

Universidade Estadual de Campinas  
Faculdade de Educação Física

**A “mediação” das práticas corporais: significados  
da musculação para freqüentadores de  
um parque público**

Cinthia Lopes da Silva  
Prof. Dr. Jocimar Daolio (orientador)

Campinas  
2003



Universidade Estadual de Campinas  
Faculdade de Educação Física

Cinthia Lopes da Silva

A “mediação” das práticas corporais: significados da  
musculação para freqüentadores de um parque público

Este exemplar corresponde à redação final da dissertação de  
mestrado, defendida por Cinthia Lopes da Silva e aprovada pela  
Comissão Julgadora em 26 de maio de 2003.

---

Prof. Dr. Jocimar Daolio (orientador)

Campinas  
2003

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA-FEF  
UNICAMP**

Si38m Silva, Cinthia Lopes da  
A “mediação” das práticas corporais: significados da musculação para  
freqüentadores de um parque público / Cinthia Lopes da Silva. – Campinas:  
[s.n], 2003.

Orientador: Jocimar Daolio  
Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual de Campinas,  
Faculdade de Educação Física.

1. Mídia (Publicidade). 2. Musculação. 3. Saúde. 4. Beleza Física. 5.  
Cultura. I. Daolio, Jocimar. II. Universidade Estadual de Campinas,  
Faculdade de Educação Física. III. Título.

## Agradecimentos

Ao fazer um breve retrospecto de momentos vividos nesses dois anos de mestrado, veio-me à lembrança o percurso que envolveu estudos, trabalho, reflexões e muito, muito aprendizado. Isso foi possível devido à disponibilidade, ajuda e orientação de pessoas, que, de tão brilhantes, iluminaram essa caminhada. Agradeço e recordo-me, com carinho, de vocês, que contribuíram para que este trabalho fosse construído:

Os praticantes de musculação (os entrevistados A., B., E., F., L., R. e S. e aqueles que participaram informalmente da pesquisa), que se disponibilizaram a ir aos encontros, permitindo que fosse feita a análise dos significados das práticas que realizam no parque. Foram os sujeitos que trouxeram vida e voz a esse trabalho.

Os funcionários do Parque Portugal que, gentilmente, atenderam às minhas solicitações, fornecendo informações valiosas sobre o parque.

Jocimar, professor e orientador, há anos me acompanhando nos estudos, sempre atento às minhas dúvidas, indicando os passos necessários na pesquisa científica. Ensinou-me a conhecer os sujeitos pelos seus diferentes modos de viver, e a pensar ações que contribuíssem para a construção de uma sociedade mais justa e menos preconceituosa. Será sempre lembrado com carinho e admiração.

Yara, professora de pós-graduação, membro da Comissão Julgadora, a considero também minha co-orientadora. Sempre acolhedora e carinhosa em nossos contatos. Suas idéias me instigaram a compreender melhor o “mito” da atividade física e saúde, e, a repensar a relação entre sujeito e pesquisador.

Mauro, membro da Comissão Julgadora, apesar do pouco contato que tivemos, sou grata pela obra de sua autoria “A janela de vidro: televisão, esporte e educação física”, inspiração para as discussões realizadas sobre a mídia.

Ao Mauro e Yara também agradeço pelas preciosas sugestões na qualificação, a partir delas pude fazer aprofundamentos nos temas tratados e encontrar o caminho para a realização da pesquisa.



O Grupo de Estudos do Lazer e do Lúdico/EEFUSP (Ana Júlia, Juliana, Laura, Milton e Yara), amigos e companheiros de pós-graduação, com vocês pude compartilhar de projetos e momentos, além de prazerosos, enriquecedores para a minha vida acadêmica.

O Grupo de Estudos e Pesquisa Educação Física e Cultura/FEF/Unicamp (Adriano, Didi, Diná, Emerson, Jocimar, Marcos e Ney), que me ajudou na fase final, ouvindo-me e dando-me sugestões. Com vocês, tenho tido a oportunidade de conhecer novos amigos e fazer aprofundamentos nas leituras e discussões sobre o “olhar antropológico”.

Os professores da pós-graduação (Fernando, Heloísa, Lino e Luís Octávio), a partir de nossas discussões e reflexões pude fazer revisões e questionamentos ao trabalho.

Meus amigos, não citarei nomes para não correr o risco de falhar na lembrança, agradeço por estarem sempre dispostos a me ouvir, dividindo comigo sonhos e encontros felizes.

Minha família (Antônio e Olívia, meus avós, Laércio e Luzinete, meus pais, Cayo e Binho, meus irmãos, Rê, minha cunhada e o pequenino Nathan, meu sobrinho), peço desculpas pelos momentos que não pudemos estar juntos, vocês sempre estiveram presentes em meus pensamentos.

Divido com todos a construção desse trabalho e agradeço, mais uma vez, por fazerem parte de minha vida.



## Resumo

Este trabalho objetiva a análise dos significados que praticantes de musculação atribuem às práticas corporais e a maneira como os mesmos compreendem as influências da mídia. A realização de um estudo qualitativo permitiu identificar e interpretar a lógica que orienta sete praticantes de musculação, freqüentadores do Parque Portugal, principal parque público da cidade de Campinas, SP. Desenvolvemos tal temática a partir do seguinte eixo: a descrição metodológica do estudo, com base em algumas idéias que fundamentam a prática etnográfica; a construção cultural do corpo, e a discussão sobre como se dá o processo de transmissão de formas simbólicas pela mídia. Ao interpretar os dados obtidos, chegou-se à conclusão que, dos significados que os entrevistados atribuem à musculação, a preocupação com a beleza corporal e a saúde foram unânimes. Ao considerar alguns fatores do atual momento de vida dos praticantes de musculação, pudemos perceber que os sete participantes estão passando por um momento de mudanças na vida. A escolha pela musculação em tal grupo parece relacionada ao fato desses sujeitos estarem construindo seus papéis sociais e, na concepção dos mesmos, essa prática, dentre outras realizadas no parque, contribui para mudanças no corpo, o que parece ser fator necessário para afirmação de seus papéis na vida social. Esses dados permitem pensar que as mensagens transmitidas pela mídia sustentam uma ordem de poder simbólico, influenciando os sujeitos a consumirem certos produtos e práticas corporais. Em alguns momentos, os entrevistados mostraram compreender a lógica consumista da mídia, mas isso pareceu não ser suficiente para se distanciarem das influências da mesma. Esse trabalho procura contribuir com a área da Educação Física principalmente pelo enfoque dado ao corpo e às práticas corporais, diferente daquele que tem sido predominante na mesma, provindo das ciências naturais. Acreditamos que, com isso, os profissionais da área possam repensar seus conceitos e compreender melhor os mecanismos da mídia e suas influências na vida cotidiana.

Palavras-chave: mídia (publicidade), musculação, saúde, beleza física e cultura.



## Abstract

The purpose of this work is to analyze the meaning that bodybuilders attribute to the practice of bodybuilding and how they view the influence of the media. Through a qualitative study it was possible to identify and interpret the logic that guides seven bodybuilders who regularly attend Parque Portugal, the main public park in Campinas, Sao Paulo. A set of themes was developed from the following axis: the methodological description of the study, based on some fundamental ideas of the ethnographic practice; the cultural building of the body, and the discussion about the transmission process of symbolic forms by the media. Upon interpreting the obtained data, it was concluded that, of all the meanings that the interviewees attribute to bodybuilding, they were unanimously concerned with physical beauty and health. When considering some factors presently affecting the bodybuilders' lives, we noticed that the seven subjects are going through changes in their lives. The choice for bodybuilding in such a group seems related to the fact that these subjects are building their social roles and, in their conception, this activity, among others practiced in the park, contributes to changes in the body, which seems to be a necessary factor in the affirmation of their roles in social life. These data lead to the idea that the messages transmitted by the media hold a sort of symbolic power that influences the subjects to consume certain products and practice bodybuilding. At certain moments the interviewees showed an understanding of the consumerist logic of the media, but this did not seem to be enough to keep them away from its influence. This work attempts to contribute to the area of Physical Education mainly through the focus given to the body and bodybuilding practices, in contrast to what has been predominant in the field, based on the natural sciences. We believe that, as a result, professionals in this field will be able to rethink their concepts and better understand the mechanisms of the media and its influences on daily life.

Key words: media (publicity), bodybuilding, health, physical beauty and culture.



# Sumário

Introdução.....	1
I. Um estudo no parque: os “habituês” da musculação.....	4
1.1 O percurso até os praticantes de musculação.....	6
1.2 Os praticantes de musculação.....	11
1.3 A pesquisa de campo.....	22
II. A construção cultural do corpo.....	32
2.1 A cultura e os sistemas de significação.....	32
2.2 A beleza corporal.....	42
2.3 Ciência, beleza e saúde.....	54
2.4 O corpo musculoso e a beleza masculina.....	69
III. A “mediação” das práticas corporais.....	83
3.1 A indústria cultural e a mídia.....	83
3.2 Modos de operação da ideologia pela mídia.....	110
Considerações Finais.....	146
Referências Bibliográficas.....	150
Anexo 1.....	153
Anexo 2.....	155
Anexo 3.....	156
Anexo 4.....	157



## Introdução

Dentre os possíveis enfoques que podem ser dados ao corpo e às práticas corporais, neste trabalho, especificamente, esses temas serão discutidos sob o ponto de vista cultural.

As práticas corporais, ao serem transmitidas pela mídia, são associadas a um conjunto de significados e valores, incentivando os indivíduos à busca por determinados modelos corporais de beleza, consumo de produtos e mudanças de hábitos de vida.

Com o desenvolvimento das indústrias da mídia, sobretudo a partir de fins do século XIX, os meios de informação foram fundamentais para impulsionar a cultura de consumo. Com isso, passaram a ocorrer multiplicações de imagens, informações e mensagens, dentre as quais inclui-se a difusão de diversas formas de intervenção corporal. Dentre essas, certas práticas corporais são transmitidas como os principais meios para se obter um corpo belo e saudável.

Juntamente a esse processo nota-se a existência de uma visão hegemônica de ciência que, ao ser também multiplicada pela mídia, contribui para a sustentação de um conceito restrito de corpo e saúde. Conceito esse fundamentado em valores de uma sociedade consumista, individualista e excludente.

Os praticantes de atividades físicas recebem as influências de seu meio cultural e são influenciados pelas mensagens transmitidas pela mídia. Possuem, portanto, certos conceitos sobre corpo, saúde e beleza. Como ocorre a construção desses conceitos? Quais os principais meios de informação a que eles têm acesso? Qual o significado das práticas corporais para quem pratica atividades físicas? E como esses sujeitos compreendem as influências da mídia?

Este trabalho objetiva a análise dos significados que praticantes de musculação atribuem às práticas corporais e a maneira como os mesmos compreendem as influências da mídia. Para isso, realizamos um estudo de tipo etnográfico com um grupo de sete homens (indicados pelas iniciais de seus nomes A., B., E., F., L., R. e S.). Esse grupo é caracterizado por sujeitos que

realizam, dentre outras práticas, a musculação no Parque Portugal, principal parque público da cidade de Campinas, SP. Todos compartilham do mesmo espaço para a realização de sua prática, atribuem um conjunto de significados à musculação e possuem certa compreensão das influências da mídia referentes ao corpo e às práticas corporais. O intuito desse trabalho é compreender e interpretar a lógica que os orienta. Para isso, discutiremos sobre a “mediação”<sup>1</sup> das práticas corporais, a partir da compreensão dos praticantes de musculação e da maneira como os mesmos interpretam as influências do meio em que vivem.

No capítulo I, “Um estudo no parque: os ‘habituês’ da musculação”, descreveremos o percurso até os participantes da pesquisa. Faremos também uma breve descrição de cada um dos entrevistados e apresentaremos algumas idéias que fundamentam a prática etnográfica, a partir das quais foi realizado o contato com os sete praticantes de musculação.

No capítulo II, “A construção cultural do corpo”, serão apresentados alguns conceitos de cultura, conceitos esses centrais para as discussões feitas nesse trabalho. Além disso, apontaremos algumas características das formas simbólicas e como os símbolos relacionam-se com o corpo e as práticas corporais. A partir desses conceitos será feita a discussão da beleza corporal como construção cultural, e a maneira como as influências de determinada visão de ciência tem contribuído para a valorização da atividade física como determinante para se alcançar um corpo belo e saudável.

Atualmente, a aparência física parece ser forte elemento nas relações sociais, pois a ela são atribuídos alguns significados e, ao buscar certos modelos de beleza corporal, há também a busca pela transformação pessoal e representação de diferentes papéis na sociedade. Ao interpretarmos os significados atribuídos pelos entrevistados à musculação, será possível compreender a construção de seus papéis sociais.

No capítulo III, “A ‘mediação’ das práticas corporais”, faremos esclarecimentos sobre os termos “indústria cultural”, “comunicação de massa” e

---

<sup>1</sup> O termo “mediação” é empregado por John B. Thompson para indicar o processo de mediação da instituição mídia.

“mídia”, bem como o contexto em que se deu o desenvolvimento dos meios de informação. Iremos olhar o processo de transmissão de formas simbólicas a partir do universo das práticas corporais e da perspectiva do corpo como objeto de consumo, interpretando a maneira como os praticantes de musculação compreendem tal processo. Com base nos estudos de Thompson (2000), esclareceremos alguns mecanismos utilizados para o estabelecimento de relações de poder e de como se dá o processo de transmissão de formas simbólicas pelos meios de informação. Além disso, a partir da descrição dos modos de operação da ideologia citados pelo autor, será possível analisar matérias da edição especial da Revista Veja (2002). A publicação de tal edição coincidiu com a época da realização da pesquisa de campo e foi citada por um dos entrevistados. O propósito da análise é apresentar exemplos dos mecanismos utilizados pela mídia e a maneira como as formas simbólicas são transmitidas por essa instituição.

As discussões que serão desenvolvidas nesses três capítulos permitirão aprofundamentos no tema corpo e “mídiação” das práticas corporais, temas que se inter-relacionam e sugerem a necessidade de desconstrução dos significados difundidos pela mídia e de uma interpretação crítica dos mesmos.

## **I – Um estudo no parque: os “hábitos” da musculação**

Ao compreender o corpo como o meio pelo qual os sujeitos de diferentes contextos culturais expressam suas crenças, valores e costumes, nossas investigações foram referentes ao comportamento social em relação ao significado das práticas corporais e às influências da mídia. Para isso, centramos nossas investigações no referencial teórico-metodológico de eixo cultural, a partir do qual foi possível realizar um estudo de tipo etnográfico com praticantes de musculação em um parque público.

A opção pelo parque pode ser justificada pelo fato de ser um local público, o que possibilitaria encontrar pessoas de diferentes classes sociais, bairros, faixa etária e gênero, que atribuíssem diferentes significados às práticas corporais e que tivessem certa compreensão das influências da mídia.

Nas primeiras visitas, não sabíamos qual o grupo a ser pesquisado, o estudo poderia ser realizado com pessoas que estivessem praticando qualquer tipo de atividade física no parque. Entretanto, parecia necessário encontrar pessoas que mostrassem preocupação com relação aos cuidados com o corpo, uma vez que a idéia inicial era identificar como os sujeitos concebem a beleza corporal e como interagem com as influências da mídia.

Como o parque é um ambiente que permite várias opções ao seu visitante, esse fato sugere que nem todos os frequentadores vão até lá para a realização das práticas corporais. Muitos podem ir somente para passeios, descanso, levar os filhos para brincar, realizar um piquenique etc., o que poderia ocasionar um distanciamento dos objetivos da pesquisa. Devido a isso, foi elaborado um questionário<sup>2</sup> com a finalidade de identificar sujeitos que estivessem no parque com interesse em praticar algum tipo de atividade física, sendo que os mesmos expressassem nessa escolha certa preocupação e cuidados com o corpo. Ao

---

<sup>2</sup> Será melhor detalhado no subtítulo seguinte.

contatar pessoas que estavam realizando diferentes práticas e, a partir das respostas obtidas com o questionário, foi possível decidir pelos praticantes de musculação.

Duas outras variantes pareciam relevantes para a pesquisa: entrevistados de ambos os sexos e com idade entre 20 e 30 anos. O contato com homens e mulheres poderia trazer maior variedade de dados e a escolha por essa faixa etária deveu-se ao pressuposto de que nesse intervalo de idade encontram-se a maior parte das pessoas que realizam suas práticas corporais no parque.

O “Parque Portugal” pareceu o local adequado para as finalidades da pesquisa. A sua estrutura física permite aos visitantes encontrar uma multiplicidade de áreas e programações especiais durante todo o ano. Para as finalidades desse estudo, serão relatadas as observações referentes ao período de agosto a dezembro de 2002.

Em um folheto informativo distribuído pelo Departamento de Parques e Jardins (DPJ) do Parque Portugal (Anexo 1), departamento vinculado à Secretaria de Serviços Públicos da Prefeitura de Campinas, podemos encontrar informações sobre o histórico do mesmo e dados referentes às suas principais atrações.

Segundo informações obtidas, a média diária de freqüentadores do parque de segunda a sexta-feira é de aproximadamente 5.000 pessoas e aos finais de semana esse número fica em torno de 15.000 a 20.000 pessoas, dependendo do tipo de programação oferecida aos visitantes. O horário de funcionamento diário é das 5hs às 23hs. O parque é delimitado pela Av. Heitor Penteado e está localizado no Bairro Taquaral, região nobre de Campinas.

A área reservada para a prática de ginástica e musculação, local onde a pesquisa foi realizada, está localizada próxima ao portão principal (P1). O local é descoberto e delimitado por um alambrado baixo. Lá os freqüentadores têm acesso aos materiais como pranchas para exercícios, pesos, barras etc., embora tais materiais sejam de padrão bruto e o local apresenta-se em condições precárias para uso. Segundo informações obtidas, foi feita uma pequena reforma nessa área recentemente, mas não houve substituição dos materiais disponíveis aos praticantes de musculação.

## 1.1 O percurso até os praticantes de musculação

Com o intuito de encontrar pessoas que justificassem a ida ao Parque Portugal para a realização das práticas corporais, manifestando preocupação em relação aos cuidados com o corpo, elaboramos um questionário destinado à obtenção das seguintes informações: nome, telefone (para que pudéssemos fazer contatos posteriormente), a identificação do sexo e as questões:

- Você tem idade entre 20 e 30 anos? (com as alternativas “sim” ou “não”);
- Por que você frequenta o parque? (consideramos que os frequentadores do parque poderiam justificar sua ida ao local para diferentes finalidades que não fosse a realização de práticas corporais. Pensamos inicialmente que essa questão poderia dar pistas para encontrarmos pessoas que fossem ao parque com interesse nos cuidados com o corpo e/ou nas atividades físicas);
- O que você pratica aqui no parque? (com essa questão poderíamos saber qual ou quais práticas são realizadas pelos frequentadores, para que, posteriormente, pudéssemos selecionar o grupo de praticantes que participariam da pesquisa);
- Você já frequentou academias de ginástica antes? (com as alternativas “sim” ou “não” para serem assinaladas – inicialmente, pensamos que essa questão fosse relevante para a pesquisa).

Primeiramente, procuramos contatar pessoas que estavam realizando diferentes práticas corporais como caminhada, corrida, alongamentos e musculação. Ao serem interrompidos, os sujeitos recebiam as seguintes informações: a identificação da pesquisadora, o motivo do contato, a explicação sobre o tema da pesquisa e, caso concordassem em participar, precisaríamos ter

alguns encontros, por isso era necessário o número de telefone ou outro meio para contato posterior. A maioria das pessoas concordou em fazer parte do grupo.

Foi feito contato com nove pessoas (cinco mulheres e quatro homens) que estavam realizando caminhada, alongamentos, corrida e musculação. Uma moça e um rapaz não tinham idade entre 20 e 30 anos. Pelas respostas obtidas, foi possível notar que, de fato, as pessoas justificaram a ida ao parque para a realização das práticas corporais. Ao responderem a questão “por que você freqüenta o parque?” algumas justificativas foram:

*“Freqüento porque considero a caminhada o melhor exercício, e em Campinas o parque é considerado o melhor lugar”* – praticante de caminhada.

*“Para fazer exercícios físicos e aumentar o contato com a natureza (sol, verde)”* – praticante de alongamento, corrida e caminhada.

*“Freqüento para aliviar a pressão do dia-a-dia, realizar exercícios aeróbicos (caminhada, corrida e alongamentos)”* – praticante de caminhada, corrida, alongamento, ciclismo e meditação.

*“Porque não consigo ficar muito tempo em academia e o parque não me obriga a ficar pagando à toa”* – praticante de caminhada.

*“Para fazer musculação”* – praticante de musculação e corrida.

Um outro dado é que todos esses sujeitos responderam que já haviam freqüentado academias de ginástica. Apenas um praticante que estava fazendo musculação respondeu que não havia freqüentado academias e a sua justificativa para freqüentar o parque foi *“fugir da rotina de trabalho, alívio de stress, de todas as cargas negativas, cuidar da saúde e porte físico”*, afirmando que essas últimas eram as principais. A partir de tais informações, nota-se que, embora os praticantes de atividades físicas justifiquem sua ida ao parque para a prática de atividades físicas, os questionamentos feitos não permitiram que os sujeitos deixassem claro a justificativa para a realização de tal prática. Poderiam estar ali,

eventualmente aquele dia, mas sem manter certa frequência na realização das práticas corporais e ter a preocupação em relação aos cuidados com o corpo. Parecia necessária a reformulação do questionário, foi feita a inclusão da pergunta: “qual ou quais razões o (a) levou a praticar esta atividade física?”. Outra alteração que pareceu necessária foi a inclusão da alternativa “frequente” no item sobre as academias de ginástica, pois os praticantes poderiam frequentar o parque e também academias de ginástica.

Após essas alterações, foram contatadas mais oito pessoas. Duas moças que estavam caminhando e seis rapazes que estavam fazendo musculação. Dentre eles, uma moça e um rapaz tinham menos de vinte anos. Os demais, além de estarem na faixa etária dos 20 a 30 anos, justificaram a ida ao parque para a prática de atividades físicas, exercícios físicos ou esporte. Outro dado é que das seis pessoas que faziam parte do grupo procurado, apenas a moça disse que ainda frequenta academia de ginástica; os cinco rapazes responderam que já frequentaram, mas atualmente vão somente ao parque. Sobre a pergunta – qual ou quais razões o levou a praticar esta atividade física? – algumas respostas foram:

*“Necessidade de praticar esporte, sinto falta”.*

*“Mais barato, pelo ambiente, muita gente”.*

*“Bem corporal, cuidar do corpo fisicamente”.*

*“Coisa boa para o corpo, se sente melhor, passa a ter alimentação balanceada”.*

*“Diversão, atividade física, sair do sedentarismo”.*

*“Por esporte”.*

Como podemos observar, com exceção de uma resposta, as outras cinco estavam relacionadas aos cuidados com o corpo ou à realização da prática corporal.

A partir disso, chegou-se à conclusão que todas as pessoas contatadas até aquele momento (as nove pessoas do questionário anterior e as oito do questionário reelaborado) vão ao parque para a realização das práticas corporais e/ou pela preocupação com o corpo. Isto permitiu pensar que o grupo a ser pesquisado poderia ser composto por algumas destas pessoas contatadas que estavam realizando atividades físicas no parque. Neste caso, a musculação seria uma opção favorável, já que esses praticantes ficam em um espaço específico do parque e pela característica da própria prática não seria talvez tão inconveniente fazer observações e perguntas durante um exercício e outro dos praticantes. Enfim, havíamos encontrado o grupo que participaria da pesquisa, os sujeitos que fazem, dentre outras práticas, a musculação.

Até esse momento, tínhamos, portanto, cinco praticantes de musculação que estariam dentro dos critérios adotados para a identificação do grupo, todos dos contatos feitos após a reformulação do questionário. No primeiro grupo de pessoas contatadas, antes do questionário ser reformulado, haviam também três praticantes de musculação, mas não foi possível encontrá-los posteriormente. Cinco praticantes de musculação parecia um número insuficiente, considerando possíveis eventualidades que poderiam ocorrer durante o período da pesquisa, como impedimentos por parte dos entrevistados, o que acarretaria indisponibilidade para nossos encontros. Parecia prudente ter um número maior de pessoas para serem acompanhadas.

Assim decidido, foram contatadas mais seis pessoas no espaço da musculação, além dos cinco rapazes que já estavam inclusos no grupo, em um total de onze.

No início da pesquisa, um dos participantes comentou sobre uma amiga que também freqüentava o parque somente para a prática da caminhada, dizendo que ambos iam sempre juntos e sugeriu a participação dela na pesquisa. Ao considerar a atitude gentil por parte dele, não foi recusada a sugestão, embora ela não estaria inicialmente no grupo a ser pesquisado. No entanto, os encontros com ela foram ficando cada vez mais difíceis e acabamos não dando continuidade às entrevistas.

Esse mesmo fato ocorreu também com um dos rapazes que, por motivo de trabalho, não pôde mais freqüentar o parque. Com outros três rapazes, não foi possível contatos posteriores, pelo fato dos mesmos não serem encontrados no número de telefone dado. Dessa maneira, sete rapazes participaram efetivamente da pesquisa, permitindo que fosse realizado um estudo de tipo etnográfico sobre a “mediação” das práticas corporais.

O grupo pesquisado, formado por praticantes de musculação, foi composto apenas por homens. A idéia inicial era entrevistarmos homens e mulheres, no entanto, não encontramos mulheres realizando musculação. Pelas nossas observações, algumas mulheres entram no local, mas não fazem as práticas; normalmente acompanhadas, ficam apenas esperando o acompanhante fazer os exercícios ou ambos fazem somente alongamentos e saem rapidamente.

Essa quantidade de participantes pareceu suficiente para os objetivos propostos nesse trabalho, uma vez que pudemos realizar seis encontros com cada entrevistado, o que possibilitou aprofundamentos nos dados. Uma maior quantidade poderia ocasionar saturação dos mesmos, o que nada acrescentaria a uma pesquisa qualitativa como esta ou não conseguiríamos fazer vários contatos com cada participante.

Dentre os dias de visita ao parque para a realização dos contatos com os praticantes (terças e quintas-feiras, sábado e domingo), o sábado e o domingo foram os dias que pudemos encontrar os participantes da pesquisa. Mas, após os contatos iniciais, foram necessários encontros em dias da semana também, devido a mudanças de rotina nos horários dos entrevistados. Por isso, algumas terças, quintas e sextas-feiras foram incluídas nos agendamentos para os encontros.

Apesar da diversidade de horários para os encontros, as manhãs de sábados e domingos e as tardes dos dias de semana foram os períodos em que os entrevistados tinham mais disponibilidade para a participação na pesquisa.

Ao descrevermos as entrevistas, não citaremos nomes, de modo a cumprir com nossas garantias de sigilo aos entrevistados, utilizaremos as iniciais de seus nomes (A., B., E., F., L., R. e S.).

Dos sete rapazes, cinco foram acompanhados e entrevistados somente no parque, nos horários destinados às práticas corporais, com uma única exceção – o entrevistado R., uma das entrevistas foi em sua própria casa, devido às restrições de horários do mesmo e por sua própria sugestão.

Com outros dois rapazes, a maior parte dos encontros ocorreu ou no local de trabalho ou numa academia de escalada, local freqüentado pelos mesmos para a prática dessa outra modalidade. Devido às atividades diárias dos mesmos, dificilmente tinham previsão do dia e horário que poderiam ir ao parque, levando-os a concordar com a realização dos encontros em outro local.

Com cada entrevistado foram realizados seis encontros, com exceção do participante R., com o qual foram possíveis apenas cinco. Esse número pareceu necessário e suficiente para os objetivos da pesquisa. A cada encontro foi possível fazer aprofundamentos nos temas discutidos. Além disso, a presença no espaço da musculação por vários dias permitiu contato com outros praticantes que não estavam sendo entrevistados formalmente. Essas informações, gentilmente fornecidas, foram enriquecedoras para este estudo.

Durante a pesquisa de campo foi possível encontrar o Sr. N., um praticante de musculação que freqüenta o parque há 15 anos. Ele foi citado por alguns entrevistados e, em um dos dias que estávamos no parque, foi possível encontrá-lo e marcamos uma entrevista. Ao fazermos uma breve descrição de cada um dos entrevistados no subcapítulo seguinte, optamos por incluir um relato sobre o Sr. N., embora o mesmo não tenha participado formalmente do grupo pesquisado.

## **1.2 Os praticantes de musculação**

### **Entrevistado A.**

A. tem 29 anos, é técnico químico e está fazendo cursinho pré-vestibular. Já foi casado, mas atualmente está separado. Sua renda mensal é de R\$ 1.000,00 a R\$ 2.000,00, não tem carro ou apartamento próprios. Após a separação, que aconteceu recentemente, foi morar com o pai e não tem filhos.

O entrevistado mora próximo ao parque, região de moradores de classe média-alta e alta, e há seis meses tem mantido frequência mais regular, embora com pouco tempo para fazer as práticas devido principalmente aos estudos e ao trabalho. Já havia freqüentado o parque acerca de 8 ou 9 anos atrás. Naquela época, praticava corrida e na musculação fazia mais flexão de braço, exercícios na barra fixa e abdominais. Sua rotina de vida e o fato de sua ex-esposa não gostar desse tipo de programação contribuiu para que ele, ao longo de alguns anos, deixasse de ter esse hábito. Com a separação tem procurado voltar a fazer coisas que gostava, dentre elas, as práticas corporais.

Atualmente, A. tem mantido frequência ao parque de 2 a 3 vezes por semana. As práticas que realiza são: corrida, ciclismo e musculação, esta última ele procura fazer duas vezes por semana. Durante a pesquisa foi possível perceber que as mudanças em seu horário de trabalho dificultaram a frequência ao parque. Durante algumas semanas, conseguiu ir apenas aos finais de semana e, às vezes, escolhendo entre o sábado e o domingo.

Ele já fez musculação em academias de ginástica duas vezes, mas não ficou mais que seis meses. A experiência na academia ajudou-o a aprender algumas coisas sobre a prática; procura não fazer com muito peso e também não faz completo. Os exercícios são feitos apenas para a musculatura do peito, costas, braços e abdômen e são realizados seguindo certo número de séries e repetições. Exercícios para pernas ele não faz, acha cansativo e chato e prefere andar de bicicleta. No decorrer dos encontros comentou que não tinha muito tempo para fazer os exercícios, então priorizava a musculatura do peito e ombro, partes do corpo que ele notou ter mais resultado. Exercícios para braço e antebraço ele disse que não estava fazendo devido à questão de tempo.

Os principais meios que o entrevistado utiliza para se informar é a televisão e o jornal, embora ultimamente tem assistido poucos programas televisivos devido aos seus compromissos diários. Afirmou que quando assistia televisão de madrugada, gostava do “Programa do Jô” e do “Jornal da Globo”. No momento, o Jornal Correio Popular, distribuído em Campinas e região, é o meio mais utilizado por ele para se informar.

No último encontro, A. comentou sobre o mastro que foi retirado do espaço da musculação. Segundo ele, há nove anos havia ali um mastro com duas cordas que era um grande atrativo para as crianças, que, por motivo de precaução, havia sido retirado. O entrevistado também comentou que a área foi reformada e que antigamente o cercado era de tela e não de grades como é atualmente, por causa disso um amigo dele chamava o local de galinheiro.

Essas informações sobre a reforma foram confirmadas e mais detalhadas pelo Sr. N. Nesse dia foi possível conhecê-lo.

### **Sr. N.**

Sr. N. tem 74 anos, figura alegre, simpática e carismática. De maneira atenciosa e paciente concordou em responder algumas perguntas após breve explicação sobre a pesquisa.

Ele começou a praticar musculação na década de 50, no Clube Campineiro de Regatas e Natação, sendo praticante e participante de campeonatos por 15 anos nessa modalidade esportiva. Durante outros 15 anos ficou sem praticar, tornando-se freqüentador assíduo do parque a partir de 1985 ou 1987. Atualmente faz musculação às terças, quintas e domingos.

Nota-se que ele é uma pessoa muito querida entre os praticantes, conversa com todo mundo, faz brincadeiras, mede o tamanho dos braços dos rapazes e ajuda sempre que é solicitado. Ele fabricou alguns ganchos para que as placas de peso pudessem ficar presas aos pesos maiores, na tentativa de tornar possível uma progressão nos exercícios. Além disso, de vez em quando faz trocas de cabos dos aparelhos quando os mesmos se rompem e recolhe folhas e galhos de árvores que caem no chão. Apesar do parque ter funcionários para os serviços de manutenção, durante a pesquisa não foi possível encontrar nenhum deles nessa área.

Sr. N. se lembra da antiga fazenda Taquaral, afirmando que o administrador da mesma batizou o seu filho. Recorda-se também que foi no governo do prefeito Orestes Quércia que o parque foi inteiro cercado. Ao ser questionado sobre a

construção daquela área específica do parque, ele disse que um dos funcionários, Sr. Nestor<sup>3</sup>, foi o responsável por tornear alguns pesos brutos que haviam sido doados, colocando-os à disposição para uso em uma área reservada do parque, local mantido até hoje. Durante todos esses anos, após a iniciativa do Sr. Nestor, não havia ocorrido nenhum tipo de reforma ou mudança em tal área. Somente em outubro/2001 foi iniciada uma reforma que, segundo Sr. N., custou alguns cortes de árvores desnecessariamente e foi colocado um outro tipo de cerca, dado também lembrado por A. Segundo o Sr. N., nesse período tiraram todos os aparelhos do lugar parecendo até que não haveria mais a área de musculação devido à demora da reforma. Até que um dia ele viu alguns funcionários recolocando os aparelhos e os mesmos não se lembravam da organização antiga. O Sr. N. ajudou-os na tarefa, indicando onde cada aparelho deveria ficar. O interessante é que praticamente não houve trocas de aparelhos ou algum tipo de manutenção, somente a inclusão de um saco de boxe doado e que foi destruído, segundo o informante, pelos próprios praticantes, depois de pouco tempo da colocação (o Sr. N. mostrou a corrente e o mastro que sustentava o mesmo). Uma das críticas feitas por ele foi o corte das árvores que faziam sombra para os praticantes. Hoje os mesmos ficam expostos ao sol. Parece que uma das árvores foi cortada porque o tronco estava apodrecido e corria o risco de cair, mas para o corte das demais, segundo o Sr. N., não há justificativas.

Quando estávamos terminando a entrevista, um dos rapazes veio nos oferecer água de coco. Enquanto o Sr. N. tomava um pouco, o rapaz fez alguns elogios dizendo que ele era o pai de todos que estavam ali.

### **Entrevistado B.**

B. é um rapaz de 21 anos de idade, solteiro, mora com a família, sua casa e seu trabalho ficam próximos ao parque. Ele trabalha em um *pet shop* e escolheu o item “até R\$ 1.000,00” como o valor de sua renda mensal. Não possui carro próprio.

---

<sup>3</sup> A secretária do DPJ confirmou a informação de que um ex-funcionário do parque chamado Nestor, foi quem

Como B. mora próximo ao parque, é freqüentador do mesmo desde a infância, quando ia jogar futebol e vôlei com os amigos. A musculação ele tem feito desde 2000.

Sua média de freqüência para a prática da musculação é de 3 ou 4 vezes por semana, pela manhã. Nossos encontros ocorreram sempre aos sábados e domingos, dias em que outros praticantes também tinham disponibilidade para a pesquisa. Musculação e jogar vôlei são as práticas que atualmente ele realiza no parque, embora ele tenha comentado sobre problemas em um dos pés, impedindo-o de jogar naquelas semanas. Em uma das entrevistas ele também contou que havia feito caminhada junto com um amigo.

B. faz somente exercícios para as musculaturas do peito e braços. Ele aprendeu a fazê-los com um vizinho seu que é professor de educação física e proprietário de academia de ginástica. Comentou ter ficado uns três meses nessa academia aprendendo também com os professores de lá. Depois ele não pôde mais freqüentar o local por questões financeiras. Esse seu amigo é citado em vários momentos de nossos encontros, dando a impressão de que o mesmo é uma referência de beleza corporal para B. e uma pessoa bastante influente em sua opção pela musculação.

Os principais meios de informações citados foi a televisão e revistas. Nas entrevistas B. afirmou assistir a novela “Amigas e Rivais” e o programa “Esporte Espetacular”. Sobre as revistas em um dos encontros mencionou a Revista Cláudia.

### **Entrevistado E.**

E. tem 25 anos, é solteiro, trabalha no controle de qualidade de uma indústria farmacêutica e também estava fazendo cursinho para os exames vestibulares. Sua renda mensal concentra-se no intervalo entre R\$ 1.000,00 e R\$ 2.000,00, não tem nem casa nem carro próprios. Ele mora com a mãe e os irmãos. Os pais são separados. Sua casa está localizada próxima ao parque.

---

teve a iniciativa para a construção da área da musculação.

O entrevistado faz musculação desde janeiro de 2002 e durante os meses da pesquisa passou a ter regularidade diária na prática da musculação e mudanças em seus horários de frequência. Tem dias que ele vai no período da manhã ou ao final da tarde. Nossos encontros geralmente ocorreram nas quintas-feiras à tarde ou sábado/domingo pela manhã.

Como ele mora próximo ao parque, desde criança é frequentador do mesmo. Lembrou que na infância brincou no *playground* e já jogou futebol, basquete, vôlei e vôlei de praia nesse local, sendo que atualmente somente faz musculação. Comentou que após terminar a fase do vestibular pensa em voltar a jogar o vôlei de praia com os amigos. Ele gostaria de ter investido na carreira de jogador, chegou até a passar em uma seleção para um time que treinava vôlei no parque quando tinha 17 anos, mas não foi possível dar continuidade porque estava desempregado e, justamente nessa época, conseguiu arrumar emprego e não poderia participar dos encontros com o time.

Atualmente, ele pratica somente musculação e organiza seus exercícios de maneira sistematizada, além de rigoroso controle alimentar.

Pela sua programação, às terças, quintas-feiras e sábados faz exercícios para braço e peito; às quartas, sextas-feiras e domingos faz exercícios para costas, pernas e ombro.

No início, um senhor que tem academia o ensinou a fazer os exercícios. Além disso, os amigos que frequentam o parque e amigos que frequentam academias lhe deram algumas informações sobre como fazê-los. Outras fontes utilizadas por ele para obter mais informações sobre a musculação e a alimentação é a *internet* e matérias de revista. Citou e fez alguns comentários sobre a edição especial da Revista Veja (2002) sobre o tema saúde. Os meios mais utilizados por ele para informações de maneira geral é a Revista Veja (ele é assinante); o Jornal Correio Popular, distribuído em Campinas e região; livros não específicos de musculação; costuma ouvir rádio pela manhã e a televisão – afirmou assistir mais filmes. Ao considerar todos esses meios de informação, E. comenta que as opiniões de praticantes, especialistas e cientistas com relação à

prática da musculação não é unânime, existem contradições e diferentes entendimentos com relação a essa prática.

O entrevistado também comentou sobre a reforma feita, recentemente, naquela área, dizendo que: *“em uma cidade como Campinas, um parque desse, antigo, e o pessoal não cuida, com um monte de gente que usa aqui...só colocaram esse ferro [a grade delimitando a área], pintaram, mas aqui dentro nada”*.

Durante os encontros, E. manifestou várias vezes o desejo de freqüentar academia de ginástica, sendo que o mesmo é exceção no grupo pelo fato de nunca ter realizado suas práticas em academias de ginástica.

### **Entrevistados F. e S.**

F. e S. são dois amigos que estavam juntos no dia em que fizemos o primeiro contato para a pesquisa. Além de compartilharem os encontros no parque, os dois rapazes moram próximos, no bairro Centro-Cambuí, região nobre de Campinas. É um bairro próximo ao centro da cidade de Campinas, com moradores de classe média-alta e classe alta. Eles também freqüentam a mesma academia de escalada e em alguns finais de semana viajam juntos para praticar a escalada no meio natural. No trabalho, S. presta serviços ao F.

