também foi quanto a garantia do anonimato dos seguidores e seguidoras da mulheres pesquisadas, assim como a não identificação de seus patrocinadores (as).

As imagens foram editadas pela própria pesquisadora no intuito também de apagar o rosto e o nome do perfil das dez mulheres selecionadas para participar da pesquisa. A edição se deu em três etapas: recortar a fotografia para não expor o rosto das pesquisadas, e assim garantir anonimato; pintar os nomes identificadores dos perfis e dos seguidores (as); formatar a coloração das imagens para melhor visualização.

Foram então observadas as publicações dos perfis de 10 mulheres que realizavam postagens constantes de suas vidas cotidianas e estilos de vida. Sempre que algumas das pesquisavas passavam algum tempo sem postar, alguns dias, nunca chegou ser uma semana, logo suas publicações retornava sempre acompanhadas de justificativas e pedidos de desculpa de “sumiço” aos seus seguidores e seguidoras.

²⁴ A presente pesquisa não necessitou ser submetida ao CEP/ CONEP (comitê de ética) em respeito à Resolução N° 510, de 07 de abril de 1996: 1° Artigo, parágrafo único, em que se refere às pesquisas que não precisam ser submetidas, cujo II item aponta que umas dessa particularidade se referem a: “pesquisas que utilize informação de acesso público, nos termos da Lei n° 12.527, de 18 de novembro de 2011, de direito de imagem, respeitando também os termos de privacidade do *Instagram*.”

²⁵ *Inbox* – caixa de diálogo e compartilhamento privada que permite conversas individuais ou em grupos sem que seja divulgada.

A fim de identificar as participantes ao longo do texto utilizei pseudônimos: Cristina, Janaina, Carol, Laís, Fernanda, Marina, Sônia, Denise, Lúcia, Betânia²⁶. As mulheres selecionadas para participar da pesquisa reagiram com muito entusiasmo ao serem contatadas *in box* para que a seguissem e iniciasse o processo de observação de cada perfil no Instagram. A elas foram expostos os objetivos da pesquisa e a metodologia da observação, contando com a autorização, que ocorreu de maneira informal, como segue: “*nossa, que bacana, acho que nunca vi ninguém estudando sobre isso*” (Marina – atleta de fisiculturismo, categoria Biquíni *fitness*).

QUADRO 3 - Perfil das mulheres da “cultura do músculo

NOME	PERFIL DESCRITO	MEDIA DE POSTAGENS DIÁRIAS	PRINCIPAIS POSTAGENS/ ASSUNTOS	PATROCÍNIO
Cristina	Nutricionista esportiva; Compartilho meus estilo de vida; Alimentação, Esportes e Vida; Atleta de <i>crossfit</i>	- 2 permanentes/diário; - 5 a 8 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: <i>crossfit</i> ; - Alimentação; - Estilo de vida; - Sociabilidade; - Motivacional.	- Suplemento; - Restaurante; - Alimentos; -Acessórios esportivos; - Roupas; - Clínica de estética; - Local para treinamento
Janaina	Sempre apaixonada pelo movimento; Personal trainer; treinadora; triatleta amadora	- 1 permanente/diário; - 4 a 6 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: Triatlo; - Alimentação; - Estilo de vida; - Sociabilidade;	- Suplementos; - Restaurante; - Alimentos; -Acessórios esportivos; - Roupas; -Assessoria

²⁶ Vale mencionar que por se tratar de pesquisa em ambiente virtual não foi necessário o envio do trabalho para apreciação pelo Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, todos os cuidados éticos necessários foram criteriosamente seguidos durante a obtenção das informações e as análises.

			- Motivacional.	para treinamento; -Clínica de estética
Carol	Atleta de fisiculturismo; graduanda em Educação Física	- 1 permanente/semana - 6 a 8 – <i>Stories</i> diários	-Treinamento: musculação e desfile de palco; - Motivacional; -Dor e sacrifício; - Gênero.	- Suplemento; - Roupas: biquíni - Local para treinamento
Laís	Personal trainer especialista em fisiologia e prescrição de treinamento; <i>Coach</i> ; atleta de judô e <i>crossfit</i>	- 1 permanente/diário; - 5 a 7 – <i>Stories</i> diários	-Treinamento: <i>crossfit</i> - Motivacional; -Sociabilidade; -Dor e sacrifício; - Gênero	Não possui patrocinador
Fernanda	Graduanda de Educação Física; atleta de <i>crossfit</i>	- 4 a 6 Permanentes/diário; - 6 a 8 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: <i>crossfit</i> ; -Superação/ motivacional; - Estilo de vida; - Alimentação; - Dor e sacrifício; - Gênero.	- Suplemento; - Material esportivos e acessórios.
Sônia	Marombeira fisiculturista; Foco, força e fé	- 1 permanente a cada 3 dias; - 4 a 5 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: musculação; - Fisiculturismo; - Estilo de vida; - Gênero.	- Suplemento; - Local para treinamento.

Marina	Cirurgiã dentista, atleta de fisiculturismo	- 1 permanente/ diário - 3 a 5 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: musculação; - Fisiculturismo; - Alimentação; Suplementação; - Estilo de vida; - Dor e sacrifício	- Suplemento; - Alimentos; - Local para treinamento;
Denise	Nutricionista esportiva; Body Building Coach; atleta de fisiculturismo.	- 1 permanente/ diário - 3 a 5 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: musculação; - Fisiculturismo; - Alimentação; - Suplementação; - Gênero	- Suplemento; - Roupas; - Local para treinamento;
Betânia	Atleta Biquíni Fitness IFBB; Top 4 IFBB elite Pro 17; Engenheira Civil; Mãe do Felipe ²⁷	- 1 permanente/ diário - 6 a 8 <i>Stories</i> diários	-Treinamento: musculação e desfile de palco; - Alimentação; - Suplementação; - Estilo de vida; - Dor e Sacrifício; - Sociabilidade;	- Suplemento; - Local para treinamento; - Clínica de estética.

²⁷ Nome fictício.

Lúcia	Personal trainer; atleta fisiculturista; Mãe de um príncipe	- 1 permanente/ diário - 6 a 8 history's diários	-Treinamento - musculação; -Alimentação; - Suplementação; -Motivacional; -Dor e Sacrifício	- Suplemento; - Alimentos; - Local para treinamento; - Clínica de estética.
-------	---	---	---	--

Fonte própria, 2018.

Embora os perfis selecionados para compor esta pesquisa não referencie à idade das mulheres desta pesquisa, foi possível perceber que esse universo, específico do presente trabalho, se trata de mulheres jovens, entre 20 e 30 anos de idade.

A seguir iniciamos a análise e interpretação das informações obtidas em campo. O primeiro capítulo propriamente analítico trata do *habitus* na cultura do músculo e da constituição dos estilos de vida das mulheres que expõem suas corporeidades na rede social *Instagram*.

CAPÍTULO II

HABITUS NA CULTURA DO MÚSCULO: UM ESTILO DE VIDA EM FOCO

Este capítulo tem o propósito de verificar em que medida padrões e normas sociais que imperam na constituição das subjetividades das mulheres no contexto da cultura do músculo se efetivam alterando a corporeidade dessas praticantes. Para tanto, construiu-se uma análise de postagens dessas mulheres no *Instagram*, atendendo para a possibilidade de conformação de um estilo de vida e da possibilidade de construção de outro *habitus*.

2.1 – ANÁLISE DOS PERFIS DAS MULHERES DA CULTURA DO MÚSCULO

Conforme exposto no capítulo metodológico, o grupo social investigado se constitui por 10 mulheres praticantes de diferentes práticas corporais, que foram selecionadas por partilharem da cultura do músculo e exporem suas corporeidades no *Instagram*. Durante as idas a campo, constatou-se que todas as mulheres (sujeitos da pesquisa) realizam, pelo menos, uma postagem diariamente²⁸. Independente se são permanentes ou *stories*, há sempre ao menos um tipo de postagem, o que traz como significado para a análise de que as postagens no *Instagram* constituem parte de suas rotinas na definição de seus cotidianos.

Os perfis das mulheres pesquisadas retratam as práticas corporais as quais estão vinculadas, o perfil profissional, e as principais características que norteiam suas vidas cotidianas.

²⁸ Raramente acontecia a ausência de postagens. E quando acontecia, logo se retomava. Durante o tempo de observação, nenhuma das mulheres pesquisadas cancelou seu perfil no *Instagram* ou encerrou suas publicações de forma definitiva.

As principais postagens por elas publicadas formaram o rol de temáticas apresentadas na tese desenvolvidas como pontos/ conceitos-chave para a construção dos capítulos II, III e IV, sendo caracterizadas em cinco assuntos: (a) estilo de vida; (b) sociabilidade; (c) alimentação; (d) dor e sacrifício; e, (e) questões de gênero. Abaixo apresentam-se o número de postagem de acordo com esses três blocos classificados.

QUADRO 4 - Principais assuntos postados

PRINCIPAIS ASSUNTOS POSTADOS	PERCENTUAL DE MULHERES
Estilo de Vida	100%
Motivacional	60%
Sociabilidade	60%
Alimentação	100%
Dor e Sacrifício	100%
Questões de Gênero	50%

Fonte própria, 2018.

Conforme se percebe do quadro acima, todas as mulheres realizam postagens sobre as temática: estilo de vida, alimentação, dor e sacrifício. Embora apenas cinco das dez mulheres apresente discussões explícitas relacionadas à temática gênero, foi possível observar que todas realizavam publicações relacionadas às características representativas de gênero de forma implícitas: cuidados com os cabelos, pele, unhas, maquiagem, ensaios e desfile, indumentárias, acessórios, modos de andar/ agir.

As práticas corporais são uma das temáticas presentes em todas as postagens diárias nos perfis do *Instagram* das pesquisadas. São práticas apontadas como fontes que imperam na construção do corpo almejado. Assim, designadas como pertencentes ao estilo de vida, que como anteriormente definido, constituem práticas que se expressam para além de opções ou escolhas

individuais, pois se conformam para atender padrões ou expectativas socialmente definidas (MADEIRA *ET AL*, 2018).

No universo pesquisado, as dez mulheres, uma se apresenta no perfil como triatleta, três como atletas de *crossfit*, e seis se denominam como fisiculturistas, como segue:

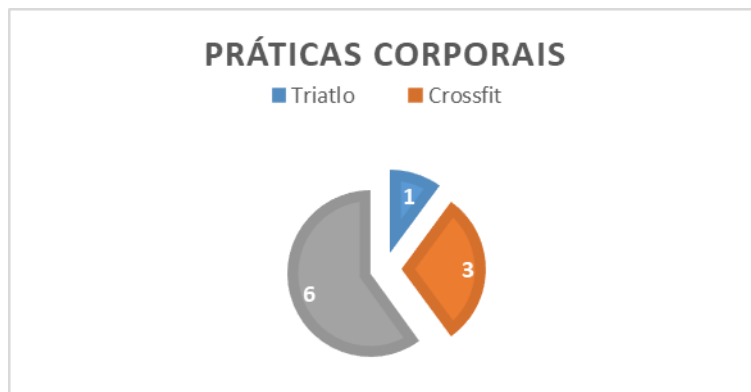


Gráfico 01: Práticas Corporais
Fonte própria, conforme informações da pesquisa, 2018.

Como se verifica, o perfil das mulheres está definido com base na prática corporal do fisiculturismo²⁹ e do *crossfit*, o que representa 90% do total, restando apenas uma que se autodenomina como triatleta. Vale mencionar que as práticas corporais constituem o meio para que essas mulheres alcancem seus objetivos visados, mas esses objetivos são, sobretudo, o fim para cada uma delas, portanto, as práticas corporais apresentam-se como um meio e um fim simultaneamente, daí a importância de se atentar para a autodefinição em seus perfis, o que pode demonstrar que o objetivo identitário que as vinculam à cultura do músculo é algo definidor do que elas são, pelos menos em suas exposições públicas na rede social.

²⁹ Das seis fisiculturistas, a atleta Carol, se tornou fisiculturista e anunciou sua participação no mundo das competições após já ter sido selecionada para participar da pesquisa, deste modo, foi possível acompanhar seu processo, compreendendo a iniciação e o desenvolvimento da participante da pesquisa nas distintas etapas de inserção no mundo do fisiculturismo (NOTAS DE CAMPO, 2017).

Daí apresentam-se algumas questões. O que é ser uma triatleta, uma *crossfiter* ou uma fisiculturista? Como esses corpos são utilizados / formatados para o alcance dos objetivos de se tornar uma atleta de “força” ou “de peso”?

Como se verificou do perfil exposto acima (GRÁFICO 1), apenas uma das participantes se define como triatleta. O triatlón é uma prática corporal que envolve o desenvolvimento de 3 habilidades básicas: a corrida, a natação e o ciclismo. Geralmente, os triatletas são considerados como atletas exemplares pelo desenvolvimento de todas essas habilidades no exercício de sua prática corporal. Apesar de apresentar, entre os sujeitos da pesquisa, um número pouco expressivo, pois apenas uma das mulheres se define como triatleta, optou-se pela inclusão da mesma em decorrência da relevância social que ela apresenta. Com efeito, a triatleta Janaína é considerada como atleta referência no estado de Goiás e soma patrocínios, comerciais em televisão e em *outdoors* e publicidade devido também à estética corporal, pois em seu perfil, parte dos *posts* estão relacionados ao corpo esculpido por músculos e delineado pela retidão da pele devido à ausência de gordura – motivo pelo qual ela foi escolhida para fazer parte da pesquisa. De tal modo que, embora o triatlón não seja uma modalidade que vise à hipertrofia e à estética corporal, mas sim a resistência e a agilidade somada à técnica para uma melhor eficiência e gasto energético, essa atleta ressignifica a prática corporal, à medida que se mostra / demonstra contando com os mesmos *modus operandi* das atletas fisiculturistas e de *crossfit*.

Já o *crossfit*, que é a prática corporal adotada por 3 atletas, tem seu berço é norte-americano, tendo sua própria metodologia de treinamento. Essa modalidade surgiu em 1990, criada pelo ginasta Greg Glassman, e foi instalada como uma marca internacionalmente registrada. Em Goiânia apenas 15 academias são filiadas à marca. Para se filiar, a academia se inscreve e é submetida a uma avaliação, e caso seja aprovada, ela recebe a patente *crossfit* cujo valor é de três mil dólares por ano. Outro detalhe é que, para ser professor (a) de *crossfit*, deve-se ter um curso específico, sendo ele dividido em dois níveis, que custam mil dólares cada. Na cidade de Goiânia, Goiás, não há esse curso de formação em *crossfit*, isto é,

além do custo com a formação, os professores(as) devem arcar com os gastos da viagem.

O *crossfit* utiliza movimentos calistênicos, a ginástica, levantamento de peso olímpico e exercícios aeróbicos. São exercícios de alta intensidade que também permite a realização por meio do próprio peso corporal. O objetivo do *crossfit* é o condicionamento geral, trabalha todas as valências físicas – potência, força, explosão, resistência muscular, flexibilidade e mobilidade. Por ser um esporte de alta intensidade, atualmente ele tem sido procurado por uma gama de pessoas porque proporciona um “resultado” em tempo mais rápido, de modo que o ideal do corpo forte, delineado por músculos e com ausência de gordura, de modo geral, nas postagens, é o resultado esperado.

Os processos de cultivo do corpo e de valorização e desenvolvimento sistemático da hipertrofia acompanham de longo tempo a história da civilização social e podem ser definidos como projeto de construção corporal (FERREIRA, 2008). Como relata Sennett (1997), os indícios sobre a exposição pública do corpo e seu cultivo do corpo desenvolvido nos ginásios da antiguidade grega como na romana são localizados desde o século IV a.C., ainda que restritos ao universo masculino. Daquele modelo de beleza como parte do processo de civilidade e como espelho das virtudes morais (LOMBARDO, 2003) à esportivização da estética do corpo musculoso, vários elementos se fizeram presentes.

Atualmente, podemos observar que o ideal de beleza no Brasil tem como berço o cultivo do corpo musculoso grego acima referido. Esse modelo de beleza do corpo esculpido por músculos indicam um forte crescimento enquanto ideal no país, pois é possível identificar na atualidade um forte discurso sobre o corpo musculoso circulando nas mídias, assim como o crescimento de campeonatos destinados à estética do corpo musculoso, como informa a Federação Internacional de Fisiculturismo e Fitness (IFBB - International Federation of Bodybuilding & Fitness, no original em inglês). Criada em 1946, esta federação se faz presente em 192 países e realiza anualmente mais de 1.500 campeonatos em todo o mundo. A Confederação Brasileira de Musculação, Fisiculturismo e Fitness, afiliada à IFBB, realiza cerca de 70 campeonatos por ano e desde 2013, sedia

anualmente evento internacional intitulado “Arnold Classic Brasil”, com a presença de Arnold Schwarzenegger (FURTADO, 2009).

O fisiculturismo feminino no Brasil inicia-se no interior dos processos de musculação nas academias na década de 1980 e desenvolve-se como esporte no início do século XXI (JAEGER, 2009). A modalidade se divide em categorias, as quais cada uma delas tem suas características próprias. Ora priorizando o maior volume muscular, ora priorizando o delineamento corporal, ausência de gordura, assim como desvalorizando marcas corporais. As competições acontecem por meio de desfile no palco, onde avaliadores(as) analisam a estrutura corporal das fisiculturistas, bem como a desenvoltura das praticantes.

Com relação aos patrocínios, das dez mulheres, apenas uma, a praticante de *crossfit* Laís, não vinculava em suas postagens nenhum tipo de patrocínio e produtos, embora, sabe-se que sua formação como professora de Educação Física, atuando como *Personal trainer* nas academias, lhe permita treinar no espaço sem despendar pagamento, entretanto, não se configura como patrocínio.

No gráfico abaixo, seguem as descrições dos principais patrocínios apresentados na tabela do perfil das mulheres selecionadas para a pesquisa. Nele é possível dimensionar os principais produtos destinados à elas e que fazem jus a maioria da postagens e à cultura a qual essas mulheres pertencem – a cultura do músculo.

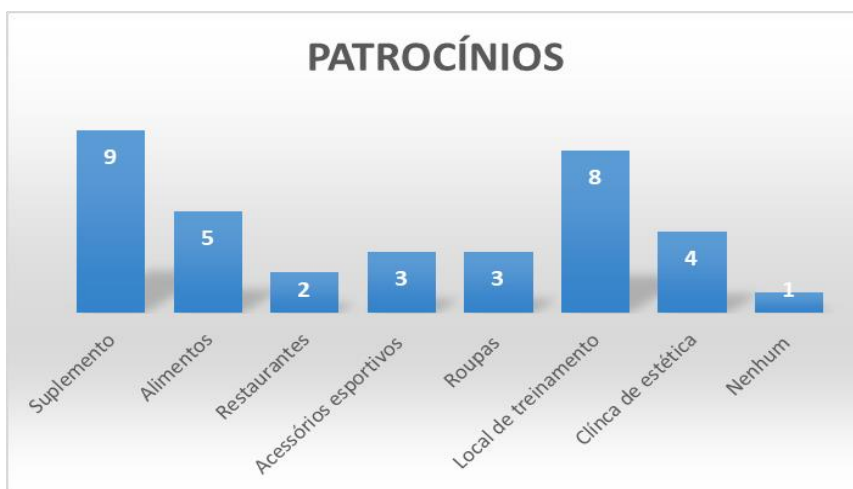


Gráfico 02 – Patrocínios

Fonte própria, conforme informações da pesquisa, 2018.

Sendo assim, nove do total das mulheres recebem patrocínios de suplementação, isto é, produtos que auxiliam no ganho e manutenção de massa muscular, recuperação e reposição energética. Outro ponto que também se refere a grande parte das postagens das mulheres e um aspecto fundante na cultura do músculo, são os treinamentos, de modo que 80% delas recebem patrocínio dos locais de treinamento.

Outro elemento presentes na descrição em 90% perfil é a área de atuação das mulheres pesquisadas no mundo do trabalho. O quadro abaixo expõe as profissões voltadas tanto pra área da educação, saúde, quanto na engenharia, sendo a Educação Física a área de conhecimento mais presente, contando com 2 graduandas e 3 formadas, cuja auto identificação é *personal trainer*.

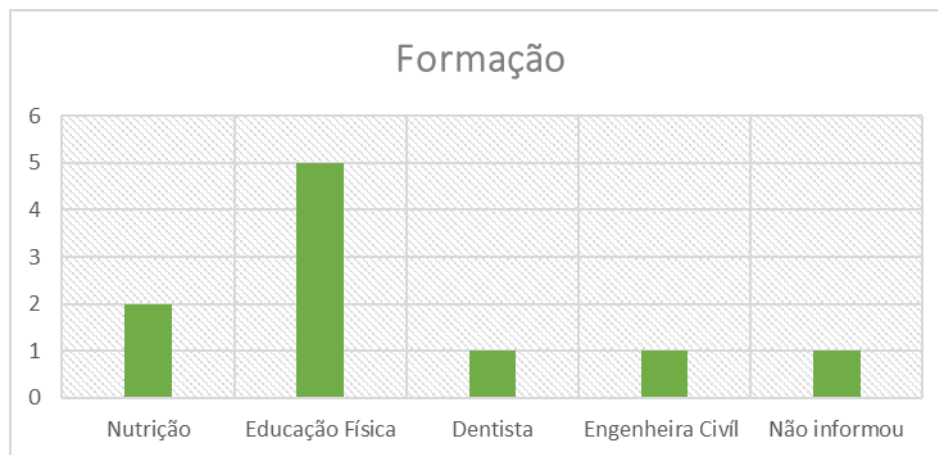


Gráfico 03 – Formação das mulheres da cultura do músculo
Fonte própria, conforme informações da pesquisa, 2018.

As publicações diárias permanentes e/ ou em *stories* retratavam de maneira ativa a vinculação dessa mulheres em seus momentos de treinamentos e refeições as quais faziam parte do seu cotidiano anunciado como estilo de vida. As evidências no que concerne pesos morais e hegemônico foram possíveis de captar nesse espaço *online*, assim como em outro momento que também captei nos espaços *off-line*. São procedimentos onde criam-se e/ ou reproduz informações que faz refletir o grupo e a cultura da qual compartilham, são

informações instauradas “através de um conjunto de proposições socioéticas reunidas em torno de um discursos da ‘pose’” (EDUARDS, 2016, p. 154) e suas narrativas.

Portanto, afirmamos aqui que tanto os perfis apresentados quanto as postagens refletem também representações calcadas em conjunto de valores, isto é, segue uma intencionalidade daquilo que se quer mostrar, a saber: um padrão estrutural e comportamental designado e esperado pela cultura do músculo e suas possibilidades.

2.2 – *HABITUS*: “*TODO DIA É DIA*”

Apoiada no conceito de *habitus* segundo Bourdieu (1984), esse trabalho verificou as relações de afinidade entre o comportamento das mulheres da cultura do músculo e as estruturas sociais, isto é, a correspondência entre as condições sociais de existência e seus cotidianos publicizados no *Instagram*.

Enquanto uma dimensão de um aprendizado passado que tende a conformar e orientar ações, Bourdieu (1984; 2002) apresenta que o *habitus* é difundido por princípios que suscita e estrutura as práticas de representações regulamentadas para um determinado fim, sem que necessariamente haja consciência do cumprimento das regras para tal objetivo, operando assim em uma determinada direção.

Práticas corporais, treinamento, alimentação adaptada e administrada na hora certa, horas de sono determinadas, etc., constituem práticas da rotina das atletas que conformam seus estilos de vida. Essas práticas forjam-se na busca pela construção de um corpo-projeto, isto é, um corpo ideal que atende a padrões e expectativas socialmente referenciadas por determinado grupo social, como é o caso de atletas de triátlon, *crossfit* e fisiculturismo. Por meio da imagem corporal, isto é, “a representação que um sujeito faz do seu corpo num contexto social e cultural dado e por sua história pessoal” (LE BRETON, 2013, p. 62), as mulheres da cultura do músculo retratam a (des) construção de um corpo de mulher nunca

antes exaltado pela história enquanto socialmente aceito, difundido como sinônimo de beleza e estilo de vida.

A preocupação com o belo se apresenta da antiguidade à contemporaneidade. Os ideais de beleza se dão de diferentes formas e modelos, a depender do momento história e da cultura de cada sociedade, de modo que, segundo Santann'a (2005), os discursos sobre beleza ao longo da história foram vinculados à medicina, moral católica, higiene e moda.

Para a autora, a beleza é um trunfo de quem a possui, “um instrumento de poder, uma moeda de troca em diferentes sociedades” (SANTANN'A, 2014, p. 08). Em 1900, no Brasil, segundo a autora, a beleza era relacionada a vestimentas, sapatos, acessórios, de modo que havia uma preocupação com o volume do corpo, especialmente a silhueta da mulher, mas essa era uma preocupação bem distante do que apresenta-se atualmente.

O belo *versus* feio; bom *versus* mau – são noções de dualidade presente na construção do ideal de beleza. O belo é uma construção fruto de características que representam o que agrada, o que se deseja enquanto sinônimo de bom, puro e casto, enquanto o feio é tratado como algo indesejável, fruto de maus hábitos – anormal e repugnante, de modo que podemos perceber que “a beleza está quase sempre associada a outras qualidades” (ECO, 2015, p. 37). Vinculada ao momento histórico e a cultura, o belo também depende do ponto de vista do outro, ou seja, dos grupos os quais estamos inseridos, e é a partir desse entendimento, que esse trabalho verificou em que medida a cultura do músculo representa essa noção de beleza dentro da sociedade brasileira, retratada especificamente por dez mulheres da cidade de Goiânia, Goiás.

