

## **O EMBELEZAMENTO DO CORPO FEMENINO NA ACADEMIA DE GINÁSTICA**

**Gislene Calafange da Silva**

**Orientadora: Ms.: Kyara Maria de Almeida Vieira**

### **RESUMO**

A imagem corporal está diretamente relacionada a uma crescente centralidade do corpo, nela o corpo tornou-se objeto de exposição, admiração, desejos e interferências. Diferentes disciplinas e áreas do conhecimento têm se preocupado com o corpo. Assim, os sujeitos históricos adquiriram corporeidade e o corpo tornou-se sujeito da história. Aqui, o corpo feminino em particular é o objeto de análise através de suas representações dentro da academia de ginástica. Nosso estudo está focado na análise da idéia de corpo belo compreendida por mulheres freqüentadoras de academia de ginástica. Com este objetivo, o presente estudo trata da questão do corpo feminino na atualidade e suas relações com a beleza e estética corporal, o estudo é realizado através de entrevista feitas com mulheres freqüentadoras de uma academia de ginástica na cidade de Campina Grande.

Palavras-Chaves: Imagem Corporal; Feminino; Academia.

## ABSTRACT

The body image is directly related to an increasing centrality of the body, her body became the object of exposure, admiration, wishes and interference. Different disciplines and areas of knowledge have been concerned with the body. Thus, the subjects acquired historical embodiment and the body became a subject of history. Here, the female body in particular is the object of analysis through its offices in the gym. Our study focuses on the analysis of the idea of beautiful body comprised of women enrolled in a gym. With this objective, this study addresses the question of the female body at present and its relationship with the beauty and esthetics, the study is conducted through interviews done with women enrolled in a gym in the city of Campina Grande.

Key Words: Body Image; Female; Academy.

## SUMÁRIO

RESUMO

ABSTRACT

INTRODUÇÃO.....

1. BELEZA CORPORAL & UM IDEAL ILUSÓRIO.....

2. O EMBELEZAMENTO DO CORPO FEMENINO NA ACADEMIA

DE GINASTICA.....

CONSIDERAÇÕES FINAIS.....

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....

## INTRODUÇÃO

Na cultura somática o corpo é reinventado como objeto de visão. (...) A aparência do corpo tornou-se central as noções de auto identidade. Ele veio representar a liberdade pessoal, o melhor de nós. (ORTEGA, 2008. p.40).

É possível notar que o corpo não é algo novo, no que diz respeito a sua concepção, pois foi explorado por diversos artistas em varias épocas e vem sendo de formas diferentes, porém não deixando de ser exposto embora seja visto de acordo com cada época e cultura e principalmente, de acordo com a exigência e o padrão de beleza da época e do espaço.

À medida que é despido e exposto, passa a ser exigido do corpo novas formas, novos contornos e curvas, assim, vai construindo um novo corpo e com ele a concepção do belo, do jovem e do saudável.

Quando estava cursando o segundo ano do curso de Historia na Universidade Estadual da Paraíba, nos foi possibilitado determinadas leituras e debates que abordavam as representações do corpo em vários rituais diferenciados no espaço social. Tais leituras nos despertaram o interesse de aprofundar os estudos sobre a construção do imaginário do corpo belo, especialmente do sexo feminino, na cidade de Campina Grande-PB.

A escolha por trabalhar com esta temática se faz pelo fato de ser algo inovador no campo do saber sobre o que é ser mulher em busca de tornar o seu corpo belo a medida em que frequenta academia de ginástica como também pelo fato de estarmos vivenciando nas sociedades ocidentais, um culto ao corpo, mas não a todos e quaisquer corpos, apenas para os corpos belos.

Ao escolhermos esta temática para estudar, buscamos analisar a concepção de corpo belo das mulheres frequentadoras da academia de ginástica, a Korpus – localizada no centro da cidade de Campina Grande – no intuito de dar conta de três objetivos específicos, quais sejam: discutir a idéia de corpo para as mulheres frequentadoras de academia de ginástica na cidade de Campina Grande; analisar a relação destas mulheres com o seu corpo; e problematizar a busca por um corpo belo.

O corpo aqui não é tomado apenas no seu estado físico, pulsional e biológico: o que nasce, adoece, envelhece e morre. Mas, como um objeto da cultura. Como objeto da cultura, o corpo sofre mutações que podem ser de curto, médio ou longo prazo, mas que não são estáveis, tendo em vista que a própria cultura não é.