Devido à dificuldade de realização das práticas no parque em dias e horários fixos, ou pela impossibilidade de programarem os dias e horários das práticas com certa antecipação, os entrevistados preferiram realizar os encontros no local onde praticam a escalada e/ou na agência de publicidade de F. Somente em um dos encontros, F. foi entrevistado na agência de publicidade e, em seguida, o S. na academia de escalada. Nos demais, ambos foram entrevistados nos mesmos locais, sempre no mesmo dia e em horários próximos. Os encontros ocorreram em diferentes dias da semana e sempre no final da tarde.

## Entrevistado F.

F. tem 25 anos de idade, mineiro da cidade de Poços de Caldas, é solteiro, publicitário, um dos sócios-proprietários de uma agência de publicidade, possui renda mensal entre R\$ 2.000,00 e R\$ 4.000,00 e tem carro próprio. Ele mora sozinho, a família mora em Poços de Caldas, não tem apartamento próprio.

Ele freqüenta o parque há cerca de 5 anos, no entanto, não possui dias e horários fixos para a ida até lá. O trabalho é um dos principais fatores que limita sua regularidade nas práticas corporais que realiza.

As práticas que já realizou no parque foram: corrida, ciclismo e musculação, essa última com menos freqüência que as demais. Ele tem em sua casa a barra fixa – um dos aparelhos disponíveis na área da musculação do parque – mas disse que, às vezes, gosta de fazer no parque porque pode tomar sol. Além da barra fixa, ele faz exercícios na barra paralela e flexões de braço em um aparelho circular que fica no chão. Os finais de semana são dias que ele tem mais disponibilidade para realizar tal prática. Contou também que já correu no parque à noite, após o trabalho, mas não pôde usar o espaço da musculação, afirmando que lá é freqüentado por homossexuais a partir de determinado horário. Ele comentou que já foi freqüentador de academia de ginástica e, quando precisa de informações sobre os exercícios, busca orientação nesses locais.

O primeiro contato que fizemos ele estava na área da musculação, mas no decorrer dos meses da pesquisa, seus horários ficaram mais restritos, impedindo-o de ir ao parque, uma ou outra vez comentou que havia ido para lá correr. Atualmente, a prática corporal a qual ele mais se dedica é a escalada, na academia em que freqüenta, e também viaja para outras cidades para escalar no meio natural. Já foi participante de campeonatos, com bons resultados, no entanto, ele justificou não poder dedicar-se mais devido ao trabalho.

Os meios que ele mais utiliza para se informar são revistas nacionais (citou revistas assinadas em sua empresa, dentre elas, Vip e Veja) e internacionais (revistas específicas de escalada), *internet*, televisão, jornal, rádio e fitas de vídeo de escalada.

## **Entrevistado S.**

S. tem 24 anos, é solteiro, sua renda mensal se concentra no valor entre R\$ 1.000,00 e R\$ 2.000,00 e tem carro próprio. Mora sozinho, o apartamento é alugado. Sua família é de Piracicaba, veio à Campinas para fazer o curso de arquitetura na PUC (Pontifícia Universidade Católica) e está no último ano, sendo que já tem realizado projetos arquitetônicos na região e imediações. Tem planos de, ao término do curso, procurar emprego na cidade de São Paulo, acredita que lá terá melhores oportunidades em sua área.

O entrevistado frequenta o Parque Portugal desde 1997, quando começou a correr junto com um amigo, mas aos poucos os horários não foram mais dando certo, então ele ia sozinho para dar uma volta e conhecer pessoas novas. Naquela época fazia musculação em academia de ginástica e achava chato e cansativo, preferindo ir ao parque. Lá ele poderia, dentre outras coisas, conhecer pessoas novas, os “habituês” da Lagoa, como ele próprio se refere às pessoas que optam por realizar suas práticas no Parque Portugal. E também é esse o sentido da inclusão de tal termo ao título deste capítulo.

No ano de 1999, quase não frequentou o parque e, em 2000, fez uma viagem para a Itália, com duração de um ano. A partir dessa experiência pôde observar diferenças entre os parques da cidade de Campinas e de regiões fora do Brasil. Pelo que ele tem notado, em Campinas, faltam parques para serem frequentados, locais de convívio social, lazer comunitário, sem precisar pagar por isso. Segundo ele, fora do Brasil os parques públicos são muito usados e aqui as pessoas têm receio de frequentar parques, em parte por preconceito devido à violência.

A prática de esportes sempre foi constante em sua vida. Já praticou judô, jiu-jitsu e boxe, natação pratica regularmente e, na Itália, começou a se interessar por escalada. Atualmente, corre e faz musculação no parque, além da escalada e natação que pratica em outros locais. Procura manter uma programação diária de atividades físicas mesmo com seus horários flutuantes e frequenta o parque sem um prévio planejamento.

Na musculação, ele afirma não fazer trabalho com os pesos, só exercícios na barra fixa. Sua escolha parece próxima a de F. Para S., a musculação contribui para que o corpo ganhe mais resistência. O entrevistado explicou que, na escalada, aprendeu bastante sobre essa questão porque lá se trabalha muito com o peso do próprio corpo. Na época em que freqüentava academia de ginástica, ele achava a musculação monótona, repetitiva, demorava muito tempo para obter resultados. Pela sua experiência, chegou à conclusão de que é muito difícil ter consciência e saber qual a quantidade correta de repetições dos exercícios.

Os principais meios de informação que utiliza é a *internet*, televisão, Jornal Folha de S. Paulo e revistas (*Time*, *Wall Paper*, *Casa Vogue* e outras que eventualmente compra).

### **Entrevistado L.**

L. tem 27 anos, mineiro da cidade de Uberlândia, solteiro, tem uma namorada que mora em sua cidade natal. É Fisioterapeuta e está em Campinas desde o início do ano, fazendo um curso de especialização. Atualmente, trabalha em hospital e possui renda entre R\$1.000,00 e R\$ 2.000,00. Tem carro próprio, mas não possui casa ou apartamento próprios. Mora sozinho e sua casa fica nas proximidades do Parque Portugal. É provável que, ao término do curso de especialização, o entrevistado volte para Uberlândia.

Inicialmente, L. disse que somente há algumas semanas havia começado a freqüentar o parque e que gostaria de fazer exercícios todos os dias. Embora tenha revelado não gostar muito das práticas corporais escolhidas, mas que no momento era o que poderia fazer, já que estava em contenção de gastos e não queria gastar dinheiro com mais nada. As práticas que ele realiza são caminhada, corrida e musculação. Durante a pesquisa foi possível notar que, dentre alguns fatores, os estudos e o trabalho lhe impediam de manter freqüência diária ou regular ao parque. Inicialmente, os encontros foram marcados às terças-feiras ao final da tarde, mas devido aos compromissos do entrevistado, alguns encontros foram realizados aos sábados e domingos pela manhã.

Em Uberlândia, L. desde criança praticou esportes, primeiramente pela escolha dos pais, depois por sua própria opção. As modalidades já praticadas foram: natação, tênis, futebol e um tipo de aula oferecida em academias de ginástica chamada *body pump*.

O entrevistado não segue sistematização rigorosa na musculação, faz poucos exercícios, somente aqueles que lhe dá vontade de fazer no dia em que vai ao parque. Normalmente privilegia os exercícios para musculatura do peito, dorsal (os demais praticantes se referem a essa região do corpo como costas), ombro e braço, sendo peito e ombro os grupos musculares que mais gosta de exercitar.

A televisão e o jornal são os meios mais utilizados para informação. Os programas televisivos que mais assiste é o “Jornal Nacional” e o “Programa do Ratinho”. Quanto ao jornal fez referência ao “Estado de São Paulo”.

### **Entrevistado R.**

O entrevistado R., baiano, tem 30 anos de idade e é solteiro. Atualmente não tem renda fixa por estar desempregado. É estudante do curso de administração, o que tem possibilitado a ele a oportunidade de realização de estágio na área e obtenção de bolsa de estudos em iniciação científica. Quando questionado sobre o fator “renda” optou pela alternativa “até R\$ 1.000,00” com a observação de que não está trabalhando no momento. Possui carro próprio e mora com a família, que está em Campinas há cinco anos. Sua casa está localizada no bairro Costa e Silva, bairro próximo ao parque, com características de uma área residencial, com moradores de classe média baixa.

R. já frequentou academia de ginástica e atualmente mantém frequência diária somente no parque, durante a semana costuma ir à tarde e, aos finais de semana, no período da manhã. Geralmente o sábado ou domingo são dias para descanso e, normalmente, no sábado ele só caminha. As práticas que realiza são: musculação, caminhada e corrida. Ele também comentou sobre o círculo de amizades que construiu no parque, junto a pessoas que praticam musculação, no

mesmo horário que ele. Eles procuram fazer contatos em outros momentos, fora do parque, por e-mails e telefonemas.

Quanto à organização da prática da musculação, o entrevistado realiza os exercícios de maneira sistematizada, dividindo os exercícios de acordo com partes do corpo. Assim, em um dia ele faz exercícios para a musculatura do peito e costas e no outro para braços e pernas. A maneira como ele se orienta e a forma como realiza os exercícios foi aprendida com pessoas do próprio espaço, com amigos professores de Educação Física e um amigo dono de academia de ginástica.

Durante a pesquisa, vários encontros tiveram que ser adiados devido aos compromissos de R. Aos poucos foi possível perceber que acompanhá-lo na musculação trazia-lhe certo incômodo, talvez pelo fato dele ter amizades nesse espaço e a presença de uma pesquisadora parecia lhe causar constrangimentos. Deixá-lo à vontade para a escolha do momento em que conversaríamos era, em princípio, o melhor a fazer.

A televisão e a *internet* foram os principais meios de informação citados. R. afirmou obter informações sobre o peso ideal na *internet* e fez referência aos programas “Sandy e Junior” e “Malhação” como sendo programas que difundem padrões corporais de beleza.

Devido aos seus compromissos, ocasionando desencontros no parque, R. preferiu realizar a última entrevista em sua casa.

### **1.3 A pesquisa de campo**

A pesquisa de campo foi realizada com base no referencial teórico-metodológico de eixo cultural e constituiu-se em um estudo de tipo etnográfico com os praticantes de musculação no Parque Portugal.

Geertz (1989), antropólogo americano, esclarece o que é a prática etnográfica:

*“(...) praticar etnografia é estabelecer relações, selecionar informantes, transcrever textos, levantar genealogias, mapear campos, manter um diário, e assim por diante. Mas não são essas coisas, as técnicas e os processos determinados, que definem o empreendimento. O que o define é o tipo de esforço intelectual que ele representa: um risco elaborado para uma ‘descrição densa’” (p.15)*

Ou seja, ao aproximar-se dos praticantes de musculação para compreender o que fazem, como fazem e como justificam aquilo que fazem, a tentativa foi a de identificar o significado das práticas que realizam no parque e como compreendem as influências da mídia com relação ao corpo e as práticas corporais. Para isso, foram necessárias não somente observações, anotações, questionamentos, entrevistas, mas um esforço intelectual para interpretar o que fazem e dizem. Essa interpretação foi feita procurando identificar o não dito.

Durante os cinco meses de realização da pesquisa de campo, tivemos a oportunidade de receber informações não somente dos entrevistados, mas de diferentes pessoas que estão no parque como os funcionários da administração e outros praticantes que não estavam sendo acompanhados com entrevistas formais, mas estavam no ambiente da pesquisa.

O diário de campo foi um instrumento fundamental. Nele foram anotadas todas as observações, comentários feitos pelos praticantes de musculação, brincadeiras entre os mesmos, os eventos que se realizaram durante o período das visitas como a prova pedestre chamada “Corrida Integração”<sup>4</sup>, o aniversário de 30 anos do parque, o Dia das Crianças e diversas atividades e pessoas que a cada dia faziam do parque um espaço sempre renovado, principalmente aos sábados, domingos e feriados, dias que havia um número maior de pessoas e de atrações como os palhaços que ficam pintando as crianças, os grupos de *clown*, apresentações musicais, grupos de visitantes levados por entidades, a movimentação das pessoas, as vozes das crianças.

---

<sup>4</sup> Segundo as informações de um membro do CUCA (Corredores Unidos de Campinas), trata-se de uma corrida com percurso de 10km. É uma corrida tradicional na cidade de Campinas que acontece uma vez ao ano. De acordo com as informações da mídia local, no ano de 2002 teve cerca de 5.000 inscritos.

Ao descrever todas as informações recebidas e observadas, procuramos realizar algo próximo a uma “descrição densa” (Geertz, 1989). Ou seja, foi feita uma interpretação das estruturas significantes relacionadas à prática de musculação. Geertz (1989) é cauteloso ao reconhecer os limites da prática etnográfica, afirmando que se trata de uma interpretação de segunda e terceira mão, já que somente o sujeito da pesquisa faz a interpretação em primeira mão, pois é a sua cultura que está sendo descrita (Geertz, 1989). Trata-se, portanto, de uma construção por parte do pesquisador. Ao reconhecer esses limites, o autor identifica três características da descrição etnográfica:

*“(...) ela é interpretativa; o que ela interpreta é o fluxo do discurso social e a interpretação envolvida consiste em tentar salvar o “dito” num tal discurso da sua possibilidade de extinguir-se e fixá-lo em formas pesquisáveis (...)”* (Geertz, 1989, p.31).

Há ainda uma quarta característica que o autor identifica em seu modo de praticar a etnografia – *“ela é microscópica”* (Geertz, 1989, p.31). Essa parece ser uma característica que delimita o campo do pesquisador, embora o autor reconheça que isso não significa que não haja interpretações antropológicas em grande escala, de sociedades inteiras. Pelo contrário, o autor propõe uma extensão das análises a contextos mais amplos, ou seja, ao fazer uma descrição densa da cultura de grupos ou sociedades específicas, o antropólogo parte de tal contexto para compreender questões mais amplas da estrutura social. Neste estudo, podemos dizer que foi feita esta tentativa. Ao realizar a descrição densa sobre o conjunto de significados que os praticantes de musculação atribuem a tal prática e o modo como compreendem as influências da mídia, propomos uma reflexão sobre questões inseridas na estrutura social referentes à saúde, beleza corporal, questão pública, ideologia da mídia etc.

Segundo André (1995), em pesquisas desse tipo temos *“(...) a preocupação com o significado, com a maneira própria com que as pessoas vêem a si mesmas, as suas experiências e o mundo que as cerca”* (p.29). Portanto, ao traduzir e

interpretar os dados, procuramos retratar essa visão pessoal dos participantes da pesquisa.

Essas idéias são também próximas do que Thompson (2000) entende por “metodologia da interpretação”, proposta que envolve um conjunto de procedimentos provenientes das ciências humanas. O referido autor tem como base para o estudo das formas simbólicas a tradição da hermenêutica, origem dos trabalhos dos filósofos dos séculos XIX e XX - especialmente Dilthey, Heidegger, Gadamer e Ricoeur. Thompson (2000), baseando-se nesses pensadores, afirma que *“o estudo das formas simbólicas é fundamentalmente e inevitavelmente um problema de compreensão e interpretação”* (p.357). Ele também chama a atenção para a natureza do objeto de nossas investigações: *“(...) é, ele mesmo, um território pré-interpretado”* (p.358). Isso porque, ao penetrarmos no mundo sócio-histórico, estaremos não apenas em um campo-objeto, mas também em um campo-sujeito (Thompson, 2000). Nesse sentido, o autor afirma que:

*“Os sujeitos que constituem o campo-sujeito-objeto são, como os próprios analistas sociais, sujeitos capazes de compreender, de refletir e de agir fundamentados nessa compreensão e reflexão”* (p. 359).

Para nossa aproximação com praticantes de musculação era necessário a disposição de compreender o seu universo, interagindo com os mesmos. Por isso, entendemos os participantes da pesquisa, ao mesmo tempo, como sujeitos e objetos de pesquisa.

Nos primeiros encontros a dúvida era: “Como entrar em um espaço que é masculino?”, “O que seria mais prudente, esperá-los do lado de dentro ou fora da área da musculação?”. Aos poucos foi possível perceber que com cada um dos participantes havia uma maneira particular de se relacionar. Com alguns não havia problemas esperar dentro, com outros era necessário paciência para se sentirem mais à vontade e permitirem a entrada de uma estranha naquele espaço.

A aproximação-distanciamento em relação à experiência vivida dos sujeitos pesquisados foi fundamental para termos acesso aos significados que os mesmos atribuem à musculação. Ou seja, a tentativa era compreender a lógica que os

praticantes seguem para justificar sua prática. Para isso, era necessário aproximar-se deles, mas ao mesmo tempo distanciar-se das influências culturais que também recebemos por viver no mesmo meio social que os entrevistados. Esse exercício contínuo possibilitou o acesso ao conjunto de significados que os mesmos atribuem à sua prática.

A relação pesquisador e pesquisado, por ser interativa, é também repleta de emoções, recusas, dúvidas, curiosidades, sutilezas. Em alguns momentos parecia que os papéis estavam invertidos, os entrevistados mostravam-se curiosos sobre assuntos que diziam respeito à atividade da pesquisadora ou temas que se relacionavam com faculdade, vestibular, Educação Física e, na medida do possível, as questões foram respondidas. Isso talvez tenha contribuído para o fortalecimento da confiança entre ambas as partes. Em outros momentos surgiam situações imprevistas como o dia em que o entrevistado L. estava aborrecido com um acontecimento em seu trabalho e mesmo assim se dispôs a realizar a entrevista. Um outro dia inesperado foi o encontro com o Sr. N., conhecido de vários praticantes. Ele contou alguns fatos presenciados ao longo desses anos de prática, o que foi enriquecedor para a pesquisa.

Além de identificar e analisar o significado das práticas corporais para os freqüentadores do parque, foi também possível interpretar matérias da edição especial da Revista Veja (2002), dedicada ao tema saúde. A publicação de tal revista coincidiu com o período da pesquisa de campo e foi citada por um dos entrevistados. A análise foi feita com base nas formulações de Thompson (2000).

O referido autor constrói seu referencial teórico-metodológico a partir da combinação de vários métodos de pesquisa das ciências humanas, para que seja possível identificar, por um lado, o que os receptores pensam sobre as formas simbólicas transmitidas pela mídia e, por outro, como as instituições da mídia constroem a estrutura de transmissão das formas simbólicas. Referindo-se a esta última, o autor afirma que: *“os objetos e expressões que circulam nos campos sociais são também construções simbólicas complexas que apresentam uma estrutura articulada”* (p.369). Por isso, o autor afirma que essa característica exige uma fase de análise específica, denominada análise formal ou discursiva. A partir

dessas formulações do autor e dos modos de operação da ideologia, descritos pelo mesmo, foi possível fazer a desconstrução das estruturas das formas simbólicas de algumas matérias dessa edição especial da Revista Veja (2002)<sup>5</sup>.

Para a realização das entrevistas, nos primeiros encontros os participantes eram questionados sobre os hábitos com relação às práticas corporais, o período de tempo que freqüentam o parque, os horários em que costumam estar lá e a freqüência. Em seguida, eram questionados sobre os hábitos diários voltados à informação geral, quais eram os principais meios de informação que utilizavam. Ao citarem os meios como jornais, revistas ou programas de televisão, a pergunta seguinte era destinada a saber qual jornal, revista, programa de televisão de maneira mais específica.

Outras duas perguntas eram feitas:

1. Qual o significado da musculação e das outras práticas que você realiza aqui no parque? (Alguns entrevistados praticam outras atividades físicas além da musculação. Pensamos que, com essa questão poderíamos ter acesso aos significados que os praticantes de musculação atribuem às práticas que realizam no parque);
2. Você percebe as influências da mídia nessa (s) opção (s)? (Com essa questão pensamos ser possível identificar a maneira como os participantes da pesquisa compreendem as influências da mídia, aproximando-se ou distanciando-se das mesmas).

Essas duas perguntas sempre iniciavam as nossas conversas. No entanto, para que não ficasse repetitivo para os entrevistados responderem a questão elaborada sempre da mesma maneira, e para que pudéssemos aprofundar nas respostas, identificando contradições ou confirmações dos mesmos, a cada entrevista outras formulações eram feitas para esses mesmos tipos de perguntas como:

---

<sup>5</sup> A análise das matérias será apresentada no capítulo III.

Pergunta 1:

- Qual o sentido da musculação para sua vida?;
- O que significa a musculação, as práticas que você realiza aqui no parque?;
- Qual o sentido de fazer musculação aqui no parque?;
- Qual o significado da musculação para você?;

Pergunta 2:

- Você observa as influências da mídia em sua prática?;
- Você acha que as revistas, jornais, televisão, *outdoors*, influenciam essa sua opção?;
- Você percebe a relação entre as influências da mídia e o que você pratica?;
- Você acha que a mídia influencia a sua opção de prática no parque? etc.

De acordo com as respostas dadas surgiam outras questões. Temas como saúde, cuidados alimentares, beleza corporal, orientação de exercícios e relações pessoais, são alguns exemplos de assuntos que faziam parte das entrevistas. As conversas sempre eram encerradas com um último questionamento – você gostaria de dizer mais alguma coisa ou complementar algumas das idéias aqui discutidas? Muitas vezes essa questão foi importante para possibilitar que os entrevistados dissessem algo que queriam, mas que não haviam tido a oportunidade. Por exemplo, em um dos encontros o entrevistado E. comentou que havia feito uma tatuagem recentemente. Não era possível ser notada porque foi feita no braço e estava escondida pela manga da camiseta. Esse foi o momento encontrado por ele para contar e mostrar a novidade.

Consideramos como primeiro encontro o contato inicial com os praticantes de musculação, momento em que era explicado com mais detalhes como seria a

pesquisa, a possibilidade de nos encontrarmos várias vezes no parque ou em outro local que fosse da escolha do participante, além dos dias e horários para os encontros. No primeiro encontro era também feita a entrega do termo de consentimento para a pesquisa, com uma via para o participante, a outra para a pesquisadora, após o mesmo ter lido e concordado com o propósito da pesquisa, e os termos discriminados no documento (Anexo 2). Em seguida, recebiam um segundo documento, referente à declaração de responsabilidade da pesquisadora (Anexo 3).

Nos encontros iniciais, optamos por apenas fazer anotações sobre as observações e entrevistas. Pensamos que essa atitude ajudaria a ganhar a confiança dos entrevistados, para que os mesmos permitissem, sem constrangimentos, a gravação das entrevistas posteriores.

No terceiro ou quarto encontros perguntávamos se era possível gravar a entrevista. Todos os participantes concordaram com o pedido, sem objeções.

Aos poucos procurávamos ficar mais perto dos praticantes. A partir do terceiro ou quarto encontro, era possível acompanhá-los durante os exercícios, conversando nos intervalos de descanso entre um exercício e outro, falando com outros praticantes que estavam presentes naquele dia e horário de práticas, ouvindo comentários, fazendo observações e realizando a entrevista sempre após o acompanhamento no espaço da musculação. O acompanhamento dos participantes F. e S. era diferente, porque ou nos encontrávamos no trabalho do F. ou em uma academia de escalada, local também freqüentado por esses praticantes.

No sexto encontro, os entrevistados eram avisados que as informações obtidas até aquele momento pareciam suficientes para os objetivos da pesquisa. Além disso, eram questionados se outros contatos poderiam ser feitos, caso houvesse necessidade de mais informações. Todos concordaram e se mostraram à disposição para qualquer informação faltante, o que, de fato, ocorreu.

Ao fazer breve revisão das entrevistas, percebemos que dados como a condição sócio-econômica dos sujeitos e a confirmação do estado civil dos mesmos eram importantes para a realização das análises. Ao fazer contato por

telefone com os entrevistados, mostraram-se solícitos em responder sem a necessidade do contato pessoal. Para o item condição sócio-econômica foram elaboradas três questões:

- 1) renda – até 1.000,00  
De 1.000,00 a 2.000,00  
De 2.000,00 a 4.000,00  
Acima de 5.000,00

2) Tem carro próprio? Sim Não

3) Tem apartamento ou casa própria? Sim Não

Ao serem questionados sobre o estado civil, se a resposta fosse “solteiro”, questionávamos se já foram casados ou se haviam namorado durante o período da pesquisa. Caso a resposta fosse “já fui casado”, uma última questão era feita: “você fazia musculação nessa época?”. Embora tivéssemos dados sobre o histórico de atividades físicas dos entrevistados, queríamos saber se era coincidente o período do casamento com a opção pelas práticas corporais. Essa confirmação seria um dado importante, já que foi possível detectar que todos os participantes estavam passando por uma fase de mudanças na vida. Esse dado poderia elucidar as suspeitas com relação à preocupação com as mudanças corporais por parte dos entrevistados e o fato de ainda não terem uma vida estabilizada também na questão familiar.

Após todas essas confirmações, as entrevistas foram transcritas e analisadas, de maneira que foi possível identificar o significado da musculação para os participantes da pesquisa e a compreensão que os mesmos possuem sobre as influências da mídia.

Com o intuito de exemplificar a maneira como a conversa com os praticantes foi conduzida – como as perguntas foram feitas e, a partir das respostas obtidas, outras questões formuladas – segue no Anexo 4 a descrição de

uma das entrevistas com o entrevistado R. Não houve critério específico para a escolha nem do entrevistado nem da entrevista.

Nos capítulos seguintes, ao citar trechos das entrevistas realizadas, analisamos os significados que os praticantes atribuem às práticas que realizam no parque e a maneira como compreendem as influências da mídia com relação ao corpo e às práticas corporais. A análise de trechos das entrevistas e dos dados obtidos na pesquisa de campo será realizada com base em autores que discutem a beleza corporal como sendo uma construção cultural (capítulo II), e a mídia como uma instituição que transmite formas simbólicas, de maneira que, ao difundir as práticas corporais, produz um conjunto de significados que envolve questões como saúde e beleza corporal (capítulo III). Os trechos selecionados permitem, ao mesmo tempo, discutir tais temas partindo das afirmações dos entrevistados e interpretar a maneira como os mesmos justificam o que fazem com base nesses referenciais.

## II – A construção cultural do corpo

### 2.1 A cultura e os sistemas de significação

Compreender o corpo como sendo uma construção cultural parece fundamental para justificar a existência de diferentes padrões corporais de beleza em épocas, grupos ou sociedades específicas. Para isso, iniciaremos esclarecendo o sentido de cultura defendido nesse trabalho.

Geertz (1989) define cultura como sendo condição essencial para a existência humana, e nos fala de um conceito semiótico, em que é necessária a existência de padrões culturais e sistemas organizados de símbolos significantes para dirigir o comportamento humano. O mesmo autor diz acreditar, como Max Weber, que o homem é um animal amarrado a teias de significados que ele mesmo teceu, de maneira que podemos considerar a cultura como sendo essas teias e a sua análise. Por isso, ele nega a Antropologia como ciência experimental em busca de leis, para ser uma ciência interpretativa à procura do significado.

A partir de tal conceito, podemos pensar a nossa vida cotidiana e alguns exemplos dela: qual o significado da musculação para seus praticantes? Como os mesmos interpretam as influências da mídia com relação ao corpo e às práticas corporais?

Os participantes desta pesquisa atribuíram à sua prática um conjunto de significados, alguns exemplos são:

*“Além de exercitar, que você está exercitando, pra cada dia que você vai, você conhece pessoas diferentes (...) você acaba criando um vínculo com essas pessoas, ao ponto de você (...) trocar telefonemas, e-mails e eu acho que deveria ser um lugar que deveria ter mais investimentos” (Entrevistado R.).*

*“Assim, em princípio eu faço mais pra manutenção do corpo mesmo (...) pra questão de estética, saúde também, eu acho que é basicamente isso, de tentar ter distração da mente, tudo isso daí (...)” (Entrevistado S.).*

*“(F., eu queria saber qual o significado da musculação pra você?) Bom, na verdade eu uso ela como um apoio pra escalar, eu acho que é essa intenção (...) chegou num nível que eu preciso ter um pouco mais de força e...é um pouco mais de força pra conseguir fazer os movimentos, conseguir ir pela via escalando” (Entrevistado F.).*

*“Motivo por causa da minha coluna que doía, então fui no médico, comecei a andar aqui, fui correr no Bosque, aí vim um dia aí fazer uns exercícios, porque também fica perto da minha casa, por causa da localização, a intenção não era nem a musculação, era só andar mesmo, fazer trabalho com a respiração, aí um dia eu vim aqui fazer uns exercícios de rotina, aí peguei um peso assim por pegar, no outro dia eu vim de novo, aí foi foi foi (...)” (Entrevistado E.).*

*“É porque aqui no parque serve assim como uma válvula de escape, né, como hoje eu já passei um momento estressante, então eu venho aqui e tento esquecer tudo. Agora, não só musculação, eu vou fazer a musculação depois vou dar uma volta no parque então aqui é mais isso. É mais pra você ter contato com a natureza, com as pessoas, com saúde e tentar esquecer, não os problemas, né, porque eu não tenho problemas, esquecer um pouco a rotina (...) e também igual eu te falei, pra melhorar a auto-estima, né, você tá se condicionando e se sente melhor, você se sente mais bonito, então (...) além de ser uma válvula de escape serve também pra buscar um pouco a auto-estima” (Entrevistado L.).*

Como podemos observar, os significados que os praticantes de musculação atribuem às suas práticas relacionam-se com o ambiente do parque, com as amizades que fazem, com aspectos subjetivos, com outras práticas que realizam e com a recomendação médica. No entanto, o que chama a atenção é a preocupação com a estética corporal, que além de L. e S., nas citações acima, os demais entrevistados também demonstraram esse interesse em outros momentos:

*“(Mas porque você foi atrás desses produtos?) [ele havia comentado anteriormente sobre o consumo de*

produtos como *Mega Mass*, que parece ser um produto específico para quem faz musculação] *A vantagem de você...porque teve época que eu estava muito magro, né, digamos que assim, tava chegando o verão, eu tinha planos de ir pra praia, então 'olha toma isso que você vai ter um resultado mais rápido', né, com colegas tal, até mesmo informação que eu já vi, então eu fui lá e comprei, mas não fez bem. E hoje eu não faço nada"* (Entrevistado R.).

*"Eu acho que o sentido principal da musculação é ganhar um pouco de peso, né, até de massa é...eu emagreci um tempo atrás e agora tenho assim, até recuperado um pouco do peso, não quero recuperar em gordura, né, não é bom, não é saudável, recuperar eu já recuperei, eu quero ganhar um pouco de massa, de peso, mas...praticando atividades esportivas"* (Entrevistado A.).

*"(Como que você explicaria o que é se sentir melhor, o que é esse se sentir bem?) Fisicamente? Acho que tem dois se sentir bem – o físico e o mental. O mental vai da parte da manutenção sabe, de tá fazendo alguma coisa pelo corpo, da manutenção, e o físico dá uma preocupação assim de...se sentir bem pra sair na noite (risos)"* (Entrevistado F.).

*"(...) você estava falando da questão do seu corpo, que você estava muito magro) É, era muito magro, nenhuma...parte do corpo era definida, quando eu comecei a fazer eu não tinha noção do que era assim, peso. Tem um mês, dois meses, nove meses, já dava algum resultado, sabe, não foi nem eu que percebi, foi minha mãe, meu irmão tal. E quis continuar porque eu estava me sentindo bem mesmo"* (Entrevistado E.).

*"(B. eu queria que você me falasse qual é o sentido da musculação pra você aqui no parque ) (...) ah, mais pra ficar em forma, né, pra num... (ficar em forma como?) Pra num...engordar muito...pra ficar com a aparência mais forte também (...)"* (Entrevistado B.).

Essa preocupação com a beleza corporal parece associada às fortes influências da mídia, que transmite cotidianamente mensagens lembrando os sujeitos sobre os cuidados com a saúde e beleza corporal. Ou seja, parece haver

uma lógica cultural que relaciona as práticas corporais a determinados padrões corporais de beleza, influenciando também os praticantes de musculação do Parque Portugal.

Dentre outros autores que discutem cultura, Durham (1984) afirma que o corolário dessa concepção de que a vida social é ordenada através de símbolos organizados em sistemas é “(...) a negação de uma base natural (ou biológica) para a sociedade” (p.72). A autora, ao negar essa base natural, está se referindo à oposição natureza e cultura, oposição esta que funda a Antropologia Cultural e Social, e envolve uma certa concepção de “natureza humana”. De acordo com Durham (1984), o que caracteriza a “natureza humana” é:

*“(...) o grau de ausência de orientações intrínsecas, geneticamente programadas, na modelagem do comportamento. Despojada dessas orientações, toda ação humana e a própria sobrevivência da espécie ficam condicionadas à constituição de orientações extrínsecas, construídas socialmente através de símbolos” (p.72).*

A mesma autora, ao conceituar cultura, nos fala de uma indissociabilidade entre o significado e a ação transformadora do homem, ou seja, toda ação humana possui um conteúdo significativo. E diz que o componente simbólico da ação humana é elemento constitutivo da vida social (Durham, 1984). Dessa maneira, podemos identificar esta dimensão simbólica no discurso, no mito, no rito, no dogma, ou incorporada aos objetos, aos gestos, à postura corporal, estando sempre presente em qualquer prática social.

O pesquisador, ao ir a campo, estará identificando e interpretando essa dimensão simbólica presente tanto no comportamento dos sujeitos pesquisados, quanto nos comentários ou no discurso feito por tais sujeitos. Segundo Durham (1984):

*“(...) tanto a observação direta da conduta como os comentários ou o discurso dos membros da sociedade sobre sua prática constituem elementos igualmente relevantes utilizados pelo antropólogo para construir-reproduzir um sistema, apresentado sob a forma de*

*normas ou padrões culturais, em função do qual a ação e o discurso adquirem sentido” (p.73).*

Os sistemas simbólicos fazem parte da cultura, na medida em que são constantemente utilizados como instrumento de ordenação da conduta coletiva, isto é, absorvidos e recriados nas práticas sociais. Durham (1984) prefere conceituar cultura como um processo de contínua produção, utilização e transformação na prática coletiva.

Portanto, podemos pensar que as práticas corporais em parques públicos fazem parte de uma dinâmica cultural e, portanto, os adeptos de tais práticas atribuem um conjunto de significados ao que fazem e participam desse processo de contínua produção, utilização e transformação na prática coletiva.

Segundo Thompson (2000), o estudo dos fenômenos culturais é preocupação central para as ciências sociais como um todo. O autor afirma que:

*“(...) a vida social não é, simplesmente, uma questão de objetos e fatos que ocorrem como fenômenos de um mundo natural: ela é também, uma questão de ações e expressões significativas, de manifestações verbais, símbolos, textos e artefatos de vários tipos, e de sujeitos que expressam através desses artefatos e que procuram entender a si mesmos e aos outros pela interpretação das expressões que produzem e recebem” (Thompson, 2000, p.165).*

O autor assume uma “*concepção estrutural*” de cultura, e compreende os fenômenos culturais como sendo formas simbólicas inseridas em um contexto estruturado. Esta concepção de cultura permite pensar que os fenômenos culturais possuem significado para um determinado grupo ou sociedade, e, pertencem a um contexto estruturado específico. Ao investigar tal grupo ou sociedade, podemos compreender essa estrutura a qual pertencem.

Os fenômenos culturais, compreendidos como formas simbólicas, são cotidianamente interpretados pelos sujeitos sociais. É por meio desses sujeitos e de suas práticas que podemos compreender o conjunto de significados expressos por suas ações.

As práticas corporais estão inseridas em determinado contexto estruturado e fazem parte, portanto, do repertório simbólico dos sujeitos desse meio social. Para que seja possível identificarmos esse repertório simbólico, precisamos compreender o que Thompson (2000) denomina de formas simbólicas e seus aspectos. O autor distingue cinco características das formas simbólicas que se evidenciam em seus aspectos “intencionais”, “convencionais”, “estruturais”, “referenciais” e “contextuais”.

A primeira característica das formas simbólicas, referente ao aspecto “intencional”, refere-se à intenção do emissor e expressa um certo significado, que é interpretado pelos outros sujeitos e, portanto, é muito mais complexo e ramificado do que o emissor intencionou. O referido autor lembra que há uma variedade de fatores que determinam o significado de uma forma simbólica, e aquilo que o sujeito intencionou é, certamente, um ou alguns desses fatores. Esse aspecto permite pensar nos praticantes de atividades físicas em parques públicos, uma vez que esses sujeitos utilizam certa linguagem corporal para realizar suas práticas, linguagem essa que expressa um certo sentido que é interpretado pelos membros do grupo ou da sociedade a qual tal sujeito pertence.

Um exemplo disso pode ser observado em um dos encontros com o praticante R. Estávamos na área da musculação e ele contava como se organiza com os exercícios. Fomos conversando entre um intervalo e outro. Nesse dia, havia um rapaz fazendo o exercício que alguns deles chamam de “remo”<sup>6</sup> e chamou a atenção de R. a maneira como o rapaz segurava o peso, com as palmas das mãos para cima e não para baixo que seria a posição mais cômoda para se fazer o exercício, como a maioria dos praticantes fazem, e pelo que parecia, como R. costumava fazer. Apesar de estarmos um pouco distantes, foi possível acompanhar a conversa. R. perguntou ao rapaz por que ele estava segurando a barra daquela maneira, o rapaz respondeu: *“porque pega mais..., eu tenho um amigo que é assim...”* [mostrou com as mãos passando transversalmente

---

<sup>6</sup> Para a realização do exercício, o praticante deita de barriga para baixo, e puxa a barra com pesos para trás, como se estivesse simulando uma remada em posição deitada, o que pode justificar o nome do exercício.

pelo tronco, o que parecia indicar alguma coisa na região abdominal] *rasgado*<sup>7</sup> *mesmo*”, depois ele fez alguns gestos mostrando como o amigo tinha um corpo grande, e na seqüência falou: *“ele faz assim, é por isso que eu estou fazendo”*. O R. acompanhou a explicação atentamente. Não foi possível observar como R. fez o exercício, se segurou o peso como já fazia ou se experimentou a nova maneira que havia aprendido. Nesse momento outras pessoas se aproximaram, impedindo a visão de quem estava mais distante.

Nesse exemplo, o emissor da mensagem – o rapaz que fazia o exercício – chamou a atenção de R. pela maneira como a barra era segurada. O sentido dessa nova técnica corporal foi revelado quando R. perguntou ao rapaz o por quê de segurar a barra daquela maneira. Sentido esse que sugere a busca por determinado modelo de beleza corporal.

A segunda característica das formas simbólicas é o aspecto “convencional” definido como:

*“(...) a produção, construção ou emprego das formas simbólicas, bem como a interpretação das mesmas pelos sujeitos que as recebem, são processos que, caracteristicamente, envolvem a aplicação de regras, códigos ou convenções de vários tipos”* (Thompson, 2000, p.185).

A aplicação de regras, códigos ou convenções, geralmente ocorre em situações do cotidiano. Ao acompanhar pessoas que fazem musculação, por exemplo, podemos observar que há um certo modo como as mesmas se comunicam, utilizando termos específicos para se referirem a determinados modelos corporais. Além do termo “*rasgado*” utilizado por um dos praticantes, citado no exemplo acima, outros adjetivos foram atribuídos ao corpo como: “*bombado*”, “*bombadão*”, “*sarado*”, “*monte de massa*”, “*definido*”, “*apresentável*”, “*saudável*”, “*barrigudo*”, “*ideal*”, “*padrão*”, “*em forma*”. Esses adjetivos podem ser observados nas seguintes frases:

---

<sup>7</sup> Esse termo parece estar associado a determinado padrão de beleza masculina. Com o aumento de massa muscular, os grupos musculares se sobressaltam, dando a impressão que a pele está quase rasgando, talvez daí a utilização do termo.

*“Se a pessoa tem um corpo bom, definido (...)”*  
(Entrevistado B.).

*“(...) andando aí, né, os caras ‘é bombado’, os caras que eu nunca vi na minha vida, é invejoso que tem o corpo barrigudo (...)”* (Entrevistado B.).

*“(...) eu não faço musculação pra ficar com aquela coisa sabe...”bombado”, ter que tomar aqueles complementos”* (Entrevistado R.).

*“(...) quero ter um corpo definido, não quero ter... ficar um monte de massa”* (Entrevistado E.).

*“(...) então pra mim o corpo ideal seria aquele apresentável”* (Entrevistado L.).

*“(...) esse pessoal que pratica musculação assim exagerado, acho que...a população em geral acha um pouco, fica um pouco feio, né, mas acho que eles valorizam o corpo saudável [ele estava se referindo à mídia, o modelo de corpo que a mídia difunde]”* (Entrevistado A.).