A difusão da beleza por meio de palavras, imagens e comportamentos eram relatados por discursos da boa aparência associada a higiene, ao claro (remetia à limpeza) e à moralidade hierarquizada, estes retratados mediante a uma norma hegemônica. Esculturas e quadros vendiam o ideal de beleza, onde o apreciar e olhar estimulava a ênfase na aparência, e na possibilidade do belo como consumo.

O deslocamento das características do belo – antes vinculada às indumentárias e comportamentos vislumbrando a moralidade constituída pela igreja – para o corpo, sendo este ideal, é, segundo Le Breton (2003, p. 53) “uma consequência da estruturação individualista de nossas sociedades ocidentais”. Sendo assim, este capítulo trabalhou no sentido de compreender os significados postados no *Instagram* que atribuem a cultura do músculo ao estilo de vida, o qual tem como foco o corpo enquanto um local “feliz e habitável” (LE BRETON, 2013).

A fisiculturista Marina, retratada na imagem abaixo, enaltece os adeptos e adeptas do esporte fisiculturismo, aqui trabalhado como um constituinte das práticas corporais, que fazem deste um estilo de vida. Deste modo, fisiculturismo é apresentado pelas mulheres da cultura do músculo desta pesquisa como um estilo de vida regado por um cotidiano, rotinas, restrições e sacrifícios exigidos para o pertencimento e permanência nesta prática corporal.



1.437 curtidas

... Dia 30 de outubro! Dia do fisiculturista! Parabéns a todos os atletas que fazem desse esporte um estilo de vida! 🍷🍷🍷🍷
#bikinifitness #bodybuilding #cardio #fitnessgirl

Imagem 05 – Estilo de vida e esportes
 Postagem da fisiculturista, Marina, ocorrida em 30 de outubro de 2017.

Para além disso, transmitem a mensagem de que é preciso uma mudança não apenas nos hábitos alimentares e no treinamento físico, mas, sobretudo, tornar seus corpos um projeto de construção pessoal, um estilo de vida.



Imagem 06 – Filmar incentiva.
Postagem da praticante de *crossfit*, Cristina, ocorrida em 23 de outubro de 2017.

A imagem acima publicada por *Cristina*, atleta de *crossfit*, faz parte de uma série de vídeos postados em seu *stories* no dia 23 de outubro de 2017. Esses vídeos iniciam com a atleta narrando que está muito cansada devido à quantidade de demandas / trabalhos que ela teve durante o período da manhã naquele dia. Antes de iniciar o treino, às 12h, *Cristina* relatou que uma das coisas que a fazem ir treinar, mesmo quando está cansada, é o fato de realizar postagens, e saber que isso incentiva outras pessoas, o que por sua vez a lhe dá conforto e motivação. Isso quer dizer que o fato de ela ser tomada por seus seguidores como um exemplo, a deixa motivada para encarar as horas de treino a que se submete cotidianamente.

Santann'a (2005) registra que em meados da década de 60, no Brasil, as mulheres se inspiravam na beleza publicizada por musas nacionais e

internacionais que retratavam o belo, o ideal. Segundo o ideal de beleza reforçado pelas musas famosas, o autocuidado representava a ausência da feiura (contra exemplo), pois a mulher feia era aquela que não se amava, não se cuidava, portanto, ser bela era uma possibilidade para todas que buscavam tal ideal, desde que se esforçassem e se cuidassem: “Mulheres belas aconselhando outras mulheres, de modo informal e extremamente didático, quase sussurrando-lhes como é bom, fácil e importante se fazer bela dia após dia” (SANTANN’A, 2005, p. 113)

Outra imagem ajuda a evidenciar a necessidade do trabalho corporal para o alcance dos objetivos determinados por cada uma das mulheres. Na imagem abaixo, Cristina faz um *post* agradecendo aos seus seguidores e seguidoras pelas mensagens de incentivo, bem como a felicidade em saber que suas publicações motiva mais adeptos e adeptas a aderirem a esse estilo de vida, denominada por ela como acréscimo de saúde e bem estar. Vejamos:



Curtido por

GRATIDÃO 🍷🙏 Obrigada por todo carinho e as mensagens de incentivo que recebi, fiquei muito feliz em saber que motivo vocês pra um estilo de vida que só acrescenta na saúde e bem estar. Ganhei o dia 😊🙏😊

Imagem 07 – Estilo de vida que motiva
Postagem da praticante de *crossfit*, Cristina, ocorrida em 12 de maio de 2017.

Com efeito, como se verifica, publicar/ expor o cotidiano têm um caráter formador e motivador que reforça estilos de vida. De modo geral, são postagens convidativas e que chamam atenção para a forma como você, seguidora, conduz seu cotidiano, e questionando/ lembrando que os cuidados para com o corpo, saúde e a estética te fará sentir ideal dentro da sociedade.

Foram inúmeras publicações reforçando as práticas cotidianas e a conformação de estilos de vida. Notadamente, para a configuração dos estilos de vida, o esforço pessoal, a dor, o sacrifício, enfim, todas as restrições a que estão submetidas estas mulheres em seus cotidianos, assim como cuidados com o corpo, beleza, sociabilidade e qualidade de vida ajudavam a materializar esse conceito.

A noção de “qualidade de vida” associada ao “estilo de vida”, nas sociedades ocidentais, apresentava-se, de modo convencional, como fruto de uma relação direta entre saúde e exercício físico (MADEIRA *ET AL*, 2018). Segundo Soares (1998), o corpo nesse período era considerado como a-histórico, cientificamente explicado – “o social biologizado” – a justificativa dos modos de ser e de viver por meio da naturalização dos fatos sociais. Gestos disciplinados e corpos “saudáveis” atrelados a discursos médicos, familiares e institucionais, onde o ser humano era definido e ilustrado dentro de seus limites e possibilidades biológicas, pois a “ideia de que é regida por leis naturais, invariáveis e independentes da ação humana” (SOARES, 1998, p. 09).

O século XIX, então, foi marcado também pela revolução científica, pela industrialização e pelo crescimento de instituições sociais, assim como a desigualdade social concomitante ao desenvolvimento. Com a expansão da economia surge a necessidade do aumento da mão-de-obra, e segundo a concepção de ser humano dessa época, cada um deveria ocupar seus cargos de acordo com as “aptidões naturais”, isto é, uma relação direta com a ordem e família em que o sujeito nasce.

Tanto os espaços educacionais, quanto os locais de trabalho eram estabelecidos de acordo com a classe social que cada um ocupava: trabalhos intelectuais destinados a burguesia e trabalhos manuais destinados a classe

trabalhadora – um dos motivos pelos quais hoje perduram questões relacionadas ao preconceito e desvalorização da Educação Física e para com aqueles que tem em seus cotidianos voltados para os trabalhos manuais.

À época, a expansão urbana não trouxe consigo o acompanhamento e crescimento da manutenções e serviços sociais. A falta de saneamento básico, moradias precárias, dentre outros fatores, colaboraram para propagação de epidemias. Assim, com objetivo também de moralizar os hábitos, a educação higiênica teve como aliada à Educação Física como promotora da assepsia.

Com caráter individualista, as intervenções físicas que operavam sobre os corpos assumiam priorizações fundamentais com o privado para tornar cidadãos e cidadãs responsáveis pelo seu “bem-estar” em uma relação determinista de causa e efeito — saúde tomada como consequência de decorrências fisiológicas, estas produzidas pela prática de exercícios físicos. Deste modo, o movimento para promoção da saúde no Brasil foi marcado por um perfil de orientação individualista, sem levar em consideração os determinantes sociais: distribuição desigual de renda, condições de moradia, alimentação, saneamento, disponibilidade de tempo livre, escolaridade e saber funcional, acesso a saúde pública e a educação.

Os movimentos eugênico e higienista do século XX, precursores ideológicos do “estilo de vida ativo³⁰”, desencadeiam no tempo livre, a partir da década de 30, “a prática de atividades de ‘grande alcance moral e higiênico’, com destaque para lazeres que envolvem um estilo de vida saudável” (MIGUEL; RIAL, 2012, p. 159).

O “estilo de vida ativo”, envolvimento populacional na exercitação física utilitarista (visão econômica), isto é, “promoção” da saúde menos custosa para o Estado, desencadeou, na década de 80, publicidade, modelos, padrões e estilo de vida elaborados com ênfase no combate ao sedentarismo (BAGRICHEVSKY *ET AL*, 2006; MADEIRA *ET AL*, 2018).

³⁰ Estilo de vida ativo: Instalado no Brasil por meio do Programa “Agita São Paulo” o qual tinha como objetivo minimizar os comportamentos de risco e proporcionar a prática de exercícios físicos.

Isto é, o papel das mídias sociais na promoção dos estilos de vida é algo que vem fazendo parte da história antes mesmo das redes sociais. O modelo antissedentarismo foi destinado à sociedade de modo que o sujeito fosse responsável por prevenir e manter sua própria saúde, individualizando e culpabilizando esses cidadãos e cidadãs por levarem uma vida sedentária, onde a materialização para a obtenção da saúde se dava por meio da venda de produtos e serviços – “saúde conquistada” – nordeada para operacionalização da saúde, ‘qualidade de vida’.

O conceito de “qualidade de vida” apresentada no século XX, segundo Gonçalves (2008, p. 35) colaborou para o estabelecimento de valores humanitários relevantes (saúde e educação), bem como propaganda para promover produtos e serviços que permeiam a relação subjetiva: estilo de vida; e a objetiva: condições de vida. Todavia, parece-nos interessante observar com Minayo *et al* (2000) quando afirma que há limites na aferição das técnicas para mensurar o que vem a ser qualidade de vida.

Nas publicações / postagens das mulheres se evidencia a confusão na apropriação do sentido de “qualidade de vida”. Para as mulheres da pesquisa, a qualidade de vida está associada a fatores individuais, isto é, à noção de mérito, esforço pessoal, e responsabilização do indivíduo por sua saúde e qualidade de vida. Essa discussão foi empreendida recentemente por Madeira *et al* (2018) ao discutir, com base nos parâmetros da Organização Mundial da Saúde, o sentido de estilo de vida e a conformação de um outros *habitus* para a promoção da saúde. Na postagem a seguir (Lúcia) é perceptível a apresentação do controle social por meio do esforço e disciplinamento para a edificação de um projeto de construção corporal, como um elemento central no sentido de dar as bases para o reconhecimento do sujeito em seu meio, em seu ambiente.



Imagem 08 – Esforço pessoal
 Postagem da triatleta, Lúcia, ocorrida em 10 de fevereiro de 2017.

Portanto, como se evidencia na imagem, a responsabilização do sujeito, o esforço pessoal, aparecem como elementos desencadeadores de outros mecanismos, no entanto, é válido observar que os expectadores (seguidores) funcionam nessa dinâmica das postagens, como aqueles que estabelecem o controle social.

Outra postagem, desta vez da Laís, diz em um *storie*: *entenda que só você pode mudar a sua vida; não existe treino milagroso. Não existe uma dieta mágica. O que existe é foco, disciplina, perseverança!*” Ou seja, sua narrativa expressa exatamente o que afirmou Courtine (2005), quando apontou a construção do corpo como um projeto pessoal perpassa a necessidade de manter disciplina diária e controle permanente, com reforço ao esforço pessoal.

Outra fala, manifesta além do esforço pessoal e da motivação para dar início ao treinamento, a necessidade de tornar o treino uma prática rotineira, um hábito, a fim de dar continuidade, como se verifica em uma narrativa postada pela fisiculturista da categoria *Wellness* Carol: *E ai, você já fez o seu treino hoje? Motivação faz você começar, hábito faz você seguir adiante.* Isto é, as narrativas

trazem que a disciplina, o controle e os esforços diários conduzem essas mulheres a um projeto de construção corporal como parte de um *habitus*, não só por ser uma prática rotineira, mas notadamente, por se tornar algo que definirá seu estilo de vida, inclusive à medida que incorpora-se às práticas cotidianas um conjunto determinado de valores que são próprios ao grupo social.



" Não se afaste dos seus planos,
nem aos finais de semana, o sacrifício é
compensatório!"

Imagem 09 – Autogerenciamento

Postagem da praticante de *crossfit*, Fernanda, ocorrida em 30 de março de 2017.

Fernanda, atleta de *crossfit*, também mostra a relação entre a rotina de treinamentos e a apropriação dos valores sociais do grupo do qual fazem parte na montagem feita por ela, apresentada aqui, como a imagem de número nove. Diz ela: “*Não se afaste de seu planos nem nos finais de semana, o sacrifício é compensatório*”. Isso nos sugere que há um autogerenciamento por meio das

pedagogias do corpo, mas também há um partilhar de regras sociais por meio do polimento e do ajustamento às normas.

Desse modo, ainda que em perspectivas mais ortodoxas, as instituições sociais como escola, exército e prisões objetivem moldar o corpo do indivíduo no processo de docilização do sujeito (FOUCAULT, 2004), que se despe do controle e de sua vontade, acredita-se que o sujeito pode, dentro de um campo limitado, optar por escolher que projeto de construção corporal pode exercer como parte de seus estilos de vida.

Giddens (1984) aponta essa escolha dentro do campo limitado citada acima como a “dialética do controle”, ou seja, a possibilidade da fuga dos sujeitos aos sistemas de controle. Uma dominação dividida por ambiguidades, pois a reprodução social nem sempre é total. Isso nos faz remeter às possibilidades de as redes sociais construírem estereótipos enraizados na figura da mulher e, ao mesmo tempo, o poder de aprisionar consoante os ideais por ela propagados.



"Eu não perco mais tempo justificando minhas escolhas. Elas são minhas. Isso já explica tudo". Bom dia 🍷



Imagem 10 – “*minhas escolhas*”
Postagem da fisiculturista, Carol, ocorrida em 12 de abril de 2017.

Ao individualizar as escolhas, na postagem acima, realizada pela fisiculturista Carol, embora reproduza uma ideia socialmente construída como um corpo belo, Carol aciona uma particularidade repensada a partir de grandes mudanças históricas, pois a desnaturalização do corpo da mulher enquanto submissa e delicada se transmutou com base nas lutas dos movimentos sociais das mulheres pela igualdade, mas também pelo direito de ser diferente.

Atualmente presenciamos um grande percentual de mulheres praticantes de atividades de alta intensidade e também da cultura do músculo exuberante. Essas mudanças deram-se a identidades que estão associadas, sobretudo, aos modos e mudanças do aceito socialmente – “a vontade está na preocupação de modificar o olhar sobre si e o olhar do outro a fim de sentir-se existir plenamente” (LE BRETON, 2005, p. 30), ao passo que há a busca pelo partilhar da exposição de suas próprias imagens e falas, o que por si engendra a necessidade de manutenção de redes e laços sociais; mas também há a expressão desses dispositivos sociais quando se verifica que as falas são construídas para o outro, o que nos suscita a compreensão da necessidade de reconhecimento social.

Segundo Hall (2011), parte do processo da construção de identidade também se dá a partir da visão do outro. Nesse interim, a proposição do autor nos leva a refletir sobre a construção da identidade, que passa a ser posta conforme muito mais a alteridade do que propriamente a individuação do sujeito. Nesse sentido, a compreensão de Ortner (2007, p. 45) também pode ser combinada ao afirmar que: a “cultura constrói pessoas como tipos particulares de atores sociais, embora a vivência seja variável, a cultura os fez”.

Por outro lado, Le Breton (2003, p. 53), ao enfatizar que “o indivíduo busca, em sua esfera privada, o que não alcança mais na sociabilidade comum”, nos faz refletir sobre a lacuna que perpassa a relação indivíduo-sociedade frente ao projeto moderno, aqui por nós contextualizada pela cultura do músculo. Ao dizer que o indivíduo busca em sua esfera privada o que não consegue alcançar no âmbito social, Le Breton põe em xeque-mate os desígnios sociais, partindo o sujeito para um projeto de construção pessoal ou individual.

Dessa forma, o sujeito é o que determina seus limites e potencialidades, numa eterna angustia para superar o “si mesmo”, que poderia ser interpretado pela fala de uma das interlocutores: “*Não nasci pra competir com os outros, nasci para superar a mim mesmo*” (Janaina, triatleta).

Portanto, a busca de um corpo “perfeito” e jovem é o substituto do outro – parceiro complacente, “um lugar felizmente habitável”, o que justifica expressões do tipo: “*Em um relacionamento sério com a academia*” (Laís, 25 anos). A identificação do modelo ideal do corpo belo está atrelada ao socialmente aceito, na individualização crescente que “modificou a atitude coletiva com respeito a ele” – ao corpo (LE BRETON, 2003, p.53) e o “eu ostenta-se na superfície do corpo numa forma hiperbólica; a identidade é modelada nos músculos como uma produção pessoal e dominável” (LE BRETON, 2003, p. 41). “*Estou fazendo isso por mais felicidade, mais saúde, mais autoestima, mais orgulho, por mim*” (Fernanda, 23 anos).

Para a fisiculturista Carol, a mudança é progressiva, e a perseverança assim como a disciplina te faz chegar aonde quer. Com 6 meses de preparação intensa, a atleta tem modificado seu corpo gradativamente para se adequar à categoria *Wellness* – “*Ainda não cheguei onde quero, mas estou melhor que ontem*”.



Imagem 11 – “*Ainda não cheguei onde quero*”
Postagem da fisiculturista, Carol, ocorrida em 05 de abril de 2017.

Para chegar aonde querem, as mulheres da cultura do músculo contam com auxílio, para além desse “esforço pessoal” e mérito. O auxílio vem do consumo de suplementos, reguladores e tratamentos estéticos. Elencado com um elemento importante por auxiliar na manutenção do corpo da cultura do músculo, os suplementos estão sempre presentes nas postagens. São produtos que se apresentam sob dois viés: suplementação/ reposição energética, e marcas patrocinadoras. Os patrocínios são parcerias estabelecidas entre as marcas e as mulheres que os publicizam.



BCAA fundamentais no meu dia! 😊😄 . Glutamina e

Imagem 12 – Produtos que auxiliam
Postagem da fisiculturista, Marina, ocorrida em 16 de fevereiro de 2017.

Embora houvesse postagens constantes, como a da fisiculturista Marina retratada acima, não foi possível compreender qual o nível e contratos estabelecidos. Todavia, por meio das postagens é possível depreender que esse mercado de suplementos contribui para que as mulheres (sujeitos da pesquisa) possam construir seus corpos conforme os padrões estabelecidos por elas, mas

que se definem nos grupos sociais que tomam como referência. Por isso, os suplementos são relatados como potencializadores do sonho, assegurando-lhes “*um amor inexplicável. Uma sensação avassaladora!*”. (Denise, fisiculturista)



Um amor inexplicável!

Uma sensação avassaladora!

Imagem 13 – “*uma sensação avassaladora*”

Postagem da fisiculturista, Denise, ocorrida em 10 de abril de 2017.

A lógica que perpassa na constituição dos estilos de vida em contextos da cultura do músculo vislumbra-se na conjectura de que há uma disputa contínua entre o que se pretende alcançar em termos de projeto corporal e o que é tomado como modelo ideal – ideário social – para se obter o reconhecimento social perante o grupo dentro de uma concepção de “felicidade”.



como é bom ser feliz

Imagem 14 – Estilo de vida como sinônimo de felicidade
Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 24 de junho de 2017.

Sendo assim, é significativo e quase que comum ouvir-se ou ler-se nos blogs ou redes sociais imagens de um corpo músculos seguido de falas como: “*como é bom ser feliz*” (Sônia, atleta de fisiculturismo, categoria *Women’s Physique*). Nas postagens das atletas fisiculturistas pude perceber que subir ao palco, mostrar e demonstrar todo o trabalho realizado na construção do corpo, que se enquadra nas categorias dessa prática corporal, é a materialização e realização não apenas de seus objetivos, para além disso, a realização de um sonho.



Imagem 15 – “*Um sonho*”
Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 19 de junho de 2017.

Entre a pintura corporal, penteados e maquiagem, nos campeonatos de fisiculturismo, corpos seguem determinados e se preparam para subir no palco dos sonhos. Os *stories* publicados nos dias de duas competições: o Campeonato Goiano Estadual, realizado em 23 de março de 2017 e Campeonato Goiano de Estreantes de Musculação Fitness e Fisiculturismo, que ocorreu em 18 de junho de 2017, ambos na cidade de Goiânia, Goiás/Brasil, não apresentava apenas o palco, mas também a preparação anterior ao desfile.

No *backstage* (bastidores), próximo às cabines onde ocorrem as pinturas corporais, que ajudam a revelar as definições musculares, halteres se movimentam procurando um último sinal do aumento do volume juntamente a outros corpos que são pintados para que se destaque as fibras musculares que aliada à desidratação corporal, mostram-se e demonstram-se no palco. Todos esses elementos são maneiras de forjar corpos “perfeitos”, que são criteriosamente analisados sob o olhar e o “desejo de obter uma tensão máxima da pele; o amor pelo liso, pelo polido, pelo fresco, pelo esbelto, pelo jovem” (COURTINE, 2005, p. 86).

Para participar dos campeonatos de fisiculturismo, diariamente, as atletas seguem com seus treinamentos e dietas rígidas que ajudam a conformar suas rotinas visando alcançar o maior objetivo: subir no palco. A disciplina de dietas e dos treinos é apontada como essencial para fazer parte da categoria almejada.

Assim como a busca por outras práticas corporais que auxiliem na manutenção do corpo chapado, delineado por músculo o qual a ausência de gordura permite a escultura ser exposta pela retidão da pele, a conquista relacionado ao esforço, esboçam a noção de felicidade de se ter um corpo “perfeito”.



Curtido por

certo. 🍊 Não espere dar certo, faça dar

Ninguém além de vc tem o controle da felicidade. .

Imagem 16 – Controle da felicidade

Postagem da praticante de *crossfit*, Cristina, ocorrida em 12 de março de 2017.

O controle da felicidade, nesse caso expresso em boa forma, perpassa entre o fim e o processo, na “situação de emergência na superação de obstáculos” assim como se refere Santann’a (2009, p. 56). A felicidade, segundo a autora, remete ao enquadramento social do sucesso, ao passo que o fracasso destina-se a infelicidade.

Para tanto, durante a observação, pude identificar que a noção de felicidade também está atrelada ao compartilhar o processo e o resultado, tanto na sociabilidade *off-line*, quanto nas formas emergentes de interação – sociabilidades *online* – aqui compreendidas também como interações por meio das postagens, pois parece-nos evidente que o uso das mídias na atualidade conformam um espaço de troca e de sociabilidade para o grupo social.



Curtido por

O que o #CROSSFIT uniu, nada separa.

..

Tamo junto sempre parceira

Imagem 17 – Sociabilidade

Postagem da praticante de *crossfit*, Laís, ocorrida em 26 de julho de 2017.

Na postagem acima, as praticantes de *crossfit* Cristina e Laís, ambas participantes da pesquisa, expressam uma parceria unida pela prática corporal. Entretanto, em outras postagens, há imagens que relatam que a sociabilidade está para além dos espaços de treinamento, mas também nos momentos de descontração e do dia a dia.

Segundo Alcântara Júnior (2005), a sociabilidade é resultante das mais diversas combinações interacionais entre indivíduos ou em grupos sociais.

a sociabilidade é uma forma de se juntar às ações humanas e o resultado é a formação das próprias relações sociáveis, são os arquétipos sociais, que produzem as estruturas, que são alimentados pelos conteúdos sociais (ALCÂNTARA JÚNIOR, 2005, p. 36)

De modo geral, a sociabilidade abrange as formas características de uma relação social; isso, considerando o tempo, a cultura, as configurações políticas e econômicas, de modo que o cotidiano e o conjunto de suas rotinas é que se destacam na compreensão das relações sociais. O termo sociabilidade remete à

dimensão das relações mais pessoais que permeiam a convivência dos sujeitos em grupo. É importante não confundir o termo sociabilidade com socialização, embora sejam conceitos muito próximo. Segundo Sposito (1994, p. 10), a socialização utiliza-se de maneira diferenciada os espaços e “espelham os ritmos desiguais” que caracterizam as relações entre e para com os marcadores sociais.



Curtido por

Foto para registrar uma das maiores alegrias e satisfações que esse esporte me trouxe: poder conhecer pessoas e fazer amizades como a da
Este foi o 3o campeonato que subimos juntas, a fim de correr atrás de um msm

Imagem 18 – Amizade que vem da prática corporal
Postagem da fisiculturista, Betânia, ocorrida em 24 de novembro de

2017.

Na postagem acima, Betânia retrata uma das alegrias que o esporte proporcionou na vida dela: a amizade. Nessa ocasião, a fisiculturista expõe que não apenas a importância no momento dos treinos, a sociabilidade na competição também a faz feliz. Para além das atletas mencionadas acima, foram inúmeras postagens de todas as mulheres falando o quão importante é a sociabilidade, isto é, a possibilidade de dividir momentos de treinos, competições, assim como contar com a ajuda e incentivo de alguém nos momentos de dificuldades: “*Obrigada Pedrão, não teria concluído o treino hoje se não fosse o seu incentivo ou parceria*” (Janaína, triatleta).

Assim, o estilo de vida aqui “*todo dia é dia*” (Laís, praticante de *crossfit*) se apresenta como um processo pessoal cotidiano e meritocrático na busca pelo pertencimento à cultura do músculo, mas que a parceria e a sociabilidade são considerados elementos importantes para alcançar objetivos repletos de subjetividades elencados como sonhos e felicidade.

Com referência às práticas cotidianas e à demarcação de estilos de vida, consoante as práticas corporais, pode-se afirmar que as mulheres praticantes da cultura do músculo objetivam um projeto de construção corporal, que se associa à noção de qualidade de vida, referenciada como resultado de um projeto individual, isto é, derivado do esforço e do mérito próprios. Notadamente, a relação social é expressa nas interações sociais que são expostas em rede por meio de seus *posts*, que registram amizades e trocas sociais, mas também pelo próprio mecanismo de controle social por parte dos seguidores do *Instagram*.