Para a realização deste estudo, fizemos uso da História Oral, tendo como referência Albuquerque Jr., quando discute a importância da oralidade nos estudos de história. Baseado nas entrevistas gravadas, tendo como entrevistadas cinco mulheres entre 23 e 33 anos de idade, frequentadoras da academia Korpus. Sendo todas mulheres solteiras e de nível escolar superior, exceto uma – Geovânia Sousa – que tem apenas o médio completo, demos procedimentos aos nossos estudos.

Pensar as representações do corpo significa buscar a construção dos significados do corpo. Tornar inteligíveis esses significados obriga-nos a busca por uma sistematização conceitual do corpo. Essa sistematização conceitual, no entanto, só é possível por aproximações e recortes de teorias diversas, já que os estudos sobre o corpo ainda são poucos e em processo de elaboração.

Não se trata apenas de conceituar o corpo, mas de pensá-lo pelo viés histórico e como um sistema de representação associado a um ideal de beleza, na medida em que, consideramos a beleza como qualidade do corpo, esta passa a ser vista como algo construído, experimentado e exposto por homens e mulheres – no nosso caso, apenas as mulheres – pertencente à sociedade campinense e frequentadoras de academia de ginástica.

Em nossos estudos consideramos que a concepção de beleza é mutável e suas práticas de embelezamento são completamente móveis e conduzidas por modelos que ora são aceitáveis, ora são negados, ora são atuais, ora não o são, e neste vai-e-vem nos é certo que se modificam os discursos sobre a ideia de beleza, possibilitando assim, considerar que: a beleza longe de ser algo natural é um problema histórico.

Novos olhares sobre a beleza corporal modelaram um novo corpo, feminino. Segundo Vigarello (2006) foi com Mosaccio, em 1420, que a beleza entrou na modernidade, os relevos revelaram uma “invenção do corpo”, que passará a ser mais importante do que o prestígio e o status socioeconômico da personagem. Utilizando a história oral, buscamos este novo corpo na visão das próprias mulheres frequentadoras de academia de ginástica, pois compreendemos que as memórias possuem um nível

imaginativo em que operam a invenção o desejo, a fantasia. Esta operação se faz possível por meio e a partir das imagens e sensações experimentadas e vividas socialmente. Este é o nível imaginativo das memórias, segundo Albuquerque Jr. (2006, p. 6).

Contudo, trabalhar com a historia oral é preciso ter determinados cuidados, assim nos alerta Chauí (apud ALBUQUERQUE JR., 2006), a História é uma violência que se pratica com as armas dos conceitos, do pensamento, da razão por mais bem intencionado que o historiador esteja ele vai desflorar a memória para poder obter a sua história.

Na memória fica o que significa e na historia se resignifica o que ficou e é justamente aí onde se encontra a violência do historiador, pois este caminhará pelos caminhos da memória coletiva e individual atribuindo a elas novos significados ao que ficou guardado. Mesmo com todos os cuidados que se deve ter ao trabalhar com a historia oral, o historiador tem feito cada vez mais uso dela, na medida em que “*as memórias individuais ou coletivas têm se transformado numa das fontes cada vez de maior importância para o trabalho de gestão da historia*”. (ALBUQUERQUE JR., 2006, p. 1).

Ao reconhecer a importância da oralidade, o historiador deve ter cuidado para não tomar a memória como um discurso verdadeiro ou como um complemento da idéia levantada por ela, é preciso fazer uma identificação entre a oralidade e o objeto de estudo, levando em consideração que a memória individual é um ponto de vista da memória coletiva e como um ponto de vista, nos afirma Albuquerque Jr. (2006. p. 1), ela pode mudar de acordo com espaço que ocupa. Foi com esta visão que buscamos utilizar a oralidade.

## 1. O EMBELEZAMENTO DO CORPO FEMENINO NA ACADEMIA DE GINÁSTICA

O termo Imagem Corporal vem sendo usado frequentemente tendo como foco de investigação o corpo humano. Tavares (2003, p.31) defende que a compreensão do conceito de Imagem Corporal está vinculada ao significado dos termos imagens e corpo e que sua definição não é simplesmente uma questão de linguagem, tem uma dimensão muito maior se pensarmos na subjetividade de cada indivíduo. Entendemos subjetividade como algo que oscila entre uma identidade a ser recusada e outra a ser alcançada.