*“(...) a mídia vê que você é obrigado a ter um corpo padrão, não é isso (hã...), é o que ela passa, que você tem que ter um corpo sarado (...)”* (Entrevistado R.).

*“(...) acho que é por aí sabe, nada de músculo, bombadão num sei que (...)”* (Entrevistado F.).

*“Eu faço caminhada, tal...e a musculação porque eu quero ter um corpo é ‘em forma’ (...)”* (Entrevistado R.).

Um outro dado que pôde ser observado é a maneira como são identificados os aparelhos de musculação. Geralmente os praticantes fazem a associação do exercício com o grupo muscular ou a parte do corpo envolvida, como os exercícios para bíceps, ombros ou trapézio, peito, costas ou dorsal. Outros exercícios são denominados pelo tipo de movimento como o agachamento ou pelo tipo de aparelho utilizado, como exemplo, a barra fixa.

“Habitué” também foi outro termo utilizado por um dos entrevistados, ao comentar sobre pessoas que realizam suas práticas corporais no parque e que ele

encontra sempre: “(...) *tem aqueles ‘habituês’ assim da lagoa, alguns que você vê sempre, você nunca conversou, mas você cumprimenta (...)*” (Entrevistado S.), o que parece ser mais um exemplo do conjunto de códigos e convenções dos participantes da pesquisa.

Essas regras, códigos ou convenções sociais, não teriam sentido se vistas fora de um contexto estruturado, ou seja, somente o sujeito que vive nessa estrutura social particular, ao internalizá-la, pode obter uma compreensão aprofundada do significado. Com isso, o autor chama a atenção para a terceira característica das formas simbólicas, o aspecto “estrutural”. As práticas corporais realizadas em ambientes como parques públicos possuem alguns significados que estão internalizados na estrutura do sistema social. Ao analisarmos o conjunto de significados, podemos ter acesso a esses elementos estruturais. Exemplo sobre essa questão é o entendimento que os participantes da pesquisa têm da questão da saúde associada à aparência física. Eles falam de uma mudança corporal decorrente da musculação, como podemos notar no relato de um dos entrevistados:

*“(...) comecei a ter uma disciplina assim, vou tal dia, tal horário, todo dia, comecei vindo. Sem eu perceber eu tava envolvido com a musculação, tava me dando super bem, minha coluna (...) [Em outro momento ele afirmou que os exercícios ajudaram a melhorar as dores nas costas]. Aí depois de uns três, quatro meses, meu corpo começou a mudar...então acho que é isso, a musculação o que é?...claro, a estética do corpo, sem dúvida, e qualidade de vida, a saúde mesmo. A minha saúde”* (Entrevistado E.).

Nota-se que na citação acima a saúde é entendida como ausência de dor. Além disso, o entrevistado refere-se à questão da saúde e da qualidade de vida sem considerar que são conceitos distintos, aliás, esse tipo de associação parece ser também comum na área de Educação Física.

Esses elementos mostram como os significados da musculação fazem parte de uma estrutura social que difunde diariamente padrões corporais de beleza, lembrando os sujeitos da preocupação com a saúde, no entanto, o

conceito de saúde transmitido pelos meios de informação é restrito e, geralmente, sinônimo de um corpo belo.

Não poderíamos falar sobre formas simbólicas sem considerar que elas representam algo, referem-se a algo, dizem algo sobre alguma coisa. Podemos identificar, portanto, a quarta característica das formas simbólicas, o aspecto “referencial”. Nota-se que há uma grande quantidade de imagens corporais e frases relacionadas às atividades físicas que fazem parte de nosso dia-a-dia. Esses elementos expressam determinados modelos de corpo, sugerem práticas corporais, o consumo de determinados alimentos, cosméticos, enfim, representam algo, expressam uma referência para a sociedade.

A quinta característica citada pelo autor é o aspecto “contextual” que está relacionado à maneira como as formas simbólicas são construídas, circulam e são recebidas no mundo social, bem como o significado que elas têm para aqueles que as recebem. Tudo depende, em certa medida, dos contextos e instituições que produzem essas formas simbólicas. Desta forma, Thompson (2000) destaca que analisar o aspecto contextual das formas simbólicas é ir além da análise dos traços estruturais internos das formas simbólicas.

Portanto, para que possamos interpretar o significado das práticas corporais para os adeptos das atividades físicas, precisamos compreender as influências culturais e a estrutura social a que tais sujeitos estão inseridos.

Dentre as diversas disciplinas que se interessam em discutir a cultura, na Antropologia Social podemos notar a tendência a se estudar a sociedade como um sistema onde os comportamentos, as atitudes e os conceitos criados pela sociedade possuem significado e produzem significação.

Segundo Mauss (1974), não se pode ter uma visão clara de todos os fatos sociais se não for considerado o tríplice ponto de vista – biológico, sociológico e psicológico, o do “homem total” (Mauss, 1974). O autor, partindo do conceito de “Fatos Sociais Totais”, alerta para a impossibilidade de compreender o ser humano e suas expressões de maneira dividida, separando as três dimensões citadas acima. Para que seja possível compreender um fenômeno social total é preciso internalizá-lo, vivê-lo dentro de um sistema social, apreender os fatos

sociais em sua integridade. Esse processo de construção cultural é realizado por meio de sistemas de representação estruturados no pensamento humano, fato que permite compreender os praticantes de atividades físicas como sujeitos que seguem uma orientação cultural, ou seja, possuem uma certa construção de pensamento e, ao interagirem em seu meio, estão sendo transmissores e receptores de cultura.

O pensamento humano, segundo Rodrigues (1975), é uma atividade estruturadora inconsciente, que funciona como um ordenador das relações entre o homem e o mundo. A orientação cultural é o meio pelo qual o homem tem acesso aos instrumentos que possibilitam essa estruturação. Há uma lógica que orienta a vida social, as pessoas se comportam segundo suas exigências, muitas vezes de modo inconsciente. O autor compara a cultura a um mapa, já que o mapa é uma representação abstrata de um território, submetida a uma certa lógica para que se possa decifrá-lo.

O sistema de representação fundamenta-se num conjunto de normas que sistematizam valores e significações, possibilitando a comunicação dos indivíduos e grupos em uma mesma esfera. Ao olharmos para um meio social, notaremos a existência de grupos sociais com diferentes construções de pensamento. Esses grupos são regidos por uma lógica que atribui sentido e significado para suas ações.

## **2.2 A beleza corporal**

Dentre os diferentes grupos sociais estão os praticantes de atividades físicas, grupo que chama a atenção por incluir a prática corporal em seu dia-a-dia e lidar com as influências culturais referentes à beleza corporal.

Segundo Daolio (1995), “(...) *no corpo estão inscritos todas as regras, todas as normas e todos os valores de uma sociedade específica, por ser ele o meio de contato primário do indivíduo com o ambiente que o cerca*” (p.39). Ao identificarmos e analisarmos esse conjunto de regras, normas e valores em um

indivíduo, podemos compreender uma sociedade particular, uma vez que no corpo estão impressos os códigos culturais de tal sociedade. O mesmo autor diz que:

*“Mais do que um aprendizado intelectual, o indivíduo adquire um conteúdo cultural, que se instala no seu corpo, no conjunto de suas expressões. Em outros termos, o homem aprende a cultura por meio do seu corpo”* (p.40).

Daolio (1995) apóia-se nas idéias de Mauss (1974) para falar das técnicas corporais específicas de um meio social. Este último compreende as técnicas corporais como atos tradicionais e eficazes de uma determinada cultura, afirmando que é pela transmissão de suas técnicas que o homem se distingue dos animais, o que implica um processo de educação para que os sujeitos de diferentes contextos sociais possam aprender o conjunto de técnicas corporais de seu meio. A partir de tal conceito, podemos compreender os gestos, os movimentos corporais, os comportamentos aceitos ou não em determinados grupos ou sociedades como atos culturais.

Ao observar a maneira como os praticantes de musculação realizam suas práticas é possível identificar diferentes técnicas corporais dentre os mesmos. Em um dos exercícios da musculação (os sujeitos o relacionam à musculatura das costas – no meio científico normalmente é conhecido como *pull over*), os praticantes de mais idade, como o Sr. N., o faz com os pés suspensos, apoiados no próprio aparelho, já os mais jovens apóiam os pés no chão.

Rodrigues (1987) relata as dificuldades que passou em ambientes sociais nos quais era estrangeiro também pelas convenções corporais:

*“Os cheiros não eram os que eu mais apreciava, os cumprimentos sempre mais formais que os a que me acostumara, os olhares entre homens e mulheres não se trocavam de modo familiar, os gestos, expressões faciais e corporais, sensivelmente outros”* (p.91).

Esse exemplo mostra como os comportamentos, os gestos, os códigos sociais mudam de cultura para cultura.

O mesmo autor afirma que *“um caminho possível para compreender o corpo e as práticas corporais é considerá-los como pertencendo ao universo dos símbolos e da comunicação”* (p.93). Na seqüência ele cita vários exemplos de como partes do corpo, posturas, gestos, contatos, interação corporal, possuem um conjunto de significados. O que o leva a concluir que vomitar, suar, lavar, circuncidar, cuspir, podem não ser explicados simplesmente por processos de natureza orgânica, mas como consequência de fatores culturais. O autor cita como exemplo a atitude de cuspir no rosto de uma pessoa, uma atitude para nós ofensiva, e ele se questiona sobre os motivos da ofensa: *“pelos valores absolutos, biológicos, do rosto e da saliva?”* (p.93), e nos responde com outra pergunta:

*“Ou pelo que esta conjunção rosto-cuspe pode significar simbolicamente, uma vez que o rosto é o principal signo de identidade social e que cuspir nele corresponderia a torná-lo baixo como o chão, desprezível como as coisas de que se tem nojo?”*  
(p.93).

Como podemos notar, só faz sentido falar em gestos, atitudes, comportamentos, se considerarmos o conjunto de significados culturalmente construídos.

Em um dos domingos de encontro com os participantes da pesquisa, foi possível acompanhar a conversa de dois freqüentadores do parque que não estavam sendo entrevistados formalmente. Foi possível entender o que era para eles uma atitude ofensiva. O comentário era sobre o fato de um outro praticante chegar no parque com um automóvel BMW e beber água de côco ao invés de água mineral como os demais praticantes fazem. O interessante é que das vezes que pudemos nos encontrar, esse praticante não parecia ir até lá para fazer os exercícios, mas para se encontrar com os amigos. Ele levava a água de côco em garrafa de dois litros e oferecia para algumas pessoas que estavam ali no dia, como aconteceu no domingo quando pudemos conversar com o Sr. N. e também nos foi oferecida a água de côco. Ao ouvir os comentários dos dois amigos, parecia que tal atitude era compreendida como uma ofensa, uma vez que tal

comportamento indicava uma diferença de posição social entre o tal sujeito e o praticante que fez o comentário.

Podemos pensar também nos significados atribuídos ao corpo a partir de uma visão histórica. Sennett (1988) explica que as transformações iniciadas no século XVIII na esfera política, econômica, social e cultural, delimitaram uma nova geografia das cidades, passando do equilíbrio existente entre o público e o privado no século XVIII ao desequilíbrio desses domínios no século XIX. Estas mudanças contribuíam para a formação de uma nova identidade do homem público. Esse processo de transformação pode ser identificado na construção do corpo.

No século XVIII, a aproximação entre o teatro e a rua era formada, segundo Sennett (1988), por dois princípios, um referente ao corpo, o outro, à voz. Pode-se aqui levantar o questionamento se a voz também não faz parte do corpo, mas parece que o intuito do autor é fazer tal separação para facilitar a compreensão sobre o fato. Ele compara o corpo a um manequim. Naquela época, ao estar “em público” a vestimenta e adornos serviam para identificar qual era o tipo de trabalho e a posição social dos sujeitos. Era feita uma leitura do *status* dos sujeitos por meio de seus trajes, como podemos notar no seguinte trecho:

*“O tipo de trabalho poderia ser lido a partir das roupas específicas adotadas pelos ofícios, bem como se reconheceria o status de um trabalhador dando-se uma olhada rápida em certas fitas e botões que usava. Nas posições médias da sociedade, advogados, guarda-livros e mercadores usavam decorações, perucas e fitas distintivas. Os ocupantes das posições superiores da sociedade apareciam na rua em trajes que não apenas os distinguiam das ordens inferiores, como também dominavam a rua” (p.89).*

Ao fazer a diferenciação dos estratos sociais pelas roupas, existia uma convenção da maneira como cada segmento deveria se vestir. Mas, o interessante é que com o fato do aparecimento das novas ocupações mercantis no século XVIII, sem precedentes no século XVII, uma das maneiras encontradas para resolver o como se vestir era adotar roupas de passeio que representassem algum

tipo de profissão, não importava se a escolha era, de fato, a profissão de quem as usava. Nota-se que as roupas eram naquela época uma fantasia. *“Era menos importante que as pessoas fossem de fato aquilo que vestiam do que o seu desejo em vestir algo de reconhecível para que se tornassem ‘alguém’ nas ruas”* (Sennett, 1988, p.92). Hoje, parece ocorrer o contrário: o incentivo é para que as pessoas se disfarçam, omitam o envelhecimento por meio das intervenções corporais, consumindo produtos destinados ao embelezamento do corpo, práticas corporais, cirurgias plásticas etc., em busca de determinados padrões corporais de beleza, como podemos notar em algumas matérias da edição especial da Revista Veja (2002), que serão analisadas no capítulo seguinte.

O outro princípio destacado pelo autor, referente à voz, podia ser identificado nos discursos feitos a partir de um sistema de sinais. Isso permitia àqueles que estavam em locais de encontros, por exemplo, nos cafés, conversarem entre si, independente do estrato social, sendo conhecidos ou não, podiam falar sobre qualquer assunto (Sennett, 1988). Notava-se também que nesses encontros as pessoas não revelavam muito seus sentimentos próprios, histórias de vida ou de posição social. Tanto nas roupas como no discurso, a questão estava em não se notar, como podemos observar no trecho abaixo:

*“A arte da conversação era uma convenção do mesmo tipo que a do vestuário condicionado ao estrato social, dos anos 1750, mesmo se o seu mecanismo era-lhe oposto: à suspensão da estratificação. Mas ambas permitiam a estranhos interagirem sem serem obrigados a esquadrihar as circunstâncias pessoais”* (Sennett, 1988, p.109-110).

O sentido do corpo expresso pelas convenções do século XVIII distingue-se do meio social atual. Com o avanço tecnológico é possível as pessoas fazerem diversas intervenções corporais e essas modificações parecem alterar profundamente o papel dos sujeitos em sua vida pública.

No século XVIII, os trajes de passeio eram verdadeiras fantasias, já no século XIX, as roupas parecem ter recebido um outro sentido:

*“Raramente o corpo feminino havia aparecido de forma tão deselegante, raramente a roupa masculina fora tão opaca (...) as pessoas levavam seriamente em conta as aparências umas das outras nas ruas. Acreditavam poder esquadrihar o caráter daqueles que viam, mas o que viam eram pessoas vestidas com roupas cada vez mais homogêneas e monocromáticas” (Sennett, 1988, p.203).*

No entanto, o autor é cauteloso em dizer que considerar os trajes do século XIX como uniforme ou opaco é pertinente quando a comparação é feita com o século XVIII, já que um século depois, nos anos 1950, nos Estados Unidos, tais trajes poderiam ser uma celebração de estilo, fato que implica considerarmos que a moda também é determinada por fatores histórico-culturais (Sennett, 1988).

O corpo, por ser um espaço de inscrição cultural, nele também está inscrito o poder. Fraga (2000), ao realizar um estudo sobre a adolescência, pôde notar como o discurso da moral e dos bons-costumes estava impregnado na maneira como os jovens do município de Cachoeirinha/RS compreendiam a vida, sua mocidade e seus corpos. O autor também observou os valores que orientavam seus comportamentos, estabelecendo limites de espaço e de convivência com outros jovens. O conceito de corpo que deu bases para tal pesquisa tem referência nos estudos de Michel Foucault, a partir dos quais o corpo é um lugar onde os regimes discursivos e o poder se inscrevem. Em tal pesquisa, configuram-se identidades culturais do bom-moço e da boa-moça, carregadas de exigências sociais relativas ao gênero. Nesse sentido, as condutas do bom-moço são ajustadas à masculinidade tradicional. É o sujeito cumpridor de seus deveres. A boa-moça é reconhecida por seus valores e atitudes que reafirmam de forma constante o seu destino biológico: a maternidade (Fraga, 2000).

Kofes (1991), refere-se a um corpo reprimido, nos séculos anteriores ao século XIX, exposto ao sacrifício quando condenado; já a partir do século XX, o corpo torna-se disciplinado para ser produtivo. Nos dias de hoje, falamos em um corpo como fonte de prazer. A autora questiona se esses não seriam alguns discursos construídos sobre o corpo:

*“Será que hoje não estaria havendo um discurso ao qual eu teria que adequar meu corpo, ao invés de se ter (se é que é possível) uma sociedade da qual o meu corpo estivesse liberado de um discurso que afirma como ele tem que ser?” (Kofes, 1991, p.55).*

Em seus questionamentos do que se tem discursado sobre o corpo, ela se refere a algumas experiências tais como a Yoga, o Tai-chi, expressão corporal:

*“Estou soltando meu corpo, ou impondo-lhe outras linguagens? (...) será que esses corpos saudáveis e prazerosos não estariam também escondendo um discurso que nos caberia desvendar, discurso esse que como todos os anteriores não se abateria sobre os corpos, construindo-os à sua imagem? E não seriam ainda discursos do corpo, sua falas, mas sobre o corpo?...” (Kofes, 1991, p.57)*

Com esses questionamentos a autora discute a existência de um discurso “do” e “sobre” o corpo, já que não é possível pensarmos em discursos sobre o corpo que sejam desencarnados, que não sejam também discursos do corpo. Nesse universo do qual as práticas corporais fazem parte, podemos identificar uma série de discursos sobre o corpo: bonito, saudável, solto, prazeroso etc. E tantos outros que permeiam nossas falas e nossos conceitos a esse respeito.

Nas sociedades modernas podemos caracterizar a beleza corporal como um fenômeno sócio-cultural, pois, pelo que podemos perceber, há uma busca coletiva por um corpo belo, embora haja diferentes construções desse corpo em diversas sociedades e grupos sociais.

Segundo Featherstone (1994), tais sociedades são geralmente definidas tendo por base a industrialização, a urbanização e a administração pública das populações. As transformações relacionadas à estética corporal caracterizam a sociedade atualmente, ocorrendo constante busca por um corpo ideal construído pelo meio cultural. A cultura de consumo parece exercer forte influência nessa construção de corpos belos, já que transmite uma quantidade de imagens do consumo com sugestões de prazeres e desejos alternativos.

O mesmo autor faz aprofundamentos no tema referindo-se ao período caracterizado pelas influências do processo de industrialização, após a Segunda Guerra Mundial, e a conseqüente expansão do capitalismo nas sociedades ocidentais contemporâneas. No entanto, ao pensar no Brasil, há que se considerar a restrição do processo de industrialização, ocorrendo em apenas algumas regiões, tornando-se os principais centros urbanos do país. Segundo Featherstone (1995), esses fatos irão impulsionar a cultura de consumo em tais sociedades.

Featherstone (1995) identifica três perspectivas fundamentais para a cultura de consumo. A primeira tem como premissa a expansão da produção capitalista de mercadorias, que deu origem a uma vasta acumulação de cultura material na forma de bens e locais de compra e consumo. Com isso, tem ocorrido a proliferação de atividades relacionadas ao lazer e ao consumo. Dentre essas atividades estão as práticas corporais e o conjunto de significados atribuídos a elas. Em segundo lugar, Featherstone (1995) faz referência a concepção sociológica. Nesta segunda perspectiva, o acúmulo de mercadorias leva as pessoas a criarem vínculos ou estabelecerem distinções sociais. Em terceiro lugar, o autor discute sobre os prazeres emocionais do consumo, os sonhos e desejos que fazem parte do imaginário cultural consumista e em locais específicos de consumo que produzem diversos tipos de excitação física e prazeres estéticos. Essas três perspectivas levam a refletir sobre a relação social que é estabelecida entre os sujeitos de um meio social e o conjunto de significados que estão relacionados à atitude consumista.

Na afirmação do entrevistado F., podemos identificar como esse processo de incentivo ao consumo é fortemente difundido pela mídia:

*“(...) então daí eu como de manhã, senão eu fico sem comer, daí eu vou lá [um restaurante que ele costuma freqüentar], como na hora do almoço quando tá correria, restaurante a quilo, sabe? Então muita coisa meio...sei lá, nem muito saudável, comer lanche, Macdonald’s, pizza à noite, Coca-cola o dia inteiro (...).”*

Como é possível notar, o entrevistado cita uma rede de lanchonetes e uma marca de refrigerantes amplamente difundidos e conhecidos mundialmente, sendo

que, na fala do entrevistado, essas marcas parecem ter substituído o nome do próprio produto.

Parece que a busca pela beleza corporal também faz parte da atitude consumista dos sujeitos de um meio específico e leva a identificar um processo generalizado do pensamento que constitui-se em verdadeira padronização das regras estéticas<sup>8</sup>.

Featherstone (1994) argumenta que nas sociedades ocidentais contemporâneas o processo exacerbado pela busca de uma conduta e um procedimento mais jovem ocorre “(...) *pela forte ênfase na aparência física, na imagem visual que é um dos elementos fundamentais que impulsiona a cultura de consumo*” (p.67). O mesmo autor refere-se ao volume de imagens e réplicas do corpo humano, em que as imagens da juventude, saúde e beleza são aquelas usadas para vender mercadorias e experiências por meio de anúncios.

Ao nos depararmos com essas imagens cotidianas, passamos a idealizar modelos corporais e somos estimulados a desejar um corpo parecido com tais padrões de beleza divulgados.

A busca pela beleza corporal envolve a utilização de diversas intervenções relacionadas à estética corporal. Segundo Maisonneuve & Schweitzer (1984), isso é na realidade um desejo individual e coletivo de ater-se a modelos sociais normativos em relação ao aspecto físico. E, ao intervir no corpo por meio de cirurgia plástica, tatuagens, perfurações etc., pensa-se em alcançar uma representação idealizada de si mesmo, na qual a beleza não é a única coisa que

---

<sup>8</sup> Nota-se que a palavra “estética”, de onde deriva o termo “estetização”, tem sido amplamente utilizada em nosso meio social. Olivier (1999) explica que tal palavra foi utilizada pela primeira vez por Baumgarten, no século XVIII, referindo-se à “ciência da beleza”. O momento histórico, caracterizado pelo racionalismo, pode justificar o interesse de Baumgarten em tratar o tema da beleza a partir dos parâmetros científicos. Dessa maneira, o autor adotou o sentido de “estética” dos gregos, para quem a palavra significava “percepção”. Estética seria, portanto, uma nova ciência da percepção. A partir disso, a beleza passou a ganhar destaque entre os filósofos, embora sempre foi em maior ou menor grau, um tema tratado pelos mesmos. Mas essa tendência da “ciência da percepção” foi deixando para segundo plano a discussão mais geral sobre beleza, já que a “estética” foi se restringindo aos poucos à atividade artística, tornando-se quase sinônimo desta (Olivier, 1999). Com isso, a autora afirma que a estética pode ser compreendida como sendo um recorte filosófico no fenômeno mais amplo da beleza. O sentido de “estética” nos dias de hoje parece próximo ao de sua origem: esse termo indica uma especialização quando falamos em medicina estética, ginástica estética, clínica de estética etc. São alguns exemplos de como tal termo é utilizado indicando um caminho, ou um conjunto de conhecimentos para se obter determinado padrão corporal de beleza.

conta. Esses autores associam essas mudanças corporais à mudança também de ordem social e de relação, afirmando que, ao modificar o aspecto corporal obtendo um aspecto mais desejável, tende-se a adquirir certo poder social e uma situação familiar ou profissional mais satisfatória. Podemos notar com esse exemplo o valor representativo em obter um aspecto mais desejável.

Maisonneuve & Schweitzer (1984) dão exemplo de um indivíduo que se submete a uma cirurgia plástica. Neste caso está sendo modificada diretamente sua realidade exterior e indiretamente a forma como ele é visto pela sociedade, ou seja, serão transformadas também a visão e as atitudes dos outros em relação a ele.

Não somente a cirurgia plástica, mas todas as outras técnicas de intervenção corporal escrevem formalmente no corpo os valores culturais próprios do grupo de referência dominante. O corpo e a pele são mediadores, primeiramente de uma impressão, depois, de uma expressão de nossa identidade social, conformista ou desviada, real ou imaginária, em virtude de um processo que implica primeiro escrever no corpo para depois emitir uma mensagem não completamente verbal mas também de ordem estética (Maisonneuve & Schweitzer, 1984).

A mensagem que o corpo expressa é compreendida por haver uma certa lógica construída pelo meio social. Isso se deve, como já foi dito anteriormente, ao fato de ocorrer uma construção social do pensamento, ou estruturação de sistemas de representação que sistematizam valores e significações no pensamento humano, orientando o comportamento dos indivíduos no grupo e na sociedade. Dessa forma, podemos pensar na imagem do corpo belo como construção cultural.

Os entrevistados, ao comentarem sobre sua relação com o outro, descrevem a maneira como são vistos socialmente:

*“(...) eu ando sem camisa, o amigo meu também, nossa, todo mundo fica olhando, principalmente mulheres (...) fica mais olhando é pessoa mais velha do que eu, nossa...eu ando na lagoa, tem que andar com camisa senão todo mundo fica olhando. (...) de vez em*

*quando eu venho à pé, aí venho tudo sujo, cheio de pêlo [ele trabalha em um pet shop e estava contando como é a volta do trabalho], aí eu tiro a camisa, começa a dar uma coceira, aí uma vez (...) nossa, assim mais ou menos da sua idade [B. se referia a uma moça que fez elogios à ele] ‘nossa que rapaz bonito’, eu falei: ‘obrigado’” (Entrevistado B.).*

*“(...) eu tenho percebido que a minha auto-estima melhorou mesmo, realmente vindo aqui no parque, fazendo atividade física (...) por eu ter passado por uma separação e tudo o mais, ficou muito marcado pra mim, num sei uma...rejeição, né, de uma outra pessoa (...) não deu certo um relacionamento, o que tá errado? O que tá certo?, então você acaba querendo melhorar em todos os sentidos de sua vida, acho que...até fisicamente, você fala assim ‘eu acho que eu preciso melhorar até fisicamente’ (...) então acho que melhora sua auto-estima, você vai pegando um pouco mais de confiança, se tiver alguma atividade, sei lá, (...) ir em uma piscina, um clube tal, você não fica assim preocupado...em tá tirando a camisa, expondo um pouquinho mais” (Entrevistado A.).*

*“(...) alguém te elogia, ‘você tá com um corpo legal, o que você faz pra manter?’ Já me perguntaram se eu era bailarino (risos), eu falei não. ‘Você tem corpo de quem dança’, tipo assim. Aí eleva o seu ego, a sua auto-estima, né. Poxa, vale a pena mesmo você ter essa dieta, estar se exercitando, mesmo que você não tá tendo acompanhamento é...com profissional, mas você tá seguindo o seu jeito e tá achando que é o jeito correto” (Entrevistado R.).*

Um outro entrevistado, ao definir o que é um corpo apresentável, também fala da maneira como ele é visto pelos outros:

*“Essa semana minhas amigas falaram assim ‘olha você está forte!’, eu falei: ‘ah mas eu não tô fazendo nada’, entendeu? Então esse é o corpo pra mim que tá chamando atenção dos outros e já tá chegando perto do ideal” (Entrevistado L.).*

Esses dados remetem aos significados da beleza corporal e à forte valorização da aparência física na sociedade atual.

Daolio (1997), ao questionar a definição de um corpo bonito, volta ao passado, à épocas em que pintores renomados consideravam sensual e como fonte de inspiração um corpo feminino flácido, gordo, considerado deselegante nos dias de hoje. Em relação aos conceitos de saúde, antigamente era considerado saudável o corpo robusto, até mesmo gordo. Hoje este conceito estaria associado ao corpo magro? E quando nos referimos a um corpo não tão jovem, segundo o mesmo autor, são impostos uma série de “consertos” e “reparos” para que este pareça novo, recorrendo-se ao consumo dos produtos da indústria da beleza: plásticas, cremes anti-rugas, dietas rejuvenescedoras, ginásticas, esportes. Quem define esses adjetivos impostos ao corpo e o seu valor social? (Daolio, 1997).

Soares (2001) discute a educação do corpo remetendo-se a décadas anteriores para comparar o que se falava do corpo antigamente e o que se afirma dele hoje:

*“Se no século XIX, no auge da ascensão e afirmação da Ginástica, o corpo devia ser educado para a economia de energia, para a economia de movimento, hoje ele é educado para gastar a energia sempre em excesso, para manter-se em forma a partir de uma norma que determina o que é a boa forma. Se no século XIX a atividade física devia canalizar as energias sexuais, hoje ela deve sexualizar e sensualizar o corpo”*  
(p. 119).

Como bem colocado pela autora, a educação atual do corpo vai em direção a um certo modismo, que transforma o corpo em mercadoria, apresentando-o como objeto sexual a ser comercializado.

A busca por um corpo belo envolve também, segundo Carvalho (2001a), o aspecto saúde. A autora afirma que essa é uma época “neurotizada” pela idéia da atividade física em que a questão da saúde é associada à beleza estética como o único caminho para o sucesso, para a felicidade e para o dinheiro (Carvalho,

2001a). Segundo ela, há em nossa sociedade a construção da imagem do corpo belo como sinônimo de corpo saudável, independente de ser ou não real, sendo que o importante é parecer belo e saudável. Isso é decorrente de um processo de estetização da vida cotidiana e das influências da cultura de consumo, da qual falamos anteriormente.

## 2.3 Ciência, beleza e saúde

A imagem do corpo belo e saudável é associada à prática de atividades físicas, controle alimentar, consumo de determinados produtos dietéticos e medicamentosos, de modo que o indivíduo acha que está fazendo algo em prol de sua saúde. Para Carvalho (2001a), há valorização da atividade física como determinante em relação à saúde. Para ela, essa é uma maneira de mascarar outros determinantes do setor saúde e do quadro social brasileiro. Além disso, há atualmente um discurso paralelo, que vincula a atividade física por si só ao poder de remediar doenças. A autora cita como exemplo as mensagens que são diariamente divulgadas pela mídia, incentivando a prática de atividades físicas. Esses discursos levam os indivíduos a perceber a necessidade de atividade física para se conquistar a saúde, e com isso há a transferência da responsabilidade que deveria ser assumida pela estrutura governamental com relação ao setor saúde.

Nas respostas dos entrevistados fica clara essa associação entre o corpo belo e saudável:

*“(...) então na musculação, acho que foi mais nesse sentido assim de tentar ganhar um pouco de peso aí...de uma forma saudável” (Entrevistado A.).*

*“[S. falava sobre o significado da musculação] (...) em princípio eu faço mais pra manutenção do corpo mesmo, pra não sei, pra questão de estética, saúde também (...)” (Entrevistado S.).*

*“Eu faço caminhada, tal...e a musculação porque eu quero ter um corpo é ‘em forma’ e, no momento, não posso pagar uma academia, né (...) (E o que é pra você esse corpo ‘em forma’?) (risos) Saúde essencialmente” (Entrevistado R.).*

*“(...) acho que eu ligo muito o corpo com a saúde. Se a pessoa pesa 150kg mas tem saúde, isso daí pra mim já é o ideal. Agora fisicamente, é o homem...teria um ombro largo, é...o abdômen até que eu não posso falar que eu não tenho mesmo [nota-se que ele faz uma auto-descrição] braços mais ou menos fortes, então fisicamente é isso, é aquele que você olha e fala assim ‘esse cara não é sedentário’ Então é isso” (Entrevistado L.).*

É interessante que o entrevistado L. procura, no início de sua explicação, valorizar a questão da saúde sem associá-la à um modelo corporal de beleza específico. Mas, ao concluir suas idéias, parece entrar em contradição, descrevendo um modelo de corpo masculino e afirmando que é possível “ver” quando a pessoa é sedentária. Esse dado sugere a forte valorização da aparência física em nosso meio.

L. menciona em todas as entrevistas a preocupação com a questão da saúde. Talvez esse fato também tenha relação com a sua profissão, uma vez que ele é fisioterapeuta. Em outro momento da conversa, ele parece se referir de outra maneira à questão da saúde:

*“(...) é uma caminhada, corrida, andar de bicicleta, brincar, tudo isso pra mim significa saúde, qualquer coisa que movimento o corpo, que te traga prazer, você já está cuidando da sua saúde e não precisa ser uma atividade física regrada, com tempo, marcando tempo, marcando distância, velocidade, nada disso, pra mim buscar a saúde seria qualquer atividade, física ou não, mas qualquer atividade que dê prazer. E aí você melhora a auto-estima, a saúde mental né etc...uma pintura, uma leitura, tudo pra mim que me traga prazer, agora, deveria assim, a pessoa perceber que a atividade física é importante, ela teria que procurar uma atividade física, mas seja qual for a ocupação, a pintura,*

*a leitura, a dança, tudo bem, o que for que melhora a saúde da pessoa” (Entrevistado L.).*

Embora o fator prazer seja lembrado na fala do entrevistado, talvez como uma tentativa de considerar o tema saúde de maneira mais ampla, podemos perceber que, mesmo assim, ele ressalta a importância da prática de qualquer atividade física, como se o simples movimentar-se do corpo fosse suficiente para que as pessoas obtivessem saúde.

Outros entrevistados também associam a prática da musculação à saúde, bem-estar e qualidade de vida:

*“(...) a musculação o que é...claro, a estética do corpo, sem dúvida, e qualidade de vida, a saúde mesmo. A minha saúde (...)” (Entrevistado E.).*

*“(...) você tem que manter pelo menos um tempo sem abrir mão assim da sua vida, de uma época assim de não estar fazendo, mas de sempre estar lá lembrando que o ideal seria fazer pra manter assim um bem-estar na qualidade de vida” (Entrevistado F.).*

*“[F. comentava sobre o esporte televisionado] (...) a prática do esporte, qualquer esporte que seja, isso te motiva que você vê um pessoal se dedicando, curtindo no aspecto saúde (...)” (Entrevistado F.).*

Nota-se que os meios de informação difundem cotidianamente essa idéia de que a questão saúde, qualidade de vida e bem-estar são conceitos sinônimos, omitindo as contradições existentes em nosso meio social. Isso parece ser mais uma das estratégias utilizadas pela mídia para facilitar a adoção de tal idéia pelo público receptor.

Silva (2001) apresenta dados que esclarecem como o conhecimento acerca do corpo produzido no interior das ciências biomédicas foi constituído, essa discussão poderá contribuir para aprofundamentos na questão da saúde. Segundo a autora, tal conhecimento têm suas raízes postas na ciência moderna que se estrutura entre os séculos XVII e XVIII e na técnica que se organiza a partir de então. Somente no século XIX *“(...) é que vai se consolidar uma concepção de*

*mundo que estabelecerá, ao nível do saber e das práticas terapêuticas, uma vinculação entre Medicina e ciência (...)*” (Silva, 2001, p.17).

O referido momento histórico é marcado pelo predomínio da filosofia positivista<sup>9</sup> que será determinante nas ações desenvolvidas a partir do século XIX no âmbito corporal (Silva, 2000). A autora, ao discutir o papel representativo dos médicos nesse processo, cita como exemplo a história dos banhos e das relações com a praia. Até a Idade Média o banho tinha uma finalidade festiva, mais ligada à diversão e à transgressão do que à higiene; já a partir do século XV, os banhos passam a ter uma representação de ameaça denunciada pelos médicos, os mesmos justificam tal discurso devido à fragilidade da pele; nos séculos XVI e XVII, com o advento da peste, os banhos públicos e privados desaparecem, novamente por incentivo dos médicos, voltando a se instalar lentamente no século XVIII entre as classes superiores. A partir de então, os médicos higienistas, respaldados pelo conhecimento científico, produzirão um discurso sobre o banho de mar, entendendo-o como projeto terapêutico, visando corrigir os males da civilização urbana, já que a idéia central é a reposição de energia. Agora a ciência dará o respaldo para o entendimento do banho de mar como benéfico para a saúde, passando a ser rigorosamente prescrito e seguido de acordo com as ordens médicas (Silva, 2000).

Nesse breve histórico sobre o banho, observa-se como a relação com o corpo é mediada por diferentes contextos histórico-culturais. Além disso, chama a atenção a forte influência do conhecimento científico e da Medicina ao determinar se o banho contribui para a cura ou para a doença. É interessante como em diferentes épocas ambos conceitos foram válidos. Nota-se também como o sentido de prazer atribuído ao banho na Idade Média é substituído na modernidade pelo discurso médico com relação à saúde.

---

<sup>9</sup> Em Durozoi & Roussel (1993) consta que o positivismo foi uma doutrina criada por Auguste Comte, estudioso francês que viveu entre 1789-1857 que, *“baseando-se na lei dos ‘três estados’ só declara admissíveis as verdades positivas, ou seja, científicas, excluindo qualquer investigação centrada na essência das coisas (metafísica). Cinco ciências são privilegiadas devido a seu caráter experimental: a astrologia, a física, a química, a filosofia e a física social (sociologia). (...) geralmente o positivismo designa as doutrinas que, renunciando a qualquer a priori, afirmam o caráter inacessível das ‘coisas em si’ e admitem unicamente certezas de tipo experimental, ou seja, verdades científicas feitas de relações e leis”* (p.374-5).

Esse discurso médico exerce um papel determinante na relação dos sujeitos com o corpo e ao conjunto de práticas voltadas aos cuidados com o mesmo. Atualmente, um exemplo disso parece ser o discurso médico de incentivo à prática de atividades físicas, como sendo um dos principais meios para se obter saúde. Neste caso, os fatores subjetivos, culturais, políticos, são na maioria das vezes desconsiderados e a orientação dada é decorrente da preocupação única e exclusiva com o fator biológico.

Um exemplo disso pode ser identificado no entrevistado E. quando ele comenta o que os cientistas falam sobre a prática da musculação na edição especial da revista Veja (2002):

*“(...) o negócio da musculação, eu não sabia que há uns dez anos atrás, não era recomendável pelos cientistas pra pessoa ter uma vida saudável fazer musculação, aí faz pouco tempo que eles fizeram a pesquisa tal e chegaram à conclusão que ajuda na musculatura acaba com a dor nas costas (...)” (Entrevistado E.).*

Nessa fala do entrevistado podemos pensar no predomínio de uma certa visão de ciência que é amplamente difundida pela mídia e que também é hegemônica nas informações transmitidas sobre as práticas corporais.

Segundo Silva (2001), a ciência e a técnica que hoje exercem domínio sobre o corpo são heranças da ciência positiva do século XIX. Os métodos de estudo utilizados nas diferentes áreas científicas, dentre elas as ciências biomédicas tendem a partir de uma base comum, em que é predominante a abordagem empírico-analítica. Para a autora:

*“Os métodos de estudo do ser humano são os mesmos utilizados no estudo dos objetos das ciências naturais; as pesquisas são realizadas, unicamente, sobre aquilo que se considera uma base empírica verificável” (p.23).*

A autora é cautelosa em dizer que, apesar das diferenças existentes entre aquele paradigma tradicional primeiro da ciência moderna e o atual, as ciências biomédicas têm mantido a herança das duas principais correntes de pensamento

da modernidade – o racionalismo e o empirismo. De acordo com a proposta de Auguste Comte, a verificação do enunciado passa a ser o centro do critério de cientificidade (Silva, 2001). Tais correntes de pensamento orientam a maneira como o corpo é pensado no interior das ciências biomédicas. A autora destaca a forma quantitativa pela qual a expectativa de corpo é apresentada, a desconsideração das subjetividades humanas e das diferenças étnicas e culturais.

Compreender o ser humano a partir dos estudos em que o racionalismo e o empirismo são predominantes parece ser uma maneira conveniente para a dominação da natureza e do próprio ser humano:

*“A ciência, por suas próprias características, tende a se afastar do real, num movimento analítico que possibilita a reprodução e a intervenção sobre esse real. Nesse movimento, a ciência afasta a fantasmagoria que sempre imperou em relação ao corpo humano e aos seus segredos e tem mais possibilidades de conhecê-lo e dominá-lo”* (Silva, 2001, p.31).