Composto por características da cultura do músculo, os novos tipos de sociabilidade incluem as postagens como parte desse estilo de vida. Relatar o cotidiano faz parte do processo da constituição e identificação dos *habitus* das mulheres aqui pesquisadas, o que pode conformar outras maneiras de constituição de laços sociais. Para Pais (2007, p. 175) as mídias não são meras fontes de informação, mas uma “fonte de inspiração, ou melhor, fontes de modelação de estilos de vida ritualizados”. No entanto, é preciso ponderar acerca do tipo de relação social ou laço social se constituem por meio dessas redes, discussão essa que não se pretende empreender aqui.

2.3 “NUTRIR O CORPO. ABASTEÇER A SUA MÁQUINA!”

Apontado como parte integrante do cotidiano das mulheres da cultura do músculo e um dos elementos que imperam no *habitus* em busca do corpo almejado, as práticas alimentares são muito frisadas nas publicações enquanto parte das rotinas diárias dessas mulheres. O trecho da música ‘Cotidiano’ de Chico Buarque: “Todo dia ela faz tudo sempre igual” é uma das narrativas mais utilizadas na descrição das mulheres pesquisadas quando se trata de postagens

relacionadas à alimentação/ dieta, pois o resultado do corpo idealizado necessita uma rotina alimentar disciplinada.

Os hábitos alimentares das mulheres da “cultura do músculo são incomuns. São refeições baseadas na necessidade e nos objetivos vinculados ao pertencimento à cultura acima referida, de modo que a alimentação para elas não gira em torno da satisfação do paladar e nem da saciedade. De modo que, para Le Breton (2013, p. 144), a vida cotidiana é o “espaço transicional até onde o ser humano domestica o fato de viver, e a partir do qual ele pode ampliar o campo de sua ação por meio do sentimento de transparência relativa”.

Assim, a fim de compreender quais os significados atribuídos à alimentação nas postagens, foi necessário identificar alguns pontos no que concerne aos *habitus* publicizados. Deste modo, atenta à questões apontadas por Mintz (2012) o qual traz que as práticas alimentares são comportamentos que mais causam estranhamento de quem observa a quem se alimenta, este subcapítulo teve enquanto preocupação mapear os hábitos alimentares postados pelas mulheres da cultura do músculo.

Tal mapeamento teve como intuito investigar e responder os seguintes pontos baseados e norteados por Mintz (2001, p. 31): (a) O que elas comem; (b) onde e como/ maneira que se come; (c) com qual frequência; (d) como se sentem em relação à comida. Estes pontos são respondidos ao longo do trabalho.

Frango, batata doce, ovos e legumes são os alimentos que nunca faltam nas refeições das adeptas da cultura do músculo – um dos alimentos mais consumidos diariamente devido seu alto teor de proteína são as carnes, especialmente o frango³¹, pois colaboram para o aumento de massa magra, na recuperação e reparo muscular.

Vale ressaltar que estes mantimentos se fazem presente desde o café da manhã até a última refeição do dia:

³¹ Frango é a carne mais utilizada, pois contem menor taxa de gordura.

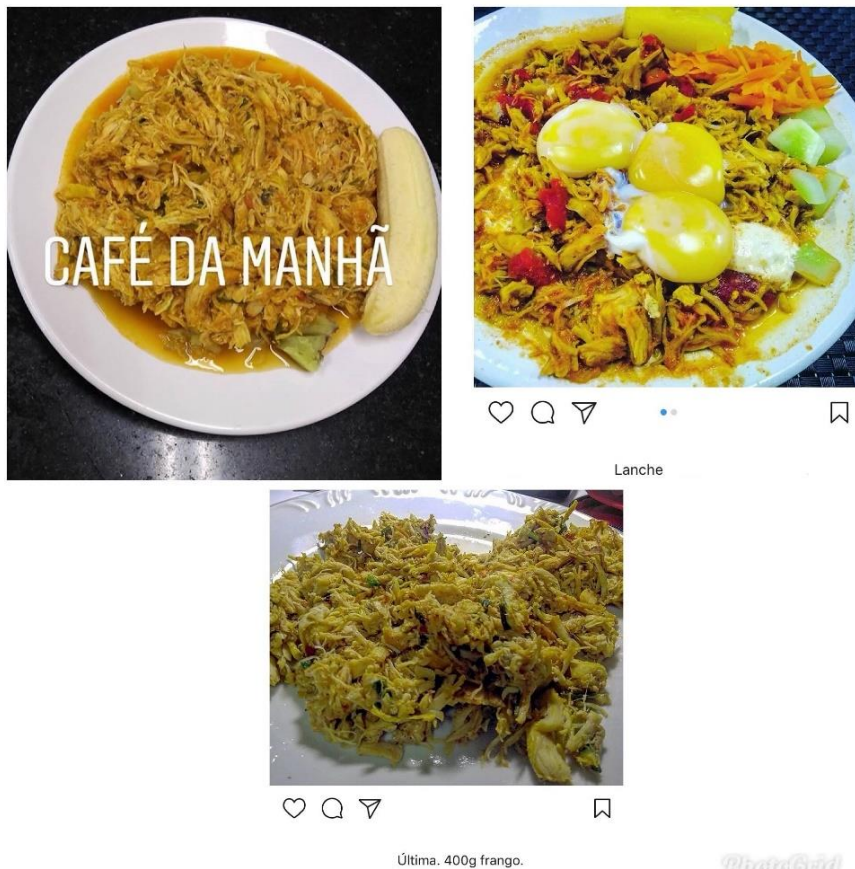


Imagem 19³² – Café da manhã, lanche e última refeição.
Postagem da praticante de *crossfit*, Fernanda.

Assim como a rotina de treinamentos, a alimentação específica para o ganho de massa muscular, reposição de energia, bem como a eliminação de gordura, se dá de forma disciplinada, sem perder o foco ou se deliciar com o dia do lixo³³.

De modo geral, as práticas alimentares, segundo as mulheres da cultura do músculo desta pesquisa, são fruto de “escolhas” predeterminados por cada indivíduo. São postagens que vinculam os hábitos “saudáveis” a uma opção de acordo com a vontade e o mérito de cada uma, que por consequente culpabiliza assim homens e mulheres que não seguem tal ideal e estilo de vida.

³² Imagem 19 - montagem de fotos realizada pela pesquisadora.

³³ Dia do lixo: dia em que é permitido se alimentar com comidas de escolha livre. Nesse dia é permitido comidas gordurosas, açúcares, “besteiras”.



... Como que as pessoas podem reclamar da vida que têm se as escolhas são individuais e regidas pelo livre arbítrio?

Imagem 20 – “Escolhas”: Frango, ovos e batata doce
 Postagem da praticante de *crossfit*, Fernanda, ocorrida em 01 de outubro de 2017.

Na narrativa acima: “*Como que as pessoas podem reclamar da vida que tem se as escolhas são individuais*”, a fisiculturista Denise, vincula a imagem de um prato com alimentos específicos da cultura do músculo como fruto de escolhas alimentares, deixando implícito que as pessoas não podem reclamar caso não tenham o corpo desejado e/ ou vida saudável, pois estas fazem escolhas por alimentos “errados” e “impuros”, isto é, alimentos que não pertencem a esse estilo de vida, tornando assim, o acesso aos hábitos alimentares desvinculados da cultura e das condições sociais, e sim, os determinando como mera escolha dos sujeitos.

Entretanto, considerando que somos seres sociais e que nossos *habitus* são constituídos também a partir da cultura a qual vivemos, assim como seu acesso, entendemos aqui que as escolhas se dão diante das possibilidades e dos determinantes sociais de cada mulher, pois a “prática é associada ao acesso”. (MENASCHE *et al*, 2012, p. 17)

Segundo Hintze (1997, citado por Menasche *et al*, 2012, p. 07) alimentar-se é uma associação entre práticas e processos sociais que se desenvolvem desde o alimento natural até procedimentos para consumo. Sendo assim, para além da escolha, as mulheres aqui pesquisadas contam com o auxílio de patrocinadores que as possibilitam o acesso à alimentação, bem como a garantia de que seus projetos de uma construção corporal delineada por músculos seja materializada.



Imagem 21 – Alimentação e patrocínio
Postagem da fisiculturista, Marina, ocorrida em 22 de novembro de 2017.

Do pré-treino ao pós-treino, assim como nas refeições, as mulheres na cultura do músculo referência neste trabalho, seguem postando diariamente os alimentos que fazem parte de seus cotidianos. Na imagem acima, a fisiculturista Marina expõe que a proteína suplementada faz parte de seu consumo diário, produto esse que a patrocina.

A suplementação, de modo geral, acontece paralela as refeições, bem como a substituição destas na falta de tempo para o consumo alimentar. Entretanto, a indústria cultural, ou seja, “a difusão para o conjunto da população de produtos culturais elaborados por especialista” (DURHAN, 2004, p. 231) tem

difundido os usos suplementares sem os devidos cuidados, como se não fossem necessários o acompanhamento especializado.

Em 2009, participei de um curso sobre suplementação esportiva – curso este ministrado por uma das mais importantes nutricionistas esportivas do estado de Goiás, responsável pelo acompanhamento de atletas de ponta do estado. Segundo a Nutricionista palestrante citada acima, Arícia Motta, a ingestão de suplementos deve acontecer quando os alimentos por si só não conseguem auxiliar ou repor os elementos necessários ao corpo de cada pessoa. Em suma, é recomendável a suplementação alimentar para pessoas com alto gasto energético (atletas), pois segundo a nutricionista, o excesso de suplementos para potencializar ganho pode acarretar em sérios problemas para a saúde, especialmente para os rins e fígado, pois são nesses órgãos que são sintetizados as proteínas, vitaminas, etc., podendo assim sobrecarregá-los quando há alta dosagem.

Entretanto, o uso desses produtos também podem ser utilizados por àqueles e àquela que querem desenvolver, com objetivo estético, o aumento de massa muscular, que de mesmo modo devem acompanhar a ingestão da suplementação para que esta não seja prejudicial à saúde.

Quanto ao consumo de anabólicos, isto é, ciclos hormonais para o ganho de massa muscular ou melhoria do desempenho esportivo, não será abordado aqui, pois este trabalho se trata dos dados coletados referentes às postagens das mulheres selecionadas – não houve postagens relacionadas ao consumo de anabolizantes – apenas um relato da atleta de *crossfit*, Fernanda, que em uma de suas postagens de vídeo no *stories* descreve sua indignação por ser intitulada como uma pessoa que faz o consumo de anabólicos devido ao seu crescimento muscular: “*Falar que é bomba é fácil, mas comer frango com batata doce e treinar com uma louca todos os dias que nem eu, ninguém quer né, molecada? Meu crescimento é mérito meu, não tomo bomba*” (Fernanda, atleta de *crossfit*).

Alimentar-se e realizar postagens faz parte do cotidiano dessa mulheres. Das dez mulheres selecionadas para a pesquisa, uma delas, a triatleta Janaina, recebe patrocínio de um dos espaços mais famosos na cidade de Goiânia, Goiás,

que serve refeições *fitness*, assim como a venda de produtos destinados a esse público.



Curtido por

Love yourself enough to live a healthy lifestyle! 🍓

Sou extremamente agradecida por ter a profissão que amo, por poder praticar esportes, por saber e gostar de me alimentar bem, por dividir isso com pessoas que apreciam, por vocês que me incentivam a continuar! 💜

Tenho parceiros MARAVILHOSOS que contribuem para isso, mas que acima de tudo, dividem a mesma energia positiva e forma de pensar. 🌸

Imagem 22 – Alimentação garantida

Postagem da triatleta, Jainaina, ocorrida em 26 de novembro de 2017.

Na postagem acima, sentada na mesa do restaurante que a patrocina, Janaína se mostra grata pelos incentivos e pela profissão que a proporciona seguir na carreira de atleta e *personal trainer*, e pelos parceiros que colaboram para que ela materialize esse estilo de vida. Embora ela pratique um esporte que tem como objetivo recordes e o melhor rendimento dentre as outras atletas, Janaína utiliza a rede social *Instagram* para expor seu corpo delineado por músculos, o qual também, por meio da estética e ideal de beleza, se utiliza dessa cultura do corpo esculpido para promover suas publicações.

Diariamente ela publiciza os diferentes cardápios e suas escolhas, produtos em desconto e possibilidades de permear por diferentes alimentos seguidos de narrativas como: “*ser saudável também pode ser gostoso*” (Janaína, triatleta). As parcerias realizadas entre patrocinadores e essa mulheres se dá especialmente à

postagem, onde elas divulgam os produtos por meio de suas redes atestando que o consumo destes proporcionam aqueles corpos publicizados.

As demais mulheres da presente pesquisa, via de regra, preparam seu próprio alimento. Segundo as postagens, durante o preparo dos alimentos deve-se policiar a utilização de alguns elementos como: sal em excesso, óleo, gordura, açúcar; e esse cuidado, preparado por elas, garantem que haja tal restrição. Assim, indicado na figura abaixo, diariamente acontecem relatos do modo de preparo (receitas) nas postagens por grande parte das mulheres.



• FRANGO DESFIADO:

LIMPAR/ MARINAR NO LIMÃO/ FERVER POR 5 MINUTOS/ FRITAR A CEBOLA E O ALHO / CORTAR O FRANGO EM CUBOS/ ADD TEMPERO: (PÁPRICA, PIMENTA, SAL, LOURO)/ ADD TOMATE/ 2L DE AGUA -> PRESSÃO. 30 MIN.

Imagem 23 – Receitas fitness

Postagem da praticante de *crossfit*, Fernanda, ocorrida em 06 de janeiro de 2018.

“Limpar/ marinar no limão/ ferver por 5 minutos/ fritar a cebola e o alho/ cortar o frango em cubos/ add tempero: páprica, pimenta, sal, louro/ add tomate/ 2 litros de água > pressão por 30 min”. Assim como essa receita acima postada por Fernanda, praticante de *crossfit*, outras como: Denise, Lúcia, e especialmente a

Cristina, costumam postar receitas. Cristina, nutricionista e praticante de *crossfit*, faz postagens diárias ensinando variados cardápios intitulados como fitness, saudáveis e gostosos – “*Não é porque é fitness que não pode ser gostoso*” (Cristina, praticante de *crossfit*)

Cristina realiza vídeos tutoriais de receitas do café da manhã à última refeição do dia, divulgando diariamente seus alimentos elencados como “*a escolha certa*”. No café da manhã “*todo dia ela faz tudo sempre igual*”: mamão ou abacate com chia, dois ovos, e um café – nas demais refeições, seguem posts juntamente à suplementos, sucos, barras de cereais que seus patrocinadores enviam para seu consultório. Na maioria das vezes as postagens dos produtos patrocinados iniciam com a narrativa: “*Olha só que delícia que acabou de chegar aqui no consultório*”, e assim seguem a sequência de vídeos demonstrando cada produto junto ao enaltecimento da importância deles para a manutenção e construção do corpo desejado.

Geralmente os alimentos são preparados em grandes quantidades e congelados em porções necessárias a cada refeição nas chamadas “marmitas”:



Imagem 24 - Marmitta

Postagem da fisiculturista, Lúcia, ocorrida em 07 de março

de 2018.

As marmittas são porções indicadas a cada refeição e armazenadas em vasilhas de plástico, dentro de bolsas térmicas. Esses armazenamentos tornam

possível o transporte das refeições para aonde quer que essas mulheres vão, garantindo também a boa qualidade dos alimentos.

A ingestão dos alimentos devem ser realizadas nos horários específicos para assim respeitar o tempo indicado para o auxílio e manutenção da musculatura. Isto é, as marmitas preparadas acompanham o cotidiano das mulheres da cultura do músculo, de modo que a rotina é adaptada à alimentação e não o contrário.

Nos gráficos abaixo, seguem os mapeamentos das questões sugeridas por Mintz (2001) com objetivo de identificar alguns dos comportamentos alimentares frequentes postados pelas mulheres aqui pesquisadas, sendo eles: o que elas comem, frequência, e onde.

Na tabela abaixo, foi realizado um mapeamento dos alimentos consumidos, assim como sua frequência e a média balizada em porções desses alimentos.

QUADRO 5 – O que elas comem, frequência e porções diárias

O QUE ELAS COMEM	FREQUÊNCIA	MÉDIA DAS PORÇÕES
Frango, ovo, batata doce	Diariamente	3x ao dia - Grandes porções
Legumes e verduras	Diariamente	1 a 2x ao dia – Médias porções
Castanhas e Frutas	Diariamente	1 a 2x ao dia – Pequenas porções
Feijão	Diariamente	1x ao dia – Média porção
Carne vermelha	Às vezes	Quando postado – Grande porção
Arroz	Raramente	Pequena porção
Álcool	Raramente	Não foi possível quantificar
Doces e Frituras	Quase nunca	Pequenas porções
Refrigerante	Nunca postado	-----

Fonte própria, com base em informações obtidas durante a observação, 2018.

Os alimentos mais consumidos, de acordo com o gráfico acima, são aqueles que possuem proteínas, ou seja, alimentos que responsáveis pela constituição e manutenção da musculatura. Assim, concordamos com Mintz (2012,

p. 32) cujo aponta que “nossos corpos podem ser considerados, o produto, de nosso caráter que, por sua vez, é revelado pela maneira como comemos”, este é o retrato das postagens onde se vinculam o corpo esculpido por músculos à alimentação consumida pelas mulheres da cultura do músculo.

Sementes, grãos, frutas e legumes também aparecem diariamente nas refeições, pratos e marmitas das mulheres da cultura do músculo. Já os alimentos gordurosos, açúcares, doces e álcool aparecem raramente, quando aparecem, geralmente, estão em momentos de sociabilização – festas, almoço em família e com amigos – isto é, alimentos comuns na alimentação daqueles (as) que não compartilham os hábitos alimentares das mulheres aqui pesquisadas. O refrigerante, bebida não alcoólica gaseificada, industrializado e com alto teor de açúcar, é considerado um grande vilão por grande parte das mulheres no que concerne ao surgimento de celulites – este não aparece em nenhuma das postagens.

No gráfico abaixo, o demonstrativo dos locais os quais as mulheres costumam realizar suas refeições, tem em sua maioria, a representação do processo de preparação, conservação, armazenamento e transporte exposto nas postagens no que concerne as marmitas. Sendo assim, a alimentação é transportada por elas para que a rotina seja cumprida com afinco.



Gráfico 04 – Onde elas comem
Fonte própria, 2018.

Uma rotina exaustiva de treinamento e alimentação regrada nos horários determinados, geralmente não permitem momentos de socialização durante as

refeições, bem como alimentar-se em casa. Na imagem a baixo, a fisiculturista Carol relata a “*felicidade de comer uma comida fresquinha fora da vasilha de plástico*” com as *hashtag* “marmiteiros entenderão”, “*Healthfood*” – comida saudável, “*master chef chora*”.



Curtido por

A felicidade de comer uma comida fresquinha fora de uma vasilha de plástico... 🍅🥒
 🍅 #marmiteirosentenderão #healthfood
 #masterchefchora

Imagem 25 – “*comida fresquinha fora da vasilha de plástico*”
 Postagem da fisiculturista, Carol, ocorrida em 18 de janeiro de

2018.

Nessa postagem foi possível perceber a dura rotina que cerceia momentos relacionados ao prazer, descanso e sociabilização nos momentos de refeição – momentos intitulados aqui como cerceados a partir do significado que a fisiculturista Carol expos/ atribuiu à postagem.

Segundo Mintz (2001, p. 32) quando nascemos e iniciamos nossas práticas alimentares, desenvolvemos comportamentos relativos à comida que revelam a cultura da qual fazemos parte, embora nossos costumes possam mudar quando crescemos. O aprendizado alimentar, para o autor, se define em características que fazem parte do comportamento da socialização alimentar perante as refeições, tais como: requinte pessoal, destreza manual, cooperação e compartilhamento, restrição e reciprocidade.

A rotina constante de alimentação regrada, em qualquer lugar, distintas do senso comum indicando um tipo de refeições para o almoço e jantar, diferentemente do café da manhã e lanches, causam estranhamento aos não adeptos à cultura do músculo, pois alimentar-se de 400 gramas de frango mais 4 ovos às 6h da manhã, à primeira vista, causa estranhamento, pois é um tipo de alimento incomum para o café da manhã na sociedade brasileira.

Partindo do entendimento que a alimentação faz parte da identidade da cultura, pois segundo Menasche *et al* (2012, p. 09), as “representações associadas aos processos alimentares tomam parte na conformação de identidades, uma vez que expressam relações sociais e de poder”, por meio de representações e classificações de construção simbólica e material, as práticas alimentares postadas revelam que o alimento na cultura do músculo se apresentam em uma perspectiva biologicista e de identificação com o protótipo construído, isto é, “*você é aquilo que você come*”. (Laís, atleta de *crossfit*).

De acordo com Le Breton (2013) a mudança da aparência reflete a modificação do sentimento de identidade, e no caso dessa pesquisa, verifico essa mudança como o vislumbramento do pertencimento aos grupos que compartilham do estilo de vida da cultura do músculo como uma identificação entre o corpo, treinamentos e a alimentação.



Curtido por

Nutrir o corpo! Abasteça sua
"maquina" com o melhor combustível ❤️👊🌟

Imagem 26 – “*abasteça sua máquina*”

Postagem da praticante de *crossfit*, Cristina, ocorrida em 07 de

março de 2018.

A alimentação é uma atividade humana central não só por sua necessidade para a sobrevivência, mas também o hábito que faz parte de nossa cultura desde o nascer e suas formas, acesso e escolhas. Ao postar um prato com legumes, verduras e carne, com a legenda “*Nutrir o corpo! Abasteça sua ‘máquina’ com o melhor combustível*”, a nutricionista e praticante de *crossfit* Cristina, faz uma leitura de um corpo dual e biologizado, atribuindo a ele o significado e a identificação com o corpo máquina, o qual necessita de um mantenedor adequado para seu funcionamento, o combustível. Entretanto, para Le Breton (2012, p. 29)

o corpo não é somente uma coleção de órgãos arranjados segundo leis da anatomia e da fisiologia. É, em primeiro lugar, uma estrutura simbólica, superfície de projeção possível de unir as mais variadas formas culturais.

O nosso comportamento referente à alimentação estão diretamente ligados à nossa identidade social. A construção e manutenção de um corpo delineado pela retidão da pele, livre de “impurezas”, desejado, invejado, pois exala juventude. Para Le Breton (2013) o fator de individuação desemboca na separação do corpo e do sujeito, onde coloca-se uma fronteira dual entre ‘ter’ e ‘ser’.

Segundo Le Breton, o medo da morte, escapar da decadência, corrigir o corpo, e escapar da sua precariedade e seus limites, ou seja, suas correções, diluem a identidade pessoal e o forjam como máquina para “livrar o ser humano da fragilidade e da morte” (*Ibidem*, p. 18). Assim, o corpo é substituído pelo modelo máquina, torna-se desnecessário, pois o corpo é o lugar da morte.

Buscando a perfeição, o modelo máquina é engendrado na sociedade com objetivo de regeneração, modelo, que segundo Le Breton (2013, p. 19) ele vem também para “a submeter o designe do momento”. Seria então o abandono do corpo, o recolhimento do sujeito para a modificação da vida a partir do corpo.

Na tentativa de alcançar a perfeição, o limite que separa a juventude da morte, a alimentação marca então, para as mulheres da cultura do músculo aqui pesquisadas, a relação da retidão da pele e fuga daquilo que é considerado velho, degradante. Assim, Santann’a (2014, p. 58) apresenta que nas propagandas que divulgavam o modelo de corpo ideal, isto é, corpo livre de impurezas, tinham “[...] tratamentos recomendados ao corpo que lembrava, em partes, aquele esperado das máquinas industriais”.

A antropologia e suas produções etnográficas se atentaram para a alimentação como parte dos modos de viver das culturas, pesquisando as funções sociais da comida. Não negando a importância da alimentação para a sustentação corporal e promoção da saúde, de caráter sócio antropológico, neste debate, esse trabalho se ateve para compreender os significados sociais das práticas que permeiam a alimentação, pois segundo Menasche *et al* (2012, p. 15); “o alimento, além de nutrir o corpo, é absorvido e modifica nosso interior, pois ao comer incorporamos as características – materiais e simbólicas – do alimento”.

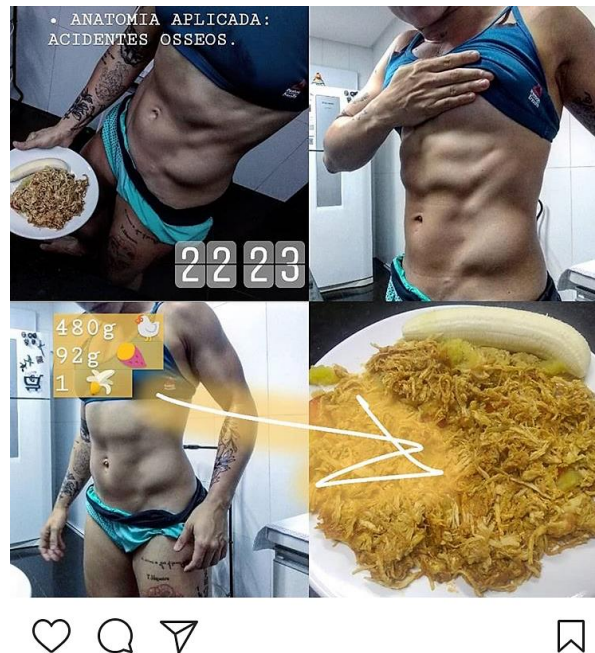


Imagem 27 – 480 g de frango, 92g de batata doce e uma banana
 Postagem da praticante de *crossfit*, Laís, ocorrida em 11 de março
 de 2017.