Entendemos por Imagem Corporal *“a forma como o indivíduo se percebe e se sente em relação ao se próprio corpo”*. (TAVARES, 2003. p. 25). Essa imagem remete de algum modo, ao sentido das imagens corporais que circulam na comunidade e se constroem a partir de diversos relacionamentos que ali se estabelecem. Isto significa um símbolo que provoca sentimentos de identificação ou rejeição dos sujeitos em relação a determinadas imagens.

As pessoas aprendem a avaliar seus corpos através da interação com o ambiente, assim *“sua auto-imagem é desenvolvida e reavaliada continuamente durante a vida inteira”* (BECKER, 1999. p. 51), mas as necessidade de ordem social ofuscam as necessidades individuais. *“Somos pressionados em numerosas circunstancias a concretizar, em nosso corpo o ideal de nossa cultura”*. (TAVARES, 2003. p. 48.).

A indústria corporal através dos meios de comunicação encarrega-se de criar desejos e reforçar imagens, padronizando corpos. Corpos que se vêem fora de medidas, sentem-se cobrados e insatisfeitos. O reforço dado pela mídia em mostrar corpos atraentes, faz com que uma parte de nossa sociedade se lance na busca de uma aparência física idealizada e podendo sentir-se deslocada quando se ver fora do modelo idealizado, desejado e conceituado como belo. É o que podemos perceber no depoimento de uma de nossas entrevistadas, Sara Lisandra.

Na minha adolescência era muito magra, magrinha de mais, aí eu não gostava. Aí, depois eu dei uma engrossada gigante, parecia não sei nem o que(?). Aí, foi quando eu comecei realmente a malhar, que eu levei a sério a questão de malhação, tal! Aí, eu redefinir o meu corpo, tive uma reeducação alimentar, né, e isso melhorou 100% até hoje. Eu até como, como muito! Como besteira, aliais, eu como bastante besteiras do meu ponto de vista. Mas assim, algumas coisas, alguns hábitos que tinha, eu já não tenho mais, a musculação me ajudou muito nesse sentido.

Podemos então, associar o corpo à idéia de consumo. Em muitos momentos este corpo é objeto de valorização exagerada dando oportunidade de crescimento ao “mercado do músculo” e ao consumo de bens e serviços destinado à “manutenção deste corpo”. E como diz Fernandes (2003, p. 23) “*O corpo está em alta! Alta cotação, alta produção, alto investimento (...) Alta frustração.*”

O fato é que, contemporaneamente a idéia de que para se ter sucesso, felicidade ou dinheiro, tem seu caminho através da beleza estética. Aquele corpo esculpido, músculos bem torneados, mais do que um índice de boa saúde, é também o resultado de uma cadeia de interesses. Por trás de cada fibra enrijecida estão milhões de dólares gastos em novos tipos de aparelhos de ginástica, programas de condicionamento físico, anabolizantes (REVISTA VEJA. 1995. n° 28. p. 72-4).

As imagens veiculadas pelos vários meios midiáticos de nossa sociedade, usa corpos de homens e mulheres esculturais para vender através de anúncios publicitários. Buscando vincular o maior numero possível de pessoas a um ideal que ressalta o narcisismo e impondo para si mesmas uma disciplina extremamente severa, por vezes dolorosa. É o que podemos perceber ao perguntar a Sara Lisandra o que ela acha do seu corpo ao se olhar no espelho:

Ah! Eu acho que tem coisa que eu posso melhorar (risos), preciso melhorar, (...) estou me sentido bem, mas preciso assim, a gente nunca está 100% satisfeita. Então eu acho que posso melhorar. Posso malhar mais, ne! Entendeu?

A esta prática podemos apontar duas teses opostas, e observar sua ambigüidade: prazer ou sofrimento? O culto ao corpo, negação ao envelhecimento, são sustentadas por uma obsessão dos invólucros corporais.

Na opinião de Courtine (1995. p. 79), “*com a ascensão da cultura física, muitas indústrias passaram a produzir desde aparelhos de musculação, até diversos produtos cosméticos*”, estimulando um consumo exacerbado para manter-se dentro das normas e padrões de beleza que passaram a ser pregados. Gastos compulsivos, alimentação de

baixa caloria, cuidados com a pele, vestuário, enfim, tudo para valorizar o corpo e com um forte apelo ao consumismo. Courtine continua dizendo, que o desejo de obter uma tensão máxima da pele, tendo amor ao liso, ao esbelto, ao jovem, induz os indivíduos vê-se frente a infinitos apelos, como cremes, massagens, choques, bandagens, fornos, plásticas, puxando aqui, tirando ali, modificando, moldando, modelando o corpo por um cirurgião ou outro profissional de beleza.