Ao pensarmos no conjunto das práticas corporais, podemos compreendê-las como parte dessa lógica científica, já que o domínio do próprio corpo parece ir ao encontro dos interesses da cultura de consumo. Na relação atividade física/saúde, Carvalho (2001a) afirma que a cultura de consumo *“(...) sugere ao indivíduo as mais variadas estratégias no combate à deterioração do corpo e incute nele a idéia de prazer e de ‘auto expressão’ por meio desse seu ‘objeto’”* (p.161). As influências da cultura de consumo levam a compreender o corpo como objeto que está sujeito a um processo de deterioração, assim a atividade física servirá como meio para que esse corpo/objeto possa se recuperar e transmitir uma imagem de corpo saudável associada ao corpo belo, não importando se essa imagem é, de fato, realidade.

A mesma autora, ao conceituar a atividade física na área da Educação Física, afirma que tal conceito:

*“(...) sustenta-se no referencial das ciências biológicas, que procura estudar a atividade no seu sentido do ‘simples fazer’ pelo ‘simples fazer’, portanto*

*descontextualizada da sua condição de manifestação cultural que caracteriza o conteúdo da Educação Física” (Carvalho, 2001a, p.145).*

O predomínio da visão biologicista do homem no meio profissional da Educação Física parece não ocorrer por acaso. A história dessa influência destaca um contexto econômico, político e social com correntes de pensamento que sustentaram a idéia da atividade física relacionada à saúde.

Os entrevistados F. e R. falam em um parâmetro de corpo belo a partir da orientação médica e científica que relaciona peso e altura, como podemos observar nos trechos abaixo:

*“(...) tem aquelas mediçõezinhas lá, você vai no médico fazer uns checks up lá e daí você vê, tua altura é tanto, você pesa tanto, ‘ah você tá dentro de uma média’ (...) mede sua altura e seu peso ideal, então eu procuro me manter nele (...)” (Entrevistado F.).*

*“Eu me baseio assim na relação minha altura e peso. Eu tenho 1,72m e estou com 65kg. Então assim, eu tô dentro do padrão (...) eu tenho visto em reportagens, altura/peso, qual o peso ideal (...) na internet tem lá, você coloca idade, peso, altura, aí ele dá, o peso que você deve tá, qual deve ser seu peso (...) tem pessoas da área da saúde que fazem avaliação física na lagoa também (...)” (Entrevistado R.).*

Esses dados sugerem a existência de uma construção do corpo belo e saudável a partir das orientações do conhecimento científico.

Mas como se explica essa relação existente entre a construção do corpo belo e saudável com o conhecimento científico? Silva (2001) esclarece como essas idéias se interrelacionam, destacando dois elementos: o mercado e a comunicação de massa ou mídia (esse outro termo talvez seja mais adequado, ao consideramos o atual momento histórico)<sup>10</sup>. A mídia viabiliza o processo de globalização, já que possibilita a difusão de imagens e informações a respeito da

---

<sup>10</sup> Essa discussão será mais aprofundada no capítulo seguinte.

beleza corporal e saúde, atingindo diferentes sociedades e grupos sociais em fração de segundos. Com base nessas idéias, Silva (2001) identifica o surgimento de “(...) *uma utopia centrada no corpo, na saúde em aliança com a beleza*” (p. 54), utopia essa sustentada pelo desenvolvimento tecnológico:

*“O corpo se encontra no centro dessa nova utopia; os esforços em torno desse ideal são justificados pela sua identificação com um novo arquétipo da felicidade humana. A passagem para esse novo universal dá-se por meio da tecnologia que investe profundamente nas questões do corpo, ela mesma identificada com o progresso e a serviço do mercado, que busca se expandir ilimitadamente”* (p.55).

É interessante pensar que, diferentemente de outras utopias tidas como perdidas ou inacessíveis, agora o desenvolvimento tecnológico, sob o respaldo científico, permite aos sujeitos obterem o corpo desejado, como sendo o novo arquétipo da felicidade, ainda que para isso sejam necessárias várias intervenções, subvertendo assim, os limites do próprio corpo. Tal fato permite refletir sobre a possibilidade de nos depararmos, brevemente, com monstrosidades revestidas de ser humanos. Aliás, essa é uma tendência que já foi profetizada por outros autores. Fraga (2001) apresenta reflexões sobre as pedagogias do corpo no limiar do século XXI. O autor discute as representações do corpo mediante as inovações da ciência e do mercado. Ao recordar-se dos filmes *Blade Runner*<sup>11</sup> e *Gattaca*<sup>12</sup>, Fraga (2001) afirma que “(...) *representam, respectivamente, o impacto cultural da robótica e da genética na sociedade futura. São representações culturais que procuram suturar o corpo material ao corpo emergente do próximo século* [o autor refere-se ao século XXI]” (p.62). Essas

---

<sup>11</sup> Fraga (2001) diz que tal filme “(...) *celebra aquilo que Donna Haraway (1994) chama de era ciborgue, do pós-humano, da construção científico-tecnológica de um corpo que transgride as fronteiras entre o natural e o artificial, o orgânico e o não-orgânico, tornando confusos os limites em que estão alicerçados esses dualismos clássicos*” (p.62). Silva (2001) e Soares (2001) também fazem referência a esse clássico do cinema futurista.

<sup>12</sup> Neste filme, o autor explica que “(...) *os destinos são decididos antecipadamente por meio da leitura ‘precisa’ do código genético dos progenitores, instaurando o ‘geneísmo’ – uma espécie de racismo genético. Nesse filme a projeção de uma nova ordem social já vem inscrita hereditariamente e vai exigir confirmações através do que é expelido pelo corpo (urina, sangue, saliva...) para banir aqueles que têm os genes errados (‘degenerados’) e purgar corpos e almas*” (p.63).

considerações permitem refletir sobre as determinações da ciência e do mercado nas práticas corporais de maneira geral, inclusive no esporte.

O mesmo autor faz comentários sobre matéria jornalística<sup>13</sup> em que um especialista do meio esportivo foi entrevistado. Ao referir-se à preparação física no mundo competitivo futuro, o entrevistado recomendava àqueles que quisessem ser campeões a escolherem primeiro os pais, fazendo alusão aos avanços da genética. Na mesma reportagem, o autor destaca o fator racial como determinante na seleção de quais modalidades esportivas poderão ou não ser praticadas por negros ou brancos, sendo que a referência para a escolha é o tipo de fibra muscular predominante nessas diferentes etnias. Essas afirmações parecem ir ao encontro dos estudos de Silva (2001), que fazem referências às inovações da genética e dentre os vários exemplos destacados, chama a atenção os Projetos Genoma<sup>14</sup> (também citado por Fraga) e Biosfera II<sup>15</sup>. A autora comenta que, apesar dos dois projetos aparentarem seguir caminhos diferentes, ambos têm um mesmo fundamento: *“o desejo compulsório de controle e domínio sobre a natureza que tem caracterizado os seres humanos, especialmente, a partir da Modernidade”* (p.72).

Essas referências levam a comentários e questionamentos. Primeiramente, as descobertas da genética apresentam-se de maneira preconceituosa, reforçando discriminações de ordem cultural, observação feita também por Fraga (2001). Tal lógica parece conveniente para o exercício do poder dos grupos dominantes. Além disso, leva ao seguinte questionamento: a quem esses projetos irão beneficiar? Certamente não resolverá os sérios problemas de desnutrição, prostituição, mortes por falta de atendimento médico, exploração do trabalho

---

<sup>13</sup> Jornal Zero-Hora, em 7 de novembro de 1999.

<sup>14</sup> Segundo Silva (2001), trata-se de iniciativa do governo norte-americano em conjunto com o governo de outros países e laboratórios de indústrias privadas, com a proposta de, no prazo de dez anos, fazer o mapeamento completo dos três bilhões de pares de base do DNA humano; projeto esse que se completa neste início do século XXI. O objetivo do mesmo é o aperfeiçoamento da espécie humana, a partir do conhecimento do DNA, o que permitirá manipulá-lo, identificando possíveis “defeitos” ou “qualidades”, com a finalidade de eliminá-lo ou ressaltá-lo (Silva, 2001).

<sup>15</sup> Segundo Silva (2001), o projeto é desenvolvido nos Estados Unidos e tem o objetivo de *“(...) comprovar a possibilidade de autonomia humana num ambiente artificial, idealizado e produzido pela tecnociência”* (p.72).

infantil etc., problemas que assolam grande parte da população mundial, sobretudo os países subdesenvolvidos.

Essas reflexões levam a outra questão – de ordem ética. Ao considerarmos os experimentos sobre quais genes serão mais aptos para a corrida ou a natação, ou como alterar a constituição genética do ser humano para o seu aperfeiçoamento ou ainda como construir uma tecnosfera para que poucos sobreviventes possam viver eternamente, nos deparamos com uma outra realidade, vivida por muitos ainda sobreviventes, apesar dos sérios problemas sociais e políticos que atingem grande parte da população mundial atualmente.

Silva (2001) também trata a questão da contradição existente entre a supremacia da tecnociência e a desigualdade social, como podemos observar no trecho abaixo:

*“Para essa lógica, a solução dos problemas humanos não se situa no campo ético e político e sim no campo da factibilidade técnica: trata-se de manter em condições ótimas os possíveis representantes da espécie, não se preocupando com as condições para a dignidade de todos os seres vivos da espécie” (p.73).*

A terceira observação permite retomar a questão da saúde. Considerando que a ciência deveria estar sempre a serviço das necessidades da sociedade<sup>16</sup>, uma vez que é legitimada pela mesma, em que medida esses projetos, dentre outros exemplos citados por Silva (2001)<sup>17</sup> estão, de fato, contribuindo para a saúde da população mundial?

Talvez esclarecimentos sejam necessários para essas questões levantadas. Não se trata aqui de negar a validade de alguns desses projetos, nem

---

<sup>16</sup> Entendemos sociedade no sentido de coletividade, diferentemente dos discursos dos governantes e economistas que dividem a sociedade e o social, como aponta Ribeiro (2000).

<sup>17</sup> A autora cita vários exemplos de intervenção corporal, decorrente do avanço científico: “(...) separar partes do corpo; adicionar-lhe próteses artificiais; implantar artefatos da nanotecnologia, usar aparelhos para prolongar a vida do corpo, mesmo com a morte cerebral; transformar os cadáveres das escolas de Medicina em cadáveres digitais estandardizados; fazer modificações genéticas; clonagens de seres vivos; gestar fetos em útero artificial ou mãe de aluguel; reconstruir cirurgicamente os corpos, injetar substâncias químicas e realizar trabalho muscular específico para remodelá-lo” (p.66).

dos estudos orientados pela visão hegemônica de ciência. Parece que esses são complementares ao conhecimento do ser humano, no entanto, a crítica direciona-se aos valores que orientam esse tipo de pesquisa, à inexistência de uma discussão sobre ética, à falta de reconhecimento de limites. Além disso, com o respaldo da publicidade, esse modelo hegemônico de ciência apresenta certas concepções de saúde e atividade física, como se não houvesse contradições entre as correntes científicas, ou como se a ciência fosse composta de uma única corrente<sup>18</sup>.

Em vários momentos os praticantes de musculação, ao fazerem uma comparação entre o parque e a academia de ginástica, falam sobre a necessidade do respaldo científico para a realização de sua prática, alguns deles afirmam que na academia as condições são mais apropriadas para a prática da musculação pelo fato de ter aparelhos melhores e a orientação de um profissional da área:

*“Eu comecei assim, não tinha noção de nada, vim pra cá tal, eu quero ir pra uma academia pra ver se eu tô fazendo tudo certinho, sabe (...) eu não posso falar assim ‘em uma academia é melhor’, porque eu não sei, eu nunca fiz, entendeu, as pessoas que falam que é pra fazer” (Entrevistado E.).*

*“(...) academia é bem melhor, tem instrutor, aparelhos modernos, não essa coisa, como eu vou falar...adaptada, academia você começa do início até o fim, tem os pesos certos (...)” (Entrevistado B.).*

*“(...) eu sei mais de ir na academia, você vê como o cara faz, o cara fala ‘tá certo assim, arruma as costas, o pescoço certinho’, sabe essas coisas? Vai dando uns toquinhos, você vê como faz depois você aplica. Você pode até tá fazendo errado mas você viu ali como ele fez mais ou menos, depois você aplica, é uma auto-medicação (risos)” (Entrevistado F.).*

*“(...) como eu falei pra você, na região tem três faculdades de Educação Física, né, UNICAMP, PUC e*

---

<sup>18</sup> Há grande quantidade de produtos divulgados com o selo de “comprovado cientificamente”. As propagandas chamam a atenção para esse fato, parece ser uma maneira de incentivar o consumidor a comprá-lo, uma vez que traz consigo a garantia científica.

*UNIP, e acho que pra conseguir estágio é um pouco difícil. Eu tenho um colega aqui no estágio Educação Física e assim, não foi muito fácil ele conseguir estágio em academia, e sempre que tem o parque que muita gente freqüenta, usa a área de musculação ali, eu acho que deveria ter pessoas, estagiários dessas faculdades dando orientação pra ...acompanhamento, eu acho que ia ser útil pra os estagiários estar estagiando e, principalmente, para o pessoal que freqüenta, né. Tem muita gente que faz exercício errado, muita gente que tem problema sério de lesão” (Entrevistado R.).*

O interessante é que na última entrevista de R., ele comentou que estava conversando com os seus amigos que também fazem musculação para entrarem com um pedido no DPJ (Departamento de Parques e Jardins) do Parque Portugal, para terem melhores condições no espaço em que realizam suas práticas.

Como podemos notar, a maioria dos entrevistados, ao fazerem críticas às condições que o parque oferece para a prática da musculação, parece deixar claro a necessidade do apoio científico para orientar sua prática. Mas será que o modelo de ciência predominante na área da Educação Física daria conta de suprir com essas necessidades dos praticantes? Sob quais conceitos de corpo, saúde e beleza essa intervenção seria feita?

A partir das reflexões de Carvalho (2001b) acerca de questionamentos dirigidos aos profissionais de Educação Física: “*onde está e quem é o ‘sujeito’ da relação entre atividade física e saúde? Qual o significado do ‘sujeito’ no discurso a respeito da atividade física e saúde?*” (p.11), podemos questionar o modelo de ciência do “provado cientificamente”. Quais as condições de vida dos sujeitos a quem tais projetos científicos se destinam ou quem são os sujeitos que sequer têm seu direito à vida garantido?<sup>19</sup> Em ambos os casos, o “sujeito”, que é receptor e agente de cultura, que é social, histórico, político, ético, humano, é restringido a

---

<sup>19</sup> Silva (2001) faz referência ao relatório do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento – PNDU (1998) – que traz a seguinte informação: “*quatro bilhões e meio de pessoas vivem em países pobres, três quintos da população mundial não têm acesso à água tratada e a saneamento básico e um quarto não tem habitação minimamente adequada, dois bilhões de pessoas sofrem por anemia e mais de um bilhão não é alfabetizada. De acordo com a ONU, seriam suficientes 4% do patrimônio dos 225 mais ricos do planeta para acabar com a fome, a falta de água potável e garantir assistência médica, além de educação para toda a população mundial*” (p.97).

um conjunto de sistemas orgânicos, em que apenas o seu fator biológico é considerado nos estudos e inovações do modelo de ciência do “cientificamente provado”.

Apesar do predomínio de uma visão científica que parece se importar muito pouco com as especificidades culturais, as condições de vida dos sujeitos e com dados subjetivos, as autoras Carvalho (2001b) e Silva (2001) fazem apontamentos para outra perspectiva sobre a questão saúde. As autoras chamam a atenção para a necessidade de mudança de valores. Para Carvalho (2001b), saúde pode ser entendida da seguinte maneira:

*“A saúde resulta de possibilidades, que abrangem as condições de vida, de modo geral, e, em particular, ter acesso a trabalho, serviços de saúde, moradia, alimentação, lazer conquistados – por direito ou por interesse – ao longo da vida. Tem saúde quem tem condições de optar na vida. A saúde está diretamente relacionada com as escolhas que não se restringem tão-somente a poder escolher este ou aquele trabalho, realizar-se pessoal e profissionalmente com ele, morar dignamente, comer, relaxar e poder proporcionar condições de vida para os mais próximos, mas também conseguir viver dignamente com base em valores que não predominam em uma sociedade como a brasileira – excludente, individualista, competitiva, consumista”* (p.14).

Para Silva (2001), *“(...) a primeira condição de saúde é a vida ter sentido; as formas de ser saudável podem ser muitas e tão diferentes como os modos de ser Humano”* (p.36). Em outro trecho a autora comenta sobre uma possível mudança paradigmática, que se apresenta em alguns setores da ciência, onde a unidade e totalidade passam a ser consideradas:

*“A unidade, como uma percepção de mundo, pode trazer importantes contribuições éticas, dado que subentende a interligação entre os seres de uma maneira que é inédita na história da humanidade. O modo fragmentário que caracteriza não só a ciência, mas toda a cultura ocidental, onde as coisas são*

*tratadas como divididas e desconectadas, como se discutiu anteriormente, leva a um reforço do individualismo e à autopreservação do ego de forma exacerbada, além de certo grau de neurose no próprio indivíduo que vê a si mesmo como fragmentado (...) a construção de uma nova cultura precisa superar esse modo fragmentário, se tiver a intenção de transcender as conseqüências dele decorrentes” (p.107-108).*

Essas idéias parecem centrais para os objetivos desse trabalho, já que as práticas corporais fazem parte de uma cultura que, além de difundir imagens de corpos belos como sendo sinônimo de corpos saudáveis, trata a questão da saúde restrita ao fator biológico. Essas influências parecem atingir diferentes sociedades e grupos sociais, o que permite pensar que tanto os adeptos das práticas corporais como os profissionais que lidam com tais práticas estão envolvidos nessa lógica influenciada fortemente pela visão hegemônica de ciência e pela eficiência da mídia na difusão de formas simbólicas relacionadas à beleza corporal e saúde. Resta saber como os diferentes sujeitos interpretam tais informações.

Em Lopes da Silva (2001), ao investigar grupos de profissionais de academias de ginástica de grande e pequeno porte, foi possível identificar alguns significados que esses profissionais atribuíram às práticas corporais. A maioria referiu-se à saúde, ao bem-estar e à qualidade de vida. Esse dado sugere reflexões a respeito do papel desses profissionais diante dos apelos da moda corpo, e de conceitos restritos de saúde e qualidade de vida. Podemos levantar algumas questões a respeito desse assunto.

Primeiramente, uma minoria populacional tem acesso às práticas corporais, somente aqueles que podem pagar academias, clubes, hotéis, profissionais da área, ou aqueles que freqüentam locais públicos mantidos pelos órgãos governamentais que, geralmente, não têm acompanhamento profissional.

A segunda questão é com relação aos valores atribuídos às práticas corporais. A saúde, qualidade de vida e bem-estar são questões amplas e complexas e são conceitos distintos, ainda que na Educação Física seja freqüente o uso deles, indistintamente, como sinônimos. Portanto, não podem ser garantidos somente com a prática de atividades físicas. Para tratarmos esses temas é

necessário considerar condições de vida, acesso aos direitos de cidadania, fatores subjetivos, além de outros aspectos.

A terceira questão refere-se à difusão das práticas corporais. As influências das ciências médicas e biológicas parecem ser centrais nas atividades físicas difundidas pela mídia, em que é dada grande importância às questões que envolvem a aptidão física. As práticas são orientadas de acordo com tabelas, quantidades de exercícios, cargas, enfim, seguindo parâmetros e índices baseados na aptidão física da média da população.

Em matéria da Revista *Veja*, escrita por Buchalla (2001), podemos encontrar exemplos de como as práticas corporais são difundidas. A matéria apresenta receitas de exercícios e dietas que orientam o leitor para rápida perda de peso. Segundo consta, tal matéria teve como referência livros de autores famosos no ramo, como o *personal trainer* Matt Roberts, que escreveu “Boa Forma em 90 dias” e o fisiologista brasileiro, Turíbio Leite de Barros, com o livro “O Programa das 10 Semanas”. Nessas referências dá-se ênfase aos métodos de exercícios e às aparelhagens das academias de ginástica, além disso, a matéria apresenta quadros que têm como variáveis o exercício para determinado grupo muscular, a frequência, as repetições necessárias, trazendo para o leitor alguns testes com referências para avaliar se o sujeito está em forma. Cinco exercícios são selecionados e o resultado muito bom, bom e ruim é avaliado de acordo com a quantidade de repetições que a pessoa consegue fazer em cada exercício.

Como podemos notar, na matéria citada, as informações são transmitidas omitindo a singularidade e a particularidade cultural dos indivíduos. Ao considerarmos a maneira como as atividades físicas são difundidas na mídia e como as práticas corporais são orientadas em grande parte das academias de ginástica, podemos questionar se, de fato, proporcionam saúde aos sujeitos, já que partimos do pressuposto de que uma prática saudável possibilitaria aos sujeitos se expressarem, refletirem sobre o que fazem, atribuírem novos significados à sua opção, serem críticos diante dos estereótipos construídos no meio em que vivem, enfim, uma prática que leve em consideração as diferenças culturais para que possa ser vivenciada por todos.

Não teria sentido falar de imagens e de corpos belos sem tentar compreender o que representam para a sociedade. A grande preocupação com a estética corporal nos diversos segmentos de nossa sociedade fundamenta-se em uma mudança não somente em relação ao aspecto físico, mas ao tipo de papel que a pessoa passará a representar. De acordo com Maisonneuve & Schweitzer (1984), ocorrerá uma transformação no modo como o indivíduo será visto pela sociedade.

## 2.4 O corpo musculoso e a beleza masculina

Ao pensar nas representações do corpo, chama a atenção os estudos de Courtine (1995) sobre o *body-building*<sup>20</sup> da cultura americana. Segundo o autor, tal prática está relacionada com questões históricas daquela sociedade.

Courtine (1995) comenta o fato histórico da transformação progressiva nas imagens do corpo, sobretudo masculino, para explicar a representação do corpo que fundamenta a prática do *body-building* contemporâneo, como ideal de cultura de massas da aparência corporal.

A idéia de transformação ou metamorfose, como diz o referido autor, é essencial ao *body-building*: “com ele é possível um renascimento individual, que passa por uma forma de conversão corporal” (p.89). Segundo ele, essa idéia se aproxima do pensamento do puritanismo americano sobre o corpo a partir do início do século XIX, já que “cuidar do próprio corpo, era assegurar a salvação da própria alma” (p.89). O contexto da sociedade norte-americana também era propício para o surgimento do discurso voltado à questão saúde, já que os ideais democráticos e de igualdade eram difundidos e apontavam para recursos que contribuíssem para a perfeição humana. A possibilidade de metamorfose corporal

---

<sup>20</sup> Em nota de rodapé o autor chama a atenção para o problema de tradução do termo. Para ele, a atividade conhecida como *body-building* nos Estados Unidos é diferente daquilo que na França é conhecido por “culturisme” e no Brasil, “cultura física” ou “culturismo”. Courtine (1995) explica que naquela primeira há um excesso de músculos que do seu ponto-de-vista diferencia-se do conhecido “culturismo” que, em seu entendimento, estaria mais associado ao desenvolvimento harmonioso do corpo. Outro fato que justifica sua opção é que o *body-building* tem um elemento essencial: quem pratica essa atividade – o *body-builder* – é o artesão de seu próprio corpo, idéia essa que lhe parece ausente na noção de “culturisme” (Courtine, 1995).

que possibilitaria a salvação individual e regeneração da nação justificava a rejeição à instituição médica, uma vez que o próprio sujeito poderia ser responsável por sua saúde; além disso, o comércio percebeu, desde cedo, que o corpo é um mercado (Courtine, 1995).

Um fato que parece pertinente ser mencionado é a grande quantidade de produtos existentes atualmente com a finalidade de aumento da massa muscular corpórea, dentre eles, Fraga (2001) destaca os esteróides anabolizantes. Segundo o autor, trata-se de substância sintética usada em diferentes modalidades esportivas, pois resulta em rápido desenvolvimento muscular. No entanto, a preocupação com os efeitos indesejados causados por tais substâncias<sup>21</sup> parecem não ser tão relevantes quanto a mudança que a mesma proporciona, tanto no sentido de rendimento esportivo quanto à estética corporal.

Apesar dos riscos e contra-indicações, parece que tais produtos químicos têm sido amplamente comercializados, tornando-se fonte de lucros<sup>22</sup>. Esse fato faz pensar na maneira como as mudanças corporais são lidas socialmente, ou seja, nos significados atribuídos ao corpo com excesso muscular.

Courtine (1995) afirma que foi entre 1870-1880 que a cultura física tornou-se parte da sociedade americana, como também o esporte (beisebol, atletismo, futebol; na década de 1890 o ciclismo se popularizou, assim como a musculação e a educação física passaram a fazer parte do programa dos YMCA) (Courtine, 1995).

Nesse processo, houve a integração de homens e mulheres na lógica da “forma” e da “saúde”, embora o esporte tivesse sentido distinto entre os sexos. Para as mulheres o incentivo à atividade física era uma medida que poderia garantir a qualidade da reprodução da raça (mulheres brancas). Um exemplo disso é a prática do ciclismo que, segundo a concepção da época, fortalecia os músculos do útero. A força e seu espetáculo era monopólio dos homens, o que

---

<sup>21</sup> Fraga (2001) cita o exemplo da norte-americana Florence Griffith-Joyner, recordista mundial dos 100 e 200 metros rasos femininos. A atleta sofreu parada cardíaca fulminante no auge da carreira esportiva (Fraga, 2001).

<sup>22</sup> Silva (2001) traz dados de que o índice de dependência a drogas farmacológicas “*tem aumentado em quase 300% em cada dez anos, taxa muito superior ao aumento do consumo do álcool e dos apiáceos, de maneira geral*” (p.49).

poderia lhes assegurar simbolicamente a superioridade dos homens sobre as mulheres, como, aliás, dos americanos sobre os estrangeiros (Courtine, 1995).

Ao acompanhar os praticantes de musculação do Parque Portugal, pudemos perceber que tal espaço é predominantemente masculino. As poucas mulheres que de vez em quando aparecem ali, geralmente estão acompanhadas. Elas fazem exercícios de alongamento junto com o acompanhante ou apenas aguardam enquanto o mesmo realiza os exercícios nos aparelhos de musculação.

Em um dos encontros com R., subitamente surgiram mulheres no espaço da musculação. A chegada do entrevistado era aguardada em um banco, de repente chegou uma moça que sentou próxima ao banco, depois outra, depois outra e outra. Após várias semanas, era a primeira vez que mulheres podiam ser vistas naquele espaço. A impressão era de que estavam aguardando seus acompanhantes a fazerem os exercícios na musculação. Mas, por que elas estavam apenas esperando e não fazendo exercícios junto com eles? Parecia uma boa oportunidade para termos algumas pistas sobre a questão. Ao comentar brevemente sobre a pesquisa com a moça que estava mais próxima, foi possível perguntar a ela porque não fazia os exercícios. Respondeu que estava grávida e esperava pelo marido. Sobre a ausência de mulheres, tinha a impressão de que era devido aos aparelhos, já que os mesmos eram mais direcionados para os homens ficarem com o peito grande e, para ela, as mulheres se preocupam mais com partes do corpo como barriga, perna e bumbum.

Quando R. chegou e, ao comentar sobre a ausência de mulheres para realizar as práticas naquele espaço, ele disse que realmente poucas mulheres freqüentam ali e que três fatores podem justificar esse fato: elas preferem fazer coisas na academia, já que nesse outro local as mulheres podem fazer os exercícios de maneira mais correta e no parque os homens os fazem meio errado. A segunda é pelo fato de ter muitos homens e isso pode intimidá-las. A terceira justificativa é que as mulheres têm preferência por exercícios “aeróbicos”<sup>23</sup>, ele

---

<sup>23</sup> Esse termo é referente ao sistema de gasto energético que caracteriza práticas como corrida, natação, ciclismo etc., atividades realizadas sem interrupções, em determinado ritmo e em longa duração de tempo.

disse que quando tinha aula de aeróbica<sup>24</sup> no parque, aos domingos, enchia de mulheres, aí havia mais mulheres do que homens.

A. foi o único entrevistado que afirmou sentir falta das mulheres ali no espaço, para ele há muitos homens:

*“(...) tem um lado ruim também, mulher ali é difícil (risos) de aparecer, principalmente quando tá cheio, têm muitos homens (...) (E por que você acha isso? Por que pouca mulher aparece lá? [a gente estava conversando na área do piquenique]) Como eu te falei aparecem pessoas de profissões diferentes, até níveis diferentes e tem algumas pessoas que acabam não sabendo se comportar. Se aparece uma mulher ali no meio, vão ficar olhando demais, ela vai acabar se sentindo incomodada realmente, porque o pessoal vai exagerar (...)” (Entrevistado A.).*

Pela resposta do entrevistado, parece que o espaço da musculação no parque é, simbolicamente, uma área reservada para homens.

Nas primeiras semanas da pesquisa, ao entrar na área da musculação, foi possível perceber que a presença de uma pesquisadora ali chamava a atenção dos rapazes, a impressão era a de que os olhares questionavam a presença de uma mulher ali. Mas não houve qualquer tipo de brincadeira, insultos ou excessos por parte dos praticantes. Aos poucos, os praticantes mais assíduos não estranhavam a presença de uma pesquisadora, cumprimentavam, e se faziam brincadeiras ou comentários, não eram ofensivos como o dia em que um rapaz falou “olha a moça do caderninho”. Um outro que sabia sobre a pesquisa, sempre perguntava como estava indo o trabalho, se já tinha encontrado o Sr. N. e se já estava concluindo o estudo.

Um outro trabalho que aponta para as diferenças marcadas nos papéis masculinos e femininos é de Melo (1997). A autora, em estudo realizado com freqüentadores de academias de ginástica identifica que os espaços femininos e

---

<sup>24</sup> O entrevistado parece referir-se à ginástica aeróbica. Apesar desse tipo de ginástica ser adjetivada como “aeróbica”, o sistema energético predominante é o anaeróbico, já que se trata de uma prática que requer diferentes tipos de esforços e ritmos.

masculinos são claramente delimitados pelas roupas e pela escolha das práticas corporais. A bermuda justa, por exemplo, é uma vestimenta considerada feminina. Segundo ela “a utilização desse tipo de vestimenta pelos homens parece estar associada a uma condição duvidosa de sua masculinidade” (p.76). Com relação às práticas corporais, a autora pôde constatar diferenciações na frequência de homens e mulheres nas práticas de musculação e ginástica. Nas academias de pequeno porte visitadas pela autora, a sala de musculação pareceu ser um espaço marcadamente masculino, ao contrário da sala de ginástica, com frequência exclusivamente feminina. Já nas academias de maior porte, essa diferenciação é menos perceptível, homens e mulheres freqüentam ambos espaços, indistintamente (Melo, 1997). Esses dados mostram como cada local visitado pela autora se constitui como um universo particular, demarcado por especificidades culturais.

Retomando a discussão de Courtine (1995), além da divisão das práticas corporais por gênero, é a partir das primeiras duas décadas do século XX que começam a surgir os modelos com seus corpos esculturais, alguns tornaram-se personagens conhecidos mundialmente como Charles Atlas, o héracles dos anos 20, mais tarde Johnny Weissmuller, o Tarzan dos anos 40 e atualmente Arnold Schwarzenegger, o astro dos músculos no cinema. Modelos de beleza masculina, de acordo com sua época, apresentavam em seus corpos esculturais, o rótulo da força moral.

Fraga (2001), a partir das reflexões de Courtine (1995), ressalta o fato da mudança de padrão corporal de beleza em diferentes épocas. Os três atores citados acima, eram considerados belos para sua época, no entanto, se compararmos o Arnold Schwarzenegger com o Charles Atlas dos anos 1920, segundo os parâmetros atuais do *body-building*, esse último “(...) seria aconselhado a praticar intensivamente musculação para aperfeiçoar seu físico inacabado” (p.71). Ainda poderíamos pensar que o Arnold Schwarzenegger é parâmetro de beleza para os adeptos do *body-building*, mas pode não ser para outros grupos, dado o fato da beleza corporal ser construída culturalmente, sendo

que, em diferentes épocas, sociedades e grupos sociais, é possível identificar padrões corporais de beleza distintos.

Dentre os entrevistados da pesquisa, apenas B. falou em um modelo corporal que talvez se aproxime da prática do *body-building*:

*“(...) que nem o professor lá, o vizinho [ele se refere a um vizinho seu citado em vários momentos de nossas conversas] (...) ele é alto, sabe aqueles caras que praticam halterofilismo? mais ou menos aquele corpo assim, anda até meio curvado assim sabe, banha virou músculo sabe? Ficou bem legal assim (...)”.*

Em outro momento, B. citou o Arnold Schwarzenegger, dizendo que esse seu amigo faz um curso para halterofilistas que acontece anualmente nos EUA:

*“(...) todo ano ele vai no EUA [o amigo dele], porque nos EUA tem um congresso...que ele pratica halterofilismo né, então ele vai e o Schwarzenegger, aquele ator austríaco naturalizado americano, ele dá um congresso sobre academias lá em Columbus (...)”.*

É interessante que o entrevistado, ao falar sobre seu vizinho, traz dados sobre o ator americano, o que mostra o seu interesse pelo astro dos músculos. Os demais entrevistados falam do corpo com excesso de músculo como um contramodelo de beleza:

*“(...) eu não faço musculação pra ficar com aquela coisa, sabe...”bombado”, ter que tomar aqueles complementos. Eu tenho uma alimentação normal no dia-a-dia: tomar café, fazer um lanche, entre o café e o almoço, a tarde faço outro lanche, janta e outro lanche antes de dormir. É o que eu faço, normal, não tomo nenhum complemento alimentar, comprimidos, nada disso. Porque o corpo que eu tenho é esse, eu gosto do meu corpo assim e esse é o corpo ideal (...)”*  
(Entrevistado R.).

Embora o entrevistado afirme que o corpo que ele tem já é o ideal, ao ser questionado se nunca havia comprado ou se informado sobre os produtos que auxiliam o aumento de músculos, R. disse já ter consumido *Mega Mass*, creatina e suplementos alimentares:

*“(...) tomei uma vez aquele Mega Mass e quase morri porque tive uma cólica intestinal, aí eu não tomei mais...mas eu tomei creatina, procurei uma menina que faz Educação Física, ela falou assim: ‘não, você pode tomar creatina, mas desde que não seja abusivo, pode tomar durante um mês, aí você pára, fica dois meses, três meses, se tiver necessidade você toma’, aí tomei a creatina...e os suplementos alimentares. Eu nunca tomo todos, nunca consigo (risos)”*.

Nota-se que, mesmo afirmando que não gostaria de ter um corpo “bombado”, o que para ele seria necessário o consumo de determinados produtos para atingir tal padrão, assume, ter comprado e experimentado produtos para essa mesma finalidade, justificando que estava magro e como tinha planos de ir à praia, optou por produtos que o possibilitaria ter um resultado mais rápido:

*“(...) porque teve época que eu estava muito magro, né, digamos que assim, tava chegando o verão, eu tinha planos de ir pra praia, então ‘olha toma isso que você vai ter um resultado mais rápido’, né, com colegas tal, até mesmo informação que eu já vi, então eu fui lá e comprei, mas não fez bem. E hoje eu não faço nada”* (Entrevistado R.).

Outros entrevistados que também falaram do corpo com músculos em excesso como contramodelo de beleza são:

*“(...) cada músculo acaba ficando muito evidente, né, muito definido, acho que acaba passando essa imagem aí do artificial...acho que tem pouca gordura, tem muito músculo mas pouca gordura e fica muito marcado mesmo, acho que é um negócio meio esquisito”* (Entrevistado A.).

*“Nunca li sobre corrida, nunca...nunca li. Musculação também não, específica assim pra comprar revistas de musculação tipo aqueles monstros de num sei que lá, aqueles bombadão na capa, aquilo lá também nunca comprei não” (Entrevistado F.).*

*“O que eu vejo assim de parâmetro pra mim é, por exemplo, aparentar uma pessoa saudável, assim, que não seja excessivamente forte, sabe, aquela coisa muito...artificial, muito...é...forçado, que é de sportista extremo, né” (Entrevistado S.).*

*“(...) quero ter um corpo definido, não quero ficar um monte de massa, é isso que chama a atenção, a pessoa sem barriga, a pessoa com as pernas grossas, um braço, nada assim exagerado, entendeu?” (Entrevistado E.).*

Outro dado que pode afirmar uma contraposição ao modelo de corpo com excesso de músculos é como alguns praticantes de musculação relacionam-se com aqueles que buscam um padrão de beleza com excesso de músculos. Um dos freqüentadores da área da musculação se destaca dentre os demais pelo excesso de músculos da cintura para cima, e pelo seu comportamento no local, anda sempre de peito estufado, os braços meio afastados, que se movimentam lentamente e com um certo balanceio do corpo, quase sempre sem camisa. Nota-se que ele faz alguns exercícios com dificuldade, com expressão de dor, como se não tivesse agüentando aquela quantidade de peso. O modo como esse praticante se apresenta diante dos demais chama a atenção, fato que pode ser observado pelo próprio apelido dado a ele – “Rambo”<sup>25</sup>.

Embora os demais entrevistados tenham se referido ao corpo com excesso de músculos como um contramodelo de beleza, eles justificam a escolha pela musculação afirmando que esta prática os ajuda a “sentir-se bem” e a “manter a forma”, idéias próximas dos estudos de Courtine (1995). O autor, ao referir-se aos anos 1930, chama a atenção para uma mudança moral com relação ao corpo. Desde então, as idéias de “sentir-se bem” e “estar em forma” ganharam sentido,

---

<sup>25</sup> Personagem vivido pelo ator Sylvester Stallone nos filmes “Rambo”. Tal personagem chamava a atenção pela força e pelo corpo excessivamente musculoso.

passando a representar um rompimento com a moral das disciplinas e das tradições. Algumas respostas dos entrevistados indicam a busca pelo “sentir-se bem” e estar “em forma” como:

*“Olha, eu especificamente não espero que cresça, que fique aquela coisa musculosa, é uma coisa assim pra manter mesmo a forma e tá...tirando um pouco do estresse do dia-a-dia” (Entrevistado R.).*

*“(...) meu corpo mudou pra melhor...antes eu tinha vergonha de andar sem camisa que eu era muito magro, muito magro mesmo, então fez bem pra mim, eu me sinto bem, entendeu?” (Entrevistado E.).*

*“Se eu ficar três semanas sem vim ou vindo não sei se muda alguma coisa, mas é mais psicológico né, você se sente bem, o fato de você estar proporcionando, dando a chance para o seu corpo de saúde (...)” (Entrevistado L.).*

*“Eu tenho consciência que às vezes eu acabo fazendo só pelo fato de...porque eu tenho que manter (...)” (Entrevistado S).*

*“Ah, o sentido eu não sei assim, porque gosto mesmo, ah opção, né (o que mais?) o que mais? Ah, pra ficar ‘em forma’ (...)” (Entrevistado B.).*

*“(...) a musculação, eu tenho gostado, eu me sinto bem, eu faço os exercícios tudo e depois eu me sinto bem fisicamente mesmo” (Entrevistado A.).*

*“(...) de manter uma estrutura legal assim, pra estar desenvolvendo o esporte, começar a se sentir bem (...)” (Entrevistado F.).*

Um outro fator que chama a atenção é maneira como os entrevistados organizam sua prática. E. e R. são os que procuram realizar os exercícios de maneira mais completa, procurando exercitar diferentes partes do corpo. E. faz exercícios para peito, braços, costas, ombros e pernas; R. para peito, braços, costas e pernas. Os demais entrevistados não fazem exercícios para pernas. O praticante A. faz exercícios somente para peito, costas, braços e abdômen; F. e S.