480 gramas de frango, 92 gramas de batata doce, uma banana e uma barriga delineada pelos músculos do abdômen. A imagem acima, montagem realizada para postagem da própria atleta, a qual associa os alimentos selecionados, parte do processo, ao abdômen como resultado – ausência de gordura e músculos delineados pela retidão da pele. Para Vigarello (2010, p. 09) nem sempre o corpo composto de gordura foi um problema ou tão estereotipado como atualmente, “as anatomias maciças podiam ser apreciadas, por exemplo, na Idade Média, como sinal de poderio, ascendência”, onde havia uma relação entre os “bem nutridos” e os privilegiados socialmente – magreza remetia à doença, desnutrição e à pobreza.

No Brasil, o auge em que ditava o padrão do corpo curvilíneo das mulheres e extinção da gordura, se deu maciçamente na década de 50, cujo segundo Santann’a (2014, p.99) as mulheres acima do peso, intituladas como “buchos” na época, eram alvo de críticas pela imprensa, envergonhadas e expostas em contraponto ao ideal de beleza desta época.

Cintura fina e feminilidade, palavras-chave para o designio de beleza da mulher em meados de 1950 as quais perduram até os dias atuais, mesmo diante de algumas mudanças. A imprensa fazia o papel de propagadora do ideal de beleza por meio de propagandas, revistas, foto novelas, televisão e rádios – mediadora da norma a qual estimulava, dava conselhos e julgava àquelas que fugiam do padrão, especialmente para com as que possuíam gorduras e excessos corporais.

Segundo Santann'a (2014, p. 100) “naqueles anos, a feiura feminina era expressa principalmente por um corpo ‘mal feito’”. A bela mulher nesse período foi delineada de acordo com o perfil de Misses nos anos 60 – altura e magreza, de modo que aquelas denominadas como “buchudas”, isto é, com gorduras localizadas nas cinturas e nos quadris, representavam características da dita feiura.

Essa relação entre a cintura, barriga e quadril com ausência de gorduras perduram até nos tempos atuais. Posso afirmar aqui que 100% das pesquisadas fazem postagens diárias com o abdômen musculoso e com ausência de gordura à mostra – parte mais exposta de seus corpos.



Curtido por .

#tbt Já com saudades desse shape de palco, principalmente o abdômen! Desejando a cinturinha de volta! 😊💪 #bikinifitness

Imagem 28 – “*desejando a cinturinha de volta*”

Postagem da fisiculturista, Marina, ocorrida em 07 de julho de 2017.

Um abdômen “chapado” é um elemento representativo da ausência de gordura, da pura e aplicada beleza ideal que repudia os excessos advindos de um “mal” hábito alimentar e da ausência da prática de atividades físicas. Ou seja, a ausência de gordura entre o músculo e a pele responsável por delinear características da cultura do músculo, reflete o estilo de vida, o *habitus* adquirido e postado cotidianamente.

De acordo com Courtine (2005, p. 82): “o *bodybuilder* não anda; ele conduz seu corpo exibindo-o como um objeto imponente”. Visando mergulhar com um pouco mais de profundidade no campo, a fim de me aproximar do meu objeto de estudo, assisti, como observadora, a um campeonato de fisiculturismo. Pude observar durante o campeonato que o trajeto que liga as atletas de fisiculturismo do *backstage* ao palco é um verdadeiro desfile, como descreve Courtine (2005) acima. Cada passo dado pela atleta, cada pose, desde a retirada dos cabelos já soltos para se observar a musculatura das costas até os pequenos giros de um quarto de volta, que possibilitam observá-las em diferentes ângulos, vislumbra-se uma rotina de treinamentos duros e alimentação regrada.

Entretanto, para as fisiculturistas, essa restrição não se dá apenas no processo, mas também e especialmente no dia do campeonato, pois naquele momento da subida ao palco, a desidratação também ajuda a conter a transpiração e assim, a não estragar a pintura artística.

‘Contenção’ parece ser a palavra de ordem, especialmente das 24 horas anteriores à competição: conter a sede, a fome, a transpiração e, sobretudo, conter a mente. O *shape*³⁴ de palco anunciado pela fisiculturista Marina, isto é, a forma fiel como seu corpo apresenta aos requisitos da competição, se perde um pouco no tempo que as atletas estão em *off* – período fora do palco em que se perde o formato leal à categoria apresentada, pois o *shape* destinado à competição requer a preparação final baseada na dieta restritiva – ao paço que a “cinturinha” fina se apresenta como reflexo das mudanças do padrão de beleza ao longo da história.

³⁴ *Shape* - palavra referente a estrutura corporal das atletas.

Na década de 50, cintura fina, pés delicados, sorriso meigo e quadris largos, representavam o ideal de beleza para as mulheres, estes sempre vinculado às característica socialmente atribuídas como femininas. Desta década pra cá, começaram a surgir produtos que prometiam afinar a cintura e delinear o corpo, eliminando assim a então chamada feiura.

Em meio as refeições realizadas, assim como sua suplementação, as mulheres dessa pesquisa realizam também postagens de medicamentos manipulados de acordo com suas necessidades e objetivos.

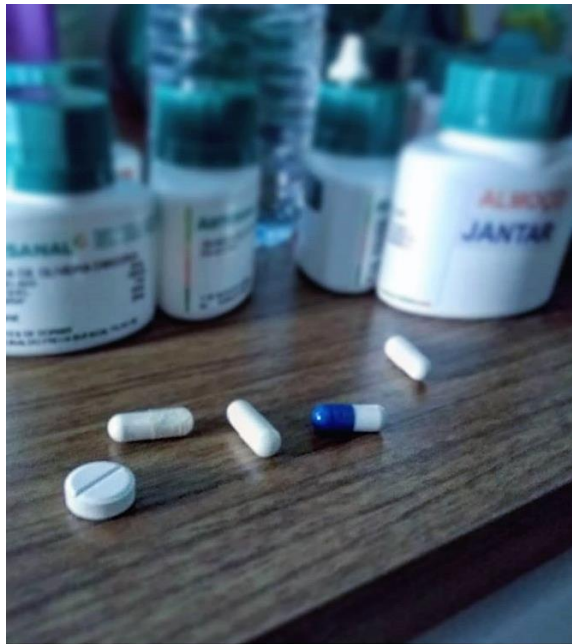


Imagem 29 – Suplementos e vitaminas
Postagem da fisiculturista, Denise, ocorrida em 11 de janeiro de 2018.

Em suma, são postadas como complexo vitamínicos, reposição hormonal, e suplementação em conjunto com as refeições. Os concursos de beleza na década de 20 são os grandes responsáveis pela beleza medida em centímetros – qual era ditado a princípio pela ditadura da magreza, corpo seco, livre das “impurezas” da gordura.

Dietas e produtos milagrosos surgem por meio de propagandas e conselhos com a promessa “corrigir os defeitos da aparência” e tornar as mulheres belas. De modo que, segundo Santann’a (2014), a imprensa divulgava a magreza como um

estilo de vida ricas, modernas, apresentando conselhos de beleza transversalmente à tabelas calóricas. Surge então um padrão de beleza associada ao corpo vinculada à ditadura da magreza.

Dieta, uso de produtos para emagrecer e plásticas representavam a possibilidade de que a beleza foi feita para todas, e que só não a tinha aquelas que não buscavam trabalhar sobre o próprio corpo, ao intento que as questões sociais/ econômicas ditavam a circulação dos produtos, assim como as práticas alimentares.

Em um trabalho realizado em duas sociedades de Gana sobre os sistemas culinários, Goody (1982) observou que havia uma relação das práticas alimentares com a hierarquia social. Neste trabalho não foi possível mapear a renda socioeconômica das mulheres selecionadas para a pesquisa, pois se trata da observação das postagens.

Na imagem abaixo, a fisiculturista Betânia, pertencente a categoria Biquíni *Fitness*, relata que o gasto mensal em refeições para manter o corpo desejado, é tão alto, que chega a equivaler a “sua” renda mensal.



Imagem 30 – compras do mês
 Postagem da fisiculturista, Betânia, ocorrida em 18 de
 março de 2018.

Isso se deu por meio da observação das vestimentas de marcas famosas, refeições com guarnições de preço consideravelmente alto, tempo disponível para treinamento, etc. Em contrapartida, vende-se, então, por meio das postagens, a imagem de uma vida perfeita, onde o querer é poder, pois só basta empenho, disciplina e vontade para que se alcance aquele corpo e estilo de vida – “*coma para o corpo que você quer, e não para o corpo que você tem*” (Sônia, fisiculturista, categoria *Women’s Physique*)

Foi possível identificar vários momentos de contradição nos significados atribuídos às publicações de alimentos. De um lado, questões como “*quem faz dieta pode ser feliz. Basta comer direito*” (Lúcia, fisiculturista, categoria *Wellness*); do outro, apologia restritiva “*Quem faz dieta não como o que gosta, come resultado*” (Fernanda, atleta de *crossfit*).

As falas contraditórias se fazem presentes não apenas na divergência entre cada adepta da cultura do músculo, mas em suas próprias postagens. O mesmo perfil do *Instagram* ora se apresenta restritivo, ora publiciza a necessidade de se deliciar com a refeição. Nesse sentido, concordamos quando Menasche *et al* (2012, p. 14):

formulação de uma hierarquia de gostos, expostos publicamente e instituídos nos corpos, teria um teor público de reafirmação de categorias, frisando a questão da legitimidade e da eficácia social do discurso performativo.

Uma postagem relatada por uma série de 10 vídeos no *stories* do *Instagram*, a praticante de *crossfit* Fernanda publiciza o momento em que ela se alimenta na última refeição do seu dia. Fernanda inicia o primeiro vídeo apresentando o que continha no prato: 600 gramas de frango, uma batata doce grande e 5 tomates cereja. Após realizar apresentação do prato, a praticante de *crossfit* e estudante do curso de Educação Física inicia sua refeição.

No início, o garfo com uma porção de frango desfiado e uma mordida na batata doce segurada com as mãos, eram delicias e apreciadas seguidos de sorrisos e piscadelas para o vídeo – isto é – para os seguidores e seguidoras. A

medida que o tempo ia passando, assim como as sequencias dos vídeos e a quantidade de comida no prato se reduzia, Fernanda já demonstrava naquele momento que estava satisfeita, sua expressão facial refletia saciedade.

No nono vídeo, a estudante acima referida, com o garfo na mão, parou, respirou, olhou para o lado contrário do vídeo como se buscasse/ desejasse a finalização daquele prato, pois a ausência do sorriso e as piscadelas transformadas em pequenas pausas com os olhos fechados, demonstrava naquele momento que o deliciar se transformara em sacrifício.

Para Fischler (1990, citado por Menasche *et al.*, 2012, p. 15) a alimentação “se de alguma forma precisa estar estruturada, é também estruturante, de modo que as ausências de elementos próximos ou conhecidos transformam muitas vezes o ato de comer em momento de angústia”. Embora o autor afirme que o ato de alimentar-se na ausência de comida familiares possam causar angústia, por meio dos vídeos postados por Fernanda, foi possível perceber também que o hábito alimentar das mulheres da cultura do músculo podem se tornar angustiantes uma vez que, via de regra, a quantidade é designada de acordo com o objetivo da construção do arquétipo musculoso, e não baseada na saciedade e sobrevivência.

Outro ponto também que se refere ao sacrificial alimentar, é o sacrifício vinculado à restrição. São postagens comuns, e que geralmente acontecem quando ganham algum alimento calórico ou quando há alguém consumindo doces, gorduras por perto, as chamadas “besteiras”. Na imagem a seguir, Betânia realiza uma postagem de corpo inteiro, aqui recortada para preservar sua identificação devido a exposição do corpo nu, de costas, com os glúteos cobertos com uma imagem de uma fruta do aplicativo *Instagram*. O recorte se deu também pela temática alimentação discutida nesse momento, para aqui assim, a discussão sobre indumentárias fizesse presente no capítulo IV proposto para temática gênero, o qual me proponho a pensar sobre as questões das vestimentas.



Imagem 31 – Restrição alimentar
 Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 14 de fevereiro de 2017.

“*Tá valendo a pena o ‘não’ para cada doce/ besteira*”. A restrição alimentar à comidas calóricas, apontada na narrativa pela fisiculturista Sônica, demarcada aqui o sacrifício alimentar como um processo para se obter o corpo desejado, o qual representa o ato social e cultural dos imaginários, escolhas, acessos e classificações do pertencimento.

Regida por uma disciplina extenuante e restritiva da alimentação, as postagens referidas neste capítulo mostraram o cotidiano e a rotina das práticas alimentares das mulheres da cultura do músculo, onde o sacrifício circunda os objetivos do corpo almejado, de modo que, no caso das mulheres apresentadas nessa pesquisa, a relação pessoal com a alimentação, expressa-se em um significado que está para além do ato de manter o corpo e sua sobrevivência, mas sim como meio de pertencimento a um determinado grupo.

Assim, para além da restrição alimentar, as mulheres da cultura do músculo permeiam caminhos determinados por disciplinas rígidas que evocam o sacrifício como mantenedor ao pertencimento da cultura do corpo delineado por músculos e ausência de gordura, onde a dor, as marcas, e o sofrimento corporal fazem parte da representação e significação da (des)construção corporeidade das mulheres aqui pesquisadas. Assim, o capítulo seguinte tem como objetivo compreender quais os significados atribuídos nas postagens no que tangem às temáticas dor e sacrifício.

CAPÍTULO III

DISCIPLINA, DOR E SACRIFÍCIO: “QUE TODAS AS DORES VIREM MÚSCULO”

Este capítulo tem por finalidade interpretar como se conforma a relação entre a dor e o sacrifício na adesão às práticas corporais das mulheres da cultura do músculo, cuja tentativa foi compreender que relação entre sentido-significado se manifestam na atribuição do sacrifício e da dor, aliado à disciplina e perseverança pessoal. Para tanto, o presente capítulo exhibe os significados atribuídos à construção do corpo desejado, tratando da dor, do sofrimento, da restrição e das marcas corporais como práticas que se perfilam no ritual do cotidiano dessas mulheres.

3.1 ESTIGMAS, DOR E SOFRIMENTO: SINAIS DA CULTURA DO MÚSCULO

Em princípio, o *Instagram* era utilizado como meio para publicizar e dividir momentos de alegria, viagens, festas e etc., dificilmente encontravam-se postagens que não retratassem a descontração e a sociabilidade, isto é, os momentos de aparente felicidade. Atualmente, é possível perceber que houve uma modificação no que concerne ao conteúdo das postagens, especialmente devido à inserção da ferramenta *storie* no *Instagram*.

Ultimamente, essa rede social tem sido utilizada como um diário em que se revela o cotidiano, e não mais somente os momentos “felizes”. Portanto, isso também inclui a rotina de trabalho, trânsito, descontentamentos, visitas ao médico e adoecimento – sendo estas postagens com limites entre o aceitável e o não aceitável (exageros) de acordo com cultura e perfil dos seguidores e seguidoras.

Assim, utilizada como uma ferramenta de publicização da vida cotidiana, entre músculos, sacrifício e machucados, as mulheres da cultura do músculo aqui pesquisadas, expõem, sejam em imagens e narrativas implícitas ou explícitas,

seus momentos de sofrimento e de dor como um “rito de passagem” necessário ao julgo da construção arquetípica da perfeição traduzida no corpo adornado por músculos. Ou seja, “o esportista pede a dor como uma matéria-prima da obra que ele realiza em seu corpo” (LE BRETON, 2013, p. 208)

Sem pesar e sem receio de sofrerem julgamentos, as formas de sacrifício são divulgadas cotidianamente, pois dentro da cultura do músculo, essas publicações são “autorizadas”, permitidas. Ao contrário do julgamento, o sacrifício retratado pela dor e pelo sofrimento são exaltados, e são assim, consideradas representações fidedignas de uma mulher “nata” e pertencente a esta cultura.



Imagem 32 – Entre músculos e machucados
 Postagem da praticante de *crossfit*, Fernanda, ocorrida em 12 de fevereiro de 2018.

A montagem acima postada pela praticante de *crossfit* Fernanda, retrata sua mão machucada devido ao esforço na barra de levantamento de peso, ao lado de seu corpo esculpido pela musculatura. Isto é, pernas, costas e braços bem definidos como reflexos de uma sintonia entre as marcas, a dor e o sacrifício. O desejo, a dor, disciplina e o suor representam, assim, os esforços realizados pelas

mulheres aqui pesquisadas para tecer seus corpos no contexto daquilo que é denominado aqui por cultura do músculo. Nesse âmbito, o sacrifício corporal para a conquista dos objetivos pessoais expressa-se como elemento essencial publicizado diariamente em *postagens* feitas, as quais admitimos aqui, nesta pesquisa, que são semelhantes a “oferenda da dor no cristianismo”, realizadas para quitar dívidas e alcançar a salvação, que no caso das mulheres da cultura do músculo, seria uma máxima da perfeição, da pureza do corpo distanciado da decadência e da morte. (LE BRETON, 2013, 20)

Assim, faz sentido pensar “... *que todas as dores virem músculos!*” (Laís, atleta de *crossfit*), pois desta maneira o sujeito está alcançando, por meio do esforço pessoal, o controle e o poder sobre o seu corpo, ainda que esse controle e esse poder estão definidos dentro de parâmetros que se pautam no reconhecimento social do outro no contexto da cultura do músculo, onde o sacrifício se encontra enquanto mantenedor da fachada – “equipamento expressivo de tipo padronizado intencional ou inconsciente empregado pelo indivíduo durante uma representação” (GOFFMAN, 1985, p. 29).

A interpretação dessa fala nos sugere que dentro de um projeto de modelo de construção da cultura do músculo, o corpo torna-se um lugar de disputa de poder, em meio às relações sociais, bem como as formas de disciplinamento aceitas por cada mulher, entendendo aqui, o corpo como “socialmente construído, tanto nas suas ações sobre a cena coletiva quanto nas teorias que explicam seu funcionamento [...]” (LE BRETON, 2017, p. 24), de modo que este é “o vetor semântico pelo qual a evidência da relação com o mundo é construída”. (*Ibidem*, p. 193)

A educação do corpo, isto é, a educação do modo de viver em sociedade, se iniciou por meio dos procedimentos ginásticos que inicialmente eram destinados aos homens para suportarem duras jornadas de trabalho, bem como para serem aptos a defender a pátria – “*Lute, mesmo que ainda pareça derrotado*” (Carol, fisiculturista, categoria *Wellness*) – e para mulheres as quais eram consideradas como responsáveis por gerar uma prole saudável para atender às demandas da sociedade.

Para Mauss (1974, p. 401), as técnicas corporais e movimentos estão relacionados ao lugar e ao tempo. Segundo o autor, cada sociedade tem seus próprios hábitos – atitudes do corpo – “reconhecimento de qual cultura a pessoa pertence de acordo com gestos, [...]”, de modo que os hábitos e dos esquemas de valores que definem os estilos de vida.

A relação com o culto ao sacrifício corporal nos chama à atenção, uma vez que nas postagens o sacrifício é disseminado como parte do processo necessário para atingir o “fim”. Uma das falas, narra o seguinte: “*seu sacrifício de hoje, com certeza faz parte da sua vitória de amanhã*” (Cristina, praticante de *crossfit*). Podemos interpretar a fala como a expressão de que o sacrifício corporal leva à vitória, que representa, para o grupo social, a materialização do corpo ideal, que é o corpo hipertrofiado. Nesse sentido, percebe-se que as falas relacionam resultados exitosos com o sacrifício, disciplina e esforço, tornando o corpo parte de um projeto de gestão rigorosa, ou parafraseando Courtine (2005, p. 87), uma “paixão regenerativa da pele”, que é destinada ao reforço disciplinar, à intensificação do controle e da valorização da aparência corporal.

A busca pela transformação ou metamorfose corporal, pela hipertrofia dos corpos malhados livres de qualquer gordura/sujeira/rejeito a ser excretado está associada ao sacrifício, à renúncia, e, conseqüentemente, ao sofrimento, a dor consentida, isto é, “a dor é o sacrifício que a atleta consente numa troca simbólica que visa fazê-lo conquistar uma boa classificação [...]” (LE BRETON, 2013, p, 207). Assim, podemos compreender as narrativas que expressam a dor e o sofrimento concebidas pelo sacrifício enquanto um busca, uma negociação, uma troca simbólica – “*A dor é a fraqueza saindo do corpo. Se você foi pra academia e não tem nada doendo... volta lá e faça tudo de novo* (Lúcia, fisiculturista, categoria *Wellness*)

Essas mulheres, portanto, revelam na cultura do músculo a necessidade de enfatizar a dor e o sofrimento corporal para que se alcance o corpo desejado. No entanto, essa compreensão não se assenta em bases científicas, pois para a fisiologia do exercício, para haver hipertrofia muscular e rompimento de fibras musculares, estas não se fazem necessariamente por meio da dor.



Não vou parar até o relógio apitar.

Imagem 33 – “*Não vou parar até o relógio apitar*”
 Postagem da praticante de *crossfit*, Fernanda, ocorrida em 23 de março de 2018.

As mãos machucadas e marcadas de Fernanda, juntamente à sua narrativa "*não vou parar até o relógio apitar*" revelam a persistência e sacrifício do pertencer a esta prática corporal em meio à construção do corpo cobiçado.

No *crossfit*, as séries de exercícios são realizadas no tempo determinado pelos diferentes tipos de treinos ou competições. Portanto, a execução do exercício deve durar até o soar do gongo do relógio, cujo indica o momento final da série. Foi por essa dinâmica associada a necessidade da passagem pelo sofrimento para crescer, que Fernanda, mesmo diante da dor e da mão machucada, não parou até o relógio apitar. As marcas e sinais de sofrimento e dores retratados pela praticante de *crossfit*, são estigmas atribuídos como comuns e parte do processo para alcançar a máxima do desempenho físico e estético, isto é, são postagens de sinais corporais que designam pertencimento àquele grupo.

Na imagem abaixo, Laís, praticante de *crossfit*, expõe vídeos em seu *stories* do *Instagram* o *Wod*³⁵ 17.2 da competição *online* que ela participara. A competição

³⁵ *Wod* - sequência de exercícios em um determinado tempo.

*online*³⁶ chamada *Crossfit Games*, acontece todo ano para selecionar as 10 melhores classificadas de cada continente para as regionais – competições presenciais; de modo que as melhores das regionais, de cada continente, garantem uma vaga no mundial.

Nos vídeos do *storie*, Laís relata toda trajetória da competição, realizando postagens que retratam a dor, o sofrimento, persistência, disciplina, assim como os machucados consequências dos exercícios realizados. Nessa competição *online*, Laís mostra sua mão machucado, com os calos abertos, após a sequência determinada pela competição, chamada 17.2.



Imagem 34 – Marcas do campeonato
Postagem da praticante de *crossfit*, Laís, ocorrida em 27 de janeiro de 2018.

Além dessa imagem, a seguinte ajuda a revelar o poder da marcação, associada a dor e ao sofrimento corporal, fazendo com que o corpo apresente rendimento máximo. Na imagem abaixo, postagem referente ao ano de 2018, a triatleta Janaína revela que em uma das competições que participara na Cidade de São Carlos, São Paulo, foi derrubada por outro ciclista durante a prova, pois ele

³⁶ Na competição *online*, as atletas deve enviar um vídeo cumprindo um *wod* padrão, isto é, o trabalho do dia.

não conseguiu reduzir a velocidade, e mesmo em meio a dor e os machucados, como sinal de persistência e vontade, a triatleta continua a prova e sublima o sofrimento na ânsia da conquista.



Imagem 35 – Dor e vontade
Postagem da triatleta, Janaina, ocorrida em 12 de janeiro de 2018.

E assim, ela segue dizendo:

Imediatamente me levantei, bati a mão na minha clavícula, e rodei o pedal pra ver se tava tudo inteiro (graças a Deus 🙏) !! Subi na bike e voltei pro percurso! 🚴 Confesso que corri com muita dor, mas também com muita vontade de chegar!! 🏃
E assim é a vida; muitos vão tentar te derrubar e por vezes até conseguem. Mas levanta tua cabeça e continue a tua jornada! 🙌
Força e saúde a todos ! 🙌

Imagem 36 – “*levante a tua cabeça e continue a tua jornada*”
Postagem da triatleta, Janaina, ocorrida em 12 de janeiro de 2018.

A ocasião ocorrida no ano de 2017 e postada em 2018 é uma publicação apresentada por Janaína como um meio para motivar aqueles e aquelas que se deixam desmoronar e sessar seus objetivos perante a dor, pois na narrativa que

segue mais a diante, ela pede aos seus seguidores e seguidoras que não deixem de seguir seus caminhos em meio aos tropeços da vida.

O que se percebe das duas imagens (34 e 35) e das narrativas das mulheres é que há uma vinculação da necessidade da dor e do sofrimento para alcançar a redenção; “*só começo a contar quando sinto dor*” (Marina, fisiculturista, categoria Biquíni *fitness*); como se fosse um autoflagelo enquanto mecanismo de educação para chegar à purificação do corpo, “uma pedagogia do corpo que procura reduzi-lo, é certo, a uma corporeidade primária, desprovida de significados, complexidade” (VAZ, 2003, p. 168).