Se o indivíduo tiver alguma dificuldade sobre como proceder para conquistar essa aparência desejável, não será pela carência de informações e sugestões de dietas, atividades físicas, equipamentos, enfim, todo o aparato comercial de que a sociedade dispõe, criando novos padrões, “*será pela sua própria incapacidade de cuidar de si mesmo*” (CARVALHO, 1995 p. 131), visto que segundo Ortega (2008, p. 37):

Nos discursos médicos e feministas há a mulher “boa” e a há a mulher “ma”: a boa é aquela que se auto vigia e a má é aquela que não se cuida. (...) Força, rigidez, juventude, longevidade, saúde, beleza são os novos critérios que avaliam o valor da pessoa e condicionam suas ações.

Em hipótese alguma condenamos a prática de atividade física, o que criticamos diz respeito ao excesso, a obsessão ao corpo perfeito e a falta de orientação por parte de muitos profissionais da área de saúde. Considerando que a falta de uma orientação pode levar muitas pessoas, a buscar a beleza corporal de uma forma desregrada e exagerada, a causar danos ao corpo ao invés de torná-lo saudável.

É preciso saber lidar com o que desejamos e os caminhos a seguir para conquistar o nosso desejo. Para Maria das Neves, o corpo não é tudo. Na sua fala:

O que eu acho mais importante é a consciência não ser muito (...) não exagerar, ser tipo: “Ah, eu quero ser linda e se eu não for eu passo mal”. Fica gerando um distúrbio sabe, não. Eu sou assim, eu sou vaidosa no sentido meio deslocado não é só a aparência física sabe. Se eu não for linda, por exemplo, eu sei que isso não é tão importante, porque depende das pessoas, eu procuro não me envolver com pessoas que acham que a aparência é mais importante do que tudo. (Maria das Neves. 25 anos)

Estamos vivendo em uma cultura em que a aparência jovem é extremamente valorizada: a mídia, os meios de comunicação, a imprensa nos exibem corpos que enaltecem a juventude, a saúde, as formas definidas, corpos que são legitimados como belos por mulheres (em particular frequentadoras de academias) que o cobiça e o deseja para si mesmas. Cada cultura constrói sua imagem de corpo e essas imagens se

instituem como maneiras próprias de ver e de viver o corpo. Pensando nisto perguntamos as nossas entrevistadas o que significa o seu corpo e obtivemos como resposta:

Eu não sei te definir exatamente o que significa, meu corpo para mim... deixo ver... eu né! (risos). Meu corpo sou eu, aquela coisa o corpo é um tempo... por exemplo: é uma máquina. (Maria da Neves)

Uma vitrine, uma vitrine, você espelha é... deixa me ver... o que você é esta espelhado através do seu corpo, as pessoas lhe vêem muito através do seu físico. (Sara Lisandra).

É interessante porque assim, a gente tem que está bem não só por fora como por dentro, também, né! Mas infelizmente no mundo que a gente vive as pessoas visa mais o exterior, então a gente tem que procurar está bem, em forma. (Geovania Sousa. 33 anos).

Podemos perceber, mediante as falas de algumas de nossas entrevistadas, que o corpo é a identificação constante do próprio sujeito e que pelo fato de ser a mais visível, está sendo mais valorizada, o que contribui para a maioria das pessoas se preocuparem cada vez mais com sua aparência física.

Como uma criação sociocultural, no corpo se inscreve idéias, crenças, as imagens que se fazem deles. Se a imagem dominante, valorizada socialmente for de uma pessoa magra, emagrecer será o ideal da maioria. Aqueles que não conseguem chegar a este padrão desejado sofrem muito. Esse processo tem um impacto negativo sobre a auto-imagem, principalmente das mulheres que se sentem obrigadas a terem um corpo magro, atrativo, em forma e jovem. E como diz Becker (1999. p. 51), “*esta imagem corporal negativa pode determinar o aparecimento de baixa auto-estima e depressão, ou seja, sofrimento*”. Nossos corpos são vitimados por políticas de saberes/poderes que nos identificam, classificam, recalcam, estigmatizam, enfim, formam e deformam as imagens que temos de nós mesmos e dos outros. Desta forma, o homem vive o seu corpo não a sua maneira e vontade. Experimenta a todo o momento uma aprovação social de sua conduta. O corpo tem que aprender a comporta-se conforme regras e técnicas estabelecidas pela sociedade e a beleza corporal também é definida por modelo estético padronizado comercialmente. Sabemos que estes padrões de beleza são modificados a cada época.