(esse entrevistado citou somente a barra fixa, mas como ele às vezes vai junto com o F. e por ter dito que só faz exercício em aparelhos que não precisam de peso extra a não ser o peso do próprio corpo, é provável que use também outros aparelhos como barras paralelas, fixa e arco no chão, aparelhos citados por F.) privilegiam a musculatura dos braços, costas e peito, respectivamente; L. citou a musculatura do peito, dorsal, ombro e braços. Como podemos observar, a maioria privilegia partes do corpo como peito, braços e costas. O que sugere a busca dos participantes da pesquisa por determinados modelos corporais de beleza masculina, embora os entrevistados justifiquem de diferentes maneiras o porquê de tal divisão:

*“(...) eu tenho priorizado treinar principalmente peito e ombro e aí acho que eu tô tentando selecionar os exercícios que eu achei que teve mais efeito [em seguida, ele explicou que muita gente não exercita as pernas por achar que esse membro não é tão interessante esteticamente, no entanto, ele nega que esse seja o seu caso] Eu tenho praticado aí o ciclismo, eu acho que é um exercício bom pra perna só que ainda acho que é vantagem a parte aeróbica, que eu tinha falado pra você que acho que, na musculação, falta um pouco disso (...)”* (Entrevistado A.).

*“[F. explicava que alguns exercícios da musculação simulam os esforços para realizar uma outra prática – a escalada] (...) a barra é o que mais simula diretamente, quer dizer, é uma simulação de braço (a barra fixa?) a barra fixa, você faz o movimento de subida não usando as pernas, quer dizer, a hora que você está escalando, você ainda tem a vantagem de ter as pernas (...)”* (Entrevistado F.).

*“[L. explicava a maneira como divide os exercícios] (...) o que eu te falei, peito, dorsal, ombro e no outro dia seria mais é na parte braço. Bom, peito e ombro é o grupo muscular que eu mais gosto de trabalhar e eu acho mais bonito, acho legal, então eu procuro fazer mais esses exercícios (...)”* (Entrevistado L.).

Embora justifiquem de diferentes maneiras o fato de priorizarem certos grupos musculares e não outros, parece haver contradições nas falas desses entrevistados. A., em outro trecho da mesma entrevista afirma que faz musculação pelo fator estético:

*“(...) a busca minha seria de estética e, conseqüentemente, você estaria se sentindo melhor, né, com o seu corpo, com você mesmo”.*

Ao comentar com o F. sobre a impressão de que na escalada usa-se mais a força dos membros inferiores para deslocar-se de um ponto à outro, o entrevistado explicou que:

*“Perna também, na verdade, você não consegue ficar usando muito braço, faz parte da técnica usar as pernas, mas depende, né, depende muito do apoio de via<sup>26</sup>”.*

L. lembrou em todas as entrevistas o fator saúde associado à realização das práticas corporais, no entanto, no trecho destacado acima, ele justifica a escolha por tais exercícios devido à preocupação com a beleza corporal.

Os entrevistados E. e R., que seguem uma prática mais sistematizada, procurando exercitar os diferentes grupos musculares, falam sobre a preocupação com a questão estética e mostram-se mais atentos aos conhecimentos específicos sobre tal prática:

*“Foi pegando informações com pessoas da área de Educação Física ‘você deve fazer três séries de oito, quatro séries de seis e tá utilizando aquela quantia de peso que você vai agüentar, não adianta colocar um peso que você não suporte (...)’ (o que você espera, fazendo os exercícios dessa maneira?) olha, eu, especificamente, não espero que cresça, que fique aquela coisa musculosa, é uma coisa assim pra manter*

---

<sup>26</sup> Segundo F. via é o nome dado ao trajeto que o escalador faz.

*mesmo a forma e tá tirando um pouco do estresse do dia a dia” (Entrevistado R.).*

*“(E dessas pessoas que te deram algumas dicas [ele disse que começou a dividir os exercícios por orientação de seus amigos], e até das coisas que você leu [ele disse também ter feito leituras sobre o assunto e costuma procurar informações na internet], eles chegaram a explicar melhor porque essa divisão?) Ah tá, pra ter um aproveitamento melhor, um rendimento melhor, pra não queimar, porque é difícil você conseguir criar algum músculo, aí você acha que tá ganhando, tá ao contrário – tá queimando, é isso” (Entrevistado E.).*

E. e R., apesar de envolvidos também pela busca por um corpo belo e terem optado pela musculação como um meio para isso, mostram-se mais preocupados que os demais entrevistados em obterem informações sobre a prática de musculação, pelos meios de informação, por pessoas conhecidas que já praticam ou profissionais especializados, ainda que os valores implícitos nas informações obtidas por tais meios possam ser questionados e criticados.

O desejo em obter um corpo desejado por parte dos entrevistados também vai ao encontro dos estudos de Courtine (1995). O autor comenta que o momento narcísico da cultura do corpo na sociedade americana nos anos 80 é marcado pela proliferação de práticas e técnicas de intervenção corporal que, segundo o autor:

*“(...) são sustentadas por uma obsessão dos invólucros corporais: o desejo de obter uma tensão máxima da pele; o amor pelo liso, pelo polido, pelo fresco, pelo esbelto, pelo jovem; a ansiedade frente a tudo o que na aparência pareça relaxado, franzido, machucado, amarrotado, enrugado, pesado, amolecido ou distendido; uma contestação ativa das marcas do envelhecimento no organismo. Uma negação laboriosa de sua morte próxima” (p. 86).*

Essa proliferação de práticas e técnicas de intervenção corporal pode ser observada na sociedade brasileira ao considerarmos o forte apelo aos cuidados com o corpo, que vão desde intervenções cirúrgicas ao consumo de produtos

químicos e à prática de atividades físicas, tendo a mídia como o elo fundamental para a difusão de tais técnicas, produtos e práticas corporais.

Entretanto, o referido autor afirma que, na sociedade americana, esse fato corresponde menos a um desenvolvimento hedonista a um reforço disciplinar, intensificação dos controles, provindo da *repuritanização dos comportamentos*, sendo, portanto, “*um produto das contradições originais da ética protestante, desde suas mutações na era do consumo de massa*” (Courtine, 1995, p.105).

Sennett (1988) também vai apontar um tipo de relação existente entre os sujeitos no contexto atual. Trata-se de uma sociedade intimista que traz em sua estrutura o narcisismo e o ego grupal, como consta no seguinte parágrafo:

*“O narcisismo se mobiliza nas relações pessoais, e a experiência da abertura de sentimentos uns com os outros se torna destrutiva. Essas características culturais também têm laços com o século XIX. Para que o narcisismo seja mobilizado numa sociedade, para que as pessoas se concentrem em tonalidades intangíveis do sentimento e da motivação, é preciso que se coloque em suspenso um certo sentido do ego grupal. Esse ego grupal consiste, em certo sentido, naquilo que as pessoas necessitam, desejam ou exigem, quaisquer que sejam as suas impressões emocionais imediatas”* (p.321).

Parece haver constante insatisfação por parte dos indivíduos da sociedade do século XX e por isso a necessidade de concentração em seu “eu”.

Sennett (1988) afirma que a lógica existente evita a sensação por parte dos sujeitos, de terem alcançado um objetivo, no sentido de que as experiências existiriam independentemente do “eu”. Para que tais experiências não tenham limites é necessária a prática de uma forma de ascetismo, uma auto-renegação contínua, para que o “eu” se torne real.

Essa idéia parece ficar mais clara se pensarmos nas diversas práticas e técnicas que possibilitam mudanças corporais. A lógica da cultura de consumo parece ser de constante incentivo à busca pela beleza corporal, no entanto, sem permitir que os sujeitos atinjam seus desejos, para que, assim, continuem sempre

em busca de um padrão corporal simbólico de beleza. Dessa maneira, o narcisismo, como aqui foi explicitado, deve ser continuamente um estado subjetivo.

Ao considerarmos alguns fatores do atual momento de vida dos praticantes de musculação, descritos no capítulo anterior, podemos perceber que os sete participantes diferenciam-se entre si pela história de vida, situação sócio-econômica, pelas práticas que realizam no parque, pela maneira como organizam os exercícios da musculação, o conjunto de significados que atribuem às práticas que optaram etc., no entanto, todos estão passando por um momento de transição na vida e isso se deve a vários motivos: a afirmação na carreira profissional como é o caso de L., S. e F.; a busca por melhores condições de vida e o investimento nos estudos como E. e R.; o fator idade como B., o mais jovem do grupo (21 anos de idade) ou por algum acontecimento que ocasionou mudanças na vida como é o caso de A. que passou por uma separação conjugal recentemente. A escolha pela musculação em tal grupo parece estar relacionada ao fato desses sujeitos desejarem a obtenção de determinado padrão corporal de beleza que contribua para a construção de seus papéis sociais. Ou seja, a mudança que buscam para o corpo parece estar associada à maneira como eles querem se apresentar ou se representar no meio social.

Como podemos notar, há vários fatores que influenciam as práticas corporais realizadas em épocas, sociedades e culturas específicas. Até agora procuramos apresentar como ocorre o processo de construção da beleza corporal e a maneira como a ciência, a medicina, as questões históricas, políticas, econômicas e culturais permeiam o universo das práticas corporais.

Ao pensarmos em grupos sociais específicos, como os praticantes de atividades físicas em um parque público, podemos considerar que tais sujeitos recebem as influências de seu meio cultural e agem também nesse meio, produzindo cultura. O que eles pensam sobre as influências da mídia com relação ao corpo e as práticas corporais?

## III – A “mediação” das práticas corporais

### 3.1 A indústria cultural e a mídia

Corpo, saúde e beleza são temas que se relacionam e circulam por toda parte: nas bancas de jornais, nas clínicas de estética, nas paredes das lanchonetes, nas academias de ginástica, nas ruas e em nossa própria casa, na televisão, na embalagem da margarina, do leite, do pacote de bolachas etc. Estamos cercados por propagandas e mensagens lembrando de nosso compromisso com a saúde, com a beleza corporal e incentivando a prática de atividades que possam suprir nossos desejos.

Atualmente, ser gordo parece ser coisa fora de moda, a quantidade de produtos existentes para “combater” a gordura é infindável. Podemos encontrar desde chás e receitas caseiras até intervenções cirúrgicas. A escolha parece depender fundamentalmente da condição financeira daqueles que queiram modificar o corpo. O interessante é que juntamente a esse fenômeno da busca por um corpo belo, podemos notar um quadro social marcado pela desigualdade, em que a maioria da população brasileira vive na miséria, o desemprego atinge taxas altíssimas e a possibilidade de alimentar-se dignamente tem sido privilégio de poucos.

Em meio a essa contradição, há um verdadeiro cenário montado em torno das pessoas famosas, geralmente atrizes/atores, cantores (as), esportistas, modelos fotográficos, apresentadores (as) de televisão, que ganham destaque nas revistas, na televisão e nos *outdoors*. Essas pessoas falam sobre seus hábitos diários, mostram seus corpos, na maioria das vezes *seminus*, e os assuntos principais são o silicone, o modo como se alimentam, a grife que vestem, o salão de beleza que freqüentam e os produtos que consomem para manter a forma. A televisão, os jornais, revistas, folhetos, as diferentes instituições da mídia parecem ser fortes influenciadores na construção de valores e significados atribuídos ao corpo e às práticas corporais.

Essa discussão leva a pensar no surgimento do fenômeno da “comunicação de massa”. Mas o que é especificamente a comunicação de massa? Essa parece ser uma questão não consensual entre os estudiosos.

A existência de diferentes concepções tanto para o termo “comunicação de massa” como “mídia” deve-se, segundo Belloni (2001), ao entendimento da comunicação como um fenômeno, portanto, pode ser discutido a partir de muitos pontos de vista. Primeiramente, a autora faz referência ao enfoque de suas funções econômicas e de suas ramificações com a indústria de equipamentos eletrônicos.

Outra possibilidade que chama a atenção é o estudo da função tipicamente política de manipulação do comportamento social. Belloni (2001) cita, como exemplo, a manipulação da mídia nas pesquisas de intenção de voto. Segundo ela, podemos compreender o fenômeno da comunicação de massa como parte das sociedades industriais altamente tecnificadas e, como tal, desempenhando funções específicas: econômica, política, ideológica, educativa. Nota-se que há alteração do termo “comunicação de massa” por “mídia”, esse dado sugere tanto a falta de consenso entre os estudiosos a respeito dos termos em questão como também pelo fato dos mesmos serem usados como sinônimos.

Uma terceira e última possibilidade destacada por Belloni (2001) é estudar tal fenômeno a partir do ponto de vista do artista, em que a criação artística é submetida às regras da produção cultural. A autora chama a atenção para as noções de “cultura de massa” e “indústria cultural” como exemplos desse eixo teórico.

Como podemos observar, essa é uma discussão ampla e complexa. Para as finalidades desse trabalho, os aprofundamentos feitos sobre o tema serão baseados nos conceitos de Thompson (1998; 2000).

Thompson (1998)<sup>27</sup> define o termo “comunicação de massa” como: “(...) *produção institucionalizada e difusão generalizada de bens simbólicos através da*

---

<sup>27</sup> As duas obras do autor citadas neste trabalho, foram de grande contribuição para a compreensão da mídia e do processo de transmissão de formas simbólicas, tal como suas implicações à cultura moderna. Em “Ideologia e cultura moderna: teoria social crítica na era dos meios de comunicação de massa”, o autor comenta estudos de vários teóricos sociais e políticos e em “A mídia e a modernidade: uma teoria social da mídia”, o autor apresenta vasta literatura da história cultural e das comunicações, além de teorias e pesquisas

*fixação e transmissão de informação ou conteúdo simbólico*” (p.32). Apesar de considerar tal termo adequado para referir-se ao conjunto de desenvolvimentos ocorridos nos meios de comunicação a partir de determinado momento histórico, o autor é cauteloso ao fazer considerações com relação ao seu uso. Uma de suas observações é sobre o termo “comunicação”. Para o autor, os meios técnicos possuem especificidades que descaracterizam a idéia de comunicação dialógica. O segundo ponto é sobre a palavra “massa”. Para ele o termo permite pensar na homogeneidade de sujeitos passivos, portanto, pode ganhar um sentido enganoso. Thompson (1998) considera inapropriado o seu uso se pensarmos nos novos tipos de informação e comunicação em rede que estão se tornando cada vez mais comuns nos dias de hoje. Em sua concepção, os termos “comunicação mediada” ou “mídia” são os mais adequados, dada a diversidade e complexidade dos meios técnicos atuais e os diferentes graus de interação que os mesmos proporcionam. Essa discussão será aprofundada mais adiante.

Thompson (1998), ao entender a “comunicação de massa” como um fenômeno histórico-cultural, refere-se ao conjunto de fatos ocorridos desde o século XV, possibilitando progressiva transformação nos meios de comunicação. Isso remete a uma breve história da cultura.

O século XV foi o marco da transição da Idade Média para a Idade Moderna, envolvendo mudanças na arte, na política, na comercialização e, segundo Thompson (1998), também na comunicação. Isso foi possível a partir de dois desenvolvimentos-chave destacados pelo autor – alguns estados europeus começaram a estabelecer serviços postais regulares, inicialmente utilizados pela realeza e aos poucos disponibilizados para os membros da sociedade que podiam pagar pelo serviço. O segundo fator foi o uso da imprensa na produção e disseminação de notícias.

Johann Gutenberg, um ourives de Mainz, iniciou experiências de aprimoramento do método de duplicar a fundição das letras de metal,

---

das comunicações, e estudos sobre mídia e a cultura contemporânea. A partir de suas reflexões foi possível compreender como a mídia e outros fatores históricos e culturais da modernidade têm influenciado as ações e interações dos sujeitos contemporâneos. O termo “mediação”, utilizado no título desse trabalho, é atribuído por Thompson (2000) ao processo de mediação da instituição mídia.

desenvolvido inicialmente pelos coreanos a partir dos inícios do século XIII. Com a nova técnica, grandes quantidades de tipos móveis poderiam ser produzidos para a composição de textos extensos (Thompson, 1998). Ele também adaptou a tradicional prensa de parafuso, que agora juntamente à técnica dos tipos possibilitava realizar impressões em papel. A produção dessas primeiras tipografias foram aos poucos modificando as relações de espaço-tempo dos sujeitos em seu meio social. Os acontecimentos noticiados podiam ser lidos por pessoas que não estavam presentes no acontecimento. Foi assim que se iniciou a produção dos primeiros folhetos e livros utilizando um conjunto de técnicas de impressão aprimoradas, possibilitando que um maior número de pessoas tivessem acesso às informações.

A mudança nessa relação foi extremamente significativa na vida social daquela época, apesar da maioria da população, representada pelas mulheres, crianças e a classe operária, não ser alfabetizada. A minoria populacional instruída para a leitura fazia parte das elites urbanas instruídas, incluindo o clero, professores e estudantes, a elite política e a emergente classe social. Há alguns indícios também de que havia um número relativamente elevado de alfabetizados entre alguns grupos de artesãos, como boticários, cirurgiões, tipógrafos, pintores, músicos e ourives (Thompson, 1998).

Ao pensarmos na atual realidade brasileira, apesar de passados seis séculos desde o surgimento dos meios de comunicação e com a revolução desses meios com o rádio, televisão, *internet*, há ainda hoje aqueles que não podem comprar ou ter acesso a tais meios e, o que é mais grave, sequer sabem ler ou escrever, porque não tiveram ou não têm acesso à educação, dada a desigualdade social existente no país. Segundo dados do IBGE, em pesquisa nacional realizada no ano 2000, 13,3% dos homens e mulheres brasileiras com idade de 15 anos ou mais não são alfabetizados, sendo que 28,7% dos homens da região nordeste compõem esse grupo<sup>28</sup>. Esses dados reforçam a afirmação de Belloni (2001) a respeito da importância do rádio e da televisão no Brasil, já que a

---

<sup>28</sup> A pesquisa não abrange os estados de Rondônia, Acre, Amazonas, Roraima e Amapá, e a população rural da região norte.

maioria da população teria passado diretamente da transmissão oral e pessoal para o rádio e a televisão sem passar pela palavra escrita.

Apesar do baixo índice de alfabetismo no início da Europa Moderna é provável que fossem realizadas leituras em grupos, em reuniões de famílias e amigos, festas e festivais especiais. A leitura era feita em voz alta, assim aqueles que não podiam ler tornavam-se também receptores das obras impressas (Thompson, 1998).

Um outro dado é que livros populares, almanaques e outras publicações eram comercializados por um bom preço. Hoje parece que vivemos situação semelhante ao pensar nas revistas especializadas na beleza corporal e saúde. Revistas caracterizadas por linguagem simples e preço não muito elevado. As imagens impressas ganham destaque, apresentando corpos femininos e masculinos seminus chamando a atenção do público destinatário. Como podemos notar na propaganda da Revista Veja (2002), sobre a revista Boa Forma, dando destaque à atriz Joana Prado, mais conhecida pela personagem “Feiticeira” atuante em programa televisivo. Segundo o entrevistado S., a “Feiticeira” é a “gostosona”, o tipo de modelo feminino apresentada pela mídia no verão:

*“(...) pra mulher acho que é mais aquele estereótipo no verão da gostosona, toda aquela coisa assim de...mostrar, ser a mulher mais cheia, mais...que malha, todas essas coisas, tipo, esses estereótipos que a gente tem aqui no Brasil de tiazinha, feiticeira, todo esse tipo. E no inverno acho que é mais aquela coisa assim, de mulher mais elegante, aquela coisa de mulher...magra, modelo, assim, coisa de noite, de festa, sabe?” (Entrevistado S.).*

O entrevistado E. também faz menção à tal personagem, lembrando-se do *“aparelho que a feiticeira faz propaganda, que passa o abdômen, os músculos ficam tomando choquinho (...)”*. É interessante perceber como essas imagens são reproduzidas em larga escala e como se fixam no imaginário do público destinatário.



# Vença a balança com a incrível dieta dos chás

Prepare-se para derrubar a balança e perder até 12 quilos por mês com a dieta dos Chás que a revista Boa Forma deste mês traz para você. Descubra também como Joana Prado conseguiu suavizar suas formas, perder 8 quilos e ficar mais linda e poderosa do que nunca. Confira ainda os novos tratamentos que são a última palavra no combate às estrias e conheça as 3 terapias que ajudam a controlar a irresistível vontade de comer doces.



Nas bancas.

Embora consiga ter certo distanciamento para perceber que determinados padrões corporais de beleza são difundidos pela mídia em épocas do ano convenientes, S. e E. lembram de uma personagem que tem sido amplamente difundida pela TV, revistas e propagandas.

Um outro meio de informação que parece ser amplamente utilizado é o jornal. A origem dos jornais modernos é geralmente situada no século XVII, época em que começa a aparecer periódicos com regularidades semanais, embora publicações de notícias e informações tenham surgido na segunda metade do século XVI (Thompson, 1998).

Mas é no século XIX que ocorre o grande desenvolvimento das indústrias da mídia. Thompson (1998) destaca três tendências centrais para isso: 1) a transformação das instituições da mídia em interesses comerciais de grande escala. As inovações técnicas na indústria da imprensa, a transformação gradual da base de financiamento das indústrias da mídia e seus métodos de valorização econômica contribuíram para a expansão do mercado de impressos. Um outro fator relevante para tal período foi o crescimento da população urbana de muitas cidades ocidentais durante a segunda metade do século XIX e o declínio significativo nas taxas de analfabetismo; 2) A globalização da comunicação, em que a informação e a comunicação ocorrendo em nível internacional, assumiu uma forma muito mais extensiva e organizada; 3) O uso da energia elétrica na comunicação. Thompson (1998) cita o aparecimento do telégrafo, dos sistemas de telefonia, as transmissões radiofônicas – transmissão de mensagens por ondas eletromagnéticas para um indeterminado e grande público. Este sistema vai possibilitar o desenvolvimento do rádio a partir de 1920 e da televisão a partir dos anos 40 do século XX.

Esse processo de desenvolvimento das indústrias da mídia se interligam à relações de poder e às mudanças significativas na vida social. Dentre os vários teóricos citados por Thompson (2000) ao discutir a questão da ideologia e as transformações culturais ocorridas com o advento das indústrias da mídia, o grupo

conhecido como “Escola de Frankfurt”<sup>29</sup> chama a atenção. Trata-se de uma das tradições que discute o fenômeno “comunicação de massa”. Thompson (2000) analisa a produção de alguns desses teóricos, acreditando que grande parte das formulações feitas pelos mesmos são inapropriadas para o atual momento em que vivemos. Os teóricos da Escola de Frankfurt parecem ter sido os pioneiros nos estudos sobre a “indústria cultural” e não podemos desconsiderar que o contexto sócio-cultural em que viveram era outro, fato que pode justificar muitas de suas formulações.

Em Adorno<sup>30</sup> (1986) podemos compreender melhor o que é a “Indústria Cultural”. O autor afirma que tal termo foi empregado pela primeira vez no livro *Dialektik der Aufklärung*<sup>31</sup>, escrito por ele e Horkheimer, publicado em 1947, em Amsterdã. O intuito da criação do termo “indústria cultural” foi substituir o termo “cultura de massa”, termo que poderia ser confundido com a arte popular. Diferentemente disso, o autor considera que a indústria cultural, ao juntar esses elementos provindos da arte popular, atribui-lhes uma nova qualidade.

*“Em todos os seus ramos fazem-se, mais ou menos segundo um plano, produtos adaptados ao consumo das massas e que em grande medida determinam esse consumo. Os diversos ramos assemelham-se por sua estrutura, ou pelo menos ajustam-se uns aos outros. Eles somam-se quase sem lacuna para constituir um sistema. Isso graças tanto aos meios atuais da técnica, quanto a concentração econômica e administrativa”* (Adorno, 1986, p.92).

---

<sup>29</sup> Em Arantes (1996) consta que “a história da chamada Escola de Frankfurt – na qual se destacam, entre outros pensadores, Walter Benjamim, Theodor Wiesengrund-Adorno e Max Horkheimer – pode ser iniciada com a fundação do Instituto de Pesquisa Social de Frankfurt, sob direção de Carl Grunberg, que permaneceu no cargo até 1927” (p.5).

<sup>30</sup> Segundo Cohn (1986), a formação básica de Adorno foi em filosofia, área na qual teve o título de doutor em 1923. No entanto, seu campo profissional era abrangente, sendo também compositor, musicólogo e crítico literário. O momento histórico era de pressão, em que o mesmo foi vítima e exilado do nazismo, deparou-se com as grandes questões políticas da época. Deixou uma grande contribuição com seus estudos sociológicos. Na época, alguns teóricos também envolvidos com essas questões políticas uniram-se para formar um grupo que ficou conhecido como “Escola de Frankfurt”. O organizador do grupo, Max Horkheimer, que já desenvolvia pesquisa no campo social e era o dirigente do Instituto de Pesquisa Social em Frankfurt (de 1931 a 1934) e Walter Benjamin foram intelectuais que deram grande incentivo e colaboração ao trabalho de Theodor W. Adorno.

<sup>31</sup> Segundo consta em Arantes (1996), em português o livro recebe o título de “Dialética do Iluminismo”.

É nesse sentido que o autor problematiza a questão da arte que, ao tornar-se um produto da indústria cultural, perde seu caráter inicial. Isso fica mais claro quando o autor faz uma distinção da cultura.

*“A cultura que, de acordo com seu próprio sentido, não somente obedecia aos homens, mas também sempre protestava contra a condição esclerosada na qual eles viviam, e nisso lhes fazia honra; essa cultura, por sua assimilação total aos homens, torna-se integrada a essa condição esclerosada; assim, ela avilta os homens ainda uma vez. As produções do espírito no estilo da indústria cultural não são mais também mercadorias, mas o são integralmente”* (Adorno, 1986, p.94).

Como podemos notar, na concepção de Adorno (1986) a arte e as produções da cultura popular, ao serem transformadas em produto da indústria cultural, perdem sua qualidade de arte, de expressão humana. Passam a ser mercadoria comercializada.

Segundo Adorno (1986), o conceito de técnica na indústria cultural é diferente daquele das artes. A técnica de um quadro artístico é a sua forma, a sua lógica interna. Para a indústria cultural, a técnica diz respeito à distribuição e reprodução mecânica e ao mesmo tempo permanece externa ao seu objeto (Adorno, 1986).

Arantes (1996), ao comentar a obra de Adorno, esclarece os conceitos de técnica desse autor. A técnica é como parte do processo de disseminação da cultura de massa, uma vez que na produção em série e na homogeneização dos produtos, “(...) as técnicas de reprodução sacrificam a distinção entre o carácter da própria obra de arte e do sistema social” (Arantes, 1996, p.7). Dessa maneira, a técnica passa a exercer grande poder sobre a sociedade, já que as circunstâncias que favorecem tal poder estão permeadas pelo poder dos economicamente mais fortes sobre a própria sociedade. No entendimento de Adorno, o cinema e o rádio não devem ser tomados como arte, pois estão imersos nessa lógica de reprodução em série e na homogeneização dos produtos.

Na sociedade atual, parece que fica claro esse conceito de técnica de Adorno. Retomando a idéia acima, o conhecimento de um determinado grupo

social, sua arte, sua música, sua dança, suas brincadeiras, seu lazer, ao tornarem-se produtos da mídia, perdem seu sentido inicial, específico de cada cultura, perdem o conjunto de significados atribuídos a essas práticas pelo grupo que as construiu. Tais práticas passam a ter valor comercial, passam a ser produtos voltados ao consumo. É o caso da ginástica, da capoeira, das danças, as formas de expressão de grupos específicos brasileiros. A musculação no Parque Portugal também parece um exemplo a ser pensado. Há uma riqueza na maneira como os praticantes se organizam, como superam as limitações do espaço destinado a tal prática, eles próprios fazem a manutenção dos aparelhos, criam um ambiente de socialização, fazem brincadeiras, dão conselhos, ajudam-se mutuamente na execução dos exercícios, esperam a vez do outro na utilização dos aparelhos, mesmo ficando, à vezes, impacientes com a demora; dividem opiniões, sugestões, sonhos, reconstróem cotidianamente tal espaço, reproduzem e criticam as influências da mídia, aprendem e ensinam, enfim, a prática da musculação no parque é incorporada, repleta de vida.

De acordo com as idéias de Adorno, a indústria cultural transforma as práticas e conhecimentos de grupos específicos em produto, desumanizam tais práticas, transformando-as em produto comercial. Por isso, acreditamos na necessidade de interpretação crítica dos produtos transmitidos pela mídia.

Cohn (1986) afirma que Adorno passou grande parte de sua vida procurando resposta satisfatória para sua preocupação básica – como viver a vida verdadeira num mundo falso? É notável a contribuição de Adorno às ciências humanas com seus estudos voltados para a análise cultural.

De acordo com Cohn (1986), a proposta básica desse grupo era formular uma “teoria crítica da sociedade” que pudesse esclarecer questões que surgem com a manifestação do fascismo, no campo do capitalismo, e do stalinismo, no campo socialista. Tratava-se de uma teoria que se concentrou na crítica da racionalidade burguesa. O poder político estava sob o domínio dessa classe. Havia um modo de pensar da sociedade burguesa que tinha suas bases no

racionalismo iluminista<sup>32</sup>. Seguindo tal lógica, o governo nacional-socialista alemão da época direcionava suas estratégias governamentais ao fortalecimento do Estado, caracterizado pela concentração monopolista, de regulamentação e controle. Essa tese foi denominada “Capitalismo de Estado”. Podemos notar que as medidas tomadas pelo governo deslocava o primado da economia em relação ao conjunto da sociedade para o da política (Cohn, 1986). Isso significava que:

*“O controle político sobre a produção e a distribuição mediante a imposição do planejamento econômico associado ao controle sobre os trabalhadores desloca para a área mais “leve”, a da circulação das mercadorias e das representações ideológicas da sociedade, o fulcro da reprodução do processo inteiro” (Cohn, 1986, p.11).*

Dessa maneira, o Estado detinha o controle da circulação de produtos sob forma de mercadoria, caracterizando a supremacia da ideologia dominante.

Cohn (1986) mostra que Adorno define ideologia como processo responsável pela própria formação da consciência:

*“A ideologia é ideologia, ou seja, aparência socialmente necessária, precisamente porque a consciência que produz nos integrantes da sociedade se além à sua forma já acabada. (...) a ideologia apresenta os dados da experiência social como imediatos, como dados sem mais, quando na realidade são mediados por um processo que os produziu” (Cohn, 1986, p.11).*

Nesse sentido, ao pensarmos as práticas corporais mediadas pela instituição mídia, ou seja, por um processo que as produziu, podemos questionar como os sujeitos envolvidos em tais práticas compreendem as mensagens sobre saúde e beleza corporal difundidas pela mídia. A partir disso, é possível identificarmos o modo como os sujeitos interpretam essa mediação.

---

<sup>32</sup> Cohn (1986), explica que a lógica seguida pela sociedade burguesa capitalista era combater o mito por meio da razão, seguindo as bases da razão iluminista. No entanto, a contradição dessa lógica é que “(...) ao combater de modo irrefletido o mito, acaba convertendo-se ela própria em mito, sem no entanto deixar de apresentar-se como razão” (p.15).

Esse processo de difusão que envolveu a arte, a música e hoje tem disseminado ídolos corporais teve início com o processo de Revolução Industrial e economia capitalista em quase todos os países do mundo. Karl Marx, filósofo alemão do século XIX, afirma que esse processo fez com que a sociedade moderna fosse regida por uma nova linguagem e leis - a propriedade privada, a separação entre o trabalho, o capital e a terra, assim como entre o trabalho, a concorrência, a noção do valor de troca etc. (Marx, 2001)<sup>33</sup>.

Tal autor parte da economia para compreender as relações sociais. Sua inegável contribuição às ciências humanas é decorrente de estudos sobre a nova organização do trabalho no modelo de economia capitalista, em que ele discute o conceito de trabalho alienado. Para Marx (2001), o trabalhador operário, ao vender sua força de trabalho, aliena-se, pois a relação existente entre o sujeito que trabalha e a produção sempre vai significar perda para o trabalhador:

*“A alienação do operário em seu objeto apresenta-se, segundo as leis econômicas da seguinte forma: quanto mais o operário produz, menos tem ele para o consumo; quanto mais ele cria valores, mais ele se desvaloriza e perde sua dignidade; quanto mais forma tem seu produto, mais disforme é sua pessoa; quanto mais alto grau de civilização apresenta o objeto, mais rude torna-se o operário; quanto mais poderoso é o trabalho, mais impotente é seu criador; quanto mais o trabalho se enche de espírito, mais o operário se priva dele e torna-se escravo da natureza” (Marx, 2001, p.154).*

Nessa citação, é interessante notarmos a relação entre trabalhador e produção. Aquilo que o trabalhador produz com sua força de trabalho torna-se ao mesmo tempo um produto estranho a ele; toda sua produção é destinada a um outro, aquele que é o dono da propriedade privada.

O modelo econômico capitalista pode ser um dos fatores que explica o modo como os sujeitos de nossa sociedade pensam e como vivem nessa

---

<sup>33</sup> Esse texto faz parte da obra “Economia política e filosofia” datada de 1963.

sociedade desigual, competitiva e excludente, no entanto, a indústria cultural e os meios de comunicação de massa foram elementos fundamentais a esse processo.

Thompson (2000), ao fazer uma análise das diferentes concepções de ideologia da era moderna, identifica dentre elas dois tipos gerais. Um que ele chama de “concepções neutras de ideologia” e o outro, “concepções críticas de ideologia”. Segundo o autor, dentre os autores que representam esse primeiro tipo estão: Destutt de Tracy, Lênin, Lukács e Mannheim (em sua formulação geral da concepção total). Nesta concepção, a ideologia é compreendida como um aspecto entre outros, da vida social, de modo que a ideologia pode estar presente em todas as classes sociais, grupos dominantes ou submissos.

O segundo tipo geral de ideologia, segundo Thompson (2000), trata-se da “concepção crítica de ideologia”, representada por Napoleão, Marx e Mannheim (em sua concepção restrita). O autor atribui a esse tipo um sentido negativo, crítico ou pejorativo. Ele aponta as diferenças ao comparar tal concepção com o bloco das “concepções neutras” descrito acima:

*“Diferentemente das concepções neutras, as concepções críticas implicam que o fenômeno caracterizado como ideologia - ou como ideológico - é enganador, ilusório ou parcial; e a própria caracterização de fenômenos como ideologia carrega consigo um criticismo implícito ou a própria condenação desses fenômenos” (Thompson, 2000, p.73).*

Thompson (2000) também comenta a visão dos teóricos da “Escola de Frankfurt” e compartilha de algumas idéias desses teóricos pela importância dada aos meios de comunicação de massa nas sociedades modernas. No entanto, discorda de tais teóricos com relação ao tema da racionalização e do caráter coercivo dessas sociedades modernas, o que resultou em um certo pessimismo a respeito do indivíduo na era moderna (Thompson, 2000).

Os primeiros teóricos críticos, como já dissemos anteriormente, foram influenciados pelo quadro sócio-político-econômico da Europa. O fim da Primeira Guerra Mundial, o desenvolvimento do stalinismo na antiga União Soviética e o surgimento do fascismo na Alemanha, levou-os a pensar que “(...) o potencial

*revolucionário que Marx divisara nas sociedades modernas podia ser contido, ameaçado ou reorientado para fins reacionários” (Thompson, 2000, p.131).*

Uma das diferenças centrais entre os estudos dos teóricos de Frankfurt e de outros autores sobre a questão da ideologia é que para os primeiros essa nova ideologia da indústria cultural reside em uma certa lógica social que reproduz a ordem social e política. Nessa linha, Thompson interpreta o modo como tais teóricos compreendem a indústria cultural:

*“Os produtos da indústria cultural são criados com a finalidade de ajustarem-se e de refletirem a realidade social, que é reproduzida sem a necessidade de uma justificação ou defesa explícita e quase independente, pois o próprio processo de consumir os produtos da indústria cultural induz as pessoas a identificarem-se com as normas sociais existentes e a continuarem a ser o que já são” (p.133-4).*

Em contraponto a essa idéia, Thompson (2000) afirma que tal compreensão sobre a indústria cultural pode ser um ponto de partida útil, mas não satisfatório para examinar as relações entre a comunicação de massa e a ideologia nas sociedades modernas. A partir disso, o autor aponta seus comentários para três temas nos escritos de Horkheimer e Adorno:

1-Quanto ao uso do termo “indústria cultural” para referirem-se, de maneira geral, às indústrias interessadas na produção em massa de bens culturais. Esses bens, na concepção dos autores, seguem a lógica geral das outras esferas da produção em massa, são produzidos e distribuídos, de acordo, com procedimentos racionalizados e com o propósito de conseguir lucro. A respeito desse item, Thompson (2000) considera um referencial satisfatório para que se possa analisar as instituições e as características da comunicação de massa. No entanto, o autor considera tal enfoque limitado se considerarmos a diversidade e complexidade das formas simbólicas, das formas de comunicação de massa que surgiram desde o século XVI. Thompson (2000) explica que esse enfoque é restrito porque analisa os processos de desenvolvimento de uma maneira abstrata, marcando características gerais como a padronização, a repetição e a

pseudopersonalização, deixando de examinar, meticulosamente, a organização social e as práticas cotidianas das indústrias da mídia ou as diferenças entre um ramo e outro.

Essa crítica parece ser pertinente ao pensarmos no modo como as práticas corporais são difundidas atualmente. Encontramos desde revistas especializadas nos lançamentos de práticas oferecidas pelas academias de ginástica até livros que tratam, dentre outros temas, do corpo, da ginástica, do esporte e da saúde, de maneira crítica com relação aos valores vigentes. Ou seja, embora existam diversos tipos de informações sobre as práticas corporais, há profundas diferenças ideológicas e educativas que são expressas pela maneira como o tema é tratado, discutido e difundido.

2-O segundo tema analisado refere-se à teoria de Horkheimer e Adorno sobre a natureza e o papel da ideologia nas sociedades modernas. De acordo com Thompson (2000), embora a discussão central desses autores não seja em torno do conceito de ideologia, eles empregam o termo freqüentemente em seus escritos, e claramente o fazem de maneira crítica.

Com o surgimento da indústria cultural, na linha dos teóricos de Frankfurt, a ideologia é compreendida como parte da realidade social. No entanto, essa idéia de que os produtos da indústria cultural, ao serem consumidos geram uma reprodução da realidade social, cria uma espécie de “cimento social”, de modo que os produtos da indústria cultural adquirem um papel ideológico que é, ao mesmo tempo, mais penetrante que as ideologias anteriores e mais obscuro (Thompson, 2000).