Em contrapartida aos estigmas considerados admirável nas práticas corporais acima, no que diz respeito aos estigmas notados como algo tóxico/ mau, a prática corporal fisiculturismo se faz enquanto representativo dessa última atribuição, nos revelando aqui, que o bom e mau, o extraordinário e o tóxico, são elaborados e reproduzidos de acordo com cada grupo social. No fisiculturismo, os sinais corporais não são bem-vindos, embora o sacrifício também seja um “rito de passagem” para alcançar o corpo pertencente à cada categoria por meio de outras configurações, isto é, pela restrição, dor e sofrimento.

Embora esses sinais retratem o *crossfit*, de modo geral, as práticas corporais de escolha das mulheres aqui pesquisadas, apontam significados incomuns, mas também comuns em relação ao sacrifício. Do ponto de vista das marcas como algo extraordinário, nas práticas corporais *crossfit* e no triatlão, por exemplo, os estigmas corporais significam resistência, persistência, disciplina e coragem que se fazem mesmo diante a dor. Embora a dor e as marcas da triatleta pesquisada não tenha a mesma ênfase dos sinais corporais das praticantes de *crossfit*, como já fora dito anteriormente, há algo em comum nas postagens das mulheres aqui pesquisadas independente de sua prática corporal: a dor, o sofrimento e o sacrifício aparecem como mantenedor do processo que busca alcançar os objetivos por meio da disciplina, bem como sua necessidade para melhores resultados que por consequente se apresentam em forma do corpo desejado na imagem corporal.

Segundo Goffman (2015, p. 11) o termo estigma foi criado na antiguidade pelos gregos para se referirem a “sinais corporais como os quais se procurava evidenciar alguma coisa de extraordinário ou mau sobre o *status* moral de quem os apresentava”. Assim como na antiguidade, observando e interpretando as postagens das mulheres desta pesquisa, foi possível compreender que atualmente os sinais corporais também podem remeter a coisas admiráveis ou a algo tóxico. Deste modo, as marcas corporais oferecem significados dentro de cada cultura e seu tempo.

O fisiculturismo, esporte institucionalizados por regras, tem como um dos seus requisitos avaliativos a pele lisa e sem marcas, o qual atribui notas inferiores às atletas que possuem sinais no corpo que possa representar procedimentos de intervenção direta, assim como os sinais do tempo, estrias e celulites. As competições nos campeonatos de fisiculturismo acontecem por meio de apresentações no palco de acordo com as categorias, assim como separadas por homens e mulheres. Os desfiles no palco acontecem a partir das narrativas do apresentador, de modo que também podem acontecer interferência dos juízes (as) caso necessário que as atletas repitam algum movimento que proporcione verificar melhor a simetria analisada. Segundo Eco (2015, p, 48), a expressão da beleza viva do corpo retratada na antiguidade por esculturas revelam a beleza apontada por Platão cujo admirava as partes harmônicas e proporcionais estudadas por Pitágoras, isto é, a beleza como simetria e harmoniosa proporção das partes. Os quartos de volta, pequenos giros no palco para visualização dos corpos das fisiculturistas em diferentes ângulos – frente, perfil direito, costas e perfil esquerdo – possibilitam verificar a simetria das partes: ombros, costas, braços, seios, barriga, cintura e pernas, isto é, assim como a noção de beleza na Grécia antiga denominada na simetria de Pitágoras, as regras para a avaliação das fisiculturistas tem como berço o princípio da harmonia das partes.



Imagem 37 – Quartos de volta
 Postagem da fisiculturista, Betânia, ocorrida em 23 de junho de 2017.

Ao comando do apresentador, as praticantes se movimentavam obedecendo aos pedidos de verificação de suas estruturas corporais. Ali no momento da exposição coletiva, isto é, no palco, as praticantes são cuidadosamente analisadas pelo grupo de juízes e juízas e pelo público presente a fim de que seja verificado cada requisito da categoria a qual as praticantes (atletas) se inscreveram, pois cada categoria tem características e requisitos próprios, sendo estes sempre relacionados a uma estrutura corporal das atletas, bem como um requisito comum a todas: feminilidade. As categorias das mulheres aqui pesquisadas se referem a: categoria Biquíni fitness, *Wellness* e *Women's Physique*³⁷.

Neste momento, as atletas são indicadas como dentro ou fora do padrão instituído pelas regras dos campeonatos destinado a cada categoria, de modo que o pertencimento aqueles grupos são legitimados pelos avaliadores e avaliadoras, isto é, o pertencimento às categorias dos campeonatos advém primeiramente da leitura do outro a respeito das mulheres, isto é os olhares apreciam a beleza engendrada como espetáculo, e a aparência é observada com o olhar orientado e submetido a determinados código de moralidade (VIGARELLO, 2006, p. 17)

³⁷ As características de cada categoria será explanada no capítulo 4, pois trata-se de requisitos no que concerne o que é “ser mulher” no fisiculturismo, tendo como a temática gênero em foco, o qual o quarto capítulo tem como objetivo discutir. Assim, para melhor organização, optou-se por essa organização.

Um dos quesitos que reflete o não belo, que estraga a beleza categorizada e que por consequência ocasionam na diminuição dos pontos durante a avaliação, são os sinais corporais, tais como: presença de espinhas; sinais de aplicações e inflamações; abdômen dilatado; sinais de próteses; desvios posturais; assimetria, cicatrizes e machucados.

Assim, embora no fisiculturismo as dores e sofrimentos que marcam o corpo sejam atribuídas como estigmas do mau / tóxico, as fisiculturistas exaltam o sacrifício por meio de outros desdobramentos que não culminam nos sinais corporais, mas que também partilham da dor, do sofrimento e da disciplina para alcançar o ideal de vida. Portanto, as avaliações nos campeonatos não se apresenta como um identificador das subjetividades, mas a dicotomia corpo e sujeito, pois o processo e a subjetividade das fisiculturistas não contam na avaliação dos juízes e juízas, apenas o corpo objetificados no palco, e a aparência.

Para Goffman (1985, p. 228) a aparência trata as pessoas baseada na impressão vista, isto é, “como a realidade em que o indivíduo está interessado não é percebida no momento, em seu lugar terá que confiar na aparência”, a qual se revela como estímulos que revela o “status social dos atores”. A passagem pela dor é obrigatória para a construção do sentido do projeto de construção corporal das mulheres no contexto da cultura do músculo. Aqui faz sentido à menção à relação com a dor construída por Le Breton para o entendimento da relação entre o indivíduo e a dor em determinadas culturas e que nos parece válida para o nosso contexto. A dor é tida “como um enfrentamento simbólico no limite e batente provisório de uma identidade a ser construída” (LE BRETON, 2003, p. 44).

Tais narrativas, ainda que contrariem os princípios da própria fisiologia do exercício, elas se assentam numa perspectiva de materialização de um projeto que não tem nada de novo, nasceu no berço da sociedade capitalista e com ele ainda persiste. O esforço, o trabalho e a dor são apenas uma parte necessária desse modelo hegemônico, a mobilidade inscrita por Goffman (1985) o qual retrata o desejo da posição de prestígio e o sacrifício para se manter nela.



Imagem 38 – A vontade tem que ser maior que a dor
 Postagem da praticante de *crossfit*, Laís, ocorrida em 16 de dezembro de 2017.

Com as mãos abertas e sangrando após uma série na barra, a *personal trainer* e praticante de *crossfit* Laís, descreve que “a vontade de superar tem que ser maior que a dor”. Nesse discurso, Laís apresenta um corpo gerenciado por técnicas corporais apreendidas e identifiante do ritual que faz parte de uma série de elementos habituais ligados ao sacrifício daquelas que pertencem à cultura do músculo e que vão ao encontro da fala de Humberto Eco quando diz que: “A dor do corpo e grandeza da alma estão distribuídas em igual medida pelo corpo” (ECO, 2015 p. 47).

Para o autor acima mencionado, o resistir, persistir, assim como a disciplina e esforço pessoal, isto é, a grandeza da alma, é tão valorativa quanto o sofrimento e dor corporal, ao ponto que se fazem complementares no processo de ideação da perfeição por meio do sacrifício.

Courtine (2005) traz os anos 80, como um momento na história norte-americana, em que as técnicas de gerenciamento do corpo entraram em ascensão. Para ele, a obsessão dos invólucros corporais correspondem ao:

Desejo de obter uma tensão máxima da pele; o amor pelo liso, pelo esbelto, pelo jovem; ansiedade frente a tudo o que na aparência pareça relaxado, franzido, amarrotado, enrugado, pesado, amolecido ou distendido; uma contenção ativa das marcas do envelhecimento no organismo (COURTINE, 2005, p. 86)

Com essa compreensão do autor, pode-se interpretar que o projeto de fabricação de corpos está centrado em um modelo de jovialidade e, portanto, de negação do envelhecimento, ao passo que atende à proposição de uma aparência saudável e forte, não só para homens, como também para mulheres. Para Courtine (2005, p. 90) "... reformas higiênicas, atividades físicas, tratamentos em estâncias serão, assim, um modo de lutar contra o ar viciado, os costumes corrompidos [...]". Nesse âmbito, a definição de um estilo de vida, notadamente nos Estados Unidos da América, no início dos anos 1980, atende a um projeto de sociedade que se perfaz por meio do reforço à disciplinarização dos corpos, visando ao atendimento de uma genealogia que se assenta no tripé "religião-saúde-comércio". Ora, esse tripé nada mais é do que o sustentáculo do modelo que origina o capitalismo calvinista norte-americano, como já enfatizara Max Weber em seus estudos sobre "A ética protestante e o espírito do Capitalismo" (WEBER, 1991).

Compreende-se, pelo que se evidenciou, que as mensagens que circulam nas postagens produzem um discurso "moral corporal", constituído por uma determinada ordem social e, sobretudo, política sobre o corpo. A rígida rotina de exercícios e dietas atribuídas às mulheres hipertrofiadas não expressam apenas uma determinada insatisfação materializada em seus corpos, mas pode estar sinalizando uma educação higiênica que "solicita de forma constante a presença de intervenções disciplinares" (COSTA, 2004, p.15).

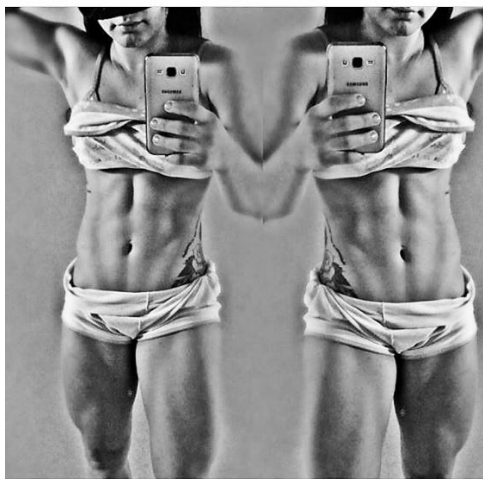
Portanto, com base nas falas e na interpretação construída com base nelas, o ideal de corpo das mulheres no contexto da cultura do músculo tornam a musculatura corporal um estilo de vida, com fundamento numa proposta de

ascese corporal, também se dá pelos sinais corporais como vestígios de sacrifício e disciplina, e que passam pelo reforço do grupo social do qual fazem parte, tornando o projeto e esforço pessoal um projeto de construção social.

3.2 PAIXÃO PELA RETIDÃO DA PELE: A INDIVIDUALIZAÇÃO DO SACRIFÍCIO

Assim como mencionado no capítulo II, a relação do corpo ideal como um processo de construção pessoal, se apresenta pelas mulheres dessa pesquisa com fundamento na máxima da disciplina, do sacrifício e da persistência, responsabilizando cada sujeito pelo alcance da beleza e corpo desejado. Embora as mulheres da cultura do músculo apresentem parcerias e sociabilidades como requisitos importantes para a materialização dos objetivos, elas frisam que tudo isso, isto é, *ter* o corpo almejado refletem a força de vontade e as escolhas pessoais.

O martírio da exigência máxima empodera e legitima o sacrifício enquanto mantenedor do processo de (des) construção da imagem corporal das adeptas da cultura do músculo.



O corpo pedia descanso,
enquanto a mente a agradecia o esforço
realizado! 😎👊... mais

Imagem 39 – Dicotomia corpo e mente
Postagem da fisiculturista, Denise, ocorrida em 11 de
fevereiro de 2017.

A frase de efeito acima, da narrativa da fisiculturista Denise: “*O corpo pedia descanso, enquanto a mente agradecia o esforço realizado*” reflete a dicotomia corpo e mente, isto é, a divisão fragmentada pelos anatomistas diante da medicalização da sociedade. Assim como a sentença dual entre corpo e mente, Courtine (2005) aponta que o ambiente da cultura de massa do corpo, bem como suas práticas utilizadas para alcançar a transformação almejada, revelam uma ambiguidade entre o prazer e o sofrimento.

Assim, segundo o autor a relação com a dor é algo crucial para forjar a identidade de determinados sujeitos, assim como seria, por exemplo, a busca de prazer orgásmico ou a sensação de felicidade para outros. Desse modo, evidencia-se a adoção de máximas como “*no pain, no gain*” nas narrativas das mulheres.



Curtido por

Hoje teve teste de velocidade!! 🏃🏃🏃
 * Deliciosa sensação de sofrimento!! 😊 Ooiii????
 😊😊😊 Isso mesmo!! É difícil, dá vontade de desistir, mas quando termina, adrenalina correndo e o suor escorrendo é sensacional!! 🙌

Imagem 40 – “*Deliciosa sensação de sofrimento*”
 Postagem da triatleta, Janaina, ocorrida em 12 de janeiro de 2018.

Com sorriso no rosto, a triatleta Janaína publiciza a imagem com suas colegas após um teste de corrida, relatando a “*deliciosa sensação de sofrimento*”, e completa dizendo que embora seja difícil e haja a vontade de desistir, o fato de ter cumprido com o objetivo traz uma sensação de êxtase do sofrimento durante a prova. Essa lógica que opera de forma perversa, ao conciliar “prazer, dor e suor” com a materialidade biológica de seus corpos, também produz estranhamentos e rompimentos com o tradicional.

A triatleta acima (Imagem 40) também mostra a relação entre a rotina de treinamentos e ao sacrifício individual. Em outra postagem, ela segue dizendo: “*Os resultados sempre chegam para os que se dedicam!*”. Isso nos sugere que há um autogerenciamento por meio do adestramento do corpo, mas também a um partilhar de regras sociais atreladas a normas. Portanto, os discursos da cultura do músculo nas redes sociais seguem uma linha em que cada pessoa é responsável pelo seu desempenho ou fracasso – “*Dor é o sedentarismo deixando seu corpo*”; “*Quem desiste da luta senta para assistir a vitória dos outros* (Lúcia, fisiculturista, categoria *Wellness*).

O cuidar do próprio corpo e a exigência na imagem abaixo, cujo retrata a postagem da fisiculturista Marina, ilustram o cuidado com o “eu”, com a constituição da identidade que se forma através do suplício, da disciplina, da dietética, em que a imagem do belo se faz diante do espelho e da superação dos limites corporais.



Curtido por

"Exija de si mesmo, muito mais do que qualquer pessoa possa esperar de você!"

Imagem 41 – “*Exija de si mesmo*”
Postagem da fisiculturista, Marina, ocorrida em 05 de julho de 2017.

Com referência à ideia de que os resultados virão na mesma proporção que seu esforço, verificou-se que as narrativas das mulheres musculosas buscam projetar nelas próprias a responsabilidade pela fabricação de seus corpos. Com efeito, o dever em conquistar seus objetivos se constitui como o principal projeto de vida para as mulheres diante da cultura do músculo.

Um lugar aonde o próprio corpo serve de parâmetro, de referência a ser seguido, e que o contrário disso é algo a ser desvalorizado – há uma preocupação exacerbada com o próprio corpo, uma ditadura do “eu” – “*A gordura localizada não é uma coisa ruim, desde que no corpo dos outros*” (Fernanda). De acordo com Silva (1996), o retrato do corpo ideal é reforçado pelas mídias de maneira geral e é veiculado, sobretudo, por meio das campanhas publicitárias que se utilizam das percepções de juventude, beleza, sensualidade e saúde, na forma do que Matterlart (1992, p. 252) denomina de mercadoria simbólica, para forjar o corpo ideal. Nas palavras seguintes:

A partir desse investimento da indústria cultural, amplia-se o mercado das práticas corporais, especialmente, àquelas que se dedicam a reiterar esse modelo de corpo e as intervenções sobre ele, conforme divulgado pela mídia (SILVA, 1996, p. 249).

Dessa forma, para a autora é por meio dos meios de comunicação de massa que esses modelos estereotipados de corpo são amplamente divulgados, tornando-se um comércio de objetificação corporal, movimentando aí um mercado de academias, suplementos alimentares, vestimentas – uma cultura da valorização do “*querer é poder*” (Denise, fisiculturista, categoria *Wellness*); “do culto, uma devoção àquele corpo a ser consumido, transformado.

Sendo assim, o sacrifício aqui também são vinculados à disciplina, pois esta se apresenta como exigência máxima para construção de um corpo delineado por músculos, relatada aqui como rotina; outro ponto pertinente também se faz a partir do chamado “sacrifício individual”, em que a força de vontade, o desejo e a escolha são pontos-chave para a conquista dos objetivos, de modo que o sacrifício se apresenta como compensador pela praticante de *crossfit*.



" Não se afaste dos seus planos,
nem aos finais de semana, o sacrifício é
compensatório!"

Imagem 42 – “o sacrifício é compensatório”

Postagem da praticante de *crossfit*, ocorrida em 26 de

outubro de 2018.

Ao longo do texto, evidenciou-se que no afã da construção de um projeto de construção corporal, as mulheres musculosas se pautaram em estabelecer mecanismos que se encontram em uma base conflitiva. Se de um lado, o esforço para alcançar os objetivos de adoção de corpos musculosos poderia se pautar na noção de superação dos discursos normativos que associam mulher à docilidade, fragilidade e a meiguice; por outro, as próprias falas e imagens dessas mulheres não levam a reprodução de padrões normativos. Na verdade, o que se percebe é que essa discussão dos conflitos dicotômicos não recebe a atenção das mulheres da cultura do músculo.

Verificou-se com certa ênfase que a constituição de um projeto de construção corporal se dá com maior ímpeto na dimensão pessoal. Aqui são ressaltados aspectos de natureza física, notadamente, do esforço e da dor para alcançar o que pretendem, o que denotam a fala de Le Breton (2013, p. 3) aponta a necessidade da “passagem obrigatória pela dor para fabricar o sentido”.

Aqui são ressaltados aspectos de natureza física, notadamente, do esforço e da dor para alcançar o que pretendem. O cuidar do próprio corpo ilustra o cuidado com o “eu”, com a constituição da identidade que se forma através do suplício, da disciplina, da dietética, em que a imagem do belo se faz diante do espelho e da superação dos limites corporais.

Com referência à ideia de que os resultados virão na mesma proporção que seu esforço, verificou-se que as narrativas das mulheres musculosas buscam projetar nelas próprias a responsabilidade pela fabricação de seus corpos por meio do sacrifício, dor, sofrimento e marcas corporais. Com efeito, o dever em conquistar seus objetivos se constitui como o principal projeto de vida para as mulheres diante da cultura do músculo.

CAPÍTULO IV

MÚSCULO É COISA DE HOMEM?

O presente capítulo tem como objetivo analisar em que medida às práticas corporais da cultura do músculo constituem rupturas de padrões corporais tradicionais associados aos papéis de ser homem e ser mulher em nossa sociedade. O debate aqui proposto se ancora em questões relacionadas a papéis sociais e sua apropriação na temática gênero na cultura do músculo”.

4.1 CORPOS MUSCULOSOS, CORPOS QUE INCOMODAM: FEMINILIDADES EM FOCO

Mulheres e homens como sujeitos carregam consigo experiências e vivências dentro de uma determinada sociedade que irá construir e formar o “ser” de acordo com os padrões vigentes e aceitáveis da cultura a qual estão vinculados(as), sendo eles construídos como femininos e masculinos, respectivamente.

Sabe-se que no Brasil, as mulheres viveram e ainda vivem anos de opressão, submissão, assim como violências, preconceitos e exclusão da participação de forma direta na sociedade nos diferentes âmbitos: economia, política, educação, etc. Submetidas às normas morais e padrões de como-a-mulher-deveria-ser, na década de 20, os meios de comunicação “ensinavam” às mulheres o que elas deveriam aprender para serem de fato “mulheres de verdade”. Propagandas e revistas reforçavam a vinculação das mulheres a um ideal feminino, atrelado à beleza normatizada pela sociedade, assim como modelos estereotipados.

Santann’a (2014) nos conta que o ideal de beleza da mulher nesse época, era uma associação entre o comportamento imaculado, gracioso, delicado e o

corpo frágil. Assim, segundo a autora, os “conselhos” de beleza para as mulheres publicizados nas revistas e propagandas, eram destinadas a serem delicadas e graciosas; ter uma voz melodiosa; saber andar, dançar, sentar e conversar; saber usar talher; sorrir de maneira contida; se comportar como uma “dama moderada”; ser servil; obediente; recatada; conter exageros; ter gestos comedidos e leves; olhar e ter expressão doce; conter gritos, risos longos, e choro. Para a autora, os conselhos de beleza para as mulheres eram justificados no auxílio para ajuda-las a arrumar marido, de modo que os exageros e não cumprimento dos padrões poderiam deixa-las “solteiras para sempre”, e a solteirice, de acordo com as normas sociais da época, poderia resultar em uma “tristeza sem fim”. Portanto, os designios da beleza resultariam em leva-las ao altar e conseqüentemente, a um lar feliz (SANTANN’A, 2014, p. 92).

Assim, criadas para serem mães e donas de casa, as mulheres eram consideradas as responsáveis pela providência moral das famílias, de modo que suas profissões eram vinculadas à tarefas domésticas. Segundo Soares (1998, p. 42) no século XIX, era de responsabilidade da mulher garantir o bem-estar e a harmonia em seus lares, pois “[...] é a habitação que lhe permitirá, enfim, tirar o homem das ruas, dos cabarés, do vício... moralizá-lo e afastar dele todos aqueles que forem estranhos ao ambiente doméstico”. Deste modo, se as crianças preferissem as ruas e os homens a outras mulheres, era porque as esposas não cumpriam com os suas tarefas de casa.

Outro aspecto retratado, diz respeito à forma de disseminação de como as mulheres deveriam ser. Santann’a (2014) enfatiza que há grande diferença entre as expectativas e comportamentos almejados e disciplinadores entre homens e mulheres. Segundo a autora, em meados dos anos 40 aos anos 60, as matérias nas revistas femininas eram direcionadas à temática amor (romântico), isto é, as revistas e propagandas reforçavam um modo de ser mulher calcado no casamento, na fragilidade, delicadeza, e no amor, de modo que a mulher deveria ser educada e educar-se para amar e servir ao marido, em contrapartida, os homens eram norteados por uma educação para a virilidade, destreza, força e

conquista – o que “estimulava a objetificação e submissão da mulher” (SANTANN'A, 2014, p. 96).

Atualmente, no Brasil, encontramos resquícios de uma educação diferente para homens e mulheres, assim como uma educação separada de acordo com os marcadores sociais, onde ser mulher é um marcador fruto da opressão, inferiorização e objetificação. Não é à toa que no país, são inúmeros os casos de feminicídios, agressões físicas e simbólicas, assédios e estupros – pois vivemos em um país aonde os homens, em um quantitativo expressivo, acreditam que as mulheres são objetos prontos para servi-los. Ser mulher, por si só, em nossa sociedade, já é um grande marcador da diferença que desemboca em desigualdade. Mas ser mulher somada a outros marcadores sociais como, classe, raça e orientação sexual, são pontos-chave para inclusão das mulheres no quadro de vítimas da violência e do preconceito.

Se olharmos para história, acima mencionada, é perceptível o quão marcante é a construção do socialmente aceito. A constituição do aceitável se dá a partir de normas e valores hegemônicos cujo objetivo é a manutenção da ordem dominante, onde criam-se a noção de hierarquia apoiada na intolerância para com o diferente, legitimando assim a desigualdade que desloca e afere ideais valorativo inferiores àqueles e àquelas considerados à margem da sociedade.

Formas, condutas, corpos e as normas são endossadas na vida do ser humano desde o seu nascimento. Determinações do “ser” que desembocam papéis sociais a serem desenvolvidos marcados pelas diferenças de classes, cor da pele, gênero e credo.

As distinções de gênero, por exemplo, perpassam por concepções impregnadas por condutas normatizantes que intitulam grupos e os marcam como desiguais por suas características, penalizando-os quando estes fogem da norma. Segundo Jeffrey Weeks (2000, p. 62) “Uma norma talvez não necessite de uma definição explícita; ela se torna o quadro de referência que é tomado como dado para o modo como pensamos; ela é parte do que respiramos”.

Discursos apontados como determinações dominantes, se apoiam em julgar segmentos que apresentam comportamentos e aparências distintas – que

por sua vez são designados como pertencentes ou não grupo, de acordo com as condutas morais e especificidades próprias. Um grande exemplo são as mulheres que se dedicam ao esporte vinculados à hipertrofia – estas quando se apropriam de um maior volume de massa muscular são apontadas como mulheres com “aparência masculinas”. De modo que ao fugirem do padrão onde as mulheres são frágeis, estas são rotuladas enquanto desviantes.

Em uma das postagens, Sônia, fisiculturista da categoria *Women's Physique*, publiciza a sua participação no Campeonato Goiano Estadual de Musculação Fitness e fisiculturismo (Em 23/03/2017).



Campeonato Estadual Goiânia

Imagem 43 – Campeonato Estadual Goiano de Fisiculturismo
Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 26 de junho de

2017.