Na cultura ocidental atual, o conceito de beleza, como dito anteriormente, está associado à juventude, como se o belo fosse necessariamente igual a ser jovem. Talvez por isso nossa era viva batendo recordes na cirurgia de rejuvenescimento e no consumo de medicamentos para emagrecer. Com isto investigações epidemiológicas – estudos sobre multiplicação de epidemia, doenças contagiosas que ataca muitas pessoas ao mesmo tempo – vêm mostrando nos últimos anos um “*aumento considerável no número de pessoas acometidas por Transtornos Dismórficos Corporal em que a insatisfação corporal é crescente*” (BALLONE, 2004). Calcula-se que a prevalência desta doença está na população adolescente e juvenil, mas mediante as nossas pesquisas nos foi possível perceber casos consideráveis, apresentando também em mulheres adultas.

A insatisfação e a busca pela perfeição tem sido o objetivo de muitas pessoas, e não se restringe apenas aos adolescentes. A partir de nosso trabalho percebemos que a busca por aprimorar corpo e mante-lo com um aspecto forte, saudável e jovial é um dos componentes de nossa cultura e norteia os parâmetros que definem o que é considerado como um corpo belo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Há uma busca por um corpo belo, embora haja diferentes construções desse corpo em diversas sociedades, culturas e grupos sociais. Nosso estudo analisou a busca pelo corpo belo feminino dentro do espaço da prática de exercícios físicos, na cidade de Campina Grande.

Mediante ao que nos foi exposto através dos depoimentos de nossas entrevistadas e com base em nossas leituras, nos foi possível considerar a busca pelo corpo belo como algo necessário para algumas mulheres que desejam sentir-se bem, como também, incluídas em uma sociedade que valoriza a aparência.

As pesquisas têm demonstrado que a atividade física, de uma forma geral, contribui para a auto-estima e melhoria da imagem corporal das pessoas. Mas, cabe aqui lembrar também a importância dos profissionais de educação física e da necessidade de uma atuação que considere os significados atribuídos ao corpo e as práticas corporais, construídos culturalmente.

A responsabilidade com a conquista da beleza é individual, porém, não podemos deixar de destacar que, muitas são as mulheres que se propõem a assumir a busca pelo corpo belo não porque gostem ou desejem, mas porque culturalmente são convocadas a ter um corpo modelar e apresentável, que muitas vezes são inatingíveis.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE JÚNIOR, Albuquerque Jr. Muniz de. **Violar memória e gestar a história: abordagem a uma problemática fecunda que torna a tarefa do historiador um parto difícil**. Site: [www.ufrn.br](http://www.ufrn.br).

BALLONE , G.J. **Vigorexia**. Site: [www.uol.com.br/gballone/alimentar/vigorexia.html](http://www.uol.com.br/gballone/alimentar/vigorexia.html). Visitado em 10/11/2007.

BECKER JR. B. **Manual de Psicologia aplicada ao Exercício & Esporte**. Porto alegre: Edelbra, 1999.

CARVALHO, Y. M. **O “Mito” da Atividade Física e Saúde**. São Paulo: Hucitec, 1995.

COURTINE, J.J. Os Stakonovistas do Narcisismo. In: SANTA’ANNA, D. B. (org.). **Políticas do Corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

FERNANDES, M. H. **Corpo. Clínica Psicanalística**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

ORTEGA, Francisco. **O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea**. Rio de Janeiro: Ed. Garamond, 2008.

REVISTA VEJA. **Corpo sob Medida**. Ano 29, nº 28. p. 72-74. 1995.

TAVARES, M.C.C. **Imagem Corporal: Conceito e Desenvolvimento**. São Paulo: Manole, 2003.

VIGARELLO, Georges. **A história da beleza. O corpo e a arte de se embelezar, do Renascimento aos dias de hoje**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.