A essa concepção de ideologia como “cimento social”, Thompson (2000) atribui duas críticas, apesar de concordar com a necessidade de uma conceituação mais ampla do termo ao invés de restringi-lo ao estudo de doutrinas políticas. A primeira delas, com a qual também concordamos, é que não existe evidência de que a recepção e consumo de produtos da indústria cultural levem os sujeitos necessariamente a uma reprodução da realidade social, aceitando acriticamente o conjunto de símbolos vinculados aos produtos. O autor atribui a isso um problema de ordem metodológica, embora reconheça que “*Horkheimer e*

*Adorno estão conscientes de que suas análises são, muitas vezes, de um tipo especulativo e provisório” (p.139). No entanto, o autor afirma sua crítica justificando-se pela falta de pesquisa nesse campo.*

Os praticantes de musculação expressam sua maneira de compreender as influências da mídia reconhecendo a lógica da mesma, como podemos notar nos seguintes trechos:

*“(...) a mídia influencia muito, porque você não vê um programa de televisão, uma pessoa que não esteja com o corpo, bonito, escultural, tanto mulher como homem. [R. faz comentários sobre os programas de televisão ‘Sandy e Junior’ e ‘Malhação’] Isso sim, motiva as pessoas a estarem cada vez mais tá procurando é estar ‘em forma’, ter aquele corpo ideal, que é quase que mais ou menos, a beleza ideal, ter olhos azuis, 1,80cm (risos), então o pessoal hoje tá procurando isso, ter uma barriga bem feita, bem definida (...)” (Entrevistado R.).*

*“(...) a gente vê mais é a mídia realmente influenciando as pessoas ao materialismo, deixando até a pessoa um pouco grilada e dando valor mais às partes materiais a gente vê propagandas mais nesse sentido. Propagandas assim em termos de... esporte, pra tá é... ajudando as pessoas, é complicado (...)” (Entrevistado A.).*

*“(...) tem um aparelho que chama Abflex sabe, abdominal, é um exemplo, né, sei lá, coloca só pessoas que tem aqueles abdômens bem definidos sabe, então o cara começa a fazer exercício lá, o que acontece: [falou como se tivesse imitando a pessoa da propaganda] ‘em poucos meses você fazendo, você vai ter um abdômen parecido com o meu’, (...) então quer dizer que eles [ele estava se referindo à mídia] induzem a pessoa a comprar, entende? (...)” (Entrevistado B.).*

No entanto, apesar de serem conscientes sobre como ocorre o processo de venda de produtos, propagandas, venda de um determinado padrão corporal, os mesmos parecem que, inconscientemente, acabam reproduzindo essas influências da mídia:

*“Eu faço caminhada, tal...e a musculação porque eu quero ter um corpo é ‘em forma’ e, no momento, não posso pagar uma academia, né. Então a única opção que me sobra é usar os aparelhos que tem aqui no parque (...)” (Entrevistado R.).*

*“(...) acho que esteticamente a sociedade cobra um pouco de nós, essa parte estética, a questão de tá com o corpo legal aí, músculos e tudo o mais, a própria televisão né, acho que em geral valoriza isso, então a gente acaba até às vezes indo pela maioria aí da população” (Entrevistado A.).*

*“(...) a musculação pra mim representa que eu vou ficar mais forte, mais forte entende? (...) porque eu já estou chegando em uma idade que já já eu não vou crescer mais, né, ou vou engordar ou vou ficar magro, então eu tô me preocupando em me manter em forma, já pensou ficar gordo assim [afastou os braços mostrando como ele poderia ficar]” (Entrevistado B.).*

Como é possível observar, os entrevistados mostram-se conscientes dos interesses e valores difundidos pela mídia, mas ao mesmo tempo, encontram-se imersos nessa mesma lógica. Parece que o fato de compreenderem o propósito da mídia na difusão de padrões corporais de beleza e de produtos associados às práticas corporais, não é suficiente para se distanciarem de tais influências. Nessas afirmações, podemos pensar que esses sentidos atribuídos, dentre outras práticas, à musculação, sustentam uma ordem de poder por parte da instituição mídia.

Por outro lado, dois dos entrevistados pareceram surpresos com o próprio entendimento deles sobre as influências da mídia. S., fez uma avaliação sobre o tema da pesquisa, ao ser questionado se gostaria de falar mais alguma coisa:

*“Não sei, eu acho que é um tema legal, porque tem muita gente que acaba não pensando isso daí, passa batido a vida, sabe, por exemplo, essa questão de que você não é manipulado, mas você sempre tá recebendo...indiretamente alguma questão que tão*

*tentando te manipular pra que você faça tal coisa (...) acho que você focou bastante em uma área esportiva né, mas é um tema que tá ligado em...todas as outras atividades que a gente tem, assim, não só de cuidados assim com físico e tudo, mas com...questão social, por exemplo, com tudo, é um tema...é um tema bem legal, tá bom?"* .

B., após afirmar que é também influenciado pelas estratégias da mídia, fez o seguinte comentário final quando também foi questionado se gostaria de dizer mais alguma coisa:

*"Eu queria tá falando...que eu nunca percebi isso aí antes, é que a maioria vem aqui no parque, se não tivesse televisão, alguma coisa assim, uma coisa que chamasse a atenção, ninguém, vamos supor, ia na academia, ninguém ia não se interessar em fazer nada. Então a mídia ela, vamos supor, ela...chama bastante a atenção, ela induz o público mesmo (...)"* .

A partir desses relatos, a reflexão e a revisão das atitudes dos sujeitos apresenta-se como um exercício de avaliar as influências que recebem de seu meio. Com esse dado podemos questionar a concepção de ideologia como cimento social.

A segunda crítica do autor é no sentido de que a explicação dos autores com relação à nova ideologia apresenta uma visão restrita das maneiras como a ideologia age nas sociedades modernas. Ele retoma a idéia de "cimento social", como se houvesse "(...) *um tipo de substância simbólica que circula no mundo social e que prende os indivíduos à ordem social de tal modo que essa ordem se torna sempre mais rígida e resistente à mudanças*" (p.140). Thompson (2000) atribui a isso uma concepção totalizante e pessimista das sociedades modernas e do destino dos indivíduos dentro delas. É claro que se pensarmos nas maneiras como o sentido serve para estabelecer e sustentar relações de dominação e suas maneiras de operação, podemos notar que a teoria do "cimento social" explica algumas maneiras como a ideologia pode operar, mas não acreditamos que esse processo seja tão determinante como é colocado.

Pela teoria do “cimento social”, poderia-se dizer que todos os indivíduos consumiriam o que é imposto pela indústria cultura ou mídia, sem considerar a possibilidade de múltiplas interpretações que podem ser dadas ao corpo e aos produtos associados a ele, divulgados pela mídia.

3- O terceiro tema discutido por Thompson (2000) refere-se à concepção de ideologia como “cimento social” das sociedades modernas e à atrofia do indivíduo. O autor desenvolve o tema afirmando que essa maneira pela qual Horkheimer e Adorno pensam as sociedades modernas está relacionada à influência do Iluminismo e ao domínio da ciência e da técnica como uma maneira de libertar os seres humanos da tradição e do mito. Em decorrência desse fato, o Iluminismo iniciou uma espécie de atrofia na sensibilidade crítica das massas. Por isso, Thompson (2000) explica que essas características das sociedades modernas *“podem parecer emprestar plausibilidade à visão histórica avassaladora delineada por Horkheimer e Adorno”* (p.141). O autor cita alguns fatos que são coerentes com a visão desses últimos como a burocratização de muitas dimensões da vida social, a persistência das relações de dominação e a desigualdade nas sociedades capitalistas modernas, incluindo aquelas que dizemos ser socialistas, a crescente importância dos problemas ecológicos e os perigos da exploração descontrolada da natureza, o que podem justificar o modo de pensar de Horkheimer e Adorno (Thompson, 2000).

No entanto, Thompson (2000) atribui duas limitações ao último tópico. A primeira refere-se a um certo exagero ao caráter integrado e unificado das sociedades modernas, em que cada elemento é visto de uma maneira recortada ajustando-se ao todo. Para o autor, essa é *“uma imagem kafkiana de uma razão instrumental selvagem; o indivíduo é sempre mais aprisionado dentro de um mundo totalmente administrado”* (p.142). O mesmo autor questiona:

*“Como se poderia explicar a rebelião popular na Europa Oriental em 1989, e a velocidade como os regimes políticos entraram em colapso, se as sociedades modernas fossem realmente tão integradas e unificadas como sugerem Horkheimer e Adorno?”* (p.142).

Concordamos com Thompson (2000) no sentido de que todos esses dados e a maneira integrada e unificada de se pensar as sociedades modernas merecem ser revistos, também levando em consideração o atual contexto em que vivemos.

Uma segunda limitação observada por Thompson (2000) trata da visão de indivíduo dos autores alemães. Ele explica essa visão dizendo que em outras sociedades, a idéia de individualidade, autonomia e singularidade do ser humano, estava vinculada aos cânones do pensamento filosófico e religioso, no entanto era pouco realizada na prática. Na era moderna, pode-se notar uma inversão desse sentido de individualidade da sociedade antiga. Com o processo de industrialização e o desenvolvimento da cultura de massa, os indivíduos tornam-se cada vez mais dependentes de uma totalidade social, o que pode acabar reprimindo ou virtualmente eliminando a espontaneidade, autonomia e singularidade individual. Nesse processo, os produtos da indústria cultural:

*“(...) contribuem para esta integração ao legitimar a ordem existente e ao fornecer ídolos populares que possibilitam às massas experienciar vicariamente os resíduos de individualidade que na prática lhes é negada”* (Thompson, 2000, p.142).

Para Thompson (2000), há coerência nessas idéias, no entanto, essa integração do indivíduo com a ordem social não parece ser absolutamente clara e extensiva a todos os indivíduos, crítica a qual também compartilhamos. Ao pensarmos nos indivíduos que praticam atividades físicas, talvez seus conceitos de saúde e beleza corporal sejam fruto de mensagens, imagens e símbolos vinculados à mídia. No entanto, pode ser que existam indivíduos que, por terem uma interpretação crítica às influências da mídia, procurem distintos espaços ou até mesmo outras práticas diferentes daquelas que a mídia destaca. Como é o caso do entrevistado A., que chegou a frequentar academias de ginástica duas vezes, não ficando mais que seis meses. O entrevistado fala sobre as vantagens de frequentar o parque:

*“A vantagem de vim aqui no parque é que eu posso, além de fazer a musculação, é fazer a caminhada ou corrida, ou o ciclismo. Essa acho que seria talvez aí a principal vantagem né. Se eu procurasse uma academia aí particular, além de ter que pagar, acho que eu não teria uma diversidade tão grande assim de prática de esportes” (Entrevistado A.).*

Nessa sua observação, ele deixa claro a preferência pelo parque, fazendo referência à variedade de espaços para a realização das práticas corporais. Outros entrevistados, ao compararem a academia ao parque, parecem também preferir esse último:

*“(...) a questão do ar livre, natureza, academia é tudo fechado, quente, a sensação é outra (...)” (Entrevistado F.).*

*“(...) ia para a Lagoa dar uma volta, conhecer gente, naquela época [ele se refere ao ano de 1997] eu ia na academia, me cansava, achava muito chato, então ia para a Lagoa” (Entrevistado S.).*

Por isso, acreditamos que essa maneira de compreender o indivíduo integrado à ordem hegemônica parece ser precipitada, levando a pensar na necessidade de investigações nesse campo.

É importante fazermos essas diferenciações para que possamos delimitar o sentido de ideologia nesse trabalho. Acreditamos que os autores que discutiram o fenômeno da indústria cultural viveram em diferentes épocas históricas, dado que parece influenciar o seu modo de pensar.

O momento atual traz peculiaridades – as transformações ocorridas nas indústrias da mídia a partir do século XIX é um fato que merece nossa atenção.

Thompson (1998) aponta características das formas mediadas de publicidade criadas pela televisão. Primeiramente, o autor afirma que *“na idade da televisão, a visibilidade no estreito sentido de visão – a capacidade de ser visto com os olhos – é levada a um novo nível de significado histórico”* (p.117). O autor afirma que é incomparável a publicidade e visibilidade que a televisão propicia hoje, diante da publicidade dos eventos ou acontecimentos que podiam ser vistos

somente em co-presença. Com o advento da televisão a visibilidade é muito mais abrangente. Uma ação ou evento pode cruzar continentes, ser assistido por um imenso número de pessoas no mundo todo, sem que as mesmas estejam co-presentes ao fato.

A segunda observação feita pelo autor é sobre o campo de visão criado pela televisão que é completamente diferente do campo de visão dos sujeitos em seus contatos diários (Thompson, 1998). Esse fator parece complementar o anterior. Ao pensarmos que uma informação hoje atinge povos de diferentes sociedades, esses receptores estarão em contato com acontecimentos distintos do seu campo de visão cotidiano. Sem contar que a informação é transmitida sem o receptor ter controle sobre ela, sem possibilidades de escolher o ângulo, a cena etc.

A terceira e última observação do autor é referente à “direcionalidade” da visão. Os indivíduos que aparecem na televisão são vistos pelos receptores, mas os mesmos não os vêem. Há uma relação de visibilidade e invisibilidade, entre produtores e receptores (Thompson, 1998).

Essas características da publicidade mediada pela televisão levam a pensar nas práticas corporais e na maneira como as mesmas são transmitidas pela televisão. Na área da Educação Física, Betti (1998) propôs-se a interpretar o esporte televisionado. O autor partiu do referencial teórico-metodológico da fenomenologia hermenêutica de Paul Ricouer para analisar e reconstruir o discurso televisivo sobre o esporte, de modo a proporcionar uma reflexão sobre as repercussões desse discurso para a Educação Física.

Na linha desenvolvida pelo autor, a televisão e em particular a imagem caracteriza-se por:

*“(...) uma “estrutura” diferente da linguagem oral e escrita, um modo de recepção e “leitura” diferente – a imagem apresenta-se de maneira evidente e total, fala direto ao emocional, dificulta a reflexão crítica etc.”*  
(Betti, 1998, p.60).

O entrevistado F. também explica sobre algumas características da mídia e seu impacto:

*“(...) a mídia que mais tem impacto na verdade é a TV, que é som, é imagem, é movimento, é cor, é tudo, então você fica deslumbrado, acho que esse seria o principal (...)” (Entrevistado F.).*

Embora com características diferentes de outros meios técnicos, Betti (1998) compreende a televisão como um texto a ser lido, um texto composto por imagem e linguagem, em que o receptor, neste caso, o telespectador utiliza “estratégias simbólicas” para decifrar as mensagens transmitidas, já que o espectador somente reconhece aquilo que ele vê pela existência de um código cultural existente a ser decifrado. Por isso, ele acredita ser possível compreender a televisão como discurso, linguagem de imagem a ser interpretada. E fala também do modo como seu conteúdo é construído, há definição do que foi selecionado, uma interpretação já realizada dos eventos. A televisão “(...) *interpreta os eventos para nós, fornece uma estrutura de significados na qual o evento faz sentido*” (Betti, 1998, p. 61).

Isso é possível identificar na maneira como os entrevistados F. e B. interpretam as mensagens televisivas:

*“[F. comentava sobre o esporte televisionado] (...) você vê um pessoal se dedicando, curtindo no aspecto saúde, tudo isso é motivante, tudo isso é brilho e alegria (risos) então acho que influencia bastante sim, mesmo que indiretamente (...) esses esportes transmitem o resultado...não só o prazer de tá fazendo esporte, o resultado, sei lá, seja em competição, tem gente que só faz pra competir, o cara vai lá e quer ganhar, quer ganhar, quer ganhar...acho que a gente disputa de algum jeito, assim, tem alguma coisa que a gente procura no esporte, também ter que vencer, de tá bem consigo, então acho que é isso aí” (Entrevistado F.).*

Nesse trecho da entrevista, F., é possível identificar um conjunto de códigos que são transmitidos pela televisão: a imagem da saúde e do prazer, a emoção,

os valores do esporte competitivo. A idéia de saúde e do prazer é transmitida como se esses fatores não fossem dependentes de uma relação do sujeito com o mundo. A saúde e o prazer, ao serem associados aos esportes e outras práticas corporais parecem que deixam de fazer parte de uma experiência vivida e tornam-se apenas imagem.

Outro entrevistado fala sobre a difusão de determinado modelo corporal de beleza, fazendo uma relação com o esporte televisivo:

*“(...) na televisão, no Globo Esporte, Esporte Espetacular, passa todo domingo na Globo, o cara consegue pegar trezentos quilos de peso, o cara é...halterofilista, então ele consegue levar um ônibus, arrastar o ônibus, ele amarra assim no peito [gesticulou mostrando como é], é bem assim, uma corda amarrada no ombro ele puxa mais ou menos uns 10 metros, o cara é forte mesmo. Aí o que acontece, ele quer fazer esse desafio, qual pessoa, qual atleta, consegue pegar mais peso do que ele (...) aí foi um atleta semana passada, também retrasada, tinha que pegar quatro pedras de 150 quilos e fazer um percurso, vamos supor, fazia tanto, aí um outro tinha que fazer menos tempo que ele, o primeiro não conseguiu pegar nem a terceira pedra, aí o desafiante, o cara mais forte pegou fácil, o outro praticante de academia não conseguiu nem pegar a terceira pedra de 150kg. Então, quer dizer que...o pessoal que viu a semana passada...que tá vendo esse cara aí, esse desafiante é uma pessoa forte, já fica induzido ‘quero ficar mais ou menos parecido com ele’ aí o que acontece? Vai na academia. É mais ou menos isso, a mídia ela é tipo um marketing (...)” (Entrevistado B.).*

Nesse outro exemplo, B. fala sobre a transmissão de um certo modelo de corpo e o que essa imagem representa. Pela sua interpretação, aquilo que ele vê induz a busca por determinados padrões corporais de beleza, o que parece ser a lógica de alguns mecanismos da mídia.

Thompson (1998 e 2000) sugere a desconstrução da estrutura das formas simbólicas, para que possamos compreender a lógica da mesma.

Nota-se que a publicidade mediada do século XX ganha outra dimensão com a mídia eletrônica. Ao pensarmos na constante construção e circulação de formas simbólicas relacionadas ao corpo e às práticas corporais, parece haver um conjunto de interesses interligados ao fator econômico e político. A vida social está permeada por imagens que vendem corpo belos, hábitos, práticas, produtos e, ao serem tornadas públicas, influenciam a concepção de beleza, saúde, lazer etc. dos sujeitos inseridos em tal contexto cultural.

A história das palavras público e privado, segundo Sennett (1988), é esclarecedora das transformações ocorridas na cultura ocidental. “Público” pode ter dois significados distintos: o primeiro, originário do inglês, expressa o sentido de bem comum na sociedade. O segundo refere-se ao que é manifesto e está aberto à observação geral. Essas idéias permitem pensar que o desenvolvimento da mídia eletrônica foi fundamental para expor o corpo à observação geral, difundindo, assim, padrões de beleza e um conjunto de significados referentes ao corpo e às práticas corporais.

Com relação à palavra “privado”, o mesmo autor destaca que tal termo foi empregado para significar privilegiados, um alto escalão do governo. Mas é perto do século XVII que a oposição entre “público” e “privado” se aproximava do nosso uso atual, assim como consta no trecho: *“Público’ significava aberto à observação de qualquer pessoa, enquanto ‘privado’ significava uma região protegida da vida, definida pela família e pelos amigos”* (Sennett, 1988, p.30). No século XVIII, esses termos eram manifestados quando referidos às ações dos homens; o termo “sair em público” era baseado na sociedade concebida em termos de geografia (Sennett, 1988).

Atualmente, fatos da vida pública estão na tela da televisão, o que antes era uma ação, hoje é uma imagem. Thompson (1998), ao pensar no papel dos políticos, considera tal mudança favorável à democracia. Séculos atrás, os arranjos políticos eram feitos sem que a população tivesse algum tipo de participação ou conhecimento dos mesmos. Hoje a vida política é noticiada diariamente, fatos da vida particular dos políticos tornam-se verdadeiros escândalos nas instituições de mídia. Há maior exposição da vida política. Por

outro lado, a maneira fragmentada como as mesmas são transmitidas permitem o acesso apenas às imagens dos fatos, não aos fatos em si. Sennett (1988) identifica nos estudos de Erich Auerbach um outro sentido de “público”, relacionado ao público “platéia” das peças teatrais.

Ribeiro (2000), ao referir-se ao sentido de “público” como sinônimo de “platéia”, considera o fato de tal termo revelar valor menor que o palco. O autor lembra que os outros sentidos de “público”, descritos acima, são mais freqüentes na filosofia inglesa do século XVII, já esse outro prepondera na língua francesa do mesmo século, o que a seu ver sinaliza diferenças entre duas culturas políticas, como fica explícito no seguinte trecho:

*“(...) eis um sinal da diferença de duas culturas políticas, uma que instaura o absolutismo e com isso reduz a participação da sociedade na coisa pública ao papel de público, de passivo espectador, a quem se prodiga o fascínio mas se nega a ação; e outra, que vem junto com a instituição de formas de poder que, a longo prazo, farão triunfar a liberdade e a democracia”* (Ribeiro, 2000, p.102-103).

Segundo Ribeiro (2000), é a partir desses dois sentidos de “público” e do conflito dessas idéias que poderemos compreender a política moderna.

Com o crescimento das cidades no século XVIII, aumentam também os espaços para encontros entre desconhecidos. Nessa época, enormes parques urbanos foram construídos, além de ocorrer as primeiras tentativas de abertura de ruas para o passeio de pedestres, como forma de lazer. Os cafés, e mais tarde os bares foram também construções que se tornaram centros sociais. É a época em que o teatro e a ópera foram dirigidos ao grande público com a venda de ingressos, diferentemente do antigo costume em que os patrocinadores aristocráticos distribuíam lugares (Sennett, 1988).

Thompson (1998) lembra que os cafés adquiriam os principais jornais e os deixavam à disposição de seus clientes, para serem lidos e debatidos pelos indivíduos que lá se juntavam para discutir questões do dia.

Atualmente, podemos também identificar esses espaços como ambientes de socialização, no entanto, existem contradições. A precariedade dos espaços públicos (aqui o sentido é de bens coletivos) e a exclusão social parecem ser os principais indicadores da atual relação entre os espaços público e privado. Grande parte dos espaços de responsabilidade dos órgãos públicos encontram-se degradados, os parques, campos e praças podem ser exemplos a serem pensados. Em condições precárias de uso, muitos desses espaços parecem ter se tornado local de refúgio para aqueles que não podem optar pelos espaços privados.

A área da musculação do Parque Portugal é exemplo da precariedade do espaço público. Os entrevistados comentaram sobre a má qualidade de recursos na área destinada à musculação. Ao acompanhar R. nos exercícios, ele comentou que aquele espaço é uma coisa para quem não tem dinheiro, condições de pagar academia, que nesse outro local as coisas são mais adequadas, por exemplo, os pesos – na academia há pesos mais progressivos e adequados para a prática, no parque não, há grandes distâncias entre um peso e outro, os praticantes usam algumas placas de peso como uma maneira de auxiliar a progressão do peso. A partir desse comentário, e, considerando a possibilidade de haver aparelhos melhores nas academias, podemos questionar a maneira como tal prática é orientada nesse outro local, entretanto, o entrevistado, ao fazer a comparação, parece criticar a falta de melhores condições para os praticantes no parque. R. também se lembrou do Sr. N. que geralmente colabora com a manutenção do espaço, levando os ganchos para prender um peso no outro. O próprio Sr. N., confirmou a informação e disse que, às vezes, leva cabos quando esses arrebentam nos aparelhos, além disso, recolhe folhas e galhos que ficam no chão e não se recorda de ter funcionários responsáveis pela área. Um outro entrevistado explica com detalhes as condições do local, também comparando-o com academias de ginástica:

*“(...) a academia é bem melhor, tem instrutor, aparelhos modernos, não essa coisa...como eu vou falar...”*

*adaptada! Academia você começa do início e vai até o fim, tem os pesos certos, aí não (...)*” (Entrevistado B.).

No comentário, podemos identificar a representação que o praticante tem das academias de ginástica, parecendo existir uma necessidade de equipamentos melhores e uma orientação profissional para sua prática, no entanto, em seu imaginário, o fato das academias suprirem com tais necessidades é suficiente para a realização de uma prática de qualidade, sem haver questionamentos com relação à maneira como a orientação será dada, os valores que estarão implícitos na orientação e realização de tal prática. Vale lembrar que o entrevistado já freqüentou a academia de um amigo por pouco tempo, e de vez em quando ainda frequenta, mesmo não tendo vínculos com o local.

A breve história das palavras “público” e “privado” parece ser esclarecedora para compreendermos o sujeito contemporâneo. As gradativas transformações no âmbito econômico, político e cultural, iniciadas no século XVIII, afetarão profundamente as relações sociais nos séculos seguintes.

### **3.2 Modos de operação da ideologia pela mídia**

Se há um conjunto de características da mídia eletrônica que altera a relação entre visibilidade e publicidade da sociedade de hoje, quem são seus receptores e como interagem com o conteúdo transmitido?

Os indivíduos, agentes sociais, interagem constantemente com tais construções simbólicas – são receptores e produtores de cultura, ou seja, interpretam e atribuem sentido à sua realidade vivida. Esse fato permite pensar que existe um conjunto de formas simbólicas que circulam na mídia e tanto podem servir para sustentar relações de poder, como serem interpretadas de modo crítico, servindo de resistência a tais relações. Isso pode ser observado nas respostas dos praticantes de musculação ao revelarem preocupação com a alimentação, o sono, a necessidade de fazer algum tipo de atividade física e citarem programas televisivos e matérias de revista como a *Veja*, no sentido de terem um respaldo para confirmarem e justificarem a sua maneira de pensar e a

preocupação com o corpo e as práticas corporais. Nas explicações do entrevistado A. isso parece ficar mais claro:

*“A única coisa que eu tenho tomado é uma vitamina, aquele complemento é...vitamina e sais minerais sempre, né, é o único que eu tenho utilizado, até esses dias eu vi na televisão a reportagem falando de alguns produtos que na propaganda dizem algumas coisas, no fundo tem outras, de anabolizante que não tá discriminado no rótulo, eu vi...vi na televisão mas não lembro qual a reportagem que foi, se tem algum jornal, agora eu não estou lembrado qual que foi (...).”*

Em seguida, ao ser questionado sobre qual o sentido de buscar essas informações na mídia, A. respondeu:

*“Eu não tenho buscado nada específico nessa área. Mas, assim, se surge assim uma reportagem até em revista mesmo é...que fale dessa parte de corpo assim, eu me interesso, até revista normal, Veja, essas outras revistas aí, às vezes surgem algumas reportagens, mas eu não tenho assim buscado nada...é...específico pra musculação”*.

É interessante como em um primeiro momento, o entrevistado usa o respaldo da matéria televisiva para justificar a sua opção pelas vitaminas e sais minerais ao invés de outros tipos de produtos mercantilizados. E, em seguida, nega buscar informações específicas para musculação, parecendo ser uma maneira de não se contradizer, uma vez que no início da conversa ele havia negado ser influenciado pela mídia:

*“(...) buscando essa, esse sentido aí, eu não vejo muito não [ele havia comentado sobre o sentido de sua prática, afirmando que tem tentado buscar nas práticas que realiza no parque força de vontade, um pouco mais de força mental, força, disposição e força física]. Eu vejo realmente é [na mídia]...a beleza estética só. Nas propagandas, incentivando aí a aparência apenas (...).”*  
(Entrevistado A.).

Um outro entrevistado citou a Revista Veja e fez comentários de uma edição especial da mesma, que havia saído naquela semana sobre o tema “saúde”, afirmando que a matéria saiu muito boa e que várias pessoas tiraram xerox.

*“(...) tinha muita coisa assim que eu já sabia. Por exemplo, o negócio da alimentação que eu já sabia, coisa que tem que cortar tal, que interfere na musculação, porque assim, eu quero ter massa muscular aí tem o alimento certo, pra ajudar, tipo a proteína, eu já sabia. Como eu comentei com você, eu não sabia nada, nada, nada, aí a proteína tem uma função, o carboidrato outra função, pra queimar tal e foi legal (...)” (Entrevistado E.).*

No sexto encontro, E. fez outros comentários sobre a Revista Veja, afirmando ser influenciado pela mídia, mas no sentido de adquirir hábitos mais corretos para sua vida:

*“Eu não sei o que você quer dizer com influência, em que sentido você quer dizer? (a influência assim, a informação que passa pelo jornal, televisão, rádio, se você percebe se tem alguma relação com o que você faz aqui). Tem, tipo eu te falei, né, da Revista Veja, da edição passada, muito boa. Muitas coisas estavam lá, há uns 10 meses atrás eu não sabia, não tinha conhecimento, entendeu? Olhando, muitas coisas são parecidas com o que eu faço aqui, exercício que eu faço, a quantidade, como me alimentar direito, dormir cedo, esse tipo de coisa, acho que é isso sim e outras coisas também não né, eu já sabia” .*

Parece que quando a justificativa é para se ter hábitos melhores e uma vida mais saudável, os entrevistados assumem buscar na mídia informações para isso, mas negam serem influenciados no sentido de consumirem os produtos difundidos pelos meios de informação de maneira passiva.

# DOSES DE INCERTEZA

**D**epois de anos de pesquisas e callanagens de estudos publicados, o que a ciência tem a dizer sobre os suplementos nutricionais? Quem se pautou pelas últimas novidades sobre a importância das doses extras de vitaminas, minerais, aminoácidos e carboidratos tem razão de sobra para estar perdidido. Uns dizem que elas fazem bem. Outros, que fazem mal. Há ainda os que anunciam que elas não fazem nem bem nem mal. Ao que tudo indica, o debate está longe do fim.

Quando surgiram, quatro décadas atrás, os suplementos destinavam-se apenas às pessoas que, por algum motivo, não conseguiam suprir suas necessidades nutricionais somente com a alimentação. O alvo-roxo em torno dos suplementos só se instalou no início da década de 90, com o químico americano Linus Pauling, Nobel de Química em 1954 e da Paz em 1962. Ele começou a divulgar a ideia de que megadoses diárias de vitaminas, principalmente da C, poderiam evitar a juventude e combater um semi-número de doenças, inclusive tumores malignos. O próprio cientista se enpanturrava de suplementos. Nem a sua morte, em 1994, em consequência de um câncer na próstata, abalou essa crença. Afinal, de contas, ele tinha 93 anos.

O furor em torno dos suplementos só faz crescer. A cada estação, um composto diferente vira moda. Em linhas gerais, há uma divisão clara, segundo o gosto ou as necessidades do freguês. Para quem está em busca de músculos salientes, existem os aminoácidos. Os carboidratos são indicados para quem faz ginástica e precisa repor rápido as energias. Já os multivitamínicos são os carburgas do pedego.

Há ainda aqueles preparados em pó, chamados MRP's, uma mistura de carboidratos, gorduras e proteínas que equivale a uma refeição. Essas substâncias, no entanto, não podem ser consumidas mais de uma vez ao dia. Por enquanto, a única lição que se tira de tudo o que foi dito é escrito sobre suplementos é que se alguém quiser consumi-los que o faça, mas com muita parcimônia — de preferência, sob a orientação de um especialista.

Os cientistas divergem sobre a eficácia dos suplementos. Mas uma coisa é certa: as cápsulas não operam milagres

## VITAMINAS

Existem 13 tipos de vitamina. Essenciais ao bom funcionamento do organismo, todas elas são obtidas a partir dos alimentos. Alguns médicos, porém, receitam doses extras para retardar o envelhecimento

- |   |  |
|---|--|
| <b>PROMESSAS</b>  | <b>RISCOS</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Proteção contra infartos e derrames</li> <li>■ Combate ao diabetes</li> <li>■ Prevenção do mal de Alzheimer</li> <li>■ Fortalecimento do sistema imunológico</li> <li>■ Manutenção do viço da pele e dos cabelos</li> <li>■ Aumento do vigor físico</li> <li>■ Controle do colesterol</li> <li>■ Proteção contra o câncer</li> <li>■ Prevenção da degeneração macular senil, doença que pode levar à cegueira</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ O excesso de vitaminas A, D, E e K pode levar a lesões hepáticas</li> <li>■ Muita vitamina C pode levar à formação de pedras nos rins</li> <li>■ Em demasia, a vitamina A causa fadiga, letargia, desconforto abdominal, insônia e apatia</li> <li>■ Em excesso, a vitamina E aumenta o tempo de coagulação do sangue, o que pode comprometer o processo de cicatrização</li> </ul> |

## MINERAIS

Há 25 tipos de mineral, cada um com uma função específica. O cálcio ajuda no crescimento e na conservação dos ossos e dentes. O cobre, na formação dos glóbulos vermelhos. O ferro, na distribuição de oxigênio. O iodo, na produção dos hormônios. Presentes na maioria dos alimentos, os minerais vêm sendo consumidos em cápsulas com o objetivo de evitar a juventude

- |  |   |
|--|---|
| <b>PROMESSAS</b>   | <b>RISCOS</b>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Proteção contra a perda de memória</li> <li>■ Aumento do ritmo do metabolismo</li> <li>■ Prevenção de infartos e derrames</li> <li>■ Combate à osteoporose</li> <li>■ Aumento da força e resistência muscular</li> <li>■ Fortalecimento do sistema imunológico</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Em excesso, os minerais são tóxicos. O cálcio pode destruir as células da pele e dos pulmões</li> <li>■ Assim como as vitaminas, os minerais agem uns sobre os outros. O magnésio inibe a absorção do cálcio.</li> <li>■ O excesso de ferro, em grandes quantidades, prejudica o organismo.</li> </ul> |

## MULTIVITAMÍNICOS

As cápsulas de multivitamínicos são coquetéis que misturam sais minerais e vitaminas, todos em pequenas doses

- |  |   |
|--|---|
| <b>PROMESSAS</b>   | <b>SEM RISCO</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Manutenção da energia física e mental</li> <li>■ Aumento da concentração e do vigor mental</li> <li>■ Combate ao stress</li> <li>■ Prevenção da ansiedade e da depressão</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Como as quantidades de vitaminas e minerais que compõem esses suplementos são pequenas, eles não oferecem risco de intoxicação. Não há, no entanto, comprovação científica de seus benefícios</li> </ul> |

## CARBOIDRATOS

Encontrados sobretudo nas massas e grãos, os carboidratos são as principais fontes de energia para o organismo. Os suplementos de carboidratos mais consumidos no Brasil são: Hyora Fuel, Carbo Up, Carbo Fuel, Sport Energy e Carbo Pump

- |   |  |
|---|--|
| <b>PROMESSA</b>   | <b>RISCO</b>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Preparação rápida da energia para durante as atividades físicas que diminuíra o intervalo necessário entre um exercício e outro</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Indicados para atletas, entre outros, que tenham atividade física de leve a moderada, eles podem engordar.</li> </ul> |

## AMINOÁCIDOS

Os aminoácidos são as substâncias que compõem as proteínas. Os suplementos mais consumidos são os BCAA. A L-carnitina e a creatina são popularmente conhecidas como aminoácidos. Na realidade, elas são produzidas a partir de aminoácidos. Os BCAA fornecem energia durante os exercícios físicos. Já a creatina funciona como uma espécie de combustível para os músculos. E a L-carnitina facilita a entrada de gordura nas células

- |  |  |
|--|--|
| <b>PROMESSAS</b>   | <b>RISCOS</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Queima de gordura</li> <li>■ Aumento da massa muscular</li> <li>■ Aumento de energia</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Inchaços decorrentes da retenção de água</li> <li>■ Sobrecarga aos rins e do fígado</li> <li>■ Ganho de peso</li> </ul> |

Ao discutir sobre a questão do poder, Thompson (1998) distingue quatro tipos principais: poder “econômico”, “político”, “coercitivo” e “simbólico”. O autor explica que o poder “econômico” nasce da atividade humana produtiva, aquela que está relacionada com a *“provisão dos meios de subsistência através da extração da matéria-prima e de sua transformação em bens que podem ser consumidos ou trocados no mercado”* (p.22). Este tipo de poder parece estar relacionado à atividade do trabalho, como meio de subsistência.

O poder “político”, segundo Thompson (1998), é originário da atividade de coordenação dos indivíduos e da regulamentação dos padrões de sua interação. Nesse tipo de poder há várias instituições que se dedicam essencialmente à coordenação e à regulamentação, abrangendo o que geralmente é conhecido por estado (Thompson, 1998). Partindo das idéias de Max Weber, Thompson (1998) afirma que *“a capacidade do estado de exercer a autoridade geralmente depende de sua capacidade de exercer duas formas relacionadas mas distintas de poder”* (p.23) – o que ele vai chamar de poder “coercitivo” e poder “simbólico”.

Ao poder “coercitivo” associa-se o uso da força física para subjugar ou conquistar um oponente. O autor diz que, historicamente, as instituições que mais acumulam recursos deste tipo são as instituições militares.

O quarto tipo de poder citado é o “cultural” ou “simbólico”, originário na atividade de produção, transmissão e recepção do significado das formas simbólicas (Thompson, 1998).

Este quarto tipo de poder chama a atenção e de certo modo justifica os objetivos desse trabalho. Até que ponto a mídia exerce o poder simbólico ao vender suas imagens e mensagens referentes aos cuidados com o corpo?

Pelas respostas dos entrevistados, a mídia parece exercer forte influência simbólica, tanto com relação à busca por determinados padrões corporais, como pela difusão de práticas e hábitos associados à uma vida mais saudável. No entanto, essa influência se dá de maneira sutil, na maioria das vezes sendo negada pelos entrevistados:

[S. falava de pessoas que intensificam suas práticas em determinadas épocas do ano com interesse em

atingir o modelo de corpo desejado] *Eu tenho consciência, eu acho assim que eu não me influencio muito pelo fato disso, sabe, de uma outra época mudar meu treino...em relação à isso sabe, eu acho que eu tento ter treino mais ou menos meio igual o ano inteiro, o que pode acontecer é que, por exemplo, às vezes, chega na época de verão, o calor mesmo todas as coisas que acabam influenciando assim o clima...eu posso até aumentar um pouco o treino, mas não por causa do fato de querer porque a mídia tá...falando que você tem que tá melhor no verão, sabe”* (Entrevistado S.).

*“Se tem pessoa bonita na televisão não me influencia, influencia pessoas fracas, mas não eu. Acho que a televisão não incentiva ao esporte. Com exceção ao futebol, tem poucas modalidades. Não tem uma programação ‘esporte faz bem’, ajuda a pessoa sedentária. Não tem uma campanha dizendo que o sedentarismo faz mal. Mesmo não tendo, o pessoal faz atividade física, mas acho que teria muito mais”* (Entrevistado L.).

*“(você acha que isso que você está contando pra mim, essa prática, essa escolha sua de ir ao parque tem relação com as influências da mídia?) Não, eu não vejo direto, eu vê na mídia e ir para o parque, não! Acho que é mais um negócio meu, que fui criado no meio do mato, de estar saindo, sabe, que lá tinha muito mais contato com áreas verdes, então a gente sente falta né (...)”* (Entrevistado F.).

Em outros momentos esses mesmos entrevistados se contradizem mostrando como certos hábitos e padrões de beleza difundidos pela mídia estão presentes em seu imaginário ou assumem que são influenciados pela mesma:

*“(E com relação à prática em si, à sua escolha por correr, ou fazer musculação, fazer caminhada, as coisas que normalmente você faz no parque, você vê nisso também uma relação com a mídia?) Eu acho assim, que tem, por exemplo, um pouco de praticidade nas atividades que eu faço, mas também eu acho que tem um pouco de relação porque queira ou não queira, eu particularmente acho que eu tenho...bastante*

*cuidado quanto a alimentação do meu corpo e todas essas coisas, não só a questão de saúde, mas também a questão um pouco de...estética que eu às vezes tento manter (...)* (Entrevistado S.).

*“(...) acho que eu ligo muito o corpo com a saúde. Se a pessoa pesa 150kg mas tem saúde, isso daí pra mim já é o ideal. Agora fisicamente, é o homem...teria ombro largo, é...o abdômen até eu não posso falar que eu não tenho mesmo [nota-se que ele faz uma auto-descrição] braços mais ou menos fortes, então fisicamente é isso, é aquele que você olha e fala assim ‘esse cara não é sedentário’ então é isso”* (Entrevistado L.).

*“Eu já me liguei que eu emagreci então o que eu vou fazer, vou começar a fazer esporte, vou dar uma corrida, a minha fome já aumenta, eu já como, já ganho a massa de novo, sabe é um ciclinho assim, aí eu paro de novo que aperta tudo aqui [ele se refere ao trabalho] aí faço de novo, faço de novo, faço de novo, é isso, aí fica um ciclo aí mais ou menos de manutenção, aí tem época que tá mais tranqüilo aqui eu vou mantendo essas de ficar comendo direto, então ganha um pouco mais de massa (...)* (F., entrevista 6).