Na ocasião, inscrita na categoria *Women's Physique*, a atleta representa uma minoria de participantes, pois nesse campeonato, embora a modalidade seja dividida por estatura, sendo até e inclusive 1,63m e acima de 1,63m, nessa competição, como relata Sônia em suas postagens, incluindo ela, somente duas atletas participaram. Para Goellner e Jaeger (1999) as mudanças das regras em 2005, foi uma repressão à quantidade de músculos de algumas mulheres, e

assim, reafirmar a feminilidade como um ponto crucial para a valorização da beleza.

Segundo os autores mencionados acima, essa situação de diferenciação e mudança, se apresenta como uma forma de recuar e ceder ao padrão de que a mulher deve ser feminina/ feminizada, de modo que “não há muito patrocínio para mulheres de categorias de alta quantidade de músculos, pois passa uma imagem “negativa” devido ao fato de outras mulheres não quererem ficar tão masculinas”. (*Ibidem*, p. 963), pois sabe-se que as regras esportivas vem sendo mudadas de acordo com o interesse do mercado em tornar os esportes mais vendável, direcionando para o espetáculo.

Segundo o IFBB-Brasil (2017), a *Women’s Physique* é uma categoria com maior nível muscular do que as categorias Biquíni *fitness* e *Wellness*; é uma categoria que permite maior volume e delineamento muscular; entretanto, deve-se respeitar “anatomia, volume e silhueta feminina”.

As atletas entram maquiadas, de biquíni, cabelos arrumados, mas descalças (diferentemente das demais categorias). Embora nesta categoria as atletas não usem sandálias de salto, adereço este socialmente considerado como feminino, a feminilidade não pode ser esquecida.



Momento único

Imagem 44 – Categoria *Women’s Physique*
Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 30 de junho de 2017.

Na imagem acima, Sônia publiciza no seu perfil do *Instagram* a entrega dos troféus, juntamente a um prêmio: produtos referentes a cultura do músculo de um dos patrocinadores do evento. Nesta postagem, Sônia revela que foi um “*momento únicos*”, assim como a sua colocação em 2º lugar na competição.



Imagem 45 – *Shape* da 1ª e 2ª colocada da esquerda para a direita
Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 07 de novembro de

2017.

Esta categoria surgiu em 2012 com a finalidade de abrir espaço às atletas que queriam elevar o nível de treinamento visando a ampliação do volume muscular, porém, com cuidado para não se afastar do padrão normativo de feminilidade, primando por um ideal de que “a mulher pode ser musculosa e ao mesmo tempo feminina” (GOELLNER; JAEGER, 1999, p. 960). “Apesar de limitar os excessos do treinamento ao modelo desejável, o risco por lesões ou consumo de substâncias está longe de ser afastado, como observou Botelho (2009, p. 113) em pesquisa similar com fisiculturistas há alguns anos.

Se observamos as imagens anteriores, 28 e 29, a partir das regras do fisiculturismo, isto é, a partir das normas que os juízes (as) das competições

utilizam para avaliar as atletas, podemos perceber uma divergência quanto à proposta da categoria existente entre Sônia e a outra atleta da foto.

Visivelmente podemos perceber que o *shape* das atletas são diferentes. A primeira colocada possui seios maiores, cintura mais fina e membros superiores com menor volume muscular, assim como cabelos longos, em contrapartida, Sônia possui maior volume muscular em todas as regiões do corpo, se comparada a outra atleta, não possui seios avantajados, assim como a cintura sem curvas e membros inferiores com grande quantitativo de músculos.

Fica então um questionamento: se a categoria *Women's Physique* tem como foco o volume muscular, por que Sônia obteve o segundo lugar?

Na categoria em questão, *Women's Physique*, os corpos volumosos com fibras musculares muito bem definidas são características 'natas' da categoria, sendo uma das modalidades mais exigentes em termos de treinamento para as atletas. A categoria foi criada, segundo a IFBB, para atletas que gostando de cultivar seus músculos, mas "ainda atlético, mas esteticamente agradáveis, ao contrário da culturistas atuais" (IFBB-Brasil, 2017).

Antes da criação da categoria, a feminilidade se fazia como um requisito, mas esta seria secundária na avaliação, pois o que se considerava era o corpo hipertrofiado e desenhado pelos músculos. Entretanto, as problemáticas do modelo de gênero quebram protocolos e a Confederação, na seção relativa as modalidades informa: "não serão aceitas no julgamento as atletas desta categoria anterior" (IFBB-Brasil, 2017).

Anteriormente, o fisiculturismo feminino tinha como requisito a estética delineada pelo volume muscular, entretanto, categoria atual, criada para "minimizar" a masculinização das mulheres no esporte, deve-se ter o cuidado de não ultrapassar a linha tênue do gênero feminino e entrar nos marcadores do gênero masculino. Estevão e Bagrichevsky (2002) informam, inclusive, que frequentemente as fisiculturistas avaliam que a outra é que esta masculinizada e nunca elas próprias, o que mereceria uma reflexão inclusive sobre autoimagem e competitividade.

O fato de terem apenas duas atletas nesta categoria, nos inquieta e nos leva a refletir se a redução de participantes na categoria *Women's Physique* tem uma relação fisiológica, no que concerne uma maior dificuldade em manter o *shape* em um elevado volume muscular, ou se a não participação tem uma relação de não pertencimento, não identificação, e portanto o afastamento desta categoria.

Para tanto, cabe compreendermos que a imagem corporal das mulheres que possuem um alto volume muscular, bem como características que denotem a aproximação com o gênero masculino socialmente construído, é carregado de um discurso estereotipado, preconceituoso e tido como anormal/ desviante, pois distanciam-se do que a sociedade aceita enquanto pertencente ao feminino. Essa percepção de preconceito, discriminação e violências contra as mulheres que fogem dos padrões e se vinculam a práticas corporais que não estão no rol do socialmente aceito, foi atestado em pesquisa anterior (OLIVEIRA, 2014), visto que as interlocutoras da pesquisa, jogadoras de futebol, que se identificavam com o gênero masculino, relataram sofrerem algum tipo de preconceito.

A sociedade estabelece, portanto, valorização dessas diferenças, que servem para hierarquizar e estabelecer valores desiguais entre homens e mulheres, alegando ser devido às diferenças “naturais”, isto é, biológicas ou fisiológicas.

Tais ideais são modelos baseados no androcentrismo e no patriarcado (GARCIA, 2001) que atribuíam/atribuem às mulheres valores inferiores devido à sua suposta fragilidade biológica vinculada à maternidade, apontando assim como ‘desviantes’ todas que fogem desta norma. Isso às coloca como o ‘sexo frágil’, no qual a delicadeza, a sensibilidade e a feminilidade devem ser características ‘inatas’ dessas mulheres e, por contraste, a força, a destreza, a coragem e a masculinidade ‘devem’ ser características destinadas aos homens. Apesar disso, sempre está presente a possibilidade de construir feminilidades no plural em diferentes manifestações (JAEGER, 2009, JAEGER; GOELLNER, 2011).

As normativas de gênero imperam na avaliação dos campeonatos onde se reproduzem a naturalização da construção social, de modo que a mulher é assim enquadrada num emaranhado de padrões.

Para as mulheres é permitido: um corpo com músculos, mas com curvas; forte, mas que deve ser acompanhado com características que nos façam ligá-las à doçura e à beleza de quem possui a capacidade da maternidade – um padrão que naturaliza o corpo socialmente construído do feminino, em que há, parafraseando Goellner e Fraga (2004, p. 77): “[...] o encarceramento dos corpos femininos numa trincheira de significados”.

Nos campeonatos de fisiculturismo, atletas atravessam o palco de forma sincronizada/alinhada, e na paralização dos movimentos, a brincadeira de criança ‘estátua’ se concretiza – respira-se com dificuldade, sorriso no rosto e encanto. Apesar deste tipo de esporte e suas modalidades enfocarem o desenvolvimento e hipertrofia muscular, o rosto e, em especial o sorriso, desempenha um papel fundamental nas competições, como na vida. Por seus traços, o rosto representa a “singularidade do sujeito”, como nos diz Le Breton, porque, afinal, ele “é a parte do corpo mais individualizada” e boca a região de “significação psicológica, expressiva à imagem das outras partes do corpo” (LE BRETON, 2003, p. 66).

Nas sociedades patriarcais, machistas e onde imperam a heteronormatividade, enquanto padrão social, todo e qualquer comportamento que desvie o gênero correspondente a um determinado sexo é referido como ofensivo à moral e costumes.

Assim, a “heteronormatividade expressa às expectativas, as demandas e as obrigações sociais que derivam do pressuposto da heterossexualidade como natural e, portanto, fundamentos da sociedade” (CHAMBERS, 2003; COHEN, 2005, p. 24 apud Miskolci, p. 156, 2009). Para tanto, a norma ancorada na heterossexualidade diz respeito não apenas a orientação sexual dos sujeitos, mas em uma norma onde homens pertencem ao gênero masculino, ou seja, gênero socialmente construído como forte, viril e destemido, em contrapartida às mulheres que devem pertencer ao gênero feminino – dóceis, frágeis, submissas e delicadas.

Butler (2005, p.186) afirma que “identificar-se com gênero implica em identificar-se com uma série de normas”. Ou seja, normas que restringem as vivências através da coerção e repressão dos sujeitos.

A imagem abaixo é referente a postagem da fisiculturista Lúcia, categoria *Wellness*, a qual indica uma charge juntamente a um *emoticon* que se refere a palavra “pensar/ pensando” no aplicativo. A charge representa uma fala historicamente construída pelas sociedades patriarcais e machistas, as quais estereotipam e cerceiam as mulheres de ocupar determinados espaços, corpos, comportamentos, etc.

Na charge cujo os personagens são de um desenho animado, ao olhar para a sua esposa e perceber uma mulher com um corpo delineado por músculos, Fred Flintstone afirma que “músculo é coisa de homem”. Tal afirmativa segue o discurso que reproduz e demarca o limiar das questões de gênero, na tentativa de biologizar uma construção social, o qual tem como significado àquilo que pertence aos homens, e que portanto, as mulheres não podem possuir.



Imagem 46 – Músculo é coisa de homem?
Postagem da fisiculturista, Lúcia, ocorrida em 11 de fevereiro de 2017.

Seguindo a resposta de Wilma, se músculo é coisa de homem, então por que nem todos os homens têm músculos definidos? A tentativa de eleger o corpo musculoso pertencente apenas aos homens por meio da justificativa biologicista, segue pela legitimidade da medicina como autoridade do saber científico na sociedade e detentora da ideia de verdade absoluta, cânone clássico do projeto de ciência moderna.

Segundo Soares (1998), a medicalização da sociedade no século XIX é um movimento que tenciona o sujeito enquanto ser biológico, ignorando as questões sociais que o envolve. Assim, era a ciência considerada que tudo sabe, tudo se justifica, salvacionista: "o médico se torna o grande conselheiro e o perito, se não na arte de governar, pelo menos na de observar, corrigir, melhorar o 'corpo 'social e mantê-lo em permanente estado de saúde".

A autora completa dizendo que:

O médico passa a consagrar uma parte cada vez maior de seu tempo as tarefas mais gerais do ponto de vista administrativa, as quais lhe foram fixadas pelo poder. Essas tarefas dizem respeito a própria dinâmica da sociedade, pois abrangem preocupações acerca da saúde e da doença dos indivíduos, de suas condições de vida, de suas habitações, costumes e hábitos. (*IBIDEM*, p. 37)

Assim como exposto no capítulo II, a medicalização da sociedade surge na emergência da individualização dos sujeitos, pois ao explicar cientificamente as desigualdades, há a legitimação da hierarquia.

A exemplo da cultura brasileira, as mulheres são vinculadas à passividade, delicadeza, maternidade, e os homens, ligados à destreza, força, virilidade. Essas determinações/construções sociais distanciam homens de práticas corporais como a dança, e mulheres de práticas esportivas como o futebol, levantamento de peso, ou seja, afasta esses sujeitos de práticas que não condizem com essas especificidades designadas a eles/elas: "*Estou cansada de ouvir isso, nossa, não quero virar homem não, gente. Não é só homem que pode ter músculo não*" (Denise, fisiculturista; narrativa coletada do vídeo *storie* seguido da postagem da charge acima).

Considerando as narrativas construídas por mulheres do contexto da cultura do músculo no *Instagram*, elas descrevem um ideal de corpo construído com base em movimentos e aparelhamento que denotam um trabalho pesado, árduo e de sacrifício, assim como já retratado no capítulo anterior. Essa construção do corpo vinculado ao homem, segundo Courtine (2005, p. 90), é advindo da primeira metade do século XIX “o desenvolvimento corporal vai modificar sensivelmente as imagens do corpo masculino: o reflexo byroniano do homem romântico, magro, pálido e lânguido” para uma concepção de masculinidade atrelada à virilidade – conceito culturalmente construído e vinculado ao corpo biológico do homem másculo, forte – signo de beleza e poder fortemente implantado nos anos 50, onde “o tipo atlético, o corpo potente do sportista, constituirá a norma-padrão, eclipsando o homem sensível dos primeiros anos do século e o homem robusto, corpulento e bárbaro”.

Embora o autor apresente também a inserção de programas de calistenia para ambos os sexos, as mulheres ao longo da história, foram e ainda são alvo de desigualdade e preconceito que se pauta na naturalização de justificativas de que homens e mulheres são diferentes porque atendem a modelos biológicos distintos. Em uma de suas postagens, a fisiculturista Carol, esboça em sua página uma foto de suas costas hipertrofiadas com a seguinte frase:



Imagem 47 – “tá passando”
Postagem da fisiculturista, Carol, ocorrida em 12 de setembro de 2017.

“Quando você tem que parar de treinar seu grupo muscular favorito porque está passando”. Nesta fala é possível compreender o limite tênue entre o feminino e o masculino, e a preocupação destas mulheres em corresponderem ao gênero socialmente esperado e associada à sua genitália, assim como à categoria do esporte o qual ela pertence. Na categoria *Wellness*, “a categoria da mulher brasileira”, o volume, as curvas e a definição muscular são permitidas, entretanto, o exagero de músculos continua proibido. Assim, regras do esporte é que legitimam as ações da arbitragem e determinam quem pertence e quem não pertence, atribuem valores.

Nem mais, nem menos – ‘no ponto’. A modalidade *Wellness* segue o padrão do corpo socialmente construído e aceito como símbolo de feminilidade e desejo no Brasil. Cintura fina, contornos dos quadris e pernas bem trabalhadas, num *shape* bem definido. Segundo a IFBB (2017), a categoria *Wellness* foi criada para mulheres brasileiras que frequentavam as academias de ginástica e que se interessavam em participar das competições de fisiculturismo, entretanto, não se enquadravam nas demais categorias.

As prerrogativas que devem ser atendidas na categoria *Wellness* seguem um modelo e a tentativa de naturalizar o formato da estrutura corporal da mulher. Assim, encontra-se como justificativa para afastar as atletas cada vez mais de categorias em que o volume muscular descaracterize esse corpo delicado e frágil, pois “ser forte é tolerada até o ponto em que não ultrapasse aqueles limites ditados por sua ‘natureza’, ou, ainda, pelo que a biologia convencionou designar como próprio do corpo feminino” (GOELLNER; FRAGA, 2004).

Já na modalidade Biquíni *Fitness*, não se pode ter volume muscular – o corpo deve ser reto, ereto, seco. Corpos distantes do volume, do exagero, do contorno e formas curvilíneas de um glúteo; braços e pernas não podem ser bem desenvolvidos. Segundo a Confederação brasileira, “as atletas dessa categoria

mais se parecem uma modelo *Fitness*: magras, belas e demonstrando um leve aspecto de treinamento com pesos” (IFBB Brasil, 2017), isto é, a representação das modelos de capas de revista, com ausência de volume muscular que possa denotar virilidade e masculinidade, que anunciam o papel da mulher na sociedade.

Ao publicar a narrativa “está passando” na imagem 45, Carol chama a atenção para as características do aceitável para aos desígnios de ser mulher. Segundo Santann’a (2014, p. 106) algumas características foram reservadas apenas aos homens perante as construções sociais, onde o “ser homem” estava vinculado ao ser provedor e predador, andado firme, silhueta firme, cultivação do músculo, de modo que o tórax, era considerado um “armadura, prova de força para agarrar o mundo e proteger o sexo frágil” – característica essa valorizada após a 2ª guerra mundial. Nesse interim, pode-se compreender como as regras do fisiculturismo, assim como a sociedade brasileira, vinculam os membros inferiores desenvolvidos à virilidade, e conseqüentemente, a masculinidade.

Embora os corpos musculosos ao longo da história, especialmente nas sociedades ocidentais, fossem antes permitidas apenas aos homens, isto é, embora se permita às mulheres possuírem corpos fortes e bem delineados pelo volume muscular, há que se privar características femininas para que não sejam desvinculadas do que a “mulher-deveria-ser”.

Durante um *wod* – série de exercícios do *crossfit* executada por um tempo determinado – a praticante Fernanda, faz um vídeo em seu *storie* onde apresenta a filmagem de uma série na barra. Na imagem, Fernanda parece usando uma luva utilizada por atletas de ginástica olímpica para que evite as mãos machucadas. Enquanto legenda postada no meio de vídeo, a atleta de *crossfit* escreve que: “a mocinha usa luvinha”, reproduz a imagem de que pessoas que usam luvas para resguardar a integridade das mãos, isto é, para que não sejam machucadas e continuem lisas e delicadas, são consideradas mocinhas e, portanto, representam características de fragilidades do feminino, da mulher, enquanto retrato da fraqueza humana.

A busca por formas ideais de corpo também almejado e reforçado às mulheres são ainda diretamente relacionadas à feminilidade. Junto aos

movimentos sociais que lutam pela igualdade de condições e de participação ativa das mulheres na sociedade, estudos voltados para a construção sócio histórica nos ajudam a compreender como se deu o processo da repressão e da emancipação das mulheres.

Devide (2005) mostra que quando o esporte feminino entre na pauta de estudos da sociologia do esporte nos Estados Unidos, o foco central eram as questões psicológicas relacionadas ao conflito de papéis entre ser mulher e ser atleta. Para o autor, é necessário atentar para o fato de que o esporte é uma instituição patriarcal; perpassa pela ideologia patriarcal; há um viés liberal no estudo das mulheres no esporte; as mulheres não são homens; a sociologia do esporte é sexista; e se as mulheres mudam, os homens e o esporte não precisam mudar (DEVIDE, 2005).

Grande parte dos *Instagram* observados, há de modo geral, postagens feitas pelas mulheres em seus perfis, mensagens relacionadas aos preconceitos e estereótipos seguidos de comentários pejorativos que elas têm recebido, como por exemplo:



"Devia parar, tá ficando igual homem", "mas você não quer crescer mais que isso não né?!", "é só tomar bomba que fica assim" 😊👍

Imagem 48 – tá ficando igual homem
Postagem da fisiculturista, Carol, ocorrida em 13 de setembro de 2017.

“*Se continuar treinando assim, vai ficar parecendo homem*” (Carol, fisiculturista, categoria *Wellness*). Carol, atleta de fisiculturismo, tem um grande número de postagens relacionadas aos estereótipos e discriminações que ela

sofre por causa de seu corpo hipertrofiado, de grande volume muscular. Segundo Vigarello (2006, p. 143) tem-se registros desses estigmas destinados à beleza do corpo da mulher desde o século XVII: “O que se faz a beleza é o corpo magro”.

Esses princípios retratam o esporte como instrumento de restrição e de coerção em que as regras e o acesso são regidos por uma perspectiva que parte da hegemonia masculina – regras sexistas que consideram raça, classe e idade como fatores determinantes (DEVIDE, 2005). De modo geral, as análises feministas do esporte trazem o quanto alguns estudos sobre esportes praticados por mulheres ainda são direcionados aos grupos dominantes, patriarcais, que tentam inferiorizá-las em relação aos homens. Alguns exemplos podem ser considerados com base nas práticas como o fisiculturismo, o levantamento de peso ou mesmo outros esportes que suscitam o uso demasiado da força ou aumento do volume muscular. Ao longo dos anos, essas características eram destinadas apenas às práticas do gênero masculino por estarem combinadas às noções de masculinidade e virilidade³⁸.

Para Devidé (2005), essa inferiorização parte do padrão esportivo masculino como norma em que as mulheres são consideradas “esportistas de segunda classe”, pois, conforme essa norma, elas nunca serão superiores aos homens. Contudo, a sociedade julga e caracteriza como anormais aquelas que se aproximam de tal desempenho destinados ao padrão masculino.

Essa caracterização de anormais e desviantes se faz presente no teste de feminilidade³⁹ destinado a mulheres que têm desempenhos semelhantes aos dos homens. Segundo Devidé (2005, p. 45):

Quando as mulheres começaram a se sobressair no esporte de alto nível, tendo sua identidade sexual questionada – “a mulher atleta de alto nível torna-se “homem”, o que fez, inclusive, com que houvesse a demanda pelo teste de feminilidade, que levanta a suspeita: se é bem-sucedida”.

³⁸ “Masculino” durante muito tempo foi somente um termo gramatical. Também no século XIX e no início do XX não se exorta os homens a serem “masculinos”, mas “viril”, homens, se dizia, “verdadeiros”... Que o “masculino” tenha vindo a suplantar o “viril” é bem o sinal de que, decididamente, há algo que mudou no império do macho (COURTINE, 2013, p. 9).

³⁹ Segundo Lessa (2013, p. 266), “em 1968 o COI introduziu o teste de feminilidade para substituir os exames ginecológicos por uma verificação científica, para saber se cada competidora possuía os dois XX através dos cromossomos.

Essa premissa de que as mulheres são inferiores faz com que a sociedade vincule o bom desempenho ao homem, de modo que, uma vez que essas se mostrem com capacidades para além de atividades destinadas ao lar, elas são consideradas “tão boas quanto os homens”, “joga que nem homem”, ou são “tão boas que se tornaram homens/são homens, por isso são boas” – “*sexo frágil? Senta e veja a minha vitória, frango*⁴⁰”

Desse modo, no esporte, quando uma mulher tem um desempenho semelhante ao dos homens, duvida-se que ela seja biologicamente uma mulher, submetendo-a a testes, exposição midiática e até punições. Em uma das postagens, uma interlocutora postou uma charge em que havia uma mulher levantando peso e dois homens comentando “olha todo esse músculo, ela parece um homem”, logo a mulher da charge responde: “se você levantar mais pesado, você também será!”. Ao fazer essa postagem, a interlocutora insere uma narrativa “*tão eu.. foda-se o padrão*” (Denise, fisiculturista”).

⁴⁰ Frango: termo utilizado nas redes sociais por pessoas “vinculadas” à cultura do músculo para denominar fraqueza e fragilidade.



Imagem 49 – Foda-se o padrão
Postagem da fisiculturista, Carol, ocorrida em 12 de setembro de 2017.

Determinadas culturas podem limitar as experiências e privar os sujeitos de vivenciarem as possibilidades de uma construção desalienada que a vida pode lhes proporcionar. Para Vance (1995) a cultura é responsável pelo encorajamento e desencorajamento da expressão dos atos, atitudes e relacionamentos sexuais genéricos, ou seja, também responsável pelos preconceitos e rótulos que preconizam uma identidade imposta pelo olhar do outro.

Lacombe (2007, p. 215) explica a importância de desvincular a masculinidade do corpo biológico do homem,

O fato de explicitar a possibilidade de uma *masculinidade de mulheres* implica previamente desconsiderar a masculinidade como incindível da estrutura biológica do homem e desenhá-la como uma ficção que se constrói performática e socialmente.

Masculinidades e feminilidades tomam conta do imaginário das pessoas a partir do momento em que se prendem em características socialmente criadas, isto é, àquilo que aprendemos como algo pertencente a homens e mulheres, respectivamente. Ao olhar o corpo musculoso sem nos preocuparmos com indumentárias e traços que representam características de um determinado gênero, logo remetemos condições para um ser biológico, para um corpo sem corporeidade, presos da dicotomia entre corpo e mente, masculino e feminino, aparência e essência.

As mulheres da cultura do músculo revelam a todo tempo a cultura na qual estão inseridas, a cultura na qual se tem acesso, e especialmente, o grupo social que tomam como referência e se identificam no contexto da cultura do músculo. Observa-se, com efeito, que o pertencimento ao grupo e o projeto de construção corporal, delineado por músculo, se faz mediante da possibilidade vivenciar essa corporeidade, por meio de processos de identificação ou de identidades fluídas, como trata Weeks (2000). As identidades são fluídas, isto é, as identidades que não são fixas, estão sempre sendo ressignificadas. Para Vance (1995, p. 17), as construções sociais que influenciam na construção das identidades são carregadas de rótulos. Segundo a autora,

[...] essas construções não só influenciam a subjetividade e o comportamento individual, mas também organizam e dão significado à experiência sexual coletiva através, por exemplo, do impacto das identidades, definições, ideologias e regulações sexuais

Deste modo, as subjetividades dos indivíduos estão inseridas em um contexto social e não regem por si só, pois são frutos da experiência, da vivência cultural que ao longo da constituição do ser, são adotadas como identidades, de modo que, para Brah (2006, p. 362) “as identidades são inscritas através de experiências culturalmente construídas em relações sociais”.



Imagem 50 – sem legenda
Postagem da fisiculturista, Sônia, ocorrida em 11 de fevereiro de 2018.