A partir desses dados podemos pensar a relação entre as influências da mídia e a escolha dos entrevistados pelas práticas corporais. Pinke (2001) realizou um estudo sociológico sobre a relação entre as influências da mídia e as motivações de freqüentadores de academias de ginástica de Bauru/SP. Ao término das investigações, a autora deparou-se com dados contraditórios, levando-a a acreditar que é difícil estabelecer claras relações de causa e efeito sobre tal tema, dada a complexidade do contexto sócio-cultural em que os entrevistados estão inseridos (Pinke, 2001). Por exemplo, os entrevistados referem-se à mídia de duas maneiras – primeiramente afirmando que a mídia é influente em relação à motivação para a prática de atividades físicas e concordando com tais influências. Além disso, os entrevistados atribuem outras causas a sua motivação como: a comprovação científica e médica, história de vida, opção própria. Isso também pode ser observado na fala dos entrevistados:

*“(E. eu queria que você me falasse qual é o sentido pra você de fazer musculação aqui no parque?) motivo por causa da minha coluna que doía, então fui no médico, comecei a andar aqui, fui correr no Bosque, aí vim um dia aí fazer uns exercícios, porque também fica perto da minha casa, por causa da localização, a intenção não era nem a musculação, era só andar mesmo, fazer trabalho com a respiração (...)” (Entrevistado E.).*

*“Eu sempre fiz esporte, aí tem uma relação com pai e mãe. Natação, futebol, tênis, desde pequeno sempre fizeram questão disso (até hoje orientam você nesse sentido?) não, até a adolescência, depois pela educação e pelos estudos, fisiologia, fisioterapia (...)” (Entrevistado L.).*

*“Acho que é mais um negócio meu, que fui criado no meio do mato, de estar saindo, sabe, que lá tinha muito mais contato com áreas verdes assim, então a gente sente falta, né (...)” (Entrevistado F.).*

*“Eu sempre gostei de praticar esporte, então acho que vim construindo assim aos poucos, tenho bastante amigos que praticam também. Andei meio parado um tempo aí por causa da correria do dia a dia, acabei deixando de lado, mas eu sempre gostei (...)” (Entrevistado A.).*

Outra observação de Pinke (2001) é a contradição existente nas respostas dos entrevistados quando a pergunta requisitava uma resposta em primeira pessoa ou era referente aos outros. Quando a pergunta levava o entrevistado a falar de si mesmo, os sujeitos relatavam diversos motivos para o envolvimento com as atividades físicas, não se restringindo às preocupações com a beleza corporal. No entanto, o fator beleza corporal ganha destaque quando a pergunta era direcionada às expectativas das pessoas em geral. Esses dados são exemplos a serem pensados, mostrando contradições existentes, por parte dos sujeitos pesquisados. Alguns fatores parecem necessários serem considerados neste tipo de estudo: o meio em que os sujeitos estão inseridos, o local onde praticam as atividades físicas, o tipo de prática que os sujeitos optaram, a possibilidade de aprofundamento no tema pesquisado, para que sejam detectadas

outras contradições ou coerências, o significado da mídia para os sujeitos, as influências dos professores de ginástica etc.

Com os praticantes de musculação foi possível também notar que quando se trata da preocupação com a beleza corporal a resposta é direcionada como se isso fosse de interesse das outras pessoas, não deles próprios:

*“Se tem pessoa bonita na televisão, não me influencia, influencia pessoas fracas, mas não eu”* (Entrevistado L.).

*“Eu vejo assim, que tem gente que acaba fazendo exercício só por causa disso, sabe, só pra tá...malhando...por causa da sociedade...ou porque você quer usar tal roupa então você tem que ficar magro”* (Entrevistado S.).

No entanto, esses mesmos entrevistados falam de suas preocupações com a estética:

*“Não tenho essa vocação de chegar aqui e fazer exercício pra ter um músculo grande, ter hipertrofia, não, esse não é um corpo ideal não. Isso pro homem, pra mulher também, mesma coisa. É aquele que você olha no espelho e está satisfeito, eu, essas duas semanas que eu estava parado, já não tava me olhando no espelho, então não tava satisfeito, então (risos), às vezes eu vou chegar em casa hoje, vou me olhar, e vou ficar satisfeito. Então é o bem-estar, né”* (Entrevistado L.).

*“Mas, eu tenho consciência, por exemplo, tem dia que eu falo ‘ah, tô cansado, não vou fazer, mas tem que fazer porque...senão vou ficar com gordurinha em tal lugar’ sabe [falou rindo] senão ‘eu vou fazer...se eu não fizer, eu vou amanhã, quando correr de novo vai ser pior’, sabe, então...eu tenho consciência que às vezes eu acabo fazendo só pelo fato de...porque eu tenho que manter (...)”* (Entrevistado S.).

A maneira como L. apresenta a preocupação com a estética chama a atenção, o bem-estar para ele depende do julgamento que ele próprio faz sobre sua aparência.

Um outro estudo nessa linha, realizado por Amaral (1998), apresenta semelhanças e diferenças entre o discurso dos praticantes de atividades físicas e as mensagens televisivas. A autora faz referência à complexidade do tema, ao considerar as diversas variáveis presentes nesse tipo de estudo. A pesquisa foi realizada com praticantes de atividades físicas em parques públicos, academias e clubes da cidade de Porto Alegre/RS.

O referido estudo identifica diferentes estilos de vida entre os entrevistados, principalmente pelo grau de escolaridade dos mesmos, profissões, locais de trabalho, atividades de lazer e domésticas que realizam e atividades físicas que praticam. Segundo a autora, *“é possível inferir que estilos de vida diferenciados proporcionam uma construção discursiva diferenciada, nos grupos pesquisados”* (Amaral, 1998, p.61). No discurso dos entrevistados, quatro categorias principais foram analisadas: corpo, atividade física, saúde e beleza. Ao compará-las ao discurso televisivo, a autora detectou que o item “saúde” foi o que apresentou unanimidade entre o discurso dos praticantes e as mensagens televisivas. As outras categorias do estudo apresentam semelhanças ou diferenças entre os grupos pesquisados e o discurso televisivo.

Neste trabalho, os sete entrevistados também fizeram menção à questão saúde como sendo consequência das práticas corporais:

*“Eu não sei, eu encaro assim que eu tenho a consciência que eu tô fazendo tanto por causa da minha saúde (...)”* (Entrevistado S.).

*“(O que significa a musculação?) (...) também faz bem para a saúde (...)”* (Entrevistado B.).

*“(...) é saúde, pra mim é saúde, desde que a pessoa não tenha usado nada, tipo essas bombas que tomam, o anabolizante, pra gente que vê, o cara tem saúde, o cara dorme cedo, o cara não fuma, o cara não bebe, o cara pratica esportes, passa a tarde na musculação assim...”* (Entrevistado E.).

*“(...) uma caminhada, corrida, andar de bicicleta, brincar, tudo isso pra mim significa saúde, qualquer*

*coisa que movimente o corpo, que traga prazer, você está cuidando da sua saúde (...)*” (Entrevistado L.).

*“A pessoa que não se preocupa com a saúde assim em pouco tempo ela não percebe que, por exemplo, não fazer atividades físicas pode ser que questão de um ano, dois, não faça diferença, né, mas a longo tempo ela vai sentir falta disso”* (Entrevistado A.).

*“Se existe essa preocupação, eu acho hoje em dia tem essa noção ‘saúde’, acho que é um pouquinho mais né, levando em consideração tipo ‘se você abusar pode ter certeza que um dia acaba’ (risos) então para que não acabe tão cedo, é bom tá meio atento aí”* (Entrevistado F.).

*“Pelo menos eu faço as coisas, eu...estou fazendo certo e que mais...sua auto-estima e principalmente pela saúde, né”* (Entrevistado R.).

Podemos notar que, cotidianamente, as mensagens televisivas lembram os sujeitos sobre os cuidados com alimentação, com o corpo e a inclusão de atividades físicas na rotina diária, como se a saúde fosse algo a ser comprado ou atingido, portanto, de responsabilidade de cada indivíduo. A mensagem não apresenta os vários fatores que implicam a pessoa ser saudável como: direito ao trabalho, educação, lazer, condições dignas de vida, solidariedade, amor etc. Dentre os meios de informação, citados pelos entrevistados: *internet*, televisão, rádio, jornais e revistas, destaca-se a matéria da Revista Veja (2002) em sua edição especial sobre o tema saúde, citada e comentada pelo entrevistado E. A maneira como esse tipo de matéria é construída parece envolver vários elementos que podem ser identificados no conjunto de significados que os participantes desta pesquisa atribuíram à musculação, além disso, é possível identificar estratégias utilizadas na construção de formas simbólicas, eficazes na sustentação ou estabelecimento de relações de poder.

Os conceitos de Thompson (2000) parecem esclarecedores para compreendermos o que são as formas simbólicas e como ocorre os modos de operação para o estabelecimento e sustentação de relações de poder. O autor afirma que:

*“Formas simbólicas não são meramente representações que servem para articular ou obscurecer relações sociais ou interesses que são constituídos fundamentalmente e essencialmente em um nível pré-simbólico: ao contrário, as formas simbólicas estão, contínua e criativamente, implicadas na constituição das relações sociais como tais. Por isso, proponho conceituar ideologia em termos das maneiras como o sentido, mobilizado pelas formas simbólicas, serve para estabelecer e sustentar relações de dominação: estabelecer, querendo significar que o sentido pode criar ativamente e instituir relações de dominação; sustentar, querendo significar que o sentido pode servir para manter e reproduzir relações de dominação através de um contínuo processo de produção e recepção de formas simbólicas” (p.78-9).*

Segundo o autor, podemos encontrar cinco modos gerais, através dos quais a ideologia pode operar no estabelecimento e/ou sustentação de relações de poder: “legitimação”, “dissimulação”, “unificação”, “fragmentação” e “reificação”. Cada um desses modos são viabilizados por estratégias de construção simbólica.

Thompson (2000) discute sobre a “legitimação” apoiando-se nas idéias de Max Weber. Afirma que as relações de dominação podem ser estabelecidas e sustentadas pelo fato de serem representadas como legítimas. Essa relação envolve fundamentos racionais (que fazem apelo à legalidade de regras dadas), fundamentos tradicionais (que fazem apelo à sacralidade de tradições imemoriais) e fundamentos carismáticos (que fazem apelo ao caráter excepcional de uma pessoa individual que exerça autoridade).

A legitimação da forma simbólica pode ser vinculada a três estratégias típicas de construção simbólica: a racionalização, a universalização e a narrativização. A racionalização refere-se a um conjunto de justificativas por parte do produtor de uma forma simbólica para demonstrar que a sua proposição é digna de apoio. Essa estratégia parece estar presente na lógica da comercialização de produtos voltados ao embelezamento do corpo. Há diversas justificativas para que os produtos sejam consumidos, com detalhamentos das

propriedades químicas dos mesmos, o processo fisiológico e o resultado atingido, difundidos, portanto, de maneira convincente para ser consumido.

Esse tipo de estratégia parece ser predominante na publicação da Edição Especial da Revista Veja (2002). Na manchete da matéria sobre ginástica consta: *“não dá para não fazer. A prática regular de exercícios físicos é uma espécie de elixir. Ela nos faz viver por mais tempo e com mais disposição”*. Parece que a matéria em questão faz parte de racionalização que difunde um conjunto de significados às práticas corporais, envolvendo a saúde, a beleza corporal, a idéia de juventude eterna, com linguagem simples e com a citação de dados científicos que comprovam tais benefícios. A matéria é construída de maneira a dificultar questionamentos por parte do leitor, trazendo grandes imagens e quadros destacados com informações sobre partes do corpo: pulmões, coração e vasos sanguíneos, ossos e articulações e músculos, trazendo a idéia de corpo fragmentado e informações restritas ao aspecto biológico e à aparência. Os quadros explicativos são divididos em duas colunas intituladas: “o que muda com o passar do tempo” e “os melhores exercícios para manter a juventude”.

Parece que os praticantes de musculação tendem também a pensar o corpo de maneira fragmentada, isso pode ser observado na fala do entrevistado E.:

*“(Porque você divide dessa maneira os exercícios que faz?) não sei se está totalmente certo, né, foi perguntando para as pessoas que já sabem e um pouco na internet (...) tem várias teorias, uns falam que é assim, outros falam que não, uns falam para dividir em três dias, tem um que esse daí também fala que, um dia faz só peito, só passa perna, entendeu, acho que depende a função que você quer, você é atleta ou não, aí, eu olhando, faço o exercício que eu quero,(...) mais pra frente eu vou mudar, em três partes, seguindo conselho de amigos meus que já fazem, um até foi uma vez em uma academia lá em Itu. Quando for daqui uns quatro meses, se eu tiver aqui ou lá na academia, vou dividir a série em três dias” (Entrevistado E.).*

GINÁSTICA

# NÃO DÁ PARA NÃO FAZER

A prática regular de exercícios físicos é uma espécie de elixir. Ela nos faz viver por mais tempo e com mais disposição

**M**esmo depois de tudo o que foi dito e escrito sobre as maravilhas que a ginástica pode proporcionar, ainda falta muito para começar a malhar? Aí vai uma sugestão: encontre a prática regular de exercícios físicos como quem procura dinheiro para uma aposentadoria tranquila. Pessoas que se exercitam vivem mais e melhor. Depois de acompanharem durante 25 anos 17 000 estudantes

recebem saídas da faculdade, pesquisadores da Universidade Stanford, nos Estados Unidos, chegaram a uma conclusão simples quanto dois mais dois. Cada hora dedicada à atividade física rende duas horas a mais de vida. O sedentarismo está relacionado a 37% das mortes por câncer, a 54% dos óbitos por doenças cardiovasculares e a 50% dos derrames fatais. Vale a pena levantar-se do sofá, espantar a preguiça e começar a se mexer, não vale?

## PULMÕES

**O QUE MUDA COM O PASSAR DO TEMPO**

- As funções pulmonares atingem seu ápice entre os 20 e os 30 anos
- Aos 45 anos, a capacidade de expansão pulmonar começa a diminuir. O ritmo respiratório fica mais lento
- Aos 65 anos, os pulmões têm um terço da força que tinham na juventude

## OS MELHORES EXERCÍCIOS PARA MANTER A JUVENTUDE

- Atividades aeróbicas, como caminhada, bicicleta, remo e natação, ajudam a preservar o ritmo respiratório
- Esses exercícios contribuem ainda para a queima de gordura, o que indiretamente repercute nas funções respiratórias. Excesso de tecido adiposo, sobretudo na região abdominal, limita a expansão pulmonar

STOCK ALTO

## CORAÇÃO E VASOS SANGÜÍNEOS

### O QUE AJUDA COM O PASSAR DO TEMPO

- A partir dos 40 anos, as veias e artérias tendem a perder elasticidade. Como os vasos sanguíneos aumentam a pressão arterial, aumenta o risco de doenças cardíacas.
- Com a queda no ritmo do metabolismo, aumentam os riscos de depósito de gordura nos vasos sanguíneos, o que pode levar a doenças cardiovasculares.
- Depois dos 50 anos, o músculo cardíaco fica menos elástico — atividades corriqueiras passam a exigir um esforço muito maior do coração.

### OS MELHORES EXERCÍCIOS PARA MANTER A JUVENTUDE

- Os aeróbicos, como pedalar, andar e dançar, ajudam a preservar o tônus do músculo cardíaco, aumentando a perda de elasticidade.
- Atividades desse tipo aumentam ainda mais o sangue, preservando a integridade das veias e artérias e dificultando o depósito de gordura na parede dos vasos.
- A musculação treina o coração para esforços intensos

A importância da ginástica para a saúde começou a ser esmiuçada no fim da década de 60, pelo médico americano Kenneth Cooper. No livro *Aeróbicos*, de 1968, ele lançou a teoria de que a chave para manter o organismo em bom estado, especificamente o coração e os pulmões, são os exercícios aeróbicos. Com o tempo, Cooper descobriu que a perda de elasticidade física que se inicia com os 40 anos de idade se inicia com os 20 anos. Progressivamente, o ritmo deveria aumentar até alcançar a marca dos 2,8 quilômetros, percorridos nos mesmos doze minutos. Era, sem dúvida, um exagero. Com as descobertas proporcionadas pela fisiologia do esporte, muita coisa mudou de lá para cá. Percebeu-se que o excesso de atividade física pode fazer muito mal à saúde. Os danos ocasionados são as lesões musculares, artrose e osteoporose. O próprio Cooper reviu seus conceitos com moderação, um arauto da ginástica com moderação. As desabaloadas carreiras foram substituídas por caminhadas diárias de 3 quilômetros em meia hora. Com essa rotina, é possível reduzir em até 40% a incidência



de várias doenças crônicas. Cui o risco de infarto, derrame, diabetes, osteoporose, artrite e até depressão.

Até pouco tempo atrás, acreditava-se que a musculação não tinha importância para a saúde. Servia apenas para tonificar os músculos. Esse equívoco foi desfeito. Estudos recentes mostram que puxar ferro é tão benéfico quanto crimbar ou nadar — desde que, é claro, com a devida orientação de instrutores especializados. Trabalhar os músculos das pernas, por exemplo, faz bem ao coração. Com as pernas fortalecidas, o retorno do sangue ao coração é mais eficiente. A musculação também protege os ossos e as articulações. A contração muscular estimula as células produtoras de ossos a trabalhar mais rápido, o que ajuda a prevenir a osteoporose, doença em que há uma perda progressiva de massa óssea. O aumento de músculos diminui o atrito entre as articulações, o que baixa o risco de artrite. Como são os músculos que sustentam o esqueleto, quando estão entrecortados eles mantêm a postura certa. Não é à toa que os exercícios de musculação

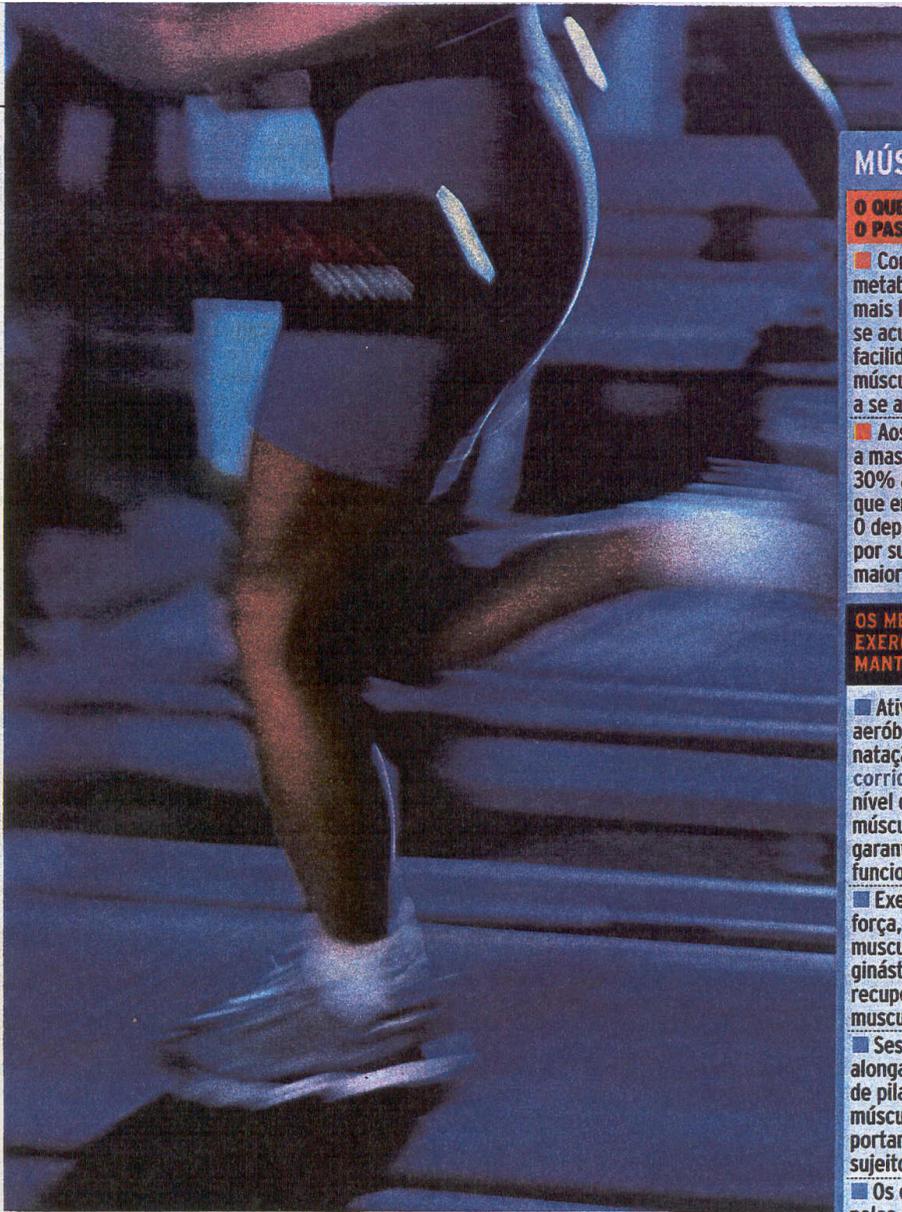
## OSSOS E ARTICULAÇÕES

### O QUE AJUDA COM O PASSAR DO TEMPO

- A partir dos 30 anos, a absorção de cálcio diminui e a densidade óssea fica 0,5% menor a cada ano.
- Nos cinco anos que se sucedem à última menstruação, a mulher pode perder até 5% de massa óssea por ano.
- Com a chegada dos 50 anos, as articulações ficam menos flexíveis e os movimentos começam a ficar mais restritos.
- Aos 60 anos, os movimentos perdem 50% da amplitude que tinham na juventude.
- A partir dessa faixa etária, é importante escutar mais de um centímetro a cada década

### OS MELHORES EXERCÍCIOS PARA MANTER A JUVENTUDE

- Atividades de alto e médio impacto — caminhada, ginástica localizada, ciclismo e basquete — estimulam as células produtoras de ossos a trabalhar com mais vigor, prevenindo o enfraquecimento ósseo.
- A musculação também tem o mesmo efeito sobre a saúde do esqueleto. O músculo bem condicionado exerce uma tração que aumenta a produção de massa óssea.
- Exercícios de alongamento ajudam a manter as articulações em bom estado reconhecidas, do aumento da amplitude de movimento, a possibilidade de ocorrência de fraturas



GETTY IMAGES

são indicados para muitos casos de dores nas costas. A musculação intensifica ainda a eliminação de glicose pelo organismo. O excesso de glicose no sangue é o que caracteriza o diabetes. Tem mais. Quem imagina que musculação não emagrece está redondamente enganado. Uma pesquisa americana mostra que, duas horas depois do término de um treinamento com peso, o organismo continua a queimar calorias.

O que se recomenda atualmente, em nome da boa saúde, é uma rotina de

exercícios físicos que agregue atividades aeróbicas, musculação e alongamento. Essa é a forma mais indicada de melhorar e manter o fôlego, a força, a flexibilidade e a coordenação motora. À medida que o tempo passa, a importância disso tudo vai saltando mais e mais aos olhos. São essas características que permitem que uma pessoa de idade conserve a sua independência na execução de atividades corriqueiras. O jovem malhador de hoje, enfim, é o senhor sacudido de amanhã.

## MÚSCULOS

### O QUE MUDA COM O PASSAR DO TEMPO

■ Como o metabolismo fica mais lento, a gordura se acumula com mais facilidade e os músculos tendem a se atrofiar

■ Aos 60 anos, a massa magra é de 30% a 50% menor do que era na mocidade. O depósito de gordura, por sua vez, é 11% maior

### OS MELHORES EXERCÍCIOS PARA MANTER A JUVENTUDE

■ Atividades aeróbicas, como natação, caminhada e corrida, aumentam o nível de oxigênio nos músculos, o que lhes garante um bom funcionamento

■ Exercícios de força, entre eles a musculação e a ginástica localizada, recuperam o tônus muscular

■ Sessões de alongamento ou aulas de pilates mantêm os músculos alongados e, portanto, menos sujeitos a lesões

■ Os esforços exigidos pelos esportes com bola – tênis, futebol, squash e vôlei – mantêm o vigor muscular

A universalização é um tipo de estratégia que divulga acordos institucionais como se estivesse servindo aos interesses de todos e na verdade, servem aos interesses de alguns indivíduos. Podemos pensar como exemplo dessa estratégia certos projetos realizados a respeito da relação atividade física e saúde. O projeto “Agita São Paulo”, citado por Carvalho (2001a e 2001b), mostra a lógica existente e o conceito de atividade física difundido. A idéia é levar a população à prática regular de atividades físicas. É importante colocar aqui que o sentido de atividade física de tal projeto está vinculado à idéia geral de atividade física como sendo sinônima de saúde, atribuído a qualquer esforço realizado: subir escadas, andar a pé, de bicicleta, enfim, qualquer esforço físico, inclusive a prática esportiva e as práticas corporais de modo geral. Como se o exercício por si só pudesse resolver toda a problemática que envolve a saúde da população brasileira! Esse tipo de proposta aparece como se fosse extensiva à toda a população, independente da classe social e das condições de sobrevivência.

Esse exemplo parece coincidir com o discurso de governantes e economistas quando se referem à sociedade e ao social, como se ambos estivessem em pólos opostos. Nessa linha, projetos como esse citado servem para cuidar do social, uma ação política para minorar a situação imoral que muitos se encontram por não terem seus direitos mínimos de cidadania garantidos. Ribeiro (2000) analisa o contexto brasileiro e comenta sobre a maneira como os termos “sociedade” e o “social” são significados. O autor explica que:

*“(...) no discurso dos governantes ou no dos economistas, ‘a sociedade’ veio a designar o conjunto dos que detêm o poder econômico, ao passo que ‘social’ remete, na fala dos mesmos governantes ou dos publicistas, a uma política que procura minorar a miséria. Assim, ‘a sociedade’ é ativa: ela manda, sabe o que quer – e quer funcionar por si mesma, sem tutela do Estado” (p.19).*

Como podemos notar, a discussão sobre “sociedade” e “social”, economia e vida social, sugere um certo entendimento desses fatores como se os mesmos não estivessem inter-relacionados.

Uma terceira estratégia, desse mesmo tópico, a narrativização, refere-se a histórias que contam o passado e tratam o presente como parte de uma tradição eterna e aceitável. Alguns exemplos citados por Thompson (2000) são discursos e documentários, histórias, novelas e filmes que são estruturados como narrativas que “(...) *retratam relações sociais e manifestam as conseqüências de ações de modo tal que podem estabelecer e sustentar relações de poder*” (p.83).

O segundo modo de operação da ideologia para Thompson (2000) é a “dissimulação”, a partir da qual as relações de dominação podem ser sustentadas devido ao seu ocultamento, negação ou o obscurecimento, representadas de modo a serem despercebidas. Para esse modo de operação há variedade de estratégias, dentre elas o deslocamento, a eufemização e as figuras de linguagem.

O deslocamento refere-se à transferência de conotações positivas ou negativas de um determinado objeto ou pessoa para outro objeto ou pessoa. A eufemização possibilita a criação de valor positivo sobre determinado termo para omitir a verdade dos fatos. O autor apresenta como exemplo a alteração da frase “a supressão violenta do protesto” por “restauração da ordem” ou “a prisão ou campo de concentração” por “centro de reabilitação” (Thompson, 2000). Um outro grupo de estratégias é denominado pelo autor de tropo<sup>34</sup>. Trata-se do uso figurativo da linguagem, sendo as mais comuns a sinédoque, a metonímia e a metáfora. A sinédoque caracteriza-se por termos utilizados que trazem idéia de abrangência quando é feita a junção semântica da parte e do todo. Não é difícil encontrarmos generalizações sobre “os ingleses”, “os americanos”, “os russos”, usadas para se referir a governos particulares ou a grupos em um estado-nação (Thompson, 2000).

O uso da metonímia possibilita que “(...) *o referente possa estar suposto sem que isso seja dito explicitamente, ou pode ser avaliado valorativamente, de*

---

<sup>34</sup> Em nota de rodapé o autor diz que “*um exame e análise perceptivos sobre o tropo, especialmente a metáfora, pode ser encontrado em Paul Ricouer, The Rule of Metaphor: Multi-disciplinary Studies of the Creation of Meaning in Language, trad. Robert Czerny com Kathleen McLaughlin e John Costello (Londres, Routledge & Kegan Paul, 1978). Para uma discussão sugestiva sobre algumas das conexões entre tropos e ideologia, ver Olivier Rebul, Langage et idéologie (Paris, Presses Universitaires de France, 1980), cap.4*” (p.84).

*maneira positiva ou negativa, através da associação com algo*” (Thompson, 2000, p.85); segundo o autor, essa é uma prática muito comum na propaganda.

Os anúncios publicitários são exemplos para pensarmos o corpo e as práticas corporais nesse modo de operação da ideologia, caracterizado pelo uso das figuras de linguagem. Betti (1998) identifica a relação entre o esporte e a venda de produtos, mostrando que o esporte pode vender desde pneus à canos de PVC. Além disso, essa associação esporte-produto pode enviar uma mensagem em que está implícito o corpo como objeto de desejo:

*“No anúncio do desodorante, a raquete de tênis transforma-se em garrafa de champanhe ‘para esportes noturnos’. A bola é a ‘gostosa’, de ‘medidas perfeitas’, ‘redondinhas’, vai anunciando a voz em off, enquanto a bola vai se inflando aos poucos, até quicar várias vezes, ‘alegrinha’. A bola é fêmea, é objeto de desejo”* (Betti, 1998, p.80).

O mesmo autor fala também da associação entre qualidade dos produtos e características do esporte:

*“Um grande atleta fala da energia proporcionada pela vitamina C, o piloto de corridas recomenda a velocidade e a tecnologia do banco, os campeões de natação associam força, velocidade e superação de desafios aos serviços dos correios”* (Betti, 1998, p.80).

O apelo diário à prática de atividades físicas parece ser também um outro exemplo disso. Há um conjunto de justificativas lembrando cotidianamente de nossos compromissos com a saúde e a preservação de uma certa beleza estética.

Normalmente, a circulação dessas mensagens é associada à imagem de pessoas famosas, atletas, determinados modelos femininos e masculinos e à venda de certos produtos. Exemplos disso podemos identificar na propaganda de produtos da marca Sadia, da Revista Veja (2002). A circulação desse tipo de mensagem por meio de jornais, revistas, programas de televisão, *outdoors*, transmite conceitos de corpo, saúde e beleza como formas de sustentação de relações de poder.

**A SADIA ESTÁ DE ROUPA NOVA.  
MAS CONTINUA SAUDÁVEL COMO SEMPRE.**

W/Brasil



**Sadia**  
Com amor a vida é mais Sadia.  
[www.sadia.com.br](http://www.sadia.com.br)



No capítulo anterior, pudemos notar que os participantes da pesquisa associam o fator saúde à determinada aparência. Outro dado que chama a atenção é a preocupação que os mesmos possuem em adquirir hábitos alimentares considerados mais saudáveis:

*“Eu particularmente tenho bastante cuidado com a alimentação do meu corpo e de todas essas coisas, não só a questão de saúde, mas também a questão um pouco de estética que eu às vezes tento manter”* (Entrevistado S.).

*“(...) se é uma coisa pra tomar que é saudável, aí posso até seguir entendeu? Não pensando que vai...não achando que vai ter aquele resultado rápido que sempre eles falam que vão ter, acho que assim posso até me influenciar um pouquinho”* (Entrevistado E.).

*“É...acho que a alimentação é um dos pontos, não é difícil as pessoas que levam, por exemplo, pro lado da musculação e acaba tendo aquela alimentação assim, balanceada (...) agora as pessoas que praticam assim no dia-a-dia acho que assim, não comer muito doce, refrigerante, essas coisas que acabam prejudicando um pouco. E...não exagerar também com a questão sono, né, ficar aí...dormir pouco, tem que ter uma vida um pouco mais regulada, a questão de dormir, de se alimentar, pra poder estar praticando esporte, né”* (Entrevistado A.).

Além disso, os entrevistados E. e A. afirmaram ser consumidores de aminoácido e massa hipercalórica<sup>35</sup> e vitaminas e sais minerais, respectivamente. Como já foi mencionado, o entrevistado R. também comentou ter tomado produtos como *Mega Mass*, creatina e suplementos alimentares, que parecem ser produtos específicos para quem faz musculação, mas tais produtos não lhe fizeram bem e atualmente ele não consome nada além das refeições diárias.

---

<sup>35</sup> Esses produtos são difundidos como auxiliares no ganho de massa muscular.

*“(...) antes de mais nada, eu tomo uma massa hipercalórica só pra ter energia pra poder queimar, aí quando eu acabo, chego em casa tomo aminoácido também. Diz né, não foi nenhum médico que falou, não passei em médico, que não tem nenhuma contra-indicação desde que você não abuse muito dos aminoácidos, pode atacar o fígado esse tipo de coisa. Mas eu tomo assim, lá tem marcado de duas a quatro cápsulas pra tomar depois, eu tomo duas, eu tomo sempre a mínima. E o negócio da massa, se você tomar e não malhar você engorda, eu, como não tenho tendência a engordar e eu malho, então acho que não tem nenhum problema não” (Entrevistado E.).*

*“(...) a única coisa que eu tenho tomado é uma vitamina, aquele complemento é...vitamina e sais minerais sempre, né, é o único que eu tenho utilizado (...)” (Entrevistado A.).*

Nessas citações, podemos perceber que os entrevistados têm uma preocupação com os hábitos alimentares, e parecem seguir uma orientação sobre o que é considerado saudável ou não. Orientação essa amplamente difundida pela mídia que busca incentivar os receptores ao consumo de determinados produtos como, por exemplo, a seção “suplementos nutricionais” de Veja (2002) e a propaganda dos produtos Sadia, citados nas páginas 113 e 129, respectivamente. O interessante da seção “suplementos nutricionais” é a difusão de informações sob o respaldo científico, dando a entender que a orientação difundida é digna de confiança.

A metáfora, figura de linguagem que pode também ser caracterizada pelo uso de termos que dissimulam relações sociais, é identificada quando indivíduos ou grupos são representados como tendo certas características que, literalmente, não possuem, impondo a essas relações um sentido positivo ou negativo. O autor dá como exemplo o termo para referenciar a ex-primeira-ministra britânica, Margaret Thatcher, como “Dama-de-ferro”, *“uma metáfora que lhe conferia uma determinação sobre-humana e uma firmeza de vontade”* (Thompson, 2000, p.85).

A metáfora no meio esportivo parece ser extremamente utilizada quando aos atletas são associados os mais diversos títulos, muitos deles expressando características sobre-humanas:

*“Centrados em grandes estrelas do esporte, muitos anúncios valorizam o esforço, a superação de limites, a busca da vitória, o altius, ciltius, fortius, o atleta é a “fera”, o conquistador, o invencível, o guerreiro, o homem livre, o super-homem, o herói”* (Betti, 1998, p.80-81).

Como podemos observar, os anúncios no meio esportivo exploram as figuras de linguagem, construindo uma certa imagem do atleta e atribuindo a essa imagem um conjunto de significados.

O terceiro modo de operação da ideologia, segundo Thompson (2000), é a “unificação”. Trata-se de construções simbólicas que possuem um sentido de identidade coletiva, independentemente das diferenças e desigualdades existentes. Duas estratégias utilizadas para essa operação são a padronização e a simbolização da unidade. Normalmente, podemos notar essas estratégias utilizadas por autoridades de Estado para estabelecer uma linguagem nacional ou em símbolos nacionais como bandeiras, hinos, emblemas etc. O autor afirma que essa estratégia pode estar interligada à narrativização *“(...) na medida em que símbolos de unidade podem ser uma parte integrante da narrativa das origens que conta uma história compartilhada e projeta um destino coletivo”* (Thompson, 2000, p.86).

Em ano de Copa do Mundo de futebol, não é difícil observarmos as cores verde e amarelo espalhadas pelos quatro cantos do país; nos supermercados faz-se sorteios, promoções, trazendo ao consumidor as cores e a vitória coletiva implícita aos produtos comprados. Até mesmo candidatos à Presidência da República, em propagandas eleitorais, aproveitam o momento para falar de seus times e de sua torcida para o país.

Em *Veja* (2002), na seção “índice”, a imagem apresentada faz pensar no terceiro modo de operação da ideologia. A foto mostra pessoas de diferentes idades, sexo e etnias, no entanto, todas vestidas de branco, sorrindo, o que

## ÍNDICE

<b>C</b> ARTA AO LEITOR	6	<b>S</b> ONO	50
<b>V</b> IDA MAIS LONGA	10	<b>C</b> OSMÉTICA	52
<b>G</b> INÁSTICA	14	<b>C</b> IRURGIA PLÁSTICA	56
<b>C</b> ÉREBRO	20	<b>C</b> ABELOS	60
<b>B</b> OM HUMOR	28	<b>D</b> ENTES	62
<b>S</b> EXO	30	<b>P</b> REVENÇÃO	64
<b>A</b> LIMENTAÇÃO	34	<b>O</b> FUTURO	70
<b>S</b> UPLEMENTOS NUTRICIONAIS	42	<b>T</b> ESTE	74
<b>N</b> ATURAIS	44	<b>A</b> RTIGO	81
<b>T</b> ERAPIAS HORMONAIS	46		



parece indicar uma aparência saudável, de limpeza, trazendo a idéia de que apesar das diferenças todos podem ser saudáveis, é diferenciar para unificar.

O quarto modo trata da “fragmentação”. Relações de dominação podem ser mantidas segmentando indivíduos e grupos que possam ser um desafio real aos grupos dominantes. Estratégias típicas desse modo são a diferenciação e o expurgo do outro. Na primeira, apóia-se as características que desunem ou impedem pessoas e grupos de construir um desafio no exercício do poder. Na segunda, há a construção simbólica de um inimigo, ao qual são atribuídos adjetivos como mau, perigoso e ameaçador. Um dos exemplos dados pelo autor é a representação dos judeus e comunistas na literatura nazista na primeira década do século XX (Thompson, 2000).

O apelo aos cuidados com o corpo pode ser um exemplo desse modo de operação. Por toda parte deparamo-nos com imagens de corpos belos associadas ao atleta, à juventude, ao tipo de corte e cor de cabelos, aparência etc. Todos aqueles que não se enquadram nestes modelos são orientados ao consumo de diversos produtos embelezadores, à realização de práticas corporais, intervenções cirúrgicas, enfim, há uma série de alternativas para tornar-se belo. No entanto, a lógica é a busca constante por uma aparência aceita socialmente, levando, assim, aqueles que podem pagar por tais produtos e práticas, ao consumo dos mesmos. A maioria da população, distante dos padrões vigentes de beleza corporal, parece sofrer, declaradamente, o expurgo da minoria que lucra com essa lógica social. A matéria “Cremes que Esticam” de Veja (2002), parece ser um exemplo desse tipo de ideologia. A matéria apresenta explicações sobre as alterações que ocorrem na pele com o processo de envelhecimento, chamando a atenção principalmente para as marcas no rosto que se manifestam com o passar do tempo. Segundo as informações transmitidas, esse processo pode ser interrompido ou amenizado com o uso de cremes específicos e ou intervenção cirúrgica que é o tema da matéria seguinte intitulada “Pequenos Cortes, Grandes Mudanças”.