Dizem que uma imagem vale mais que mil palavras, e no caso da postagem retratada acima, não foi necessário legenda para que fosse possível codificar que o desenho representa a auto identificação da fisiculturista Sônia. A publicação foi realizada sem legenda, sem *emoticon*, sem questionamentos ou enaltecimentos; a imagem por si só já anunciava a pretensão de quem a postou. Para Brah (2006) “como uma pessoa percebe ou concebe um evento varia segundo como ‘ela’ é culturalmente construída. Para pertencerem a

determinados espaços, as mulheres, ainda negociam por onde transitam, pois os resquícios da história ainda respigam na construção da autonomia, posto que “os espaços de transição requerem negociações constantes (BRAIDOTTI, 2002, p. 56). Essas negociações transitam entre as normas, pela hegemonia, as hierarquias e, conseqüentemente, o socialmente aceitável. O conceito normal e anormal advém de juízos de valores e que marcam aqueles(as) que estão fora, tendo portanto, que serem corrigidos(as), ajustados(as). Segundo Thoma (2005) a modernidade assume junto à sociedade um maior controle e poder dos sujeitos e seus corpos por meio de práticas de discursos, onde a norma é uma forma contemporânea de regulação social, acrescentaríamos aqui que essa modernidade conta com um eficaz instrumento de controle social que são as redes sociais, em especial, o *Instagram*.

Para a autora, o conceito de normalizar algo, incide em características positivas, negando as identidades incômodas por meio do processo de “manifestação do poder nos copos” (THOMA, 2005, p. 08), e para Sahlins (1997) a ação humana e as experiências acontecem por meios simbólicos, os quais valores e significados não são biológicos e nem físicos.

Nesses parâmetros que situam a mulher hipertrofiada, Goellner e Fraga (2004) apontam que o corpo da mulher é julgado a partir do corpo do homem, mas com um limite que ela não pode ultrapassar, isto é, tudo que ela não pode ser. Para tanto, essas mulheres significam e atribuem valores a imagem corporal de acordo com os códigos inscritos na sociedade, onde a referência está inscrita na manutenção da ordem e do poder dominante, pois o corpo não é um fim, “não é um modo de ser feminino, mas distintas possibilidades de ser e viver as feminilidades” (Goellner; Jaeger, 1999, p. 973) e/ ou as infinitas formas do vier a ser da mulher.

4.2 CABELOS, INDUMENTÁRIAS E ACESSÓRIOS: “A MOCINHA USA LUVINHA”

Durante o processo de observação, foi possível perceber que este trabalho realmente foi um contínuo para sanar as inquietações que ficaram no projeto anterior “Periguetes, sapatões e mulherzinhas: (des)construindo o que é ser mulher no campo de futebol. Se anteriormente ficou claro que a identidade

de gênero se fazia também pelas indumentárias e acessórios, modo de ser, nesta via, a estrutura corporal apresenta-se como complementar às identidades (identificações) das mulheres.

Vale registrar também que a existência de preconceitos e discriminações estão diretamente ligadas aos padrões culturais em cada sociedade, onde aqueles(as) que não atendem às normas com fidedignidade, são submetidos a vários processos de ressignificação, e apontados como marginais, embora eles/ elas passem por um processo de marginalização pela sociedade, e não automarginalização.

Foi possível identificar e compreender nas postagens que há uma relação entre a valorização – característica positiva – no que tange ao atendimento por parte das mulheres da pesquisa aos padrões de feminilidade, e a desvalorização daquelas que são reconhecidas pela sociedade como mulheres masculinizadas. Cristina (atleta de *crossfit*), Janaína (triatleta), Marina e Betânia (fisiculturistas, categoria Biquíni *fitness*), Denise (fisiculturista, categoria *Wellness*) são mulheres que em suas postagens estão muito atentas e representam a parcela de mulheres que se identificam às características femininas. Quantas vezes não escutamos que as pessoas que andam sempre muito bem arrumadas, em especial as mulheres quando representam o modelo de feminilidade, são consideradas como vaidosas, que cuidam de si – como se alguém que não fosse feminina não cuidasse ou não tivesse orgulho de si.

As mulheres investigadas que têm preocupação com a representação da mulher feminina durante as publicações estão sempre atentas à representação de papéis femininos, desse modo durante as refeições, treinamentos, etc, elas treinam de cabelo solto, tranças ou rabo de cabelo arrumado de forma harmoniosa, realizam postagens do cuidado para com as unhas, massagens, pele, reforçando os padrões e estereótipos socialmente aceitos.

Suas vestimentas e acessórios são sempre muito bem combinadas. Uso de brincos, maquiagem, isto é, uma hiperfeminilidade das mulheres da cultura do músculo, e aqui se interpreta como uma alusão e um chamar atenção, como se dissessem: olhem aqui, tenho músculos, sou forte, mas sou feminina, portanto, me reconheçam como mulher. Entretanto, as demais selecionadas para a pesquisa não demonstram uma preocupação exacerbada com a

feminilidade a todo momento, com exceção do momento de subir ao palco nos campeonatos de fisiculturismo.

Para Soares (2011) “Cobrimo ou revelando os contornos dos corpos, as roupas apresentam-se explicitamente como marcadores sociais e sexuais, permitindo julgar, aceitar ou excluir indivíduos e grupos”. Em uma de suas postagens, Betânia, publiciza uma foto anunciando a venda do biquíni que usara na última competição que participou – “*vendo biquíni novo e lindíssimo para competição. 500,00 é o valor que tô cobrando. Quem quiser, me chama no in box*”. Assim como os biquínis de competição, as roupas fitness de marcas da moda, representam marcadores sociais de poder material e simbólico. Dentro de uma determinada sociedade, existe uma relação entre a vestimenta e o contexto social, econômico, cultural e político em que os sujeitos estão inseridos. Para Woodward (2000, p. 32), “existe uma associação entre a identidade da pessoa e as coisas que uma pessoa usa”.

O poder da exposição corporal e do uso de determinadas indumentárias é perceptível também tendo como referência o triátlon. No triátlon, as atletas usam roupas inteiriças e coladas ao corpo para que permita menor atrito na água, assim como a mobilidade no ciclismo e corrida. Entretanto, para os treinos, a triatleta Janaína utiliza vestimentas que possibilitam para além da agilidade e conforto na prática corporal, a exposição do corpo, em especial o abdômen publicizado nas postagens.

No início do século XX, “a aceitação das mulheres em trajes de banho aumenta [...], mas certas restrições permanecem, fazendo com que as que usavam vestes mais ‘avançadas’ sejam acusadas de escandalizar as ‘pessoas de bem’” (MIGUEL; RIAL, 2012, p.159), de modo que os trajes de banho seguem o processo e avanço para com os tipos de roupas aceitas para as mulheres.

No *crossfit*, as praticantes, em grande parte das postagens, utilizam shorts colados e acima da metade da coxa, tênis e top, seja em treinamentos ou nas competições.



Imagem 51 – “estilo *crossfit*”
Postagem da praticante de *crossfit*, Laís,
ocorrida em 27 de março de 2017.

Há uma característica que também representa as praticantes: as meias coloridas de diferentes personagens, estampas e cores até o meio da canela. Para Soares (2011), a vestimenta está relacionada também a um desejo de pertencimento, de partilha com o grupo, mas também um processo de individualização. Assim, entende-se que o corpo e os sistemas simbólicos dialogam com as representações / performances de gênero. Enquanto veículos de transmissão de sinais (GOFFMAN, 1985, p. 31), foi possível identificar que as mulheres desta pesquisa, utilizam vestimentas que possibilitam a visualização do corpo esculpido por músculos e ausente de gorduras, assim como para auxiliarem na execução do exercício, pois segundo Santann'a (2014), a agilidade exigia leveza nas indumentárias. Para Soares (2011, p. 16), como elemento da cultura material, as roupas revelam situações e necessidades de acordo com a vivência e ocupação na sociedade, “Cada atividade humana vai exigir, assim, uma categoria particular de roupa, de tecido, e mesmo de cor, em relação estreita com a maneira de viver e com as singularidades do pudor”.

Com relação ao fisiculturismo, as indumentárias utilizadas na competição são biquínis e salto alto. Os biquínis devem seguir as regras do esporte – tampar 70% dos glúteos, cujo objetivo é a tentativa de não erotizar as competidoras, em contrapartida ao processo de hiperfeminilidade nesta prática corporal, isto é, “hiperfeminiliza a mulher para que não haja dúvidas quanto ao sexo” (JAEGER; GOELLNER, 1999, p. 968)

Para Miller (2010), roupas e acessórios – cultura material, são o ponto de partida da diferenciação da indumentária, e pode-se dar início à análise das nossas diferenciações. Para o autor: “Roupas representam diferenças de gênero, mas também de classe, nível de educação, cultura de origem, confiança ou timidez, função ocupacional em contraste com o lazer noturno” (MILLER, 2010, p. 57).

Essa relação entre roupas e lugares, especialmente no que tange o contraste entre a função ocupacional e o lazer noturno que Miller (2010) coloca, apresenta-se claramente nos espaços de treinamento das mulheres da cultura do músculo. Entretanto, a profissão de algumas mulheres, como é o exemplo das professoras de Educação Física, permite que a vestimenta de seu cotidiano seja semelhante ao que usa para suas práticas corporais.

Professoras de Educação Física, Nutricionistas, Dentista, Engenheira civil, e estudantes, estas mulheres utilizam desde ternos, roupas de academia, calça jeans, a jalecos para desempenhar suas funções trabalhistas. Miller (2010) chama de “indumentária por ocasião”, aquela que representa a aparência pública, o uso de vestimentas e trajes de acordo com o lugar, formalidade e “necessidade”. Para Miller (2010), a roupa é um dos nossos pertences mais pessoais e configuram a principal intermediação entre como nós percebemos nossos corpos e como percebemos o mundo exterior.

Nas postagens acerca dos treinamentos, todas as mulheres participantes dessa pesquisa se vestem com roupas de “malhar”, isto é, calças ou shorts com material que permite liberdade e mobilidades dos membros inferiores, assim como tops, e blusas geralmente utilizadas para treinos, diferentemente das vestimenta dos homens, porquanto “[...] a uma educação do corpo e dos comportamentos associados ao modo de vestir-se” (SOARES, 2011, p. 22).

Nas postagens, um quantitativo significativo de mulheres que treinam e/ou realizam postagens com o abdômen à mostra – quando a blusa cobre a barriga, no momento da fotografia, elas levantam a blusa. Ou seja, das 28 imagens as quais mostram a estrutura corporal das mulheres neste trabalho, 24 são fotografias em que as selecionadas para esta pesquisa estão com o abdômen à mostra.



Imagem 52 – Indumentárias e a cultura do músculo
Postagem da triatleta, Janaina, ocorrida em 24 de março de

2017.

A interpretação que pode-se fazer neste trabalho a respeito do abdômen a mostra em cerca de 85%, está relacionado à valorização da ausência de gordura no abdômen, bastante valorizado pelos amantes da cultura do músculo. Entretanto, a vestimenta que enaltece o corpo, nem sempre foi bem quista. Em história contada por Amantino (2011), ela conta a estranheza e o constrangimento relatada na Carta de Pero Vaz de Caminha pelos portugueses ao se depararem com a falta de roupas dos índios.

A colonização do Brasil pelos portugueses se deu de maneira íntima na coerção aos modos como os habitantes viviam no país. A carta de Pero Vaz de Caminha se mostra enquanto parte mais impactante, o constrangimento dos colonizadores frente ao corpo nu do índio, assim deu-se a imersão da cultura portuguesa por meio do processo de cristianização pelo educar e disciplinar os corpos em missão salvacionista, pois acreditava-se que os índios viviam em

pecado, assim, em meio a resistência, vestiram-se os índios por meio de um julgamento moral.

Segundo Soares (2011, p. 16) elas, as roupas, “nos remetem a um mundo de valores, de códigos e de significações sociais e culturais”, pois:

Pela aparência valorizada, pelo contorno do corpo acentuado ou depreciado, o corpo ganha uma presença e mesmo uma mobilidade que vai, assim, ser pouco marcada e mesmo redesenhada pelo que se veste. (Idem)

Todavia, a vestimenta representa não só a cultura e a sociedade em que se vive, mas também a inteireza da percepção do “eu” no processo de identificação enquanto homens e mulheres frente os condicionantes e marcadores sociais. Na completude da existência do ser na cultura do músculo, a vestimenta e os acessórios são primordiais ao pertencimento do grupo, pois em nenhum momento, desde o mapeamento e observação de vários perfis no *Instagram* à seleção das 10 mulheres “famosas” nesta cultura, não se localizou postagens de mulheres exaltando ou usando indumentárias que representasse a moda das roupas masculinas. Isso demarca que há uma dualidade entre o “protesto” para se ter um corpo que se quer, independente se nascera com pênis ou vagina, mas um reforço para primar pelo gênero socialmente construído e designado para cada cidadão e cidadã.

Para Vigarello (2006, p. 17) o ideal de beleza apresenta suas facetas vinculadas às vestimentas há séculos. Segundo o autor, no século XVI o olhar orientado para a beleza, em uma relação diretamente vinculada às questões morais da época, advinha de uma “lógica virtuosa”, de modo que nesse período, a mão e o rosto eram altamente valorizados e objetos primordiais de beleza, pois a “anatomia moraliza e hierarquiza”.

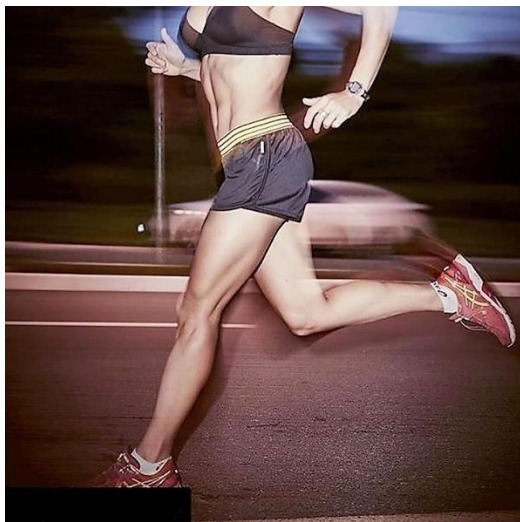
Assim, a preocupação com o corpo representava apenas às partes que estava à mostra, e a vestimenta delineava aquilo que era valorizado, que para as mulheres representava o desenho do ideal de corpo feminino. Para tanto, “A roupa, no século XVII, é um artefato que deixar ver as curvas e etc., e é a partir daí a valorização de determinadas partes do corpo” (*Ibidem*, p. 117)

A vestimenta e os acessórios são representativos da identificação dos sujeitos dentro de uma sociedade desde o nascimento. Enquanto retrato do

desenrolar história e cultural, atualmente as indumentárias ainda tem como objetivo a imposição moral, educar e disciplinar, os quais são separadas por masculino e feminino, portanto, coisas para homens e coisas para mulheres, especialmente às indumentárias que marcam os corpos e que se segmentam de acordo com cores e estampas.

Segundo Arend (2012, p. 71), foi nos Estados Unidos, na década de 40 onde ocorreu a primeira associação da cor azul ao masculino e da rosa ao feminino, sobretudo nas roupas para os bebês”. Para além de um simples marcador social, segundo o autora, essas distinções entre as cores “de menino” e “de menina” também são fruto de um mercado competitivo. Basta olharmos nas fotos de antigamente (embora fossem em preto e branco) as roupas usadas por homens e mulheres, eram sempre de cores claras ou pretas, e não havia separação das cores para homens ou mulheres.

As roupas utilizadas e postadas pelas mulheres desta pesquisa, estão de modo geral associadas ao que o mercado caracteriza como roupas femininas. A triatleta Janaína, faz trabalho de modelo de roupas fitness para uma grande marca brasileira. Vestida para treinar, a atleta utiliza as roupas desta marca mostrando nas postagens o quão são confortáveis, bonitas e a auxiliam nos treinos.



Curtido por

Pq hoje é dia de tiro!! 🏹🏹

Imagem 53 – Roupas patrocinada

Postagem da triatleta, Janaina, ocorrida em 24 de março

de 2017.

Na postagem acima, Janaína vincula ao seu perfil no *Instagram* uma imagem sua de corrida, vestida com as roupas fitness de seu patrocinador – foi necessário editar a foto para retirar a imagem da marca do produto. Em outras postagens, a atleta relata a respeito que está fazendo para essa marca, e dizendo o quão linda está a nova coleção. Para tanto, fiz uma busca no que diz respeito as propagandas dessa marca, e foi possível perceber que as mulheres que modelam para a marca, são mulheres com ausência de gordura corporal e com estrutura física delineada por músculo – nota-se, então, a movimentação do mercado para fixar esse modelo de beleza e corpo ideal.

Segundo Soares (2011, p. 130) as roupas revelam “ligações com poderes e saberes, sugerindo hierarquia sexual dos papéis familiares, sublinhando a força das crenças, seja pelos detalhes que portam”.

As praticantes de *crossfit* Laís e Fernanda, assim como as fisiculturistas Carol, Lúcia e Sônia, foram as mulheres que problematizaram as questões de gênero em suas publicações. E são exatamente elas que não se encontram no rol das mulheres que postam imagens e legendas reforçando e reproduzindo a preocupação com a feminilidade exacerbada, entretanto, suas vestimentas fazem parte da moda fitness feminina. Diferentemente das outras mulheres primeiramente apontadas, que denotam e representam a feminilidade em todas as postagens, as últimas aqui mencionadas, revelam em alguma medida, preconceitos sofridos por seus corpos que representam o masculino, reforçado pela ausência de comportamentos e acessórios femininos. Para Appiah (1997, p. 16), esses preconceitos acontecem devido à “dificuldade de avaliar a vida e as pretensões de outras culturas e tradições sem cair presa nos preconceitos decorrentes das perspectivas nossas”.

De acordo com Oliveira (2014), as mulheres jogadoras de futebol como lazer, de um espaço destinado ao aluguel de campos, na cidade de Goiânia, Goiás, se autodenominam de “Periguetes”, “sapatões” e “mulherzinhas” de acordo com as vestimentas, acessórios, modos de ser e agir. Essas autodenominações estão norteadas pela heteronormatividade, uma vez que Periguetes e mulherzinha se vinculam à mulher feminina, e às sapatões, às mulheres “masculinizadas”.

Ao se proporem a realizar postagens que discutem a problemática de gênero cuja vincula a mulher ao feminino enquanto aceitável, 50% das mulheres desta pesquisa demonstram ter uma leitura no que diz respeito a emancipação da mulher, assim como a quebra de paradigmas e preconceitos socialmente construídos e que intitulam a mulher enquanto frágeis, delicadas e submissas.

A sociedade media-se pela normatização e encaixe dos sujeitos dentro dos padrões culturais, e se “exige” que as outras se definam e se intitulem para que se confirmem os estereótipos. Essas marcações dos sujeitos apresentam um conjunto de medidas que anseia pela emancipação, mas que reprime os processos fundantes.

Intitular o sujeito pertencente a um grupo tem uma conotação de marcador, e de discriminador quando há a fuga dos padrões. As postagens das mulheres dessa pesquisa foram fundamentais para compreender que aquelas que possuem um corpo hipertrofiado dosado, isto é, pouco volume muscular, ausente de gorduras, e que representa as características do gênero denominado como feminino, não sofrem preconceitos; pelo contrário, são exaltados como modelo ideal e desejado por seus seguidores e seguidoras.

Entretanto, assim como na pesquisa anterior sobre jogadoras de futebol, as mulheres que não revelam em suas postagens a representação fidedigna do feminino por meio do desempenho – “toda atividade de um determinado participante, em uma dada ocasião, que sirva para influenciar, de algum modo, qualquer um dos outros participantes” (GOFFMAN, 1985, p. 23) – são designadas como anormais e desviantes dos modos do papel da mulher na sociedade.

Assim, embora metade das mulheres dessa pesquisa problematizem as questões de gênero, em alguma medida, elas representam por meio de postagens do “eu”, o gênero feminino por meio de suas vestimentas, etc., pois durante as observações, foi possível identificar questões expostas por Jaeger e Goellner, onde a corporeidade dessas mulheres no dizem a todo tempo que o músculo para ser compatível com a mulher, ele deve vim associado de comportamentos, vestimentas e acessórios femininos, pois “o comportamento e indumentárias devem sobressair os músculos (Jaeger; Goellner, 1999, p. 972).

Assim, a vestimenta na cultura do músculo vivencia o movimento de negociação no trânsito que concerne o ambiente das práticas corporais vinculados às normativas de gênero na sociedade brasileira, tendo como padrão a feminilidade associada ao ser mulher. Com efeito, ainda que algumas mulheres da pesquisa questionem e articulem postagens que discutem questões de gênero, em alguma medida elas representam e reproduzem a heteronormatividade, pois em até pode-se considerar o fato de uma mulher ter músculos definidos, porém desde que elementos de feminilidades estejam presentes em suas corporeidades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apresentada como uma etnografia no ciberespaço, esse trabalho teve como objetivo compreender como se dá a relação sentido-significado das corporeidades de mulheres da cultura do músculo no *Instagram*. Assim, foram investigados dez perfis das mulheres selecionadas para essa pesquisa, tendo como pressuposto o pertencimento destas à cultura da hipertrofia muscular e praticantes de distintas práticas corporais, como fisiculturismo, triatlo e *crossfit*.

Durante as idas a campo, isto é, o *login* no *Instagram*, constatou-se que todas as mulheres fazem postagens diárias, compreendendo-se com isso que o processo de postagens fazem parte também do cotidiano das mulheres da “cultura do músculo e representa a possibilidade de publicização dos seus estilos de vida, contando com o olhar atento de seus seguidores, que funcionam como mecanismo de controle social. Os perfis das mulheres pesquisadas retratam com propriedade suas práticas corporais que, como vimos, são definidas por praticantes de fisiculturismo, *crossfit* e triatlón. Vale mencionar que a adoção dessas práticas constitui um elemento importante de suas identificações ou identidades fluídas.

Ao longo da tese, evidenciou-se que no afã da construção de um projeto de construção corporal, as mulheres musculosas se pautaram em estabelecer mecanismos que se encontram em uma base conflitiva. Se de um lado, o esforço para alcançar os objetivos de adoção de corpos musculosos poderia se pautar na noção de superação dos discursos normativos que associam mulher à docilidade, fragilidade e à meiguice; por outro, as próprias falas e imagens dessas mulheres vinculam-se às expectativas sociais, isto é, conformam-se por seguirem padrões normatizados socialmente com base em supostos de feminilidade e da heteronormatividade.

Verificou-se com certa ênfase que a constituição de um projeto de construção corporal se dá com maior ímpeto na dimensão pessoal. Aqui são ressaltados aspectos de natureza física, notadamente, do esforço, do sacrifício e da dor para alcançar o que pretendem. O cuidar do próprio corpo ilustra o cuidado com o “eu”, com a constituição da identidade que se forma através do suplício, da disciplina, da dietética, em que a imagem do belo se faz diante do

espelho e da superação dos limites corporais. Além, disso, observou-se também que o universo da cultura do músculo explora o corpo em sua dimensão física como forma de divulgação e reforço de ideais de beleza, utilizando-se de rede social (*Instagram*) para a conformação do cenário ideal, visto que as redes propiciam rapidez na transmissão da imagem e, simultaneamente, a multiplicação de suas ideias. Nesse contexto se explicita a ideia de que o sacrifício corporal é justificado por ter-se um corpo. Vale notar que na construção de um projeto corporal há diferença entre se ter um corpo e ser um corpo, discussão essa presente na perspectiva de construção do paradigma da corporeidade de Le Breton (2003).

Com referência à ideia de que os resultados virão na mesma proporção que seu esforço, verificou-se que as narrativas das mulheres musculosas buscam projetar nelas próprias a responsabilidade pela fabricação de seus corpos. Com efeito, o dever em conquistar seus objetivos se constitui como o principal projeto de vida para as mulheres diante da cultura do músculo por meio de um estilo de vida que preza pela restrição alimentar, dor e sacrifício, assim como a disciplina de uma rotina pesada de treinamentos e horários fixos a serem cumpridos, onde o *habitus* é primordial para alcançar o corpo desejado.

Os estilos de vida estão associados ao cotidiano das mulheres da cultura do músculo, que se refletem em uma rotina árdua de treinamentos e alimentação incomum ao hábito alimentar dos(as) brasileiros(as). De modo, foi possível compreender durante as observações que todas as mulheres realizam postagens sobre as temáticas: estilo de vida, alimentação, dor e sacrifício, e embora apenas cinco das dez mulheres apresente discussões explícitas relacionadas à temática gênero, foi possível interpretar que todas realizavam publicações relacionadas às características representativas de gênero de forma implícitas: cuidados com os cabelos, pele, unhas, maquiagem, ensaios e desfile, indumentárias, acessórios, modos de andar/ agir, onde os grupos representam a negociação na transição dentro dos cenários *off-line* e nos espaços *on line*.

Compreende-se, pelo que se evidenciou, que as mensagens que circulam nas postagens produzem um discurso “moral corporal”, constituído por uma determinada ordem social e, sobretudo, política sobre o corpo. A rígida

rotina de exercícios e dietas atribuídas às mulheres hipertrofiadas não expressam apenas uma determinada insatisfação materializada em seus corpos, mas pode estar sinalizando uma educação higiênica que “solicita de forma constante a presença de intervenções disciplinares” (COSTA, 2004, p.15). Essa lógica que opera de forma perversa, ao conciliar “prazer, dor e suor” com a materialidade biológica de seus corpos, também produz estranhamentos e rompimentos com o tradicional.

A esse respeito vale mencionar a relação entre o que é tomado como um padrão na sociedade ocidental moderna e o que é considerado desvio ou desviante. Goffman (1975) discute essas questões relativas à constituição dos estigmas em determinados grupos sociais e vem contribuindo para compreender a estigmatização feita pela IFBB às atletas que não atendem a norma de gênero – “masculinas não passarão”, assim como as problemáticas de gênero relatada nas postagens independente da prática corporal.

No campo das práticas corporais há uma relação consistente que permeia a dor, o risco, o sacrifício e os estereótipos de gênero, na direção do pertencimento a este campo social e esportivo. Para as mulheres desta pesquisa, se tornar uma atleta está atrelada à identificação e pertencimento às práticas corporais que têm como requisitos mínimos a hipertrofia e/ou definição muscular, bem como a normativa de gênero socialmente instaurada. Isto é, há elementos que as caracteriza como atletas femininas, embora algumas questionem os estereótipos de feminilidade, em alguma medida elas o reproduzem, por meio da vestimenta, comportamentos e acessórios que representam os ideais de feminilidade.

Foi possível perceber, então, nas observações, que as postagens são elaboradas também da construção do corpo designado como “ideal” de individualização do sujeito e às convenções sociais aderidas pelas normas de gênero da cultura ocidental, de modo que são dados significados às postagens no que concerne *ter* um corpo, e não *ser* um corpo.

Deste modo, os objetivos alcançados pelas mulheres da cultura do músculo são narradas nas postagens, são resultados da dedicação individual, da superação da dor, assim como o sacrifício de cunho ético dessas mulheres e as responsabilizam pelo seu sucesso ou fracasso, sem levar em consideração determinantes sociais que as impedem ou as auxiliam a subir no

palco ou no pódio. No entanto, eles tem por objetivo atender a padrões socialmente construídos pelos grupos a que pertencem, demonstrando-se uma permeabilidade na relação indivíduo-sociedade.

Considerando o que era visto antes como um corpo naturalmente frágil, atualmente é possível perceber a desconstrução dessa fragilidade 'inata'. Em contrapartida, espera-se ainda dessas mulheres, vestimentas que delineiam o corpo; comportamentos docilizados e musculaturas que não ultrapassem o limite permitido a elas. O limite que se dá é a não aproximação da estrutura corporal dos homens, ou seja, de modo comparativo o parâmetro é determinado por questões biológicas do que é ser homem e do que é ser mulher.

Por fim, considera-se, ainda, que as normas que denotam certos estereótipos de gênero presentes na cultura do músculo estão vinculadas ao pertencimento aos padrões do que as mulheres-deveriam-ser associadas ao corpo ideal e ao modelo de beleza, assim, parafraseando Le Breton (2003, p. 58), "só estará liberado nesse caso quando toda a preocupação com o corpo desaparecer", isto é, a desvinculação com as normas só acontecerão, quando a vinculação e a preocupação em reproduzir o padrão não mais existir.

REFERÊNCIAS

ADELMAN, Miriam. **Mulheres no Esporte: Corporalidades e Subjetividades** Movimento, Porto Alegre, v.12, n. 01, p. 11-29, janeiro/abril de 2006.

ALCÂNTARA JUNIOR, José. O conceito de sociabilidade em Georg Simmel. **Ciências Humanas em Revista** - São Luís, v. 3, n.2, dezembro 2005.

AMANTINO, Márcia. E eram todos pardos, todos n fus, sem coisa alguma que lhes cobrisse suas vergolhas. In: DEL PRIORE, Mary; AMANTINO, Márcia. **História do corpo no Brasil**. São Paulo: Editora Unesp, 2011.

APPIAH, Kwame Anthony. **A Invenção da África**. In K. A. Appiah - *Na casa do meu pai*, a África na filosofia da cultura, Rio de Janeiro, Editora Contraponto, 1997.

AREND, Sílvia Fávero. Trabalho, escola e lazer. In: **Nova história das mulheres**. São Paulo: Contexto, 2012.

BARBOSA, Andrea. Fotografia, narrativa e experiência. In: BARBOSA, Andréa [et al.]. **A experiência da imagem na etnografia**. São Paulo, SP: Terceiro Nome, 2016.

BARBOSA, Maria Raquel; MATOS, Paula Mena; COSTA, Maria Emília. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. **Psicol. Soc: 23 (1): 24- jan – abr. 2011**.

BAGRICHEVSKY, M.; PALMA, A. Questionamentos e incertezas acerca do estatuto científico da saúde: um debate necessário na educação física. **Revista da Educação Física da UEM**, v. 15, n. 2, p. 57-66, 2004.

BRAH, Avtar. Diferença, diversidade, diferenciação. **Communities of Resistance: Writings on Black Struggles for**. 2006.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**: Texto constitucional promulgado em 5 de outubro de 1988. Brasília: Senado Federal, Subsecretaria de Edições Técnicas, 2008.

BRAIDOTTI, Rosi. Diferença, diversidade e subjetividade nômade. **Labrys, estudos feministas**. Brasília, n. 1-2, jul. /dez. 2002.

BONI, Paulo César; MORESCHI, Bruna Maria. Fotoetnografia: a importância da fotografia para o Resgate etnográfico. **Doc On-line, n.03**, dezembro 2007, www.doc.ubi.pt, pp. 137-157.

BOURDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. 2. ed. Tradução: Maria Helena Kuhner. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.

_____. **A distinção: crítica social do julgamento.** Porto Alegre, RS: Editora Zouk, 2015.

CARDOSO DE OLIVEIRA, Roberto. "O Trabalho do Antropólogo: Olhar, Ouvir, Escrever". In: **O trabalho do antropólogo.** Brasília: Paralelo 15; São Paulo: Editora UNESP, 1988. p. 17-35.

COSTA, Jurandir Freire. **Ordem médica e norma familiar.** 5ed. Rio de Janeiro: Edições Graal, 2004.

COURTINE, Jean-Jacques. Introdução: impossível virilidade. In: CORBIN, Alan; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges. **História da Virilidade: a virilidade em crise?** Petrópolis, RJ: Vozes, 2013, p. 07-12.

_____. Os stakhanovistas do narcisismo. In: SANT'ANNA, Denise. B. de (Org.) **Políticas do corpo.** São Paulo: Estação da Liberdade, 2005, p. 81-114.

DaMATTA, Roberto. **A casa e a rua: espaço, cidadania, mulher e morte no Brasil.** 5. ed. Rio de Janeiro: Rocco, 1997

DAOLIO, Jocimar. **Cultura do corpo.** Campinas, SP: Papirus, 1995.

DEL PRIORE, Mary. **Do sul do corpo: condições femininas, maternidade e mentalidade no Brasil Colônia.** São Paulo: Editora Unesp, 2009.

DEVIDE, Fabiano Pries. **Gênero e mulheres no esporte: história das mulheres nos jogos olímpicos modernos.** Ijuí: Ed. Unijuí, 2005.

DOMINGUEZ, Daniel; BEAULIEU, Anne; ESTALELLA, Adolfo; GÓMEZ, Edgar; SCHNETTLER, Bernt, READ, Rosie. Etnografia virtual. **Forum: Qualitative Social Research**, 2007, v. 8, n. 3. Disponível em: <<http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/274/602>>. Acesso em: 08 ago. 2017.

ECO, Humberto. **História da Beleza.** Rio de Janeiro: Editora Record, 2015.

EDWARDS, Elizabeth. **Rastreando a fotografia.** In: BARBOSA, Andréa [et al.]. **A experiência da imagem na etnografia.** São Paulo, SP: Terceiro Nome, 2016.

FRAZÃO, Deimersom Pereira; COELHO FILHO, Carlos Alberto de Andrade. Motivos para a prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres. **Rev. Bras. Educ. fís. Esp**, 2015.

FERREIRA, Vitor S. Política do corpo e política de vida: a tatuagem e o body piercing como expressão corporal de uma ética da dissidência. **Etnográfica: Revista do Centro em Rede de Investigação em Antropologia.** vol. 11 (2) | 2007.

FURTADO, R. P. Do fitness ao wellnes: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Rev. Pensar a Prática**, v. 12, n. 1, p. 01-11, 2009.

GOELLNER, Silvana Vilodre; FRAGA, Alex Branco. A inominável sandwina e as obreiras da vida: Silêncios e incentivos nas obras inaugurais de Fernando de Azevedo. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 25, n. 2, p. 71-84, jan. 2004.

GOLDEMBERG, Mirian (Org.). **O corpo carioca desnudo**. Rio de Janeiro: Record, 2002. 414 p.

GOFFMAN, Erving. **A representação do eu na vida cotidiana**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1985.

GOODY, Jack. **Cooking, cuisine and class**. Cambridge, Cambridge University Press, 1982.

GROSSI, Mirim Pillar. Identidade de gênero e sexualidade. **Antropologia de Primeira Mão**. Florianópolis, 1998. p. 1-18.

GURAM, Milton. **Documentação fotográfica e pesquisa científica: notas e reflexões**. Prêmio Funarte Marc Ferrez de Fotografia, 2012.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 11. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2011.

IFBB Brasil, 2017. Disponível em: <http://ifbbbrasil.com.br/>. Acesso em: 01 março 2017.

JAEGER, Angelita Alice; GOELLNER, Silvana Vilodre. O músculo estraga a mulher? A produção de feminilidades no Fisiculturismo. **Estudos Feministas**, Florianópolis, 19(3): 955-975, setembro-dezembro/2011.

LACOMBE, Andrea. "De *entendidas e sapatonas*: socializações lésbicas e masculinidades em um bar do Rio de Janeiro". In: **cadernos pagu (28)**, Campinas: Núcleo de Estudos de Gênero Pagu/Unicamp, 2007.

LE BRETON, David. **Adeus ao corpo: antropologia e sociedade**. Campinas, SP: Papyrus, 2003.

_____. **Antropologia do corpo e modernidade**. 3.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

_____. **A sociologia do corpo**. 2. Ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

LESSA, Patrícia. Carteira rosa: a tecnofabricação dos corpos sexuais nos testes de feminilidade na Olimpíada de 1968. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 2, 2013.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. São Paulo: Editora 34, 1999. 264 p. (Coleção TRANS).

LEWGOY, Bernardo. A invenção da (ciber) cultura: Virtualização, aura, e práticas etnográficas pós-tradicionais no ciberespaço. **Civita**, Porto Alegre, v. 9, n. 2, p. 185-196, maio-ago. 2009.

MAUSS, Marcel. As técnicas do corpo. *In: Sociologia e antropologia*. São Paulo: Cosac & Naif, 1974.

MENASCHE et al. Introdução: Alimentação e cultura em suas múltiplas dimensões. *In: MENASCHE et al. Dimensões socioculturais da alimentação: diálogos latino-americanos*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2012.

MEIRELES, Gabriela Silveira. **Tecnologia da formação docente no currículo dos Blogs sobre alfabetização criados por professoras-alfabetizadoras: saberes divulgados, relações de poder acionadas e sujeitos demandados**. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, p. 256. 2017.

MIGUEL, Raquel de Barros; RIAL, Carmem. “Programa de mulher”. *In: Nova história das mulheres*. São Paulo: Contexto, 2012.

MINAYO, Maria Cecília de Souza [et al.]. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciênc. saúde coletiva*, vol.5 no.1 Rio de Janeiro, 2000.

MINTZ, Sidney W. Comida e antropologia: uma breve revisão. **RBCS**, v. 16. N 47, outubro, 2001.

NAHAS et al. O pentáculo do bem-estar: Base conceitual para avaliações do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira Atividade Física e Saúde**. 2000.

OLIVEIRA, Valleria Araujo de, **Periguetes, sapatões e mulherzinhas: (des) construindo o que é “ser mulher” no campo de futebol**. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Faculdade de Ciências Sociais, Universidade Federal de Goiás. Goiânia, Goiás, p. 184. 2014.

ORTIZ, Renato. (Org.). **Pierre Bourdieu: Sociologia**. São Paulo: Ática, 1983)

PAIS, José Machado. **Sociologia da vida cotidiana**. Lisboa: ICS. Imprensa de ciências sociais, 2007.

PEIRANO, Mariza G. S. **A favor da etnografia**. Rio de Janeiro, RJ. Ed. Relume-Dumara. 1995, 178p. SOARES, Maria Victoria Benevides. Cidadania e direitos humanos. *In: CARVALHO, José Sérgio (Org). Educação, cidadania e direitos humanos*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004.

RIAL, Carmen. **Banal Religiosity: Brazilian Athletes as New Missionaries of the Neo-Pentecostal Diaspora**. *In: Vibrant – Virtual Brazilian Anthropology*, v. 9, n. 2. July to December 2012.

_____. Futebol praticado por mulheres no Brasil: paradoxo do doxa. **Goethe-Institut Brasilien**, dezembro de 2012. Disponível em:

<http://www.goethe.de/ins/br/sap/prj/fus/ges/pt9400756.htm>. Acesso em: 25 jan. 2012.

RIFIOTIS, Theophilos. Desafios contemporâneos para a antropologia no ciberespaço: o lugar da técnica. **Civitas**, Porto Alegre, v. 12, n. 3, p. 566-578, set-dez, 2012.

SAHLINS, Marshall. O “pessimismo sentimental” e a experiência etnográfica: por que a cultura não é um “objeto” em via de extinção (parte I). **Mana** 3(1):41-73, 1997.

SANT’ANNA, Denise Bernuzzi de. **História da beleza no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2014.

SILVA, Ana Márcia. **Das práticas corporais ou porque “narciso” se exercita**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte 17 (3), MAIO/96.

SILVA, Ana Márcia; Lazzarotti Filho, Ari; ANTUNES, Priscilla de Cesaro. Práticas Corporais. In: Fernando Jaime Gonzáles; Paulo Evaldo Fensterseifer. (Org.). **Dicionário Crítico de Educação Física**. 3ed. Ijuí: Unijuí, 2014, v., p. 522-528.

SILVA, Francisco Vieira da. Da imagem estelar do *selfie gym* ao sonho das “veias saltadas”: observações arqueogenealógicas sobre o corpo na rede digital. In: SILVA, Francisco Vieira da; SILVA, Dalexon Sérgio. **Pêcheux e Foucault: caminhos cruzados na análise de discurso**. São Carlos: Pedro & João Editores, 2017.

SOARES, Carmen L. **Educação física: Raízes Europeias e Brasil**. 3a. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2004.

_____. **As roupas nas práticas corporais e esportivas: a educação do corpo entre o conforto, a elegância e a eficiência (1920 – 1940)**. Campinas, SP: Autores Associados, 2011.

SPADARO, Antonio. Blog: “Diário na rede”. In: _____. **Web 2.0: redes sociais**. São Paulo: Paulinas, 2013.

SPOSITO, Marília Pontes. A sociabilidade juvenil e a rua: novos conflitos e ação coletiva na cidade. **Tempo Social**; Ver. Sociol. USP, S. Paulo, 5 (1-2): 1994. p. 161-178.

TEIXEIRA, Fábio Luís Santos; FREITAS, Clara Maria Silvestre Monteiro de; CAMINHA, Iranquitan de Oliveira. A beleza feminina como poder: desvendando outros sentidos para a construção da estética de si. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**; 36 (2): 485-500, Apr-Jun/2014.

THOMA, Adriana da Silva. Entre normais e anormais: invenções que tecem inclusões e exclusões das alteridades deficientes. In: PELLANDA, N. M. C.; SCHLÜNZEN, E.; SCHLÜNZEN, K. (Orgs.). **Inclusão Digital: tecendo redes afetivas/cognitivas**. Rio de Janeiro: DP&A, 2005. (ISBN: 85-7490-301-9)

TOLEDO, Cecília. **Mulheres: o gênero nos une, a classe nos divide**. São Paulo: Sundermann, 2008.

TRIANA, Bruna; GÓMEZ, Diana. A análise fílmica na antropologia: tópicos para uma proposta teórico-metodológica. In: BARBOSA, Andréa [et al.]. **A experiência da imagem na etnografia**. São Paulo, SP: Terceiro Nome, 2016.

VAZ. Alexandre Fernandez. Educação do corpo, conhecimento, fronteiras. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. COLOCAR A FONTE CORRETAMENTE V.24, n.2, JAN/2003.

VELHO, Gilberto. Observando o Familiar. In: NUNES, Edson de Oliveira – **A Aventura Sociológica**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

VIEIRA, Josênia Antunes. A identidade da mulher na modernidade. **DELTA [online]**. 2005, vol.21, n.spe, pp. 207-238. ISSN 1678-460X.

VIGARELLO, Georges. **História da Beleza**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

_____. **As metamorfoses do gordo: história da obesidade no ocidente – da Idade Média ao século XX**. Petrópolis: Editora Vozes, 2010.

_____. Exercitar-se, jogar. In: CORBIN, Alain; CORTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges. **História do corpo: Da Renascença às Luzes**. 5. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

WEBER, Max. **A ética protestante e o espírito do Capitalismo**. São Paulo: Pioneira, 1991.

WEEKS, Jeffrey. O corpo e a sexualidade. In LOURO, G. (Org) O Corpo educado: pedagogias da sexualidade. Belo Horizonte: Autêntica. P. 35-80. 2000.

WOODWARD, Kathryn. Identidade e diferença: uma introdução teórica e conceitual. In: DA SILVA, Tomaz Tadeu (Org.); HALL, Stuart; WOODWARD, Kathryn. **Identidade e diferença: a perspectiva dos Estudos Culturais**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

APÊNDICE I

QUADRO 1 – O QUE SE TEM PESQUISADO AFINAL?

ÁREA DE CONCENTRAÇÃO	TÍTULO/ ANO	AUTOR/ AUTORA	DISPONÍVEL EM
Comunicação Social	Corpo, corpo meu, existe alguém mais fitness do que eu: um estudo sobre o instgram de Gabriela Pugliesi. 2016.	Adelson, Patricia Nigri	http://www.pantheon.ufrj.br/handle/11422/1348
Comunicação Social	Blogueiras fitness no Instagram: a construção de um estilo de vida. 2016.	Lima, Gabriela de Souza	http://bdm.unb.br/handle/10483/16558
Artes	Estudo de caso de mulheres do Brasil e da colônia, sobre a relação da imagem fotográfica projetada na rede social <i>Instagram</i> como a moda na mídia: a ideia do corpo-vestido. 2017.	Valencia Castnõ; Johana Carolina	http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/330685
Comunicação	Em memória de Narciso: Imagem, narrativa e devoção no <i>Instagram</i> . 2015.	Camargo, Hertz Wendel <i>et al.</i>	http://anais-comunicon2015.espm.br/GTs/GT7/5_GT07%E2%80%93CAMARGO_STEFANICZEN_ROCHA.pdf
Comunicação Social	Frango com batata doce: uma análise sobre a construção da identidade <i>fitness</i> no <i>Instagram</i> . 2015.	Saldanha, Felipe R. M. S. R;	http://bdm.unb.br/handle/10483/9366
Comunicação Social	Gabriela Pugliese e o fenômeno fitness no <i>Instagram</i> . 2015.	Araujo, Christiana, C. Lima de	https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/122680
Comunicação Social	Consumidor seguidor: um estudo sobre a publicidade no site de rede social <i>Instagram</i>	Bertoldi, Camila Santos	https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/127968
Comunicação Social	Redes Sociais, mulheres e corpo: um estudo da linguagem <i>fitness</i> na rede social <i>Instagram</i> . 2014.	Jacob, Helena	https://casperlibero.edu.br/wp-content/uploads/2015/08/Redes-sociais-mulheres-e-corpo.pdf

Fonte própria, 2017.

APENDICE II

QUADRO 2 – PUBLICAÇÕES SOBRE SUBJETIVIDADES, IMAGEM CORPORAL E MULHERES

ÁREA DE CONCENTRAÇÃO	TÍTULO	AUTORAS/AUTORES	PUBLICADO EM	DISPONÍVEL EM
Ciências Sociais	Mulheres atletas: re-significações da corporalidade feminina	Adelman, Miriam	Estudos Feministas, Florianópolis, 11(2): 360, julho-dezembro/2003	Scielo
Educação Física	Mulheres no Esporte: Corporalidades e Subjetividades	Adelman, Miriam	Movimento, Porto Alegre, v.12, n. 01, p. 11-29, janeiro/abril de 2006.	Google Acadêmico
Educação Física	Motivos para a prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres	Frazão, Deimerson Pereira; Coelho Filho, Carlos; Alberto Andrade	Rev. Bras. Educ. fís. esp: 29 (1): 149-158, Jan, Marc/ 2015.	Lilacs
Educação Física	A beleza feminina como poder: desvendando outros sentidos para a construção estética de si	<u>Teixeira, Fábio</u> <u>Luís Santos;</u> <u>Freitas, Clara</u> <u>Maria Silvestre</u> <u>Monteiro De;</u> <u>Caminha,</u> <u>Iraquitã De</u> <u>Oliveira.</u>	Rev. Bras. Ciênc, esporte: 36 (2): 485-500, abri/jun, 2014.	Lilacs
Educação Física	Prática de ginástica em academias exclusivamente femininas	Coelho Filho, Carlos; Alberto Andrade; Frazão, Deimerson Pereira.	Motriz rev. Educ. fís. (Impr): 16 (2): 269-280, abr-jun, 2010	Lilacs
Ciências da Saúde	Corporeidade e Biotecnologias: uma crítica fenomenológica da construção do corpo pelo construtivismo e pela tecnobiomedicina	Ortega, Francisco	Ciênc. Saúde coletiva: 12(2): 381-388, mar/abr, 2007.	Lilacs
Psicologia	O semblante, o corpo e o objeto	Kosoyski, Giselle Falbo.	Fractal ver. Psicol.: 22(2):	Lilacs

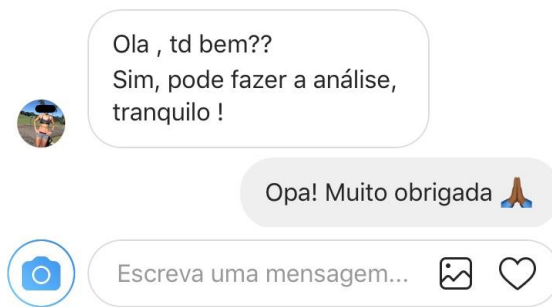
			285-296, maio-ago, 2010.	
Psicologia	Corporeidade e ação nos processos de formação do eu	Salem, Pedro; Coelho Junior, Nelson Ernesto.	Estud. Pisco: 12 (2): 189-197, maio-ago, 2010.	Lilacs
Psicologia	Gênero e super-heróis: o traçado do corpo masculino pela norma	Beiras, Adriano <i>et al.</i>	Psico. Soc. (Imp): 19 (3): 62-67, set-dez, 2007.	Lilacs
Psicologia	Avaliação perceptiva da imagem corporal: história, reconceituação e perspectivas para o Brasil	Tavares, Maria da Consolação G. C. Fernandes <i>et al.</i>	Psicol. Estud: 15 (3): 509-518, set, 210.	Lilacs
Psicologia	Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje	Barbosa, Maria Raquel; Matos, Paula Mena; Costa, Maria Emília	Psicol. Soc: 23 (1): 24-34, jan-abr, 2011.	Scielo
Linguística Teórica e Aplicada	A identidade da mulher na modernidade.	Vieira, Josênia Antunes.	Delta [online]: 21: 207-238, 2005.	Scielo

Fonte própria, 2017.

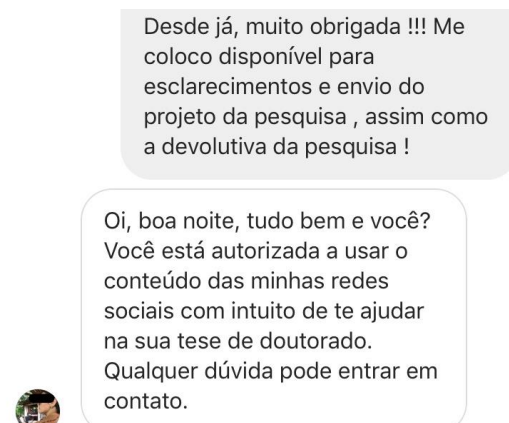
APÊNDICE III

AUTORIZAÇÕES DAS MULHERES SELECIONADAS VIA INBOX

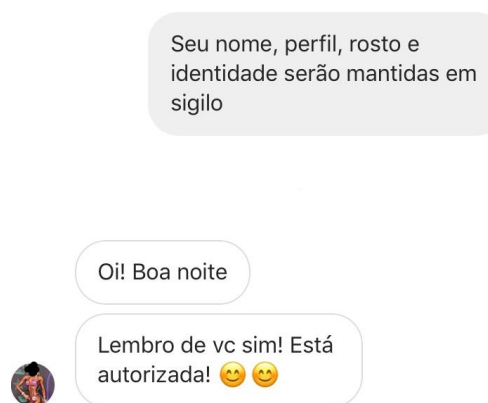
- Janaína



- Laís



- Marina



- Lúcia

Me coloco disponível para esclarecimentos e envio do projeto da pesquisa , assim como a devolutiva da pesquisa

Hoje 11:08

Bom dia, tudo bem...

Autorizo sim



Pode usar

- Sônia

Desde já, muito obrigada !!!

Seu nome, rosto e identidade serão mantidas em sigilo

autorizo

sim



precisa de alguma informação do chama

- Fernanda

Desde já, muito obrigada !!! Me coloco disponível para esclarecimentos e envio do projeto da pesquisa , assim como a devolutiva da pesquisa !

Boa noite, Valleria. Eu, [REDACTED], te autorizo a coletar dados para a pesquisa e me coloco à disposição pro esclarecimento de quaisquer dúvidas que surgirem enquanto desenvolvimento da tese. Fico honrada por ter sido escolhida.



- Carol

pesquisa se da pela análise das postagens no Instagram , gostaria de saber de você me autoriza a pesquisar o seu perfil ! Desde já, muito obrigada !!!

Oie! Tá autorizada

- Betânia

Me coloco disponível para esclarecimentos e envio do projeto da pesquisa , assim como a devolutiva da pesquisa



Olá. Boa noite!! Sim... autorizo!