# CREMES

**Não há cosmético que faça milagre contra a ação do tempo. Mas os mais modernos podem adiar a cirurgia plástica**

## QUE ESTICAM

**U**ma revolução está em curso no mundo dos cosméticos. Não se via nada igual desde 1902, quando a polonesa Helena Rubinstein começou a falar em pele seca, normal e oleosa. Em sua pequena loja em Melbourn, na Austrália, ela ensinava as clientes como hidratar a pele envelhecida pelo sol com uma simples receita de família. A base de ervas, o creme Valaze marcou a criação de uma das indústrias mais poderosas do mundo, a da beleza. Um século depois, a tecnologia usada na formulação dos cremes e loções mais modernos é digna de filme de ficção científica — alguns desses produtos, inclusive, saíram dos laboratórios da Nasa. Não há cosmético que opere milagres contra a ação do tempo. Mas os cremes e loções da última geração podem, sim, adiar o paquele-estica-till das plásticas. Hidrantes de longa duração reduzem a perda de água, um dos principais fatores para o envelhecimento da pele. Filtrios solares potentíssimos reduzem o estrago causado pelos raios de sol. E, entre os produtos que têm suscitado alvoroço, estão os que empessam as multímeras uma aparência jovial quase que instantaneamente — o “efeito Cinderele”. De cada dez consumidores, oito acreditam que o dinheiro gasto com produtos de beleza é o mais bem empregado do seu orçamento pessoal. Helena Rubinstein costumava dizer: “Um mulher pode ser feliz. Bastam quinze minutos para se sentir bonita, mas a beleza é mais fácil”. A mais bela pele mais do que nunca — desde que a cifra seja analisada. Um pombo de creme pode custar de 20 reais a (poucos) quase 3 000 reais. Nas duas páginas seguintes, os arsenais disponíveis é analisado por categorias.

veja especial novembro 2002 53

**Dos 20 aos 70**  
O rosto é a maior vítima do processo de envelhecimento. As mudanças ocorrem, sobretudo, por causa de transformações nas estruturas das três camadas da pele: a epiderme (mais superficial), a derme (intermediária) e a hipoderme (mais profunda). Veja como o rosto se modifica

- RUGAS**  
O tempo faz com que as fibras de colágeno e elastina, espalhadas pelo derme, percam elasticidade. Sem suas estruturas de sustentação, a pele fica mole e flácida. Além disso, a pele fica mais fina, o que a deixa mais vulnerável ao aparecimento de rugas
- BOLSAS DE GORDURA DEBAIXO DOS OLHOS**  
Células adiposas e lípidos tendem a se acumular debaixo dos olhos. Com o peso, a pele da região cede, formando as bolsas de gordura
- BOCHECHAS**  
O avançar dos anos causa uma espécie de amolecimento das camadas de gordura da hipoderme. Aliado à perda da elasticidade da pele, esse processo faz com que as bochechas “desperquem”
- ORELHAS**  
Com a chegada da idade, as orelhas ficam mais largas e compridas. Isso se explica pela queda na produção das fibras de sustentação da pele, o colágeno e a elastina. Sem essas substâncias, as orelhas sofrem uma distensão sob a ação da gravidade
- PELOS FACIAIS**  
Os cabelos tendem a rarear e a se tornar mais frágeis. Com os anos, o crescimento dos pelos do rosto acontece o contrário. Por causa das alterações hormonais, as mulheres costumam apresentar crescimento dos pelos faciais, sobretudo no queixo. Nos homens, são principalmente as sobrancelhas que crescem
- QUEIXO**  
As alterações na produção das fibras que garantem a elasticidade da pele e as mudanças na distribuição das células de gordura são os principais fatores para o surgimento do “queixo duplo”

ESTRUM ALBERTO PIZZOLI/REDAÇÃO ALTERNATIVA

CIRURGIA PLÁSTICA

# PEQUENOS CORTES, GRANDES MUDANÇAS

**A**s cirurgias plásticas de agora lembram pouco as do passado. Elas são menos invasivas, mais seguras — e seus resultados, bem mais sutis. Desde, é claro, que você não caia nas mãos de um araqueiro. Foi-se o tempo dos rostos estufadíssimos e narizinhos arrebitados, que davam aos pacientes a aparência de um boneco. A boa plástica é aquela que, quando a operação chega a uma festa, todo mundo reparava que algo mudou, mas ninguém consegue dizer exatamente o quê. Para obterem uma aparência renovada, os médicos não se limitam a mexer na superfície do rosto do paciente. Antes, com cortes enormes, feitos de orelha a orelha, eles descolavam a pele, a esboavam e prontos: o serviço estava feito. Hoje, não. Além da repuxada tradicional, os cirurgiões trabalham os músculos da face, remodelando-os de tal forma que recuperem o tônus. E o que é melhor: as alterações são quase imperceptíveis.

Para levantar a expressão, uma das técnicas mais modernas é a videolindoscopia. Utilizado originalmente em operações gástricas e ginecológicas, o método ganhou adeptos entre os cirurgiões plásticos por apresentar riscos menores. O médico opera através de pequenas incisões na linha do cabelo, e o vídeo transmite em tempo real e continuamente as imagens das alterações e de uma intervenção minuciosa. O cirurgião, sentado em uma sala, vê o que acontece no interior do vídeo. Por enquanto, a videolindoscopia vem sendo utilizada apenas para levantar as sobrancelhas e amenizar as rugas no redor dos olhos. É preciso algum tempo a mais de experiência com a técnica para avaliar se o seu uso pode ser estendido a outras áreas do corpo.

Quem deseja efeitos mais amplos tem a opção de recorrer a artifícios como o mini-lifting, versão mais leve do lifting tradicional.

ma. A operação é indicada para feições circunscritas, que não exigem uma plástica facial mais radical. O mini-lifting é indicado em casos de flacidez, de bochechas e marcas de expressão, principalmente os sulcos ao redor da boca. Os resultados podem permanecer estampados no rosto por até uma década. O método, porém, também tem suas limitações. Não resolve, por exemplo, o excesso de pele ou a flacidez debaixo do pescoço.

Para levantar as pálpebras ou retirar bolsas de gordura, uma pequena cirurgia a laser dá conta do serviço. É possível levantar os lóbulos da orelha, distendidos pelo tempo, ou esconder os veios que tendem a aparecer no dorso das mãos, em cerca de apenas meio hora. Para amenizar os sulcos e as rugas ao redor da boca, os médicos recomendam o preenchimento com injeções de ácido hialurônico. Ele ocupa o espaço entre as células, deixando a pele lisa por até um ano (se você tiver sorte). E, como não poderia deixar de ser, a cada dia que passa são descobertos mais utilidades para o ácido hialurônico. Ele pode, para exemplo, ser usado para suavizar as rugas do colo e para a ponta do nariz. Seus efeitos duram, em média, seis meses. Mas o que é uma operação com anestesia e tudo? Nas próximas duas páginas, você encontra um resumo do que há de mais moderno em intervenções estéticas no rosto, pescoço, braços, colo e mãos.

As operações plásticas estão cada vez mais precisas. Rejuvenescem, sem alterar a fisionomia. E há até aqueles procedimentos que nem podem ser chamados de cirurgias



ARQUIVOS/ALBERTO LOBATO/GETTY IMAGES/FLUXO

**ROSTO**

**LIFTING**

Das cirurgias plásticas faciais, o lifting é a mais radical. Procurada sobretudo por mulheres ao redor dos 50 anos, a operação rejuvenesce a fisionomia e atenua as rugas do pescoço. Além de retirar o excesso de pele, ela interfere nos músculos do rosto. Com os resultados das operações atuais em nada lembram os do passado. Foi-se o tempo dos rostos esticadíssimos, com boca e olhos repuxados, que deixavam todo mundo com cara de assustado. O bom lifting é aquele que levanta a expressão, mas preserva a fisionomia. A operação consiste em incisões na linha do couro cabeludo e junto às orelhas. O cirurgião aplica a pele, repuxa os músculos flácidos e os prende com pequenos pontos cirúrgicos. As cicatrizes são discretas

**MINILIFTING**

Indicado para casos de pouca flacidez e rugas leves, o minilifting levanta a expressão, ao suavizar os vincos da parte superior do rosto (testa e região dos olhos) e os sulcos ao redor da boca. Com incisões apenas na parte de

**VALIDADE:** de 10 a 20 anos

**VIDEODISCÓPIA**

A videodiscopia é a grande novidade das plásticas faciais. Sem a pretensão de substituir o lifting ou o minilifting, a técnica consiste

em quatro pequenos incisões – duas no couro cabeludo e duas na região dos templos. Nessas cortes são introduzidas cápsulas com cápsulas e bisturis na ponta. De olho num monitor de vídeo, o médico realiza a operação.

Ela consiste na suspensão dos músculos, principalmente os da região das sobrancelhas e os localizados ao redor dos olhos. O método ainda tem de ser aprimorado sobretudo no que diz respeito ao modo de fixação da musculatura. O mais usado emprega uma cola especial, feita a partir de um composto produzido no sangue humano, a fibrina. O problema é que ela não é muito resistente. Durante um movimento mais brusco, há o perigo de o músculo desprender-se

**VALIDADE:** de 5 a 10 anos

**OLHOS**

**PALPEBRAS**

Para a retirada do excesso de pele acima dos olhos, que confere a fisionomia um ar de cansaço constante, o bisturi usado no passado foi substituído pelo laser. Enquanto corta, o laser promove a coagulação dos vasos sanguíneos – o que diminui as manchas roxas no pós-operatório. A incisão é feita entre as dobras da pálpebra superior

**VALIDADE:** 20 anos

**BOLSAS DE GORDURA**

Contra as bolsas de gordura debaixo dos olhos, também se recorre ao laser. Nesse caso, faz-se o corte na parte inferior interna da pálpebra. Como é feito na porção interna, não deixa nenhuma cicatriz.

**VALIDADE:** 20 anos

**PESEDEGALINHA**

Para dar fim aos pés-de-galinha, o recurso mais utilizado é a aplicação da toxina botulínica. Substância produzida pela bactéria causadora do botulismo, a toxina atenua as rugas, ao promover a paralisação dos músculos

**VALIDADE:** 6 meses

**ORELHAS**

A correção do lóbulos da orelha, que tende a distender-se com o avançar dos anos, é um dos procedimentos mais simples da cirurgia estética. Em meia hora, no máximo, o médico faz um pequeno corte na base do pavão e suspende o lóbulos. A cicatriz é imperceptível

**VALIDADE:** Indeterminada

**BRAÇOS**

A operação para diminuir o excesso de pele do braço é feita com o laser. Se a quantidade de pele a ser retirada for muito grande, a cicatriz é extensa. Pode ir da axila ao cotovelo. Para eliminar o excesso de gordura, utiliza-se a liposs aspiração

**VALIDADE:** Indeterminada

**MÃOS**

Para atenuar o aparecimento das veias, que desaparecem nas mãos por causa do tempo, recomendam-se exercícios de ginástica. Por intermédio de cápsulas semelhantes às que se usam na liposs aspiração, a gordura é retirada das covas ou da barriga do paciente e injetada nas mãos

**VALIDADE:** 1 ano

**BOCA**

Para eliminar as rugas ao redor da boca, utilizam-se injeções de ácido hialurônico, que ocupa o espaço entre a célula e outra e, consequentemente, alisa os sulcos. O procedimento é realizado no consultório do cirurgião e não demora mais do que uma hora

**VALIDADE:** de 6 meses a 1 ano

**BOCHECHAS**

A mais nova arma das cirurgias contra as bochechas caídas é o fio russo – o artefato é feito a partir de um produto usado na fabricação de material cirúrgico de sutura, o polene. De sete a dez fios são implantados nas bochechas do paciente por meio de injeções. Com pequenas garras espalhadas ao longo de toda a sua extensão, os fios repuxam a pele. Com isso, as bochechas são suspensas

**VALIDADE:** 4 anos

**MARIZ**

Injeções de toxina botulínica atenuam o mariz, sobrando e o papo é apenas excesso de gordura, uma liposs aspiração no local pode resolver o problema

**VALIDADE:** 6 meses

**PESCOÇO**

Tapada com a toalha botulínica parece mesmo ter 1.001 utilidades. Uma das aplicações mais recentes para a toxina está em amenuar as marcas que o tempo deixa no colo

**VALIDADE:** 20 anos

**COLO**

A toxina botulínica parece mesmo ter 1.001 utilidades. Uma das aplicações mais recentes para a toxina está em amenuar as marcas que o tempo deixa no colo

**VALIDADE:** 6 meses

O quinto e último modo de operação da ideologia é a “reificação”, a partir da qual relações de dominação podem ser estabelecidas e sustentadas pela retratação de uma situação transitória, histórica, como se essa situação fosse permanente, natural, atemporal. Nota-se nesse modo uma naturalização de fenômenos de caráter sócio-histórico, como se a sociedade fosse a-histórica. Daí as estratégias denominadas de naturalização e eternalização. Podemos notar isso nas matérias da Revista Veja citada. É transmitida a idéia de que a juventude eterna pode ser mantida por meio de produtos e da realização de práticas corporais, como se os sujeitos não tivessem uma história de vida que é marcada no próprio corpo. Um outro dado característico da reificação é o uso de vários recursos gramaticais e sintáticos, tais como a nominalização e a passivização. Na nominalização, descrições da ação e dos participantes são noticiadas com ausência de nomes. O autor dá como exemplo a frase “o banimento das importações”, ao invés de “o Primeiro-Ministro decidiu banir as importações”. A passivização é notável quando verbos são colocados na voz passiva. O exemplo dado pelo autor é quando se diz que “o sujeito está sendo investigado”, ao invés de “os policiais estão investigando o suspeito”. O uso dessas estratégias faz com que a atenção do ouvinte ou leitor seja concentrada em temas convenientes à sustentação de certa ordem de poder (Thompson, 2000).

Essas idéias vão ao encontro de algumas considerações feitas por Ribeiro (2000) sobre o uso corrente do gerúndio em nossa vida diária. Algumas frases identificadas por ele são: “vamos *estar falando* com o senhor”, “eles *estarão encontrando* tal coisa”. O autor explica que a utilização do gerúndio traz a idéia de uma ação continuada e indica uma presença intensificada, “*forma o presente da presença, o presente ao quadrado, aquele em que a ação está mesmo sendo praticada, em que as coisas de fato ocorrem*” (p.92).

Thompson (2000), por meio da descrição dos modos de operação da ideologia e das estratégias simbólicas, chama a atenção para algumas maneiras como nós podemos pensar a relação sentido-poder na vida social.

De acordo com as finalidades desse trabalho, ao pensar na relação sentido-poder referente ao corpo e às práticas corporais, podemos fazer o seguinte questionamento: como os indivíduos de nosso meio social compreendem o uso das formas simbólicas associadas ao corpo, à sexualidade, ao esporte, às práticas corporais? Todos têm acesso às formas simbólicas difundidas? Além dos exemplos já citados de B. e F. sobre como os entrevistados compreendem o esporte televisionado, o entrevistado E., ao citar a Revista Veja (2002), interpreta algumas informações sobre os cuidados com a saúde e a alimentação:

*“(Você falou assim que não é tudo que você faz (é) que a informação te traz (é), como que você faz essa divisão? De coisa que você faz e coisa que você não faz) Aquilo que tá mais acessível a mim também, tipo, eu vi lá na Veja falando que eram dez itens essenciais para alguém comer e ter uma qualidade de vida excelente, junto com os exercícios, esse tipo de coisa, ó um dos itens – salmão, eu não tenho acesso a isso, por exemplo, eu não vou comer salmão quatro vezes por semana, eu adoro salmão só que eu vou lá uma vez por mês quando sai o pagamento da firma (...)”.*

Tal matéria traz informações sobre determinados tipos de alimentos que podem ser preventivos à doenças, além de “manter o vigor da juventude” como consta na manchete da seção. É interessante como a matéria é construída. Há um tipo de racionalização que usa de uma certa visão de ciência, para dar orientações sobre os hábitos alimentares, fazendo citações de pesquisas, universidades, usando termos das ciências médicas como ácido graxo, triglicérides, colesterol, tipos de doenças etc., enfim, usando do respaldo científico para vender determinados hábitos e um conceito restrito sobre saúde.

Além disso, o mesmo entrevistado afirma ter modificado sua alimentação em decorrência da musculação:

*“(...) foi graças à musculação que eu deixei de fazer muita coisa que eu fazia (...) antes eu fazia noitada sempre, tomava, ficava chapado, mas tipo, sexta, sábado e domingo tomava muita cerveja, no calor então, principalmente, sabe, hoje não vou tomar cerveja*

# SIRVA-SE À VONTADE

Certos alimentos valem mais do que uma farmácia interna. Alguns previnem o câncer, outros protegem o coração e há os que ajudam a manter o vigor da juventude

Nos últimos anos, os cientistas vêm dedicando uma atenção especial à composição de certos alimentos. Descobriu-se que, além dos velhos conhecidos, como vitaminas e minerais, muitos vegetais contêm substâncias classificadas sob o nome geral de fitoquímicos. Eles são importantes porque ajudam a prevenir doenças cardíacas e até determinados tipos de câncer. Algumas servem, ainda, para massagear o ego: mantêm o peso sob controle e evitam rugas precoces. O dado curioso é que, não importa seu alcance, só funcionam se ingeridas sob forma natural, em frutas, legumes e verduras.

Quando sintetizadas em cápsulas, não servem para quase nada. A explicação é que os benéficos desusos substâncias são resultado de sua interação com as vitaminas e os minerais do alimento do qual fazem

parte, ou então da combinação com nutrientes presentes em outros pratos. Daí a importância de uma dieta variada. Mais de uma centena de fitoquímicos já foi catalogada. Em geral, eles são responsáveis pelas características mais marcantes dos alimentos. É o caso do licopeno, pigmento que dá a cor vermelha ao tomate; e da allicina, que faz com que o alho tenha um cheiro tão forte. Nas sete páginas a seguir, há oito fichas de alimentos essenciais para a manutenção de uma boa saúde. Os sete do reino vegetal — chá verde, alho, castanha-do-pará, tomate, aveia, soja e erva vermelha — apresentam fitoquímicos cujas vantagens foram comprovadas há menos de cinco anos.

## CHÁ VERDE

Estudos realizados em importantes centros de pesquisa dos Estados Unidos e da Europa mostram que a bebida é uma aliada poderosíssima da boa saúde. Extraído da mesma planta de onde se tira o chá preto, a *Camellia sinensis*, o chá verde tem altas concentrações de antioxidantes, substâncias que atuam contra o envelhecimento precoce. Pesquisas feitas na Universidade Harvard, nos Estados Unidos, indicam que o poder antioxidante do chá verde é muito superior ao das vitaminas C e E. Os médicos incluíram seu consumo habitual entre as medidas de prevenção de tumores malignos de boca, pulmão, estômago e mama. Isso porque substâncias como as catequinas e os bioflavonóides são capazes de impedir alterações no DNA das células, o primeiro passo para o desenvolvimento de um câncer. O chá verde ainda se revelou eficaz na prevenção de doenças cardíacas e derrames. Seus compostos reforçam as veias e artérias, diminuem as taxas de colesterol ruim circulante no sangue e bloqueiam o acúmulo de gordura na parede dos vasos sanguíneos.

Recentemente, atribuiu-se outra propriedade ao chá verde: a de ser um aliado na luta contra a balança. Um trabalho publicado no *American Journal of Clinical Nutrition*, revista da Sociedade Americana de Nutrição, acompanhou dois grupos em dieta de emagrecimento. A um deles, além de alimentação balanceada e pouco calórica, recomendou-se a ingestão de seis a oito xícaras de chá verde por dia. Ao final do estudo, esses pacientes haviam perdido 4% a mais de gordura do que aqueles que não consumiram a bebida.

A explicação é que o chá verde acelera bastante o metabolismo, o que faz com que seja contraindicado para pacientes com problemas cardíacos.



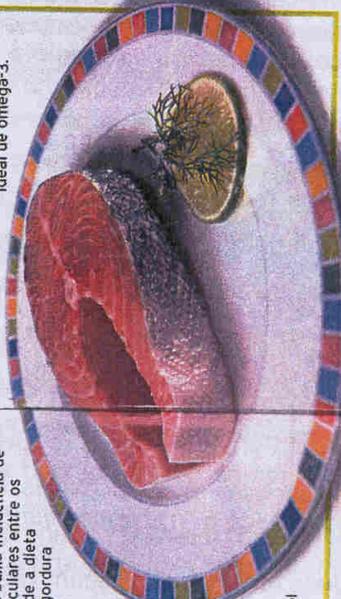


## AVEIA

Há fibras de dois tipos: as solúveis e as insolúveis. As primeiras atuam no intestino delgado, onde ocorre a absorção dos alimentos. As insolúveis agem no intestino grosso, área de formação dos dejetos. As fibras solúveis, constatou-se, ajudam a conter um dos principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares: o colesterol alto. E poucos alimentos são tão ricos nesse tipo de fibra quanto a aveia. Tão ricos nesse tipo em flocos contêm 9 gramas de fibras solúveis contra os 5 gramas presentes na mesma quantidade de pão integral. Quatro colheres de sopa por dia de aveia misturadas a iogurte ou a cereal, conforme o gosto da pessoa) são indicadas para quem precisa baixar os níveis de colesterol ruim, o LDL.

## SALMÃO

Graças aos esquimós da Groenlândia, o salmão entrou para o cardápio da boa saúde. Tudo começou na década de 70, quando pesquisadores americanos esmiuçaram a dieta dessa população. Um fato os intrigava: a baixa incidência de doenças cardiovasculares entre os esquimós, apesar de a dieta deles ser rica em gordura animal. A resposta estava num tipo especial de gordura, abundante em peixes de águas profundas: o ácido graxo ômega-3. Essa substância previne infartos e derrames, ao baixar os níveis de triglicérides e de LDL, o colesterol



ruim. Preserva o cérebro das doenças da velhice, como o mal de Alzheimer, ao proteger a membrana das células cerebrais. Descobriu-se também que o ômega-3 ajuda a melhorar a qualidade da vida sexual, ao estimular a produção de hormônios ligados ao desejo e ao prazer. Um filé de salmão, duas a três vezes por semana, contém a quantidade ideal de ômega-3.

## Barras de cereais

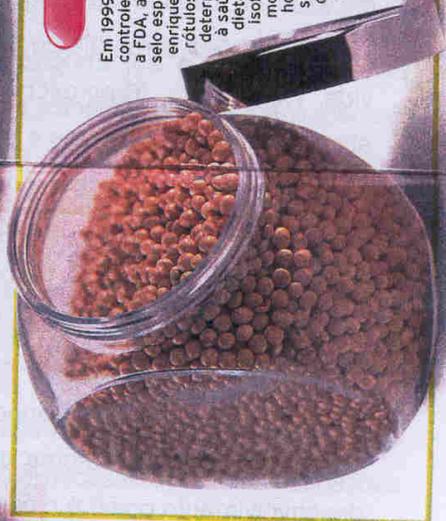
As barras de cereais estão na moda. Criadas para atender às necessidades de esportistas, como forma de repor rapidamente a energia gasta em atividades físicas intensas, elas logo caíram no gosto popular. Os nutricionistas aprovam seu consumo, mas recomendam que não se coma uma montanha delas imediatamente antes ou logo depois da prática de exercícios. O motivo é que as fibras dificultam a absorção de água pelo organismo, o que pode provocar desidratação. Fáceis de encontrar e de carregar, uma alternativa para os lanches da manhã ou da tarde. Só não é bom fazer da substituição um hábito: comparando-as com as frutas, elas têm menos vitaminas e sais minerais. Boa parte das calorias das barras de cereais vem sob a forma de carboidratos, a grande fonte de energia do corpo humano. Ainda assim, são menos engordativas do que uma barra de chocolate diet. Adoçadas, elas são indicadas para as mulheres que, em época de tensão pré-menstrual, são acometidas por uma incontrolável fome de doces, em especial de chocolate. Nesse caso, elas satisfazem o desejo e, por causa das fibras, aumentam a sensação de saciedade.

DIETAS E CRIATIVIDADE STAVISKI



## SOJA

Em 1999, a agência americana para controle de alimentos e remédios, a FDA, aprovou a criação de um selo especial para produtos enriquecidos com soja. Nos rótulos, está escrito que aquele determinado alimento faz bem à saúde. E como! Comum na dieta oriental, a soja é rica em isoflavonas. Com estrutura molecular semelhante à do hormônio estrogênio, essas substâncias previnem doenças do coração e alguns tipos de câncer. Recomendado-se o consumo de 25 gramas do grão por dia, o equivalente a uma xícara de chá.



*(...) não tinha hábito de comer muita fruta, muitas pessoas falam que é frescura. Não tinha vontade de comer verdura, fruta, comer coisa saudável, eu não tinha essa preocupação assim. Bom, se eu começar a cuidar do meu corpo, da minha saúde, agora, daqui a uns vinte anos, trinta anos, vou estar com uma saúde bem melhor do que se eu tivesse continuado...ah também, eu te falei também, eu fumava também (...) em janeiro, quando comecei correr, cortei cerveja, cortei cigarro, fumava só um pouquinho, mudei minha alimentação, comecei a comer frutas todo dia, verdura todo dia, carne vermelha não comer muito (...)*  
(Entrevistado E.).

Como podemos observar, os modos de operação da mídia parecem ser eficazes na difusão de práticas corporais, hábitos alimentares, conceitos sobre saúde, padrões corporais de beleza levando seus receptores à mudanças em sua vida. No entanto, Thompson (2000) afirma que as influências da mídia podem atingir múltiplos receptores e estão suscetíveis a diferentes interpretações. Essa é uma discussão que remete à necessidade de alguns esclarecimentos.

Segundo Thompson (2000), temos de ter cuidado ao utilizarmos o termo “comunicação de massa”, termo atribuído a “*(...) um conjunto amplo de instituições e produtos da mídia (...)*” (p.287). O autor explica que a expressão “massa” está relacionada à idéia de que os produtos da mídia são acessíveis a audiências relativamente amplas. Segundo o mesmo autor, isso é adequado dizer ao nos referirmos a alguns setores da indústria da mídia e em alguns estágios de seu desenvolvimento como é o caso da circulação massiva da imprensa e das grandes redes de televisão. Alguns exemplos que não fazem parte dessa idéia de massificação são notáveis em certos setores da mídia como editoras de livros e revistas, caracterizadas por uma audiência relativamente pequena e especializada.

Um outro ponto levantado pelo autor é com relação ao número de pessoas que estão recebendo os produtos da mídia. Ao invés de compreendermos o termo “massa” em seu sentido estritamente quantitativo, esse termo sugere disponibilidade a uma pluralidade de receptores. O autor também afirma ser enganadora a idéia de que “*(...) as audiências são como amontoados inertes e*

*indiferenciados*” (p.287). Ao contrário disso, ele valoriza o receptor, dizendo que *“tal percepção obscurece o fato de que as mensagens transmitidas pelas indústrias da mídia são recebidas por pessoas específicas, situadas em contextos sócio-históricos específicos”* (p.287).

Ao pensarmos em beleza corporal, saúde e práticas corporais como produtos da mídia, podemos considerar que os indivíduos podem atribuir outros significados com relação ao corpo, diferentes daqueles da mídia, apesar de ocorrer forte apelo a esses temas.

Mas não somente o termo “massa” merece esclarecimentos. Thompson (2000) propõe que ao termo “comunicação” também sejam feitas algumas considerações, pois os tipos de comunicação da mídia são totalmente diferentes daqueles presentes na conversação do dia-a-dia.

Primeiramente, uma das diferenciações importantes é com relação ao transmissor-receptor. Na comunicação de massa a transmissão das mensagens é, geralmente, *“(...) uma transmissão de mensagens de mão única, do transmissor para o receptor”* (p.288), diferentemente da conversação do dia-a-dia, em que o mesmo sujeito que escuta também responde. Devido a essa diferença, o autor acredita ser mais apropriado falar em “transmissão” ou “difusão” ao nos referirmos à mídia, ao invés de comunicação. Embora ele veja a possibilidade de escolha dos receptores ao consumirem os produtos da mídia e um aumento da capacidade interativa da televisão com novos desenvolvimentos tecnológicos, ele questiona o quanto isso se concretizará na realidade, havendo a necessidade de investigações para tal afirmação.

Com base nos estudos do autor em questão, podemos discutir algumas características da comunicação de massa.

A primeira característica da comunicação de massa trata da produção e difusão institucionalizadas de bens simbólicos. Há uma produção de bens simbólicos “em larga escala” e a difusão generalizada destes bens, isso porque ocorre um processo de fixação e reprodução das formas simbólicas em meios técnicos, levando-as a ganhar certa valorização econômica e a serem

conseqüentemente mercantilizadas. Com isso, passam a ser objetos para venda ou serviços pagos ou ainda como meio para venda de outros objetos e serviços.

A segunda característica da comunicação de massa é que ela *“institui uma ruptura fundamental entre a produção e a recepção de bens simbólicos”* (Thompson, 2000, p.289). O autor afirma que os bens produzidos para os receptores são mediados pelos meios técnicos em que estão fixados e transmitidos. Isso implica restrição na influência e intervenção do receptor nesse processo de produção ou difusão.

A terceira característica é o fato de que a comunicação de massa *“aumenta a acessibilidade das formas simbólicas no tempo e no espaço”* (Thompson, 2000, p.290). O autor diz que essa característica não é específica da comunicação de massa, mas em todas as formas de transmissão cultural há um certo distanciamento espaço-temporal. A particularidade é que com os meios de comunicação de massa, há um alto grau de distanciamento espaço-temporal, principalmente com o desenvolvimento das telecomunicações, através de uma rede de transmissores terrestres ou por satélite. Segundo Thompson (2000), isso também inclui as formas simbólicas fixadas em meio relativamente durável, como papel, filme fotográfico ou fita eletromagnética. Um outro fator relevante são as condições em que as formas simbólicas são recebidas e consumidas. Como há essa ruptura entre produção e recepção, esse distanciamento vai depender das práticas sociais e das condições técnicas de recepção (Thompson, 2000).

É importante relacionarmos isso à difusão dos esportes ou das práticas corporais de uma maneira geral. Como diferentes grupos sociais recebem essas formas simbólicas? Quais são os meios técnicos para essa difusão em regiões de restrito acesso tecnológico?

A quarta e última características dos meios de comunicação de massa é, segundo Thompson (2000), *“(...) a circulação pública das formas simbólicas”* (p. 291). Com essa característica o autor chama a atenção para a pluralidade de receptores para os quais os produtos de comunicação de massa são produzidos, levando em consideração a diferenciação feita, anteriormente, aos tipos de comunicação. O autor faz um parênteses à capacidade de abrangência dos meios

de comunicação - sempre serão limitados pelas condições sócio-históricas de produção, transmissão e recepção. Assim, podemos pensar que, apesar das inovações tecnológicas das telecomunicações, as condições vividas pelos receptores serão determinantes ao acesso de tais bens simbólicos e ao seu consumo.

Nesse capítulo, fizemos alguns esclarecimentos a respeito do fenômeno “comunicação de massa”, além disso, nossa discussão foi no sentido de apresentar, de maneira contextualizada, as progressivas transformações ocorridas em tais meios, sobretudo, a partir do século XIX, o que implica mudanças nas ações e interações do sujeito contemporâneo. Procuramos olhar para esse processo considerando a visibilidade do corpo e das práticas corporais na cultura moderna, interpretando a maneira como os participantes da pesquisa compreendem as influências da mídia em relação às práticas corporais e analisando algumas matérias da Revista Veja (2002).

## Considerações Finais

Este trabalho objetivou a análise dos significados que praticantes de musculação atribuem às práticas corporais e a maneira como os mesmos compreendem as influências da mídia. Isso foi possível com a realização de um estudo qualitativo que permitiu identificar e interpretar a lógica que orienta sete praticantes de musculação, freqüentadores do Parque Portugal, em Campinas, SP.

No presente estudo, foram feitos aprofundamentos na maneira como as práticas corporais são difundidas pela mídia, e como sujeitos que vivem em um meio cultural específico interagem com as influências da mesma. Os meios de informação são elementos fundamentais na difusão de uma cultura de consumo que envolve a busca por determinados modelos corporais de beleza. Essa discussão possibilitou compreender melhor os significados que os entrevistados atribuem às práticas corporais que realizam no parque e a maneira como os mesmos entendem as influências do meio em que vivem.

Ao término das análises chegou-se à conclusão que, dos significados atribuídos à musculação, a preocupação com a beleza corporal e a saúde foram unânimes. Os praticantes de musculação apresentaram um entendimento sobre a questão saúde associada à aparência física, além de relacionarem qualidade de vida, saúde e bem-estar. O padrão corporal de beleza masculina citado pela maioria foi o de corpo sem excesso de músculos. Esses dados sugerem as fortes influências da mídia, considerando a constante difusão de modelos de beleza e de um conceito de saúde restrito, incentivando os sujeitos ao consumo de produtos e práticas corporais.

Um outro dado tratado e revelado pelos entrevistados foi a necessidade de respaldo científico para a realização de sua prática. Em vários momentos os participantes da pesquisa fizeram uma comparação entre o parque e a academia de ginástica. Para a maioria, a academia seria um local mais adequado para a prática da musculação. A justificativa deles é que, na academia, teriam a orientação de um profissional especializado no assunto, além de melhor estrutura

física, incluindo aparelhos, pesos, equipamentos de maneira geral. Esses dados parecem fazer parte das influências de uma visão hegemônica de ciência que, ao ser multiplicada pelos mecanismos da mídia, orienta os sujeitos na maneira como realizar suas práticas corporais e como obter hábitos saudáveis para a vida.

Ao considerarmos alguns fatores do atual momento de vida dos participantes da pesquisa, pudemos perceber que os sete entrevistados diferenciam-se entre si pela história de vida, situação sócio-econômica, pelas práticas que realizam no parque, pela maneira como organizam os exercícios de musculação e o conjunto de significados que atribuem às práticas que optaram. Além disso, todos estão passando por momentos de mudança na vida tais como: carreira profissional, busca por melhores condições de vida e investimento nos estudos, pelo fator idade ou por algum acontecimento que ocasionou mudanças na vida como o caso citado de uma separação conjugal recente. A escolha pela musculação parece relacionada ao fato desses sujeitos estarem construindo seus papéis sociais e, na concepção dos mesmos, a musculação, dentre outras práticas que realizam no parque, contribui para mudanças no corpo, o que parece ser um fator necessário para afirmação de seus papéis na vida social.

O fato dos entrevistados compreenderem o propósito da mídia na difusão de padrões corporais de beleza e de produtos associados às práticas corporais pareceu não ser suficiente para se distanciarem de tais influências. Os sentidos que eles atribuem à musculação sustentam uma ordem de poder simbólico por parte da instituição mídia que difunde um conjunto de significados associados às práticas corporais, envolvendo a questão da beleza, saúde e respaldo científico, utilizando mecanismos eficazes para isso.

O contato direto com o grupo pesquisado foi fundamental para que pudéssemos desenvolver os temas tratados e para a compreensão sobre a maneira como as informações transmitidas pela mídia são recebidas e interpretadas por sujeitos que vivem em um contexto cultural específico. Os sete participantes da pesquisa, ao relatarem os significados que atribuem à sua prática, possibilitaram a discussão sobre temas como beleza corporal, saúde, questão pública, influências de uma visão hegemônica de ciência, mecanismos utilizados

pela mídia, enfim, por meio deles foi possível analisar os significados atribuídos à musculação e compreender como esses temas se inter-relacionam com as influências dos meios de informação, ou seja, eles foram os interlocutores nas discussões apresentadas.

Os mecanismos dos meios de informação sugerem a necessidade de desconstrução das estruturas significantes e de interpretação crítica das mesmas. A partir da descrição dos modos de operação da ideologia citados por John B. Thompson, foi possível analisar matérias da edição especial da Revista Veja (2002). A publicação de tal edição coincidiu com a época da realização da pesquisa, sendo citada por um dos entrevistados. O propósito da análise foi apresentar exemplos dos mecanismos da mídia e da maneira como as formas simbólicas são transmitidas pelos meios de informação.

Por serem suscetíveis a diferentes interpretações, as informações transmitidas pela mídia podem ser lidas de maneira crítica. Os múltiplos indivíduos receptores podem questionar as informações recebidas, contrapondo-se à lógica do mercado e do consumo, e fazendo outras escolhas na vida, diferentes daquelas propostas pela mídia. Portanto, não acreditamos que os sujeitos irão sempre reproduzir os valores predominantes no meio em que vivem, o que confirmaria a concepção de ideologia como cimento social. Nesse sentido, reconhecemos o papel fundamental da educação.

Cabe aqui lembrarmos a importância dos profissionais de Educação Física e da necessidade de uma atuação que considere os significados atribuídos ao corpo e às práticas corporais, construídos culturalmente. Esses profissionais, mediadores que são de valores e conceitos, poderão propor outras maneiras de se pensar o corpo, a saúde, a beleza, instigando seus alunos a uma leitura crítica das informações transmitidas pela mídia. Para isso, é fundamental uma formação que proporcione aos futuros professores a compreensão da dinâmica das relações sociais e as determinações culturais.

Espera-se que a discussão sobre os temas tratados não se esgote no que foi apresentado, mas que outros estudos possam dar continuidade às reflexões aqui feitas, uma vez que as influências culturais são produzidas constantemente, e

em outras épocas, grupos ou sociedades, diferentes significados podem ser atribuídos às práticas corporais, tal como outras interpretações podem ser feitas a respeito das informações transmitidas pela mídia.

## Referências Bibliográficas

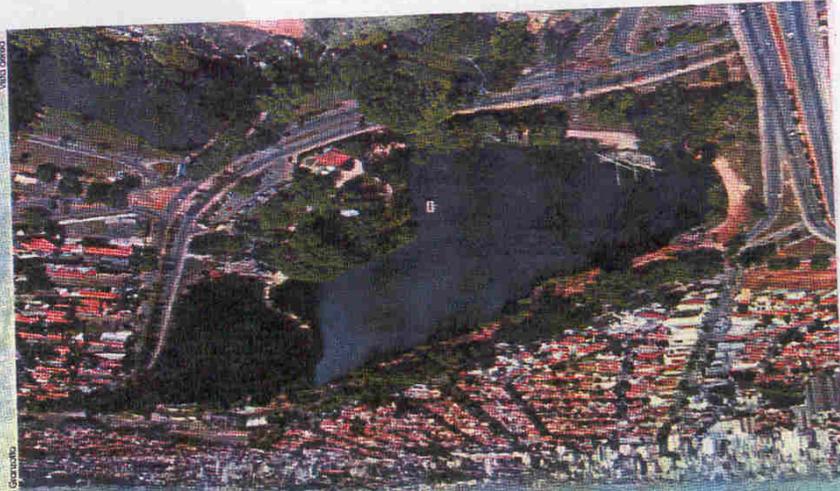
- ADORNO, T. W. A indústria cultural. In: COHN, G. (org). *Theodor W. Adorno: Sociologia*. São Paulo: Ática. Grandes Cientistas Sociais, 54. 1986.
- AMARAL, S. C. F. A. As mensagens sobre corpo e atividade física: um estudo descritivo sobre as mensagens veiculadas pela televisão e o discurso de praticantes de atividades físicas. In: CARVALHO, S. & HATJE, M. (org.). *Revista Comunicação, movimento e mídia na educação física*, Santa Maria: UFSM, v.4, p.51-62, 1998.
- ANDRÉ, M.E.D.A. de. *Etnografia da prática escolar*. Campinas: Papirus, 1995.
- ARANTES, P. E. (consultoria). Vida e obra. In: ADORNO, T. W. Coleção Os Pensadores. São Paulo: Nova Cultural, 1996.
- BELLONI, M. L. *O que é mídia-educação*. Campinas: Autores Associados, 2001. (Coleção polêmicas do nosso tempo; 78).
- BETTI, M. *A janela de vidro: esporte, televisão e educação física*. Campinas: Papirus, 1998.
- BUCHALLA, A. P. Receita para entrar em forma rápido. *Revista Veja*, São Paulo, n.47, p.126-133, nov/28, 2001.
- CARVALHO, Y. M. de. *O “mito” da atividade física e saúde*. 3ed. São Paulo: Hucitec, 2001a.
- \_\_\_\_\_. Atividade física e saúde: onde está e quem é o “sujeito” da relação?. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.22, n.2, p.9-21, 2001b.
- COHN, G. (org.). Adorno e a teoria crítica da sociedade. In: COHN, G. (org.) *Theodor W. Adorno*. Coleção Grandes Cientistas Sociais, 54. São Paulo: Ática, 1986.
- COURTINE, J-J. Os stakhanovistas no narcismo: body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In: SANT’ANNA, D. B. de (org). *Políticas do corpo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.
- DAOLIO, J. *Da cultura do corpo*. Campinas: Papirus, 1995.
- \_\_\_\_\_. *Cultura: educação física e futebol*. Campinas: Editora da UNICAMP, 1997.

- DURHAM, E.R. Cultura e ideologia. *Dados*, v.27, n.1, p.71-89, 1984.
- DUROZOI, G. & ROUSSEL, A. *Dicionário de filosofia*. Campinas: Papyrus, 1993.
- FEATHERSTONE, M. O curso da vida: corpo, cultura e o imaginário no processo de envelhecimento. In: DEBERT, G. G. (org.) *Antropologia e velhice*. Campinas: Unicamp, 1994.
- \_\_\_\_\_. *Cultura de consumo e pós-modernismo*. São Paulo: Studio Nobel, 1995.
- FRAGA, A. B. *Corpo, identidade e bom-mocismo: cotidiano de uma adolescência bem-comportada*. Belo Horizonte: Autêntica, 2000.
- \_\_\_\_\_. Anatomias emergentes e o *bug* muscular: pedagogias do corpo no limiar do século XXI. In: SOARES, C. L. (org.) *Corpo e História*. Campinas: Autores Associados, 2001.
- GEERTZ, C. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1989.
- IBGE. Indicadores sociais mínimos: educação e condições de vida. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br>>. Acesso em: 22 de abril. 2003.
- KOFES, S. E sobre o corpo, não é o próprio corpo que fala? Ou o discurso desse corpo sobre o qual se fala. In: BRUHNS, H. T. (org.) *Conversando sobre o corpo*. 4 ed. Campinas: Papyrus, 1991.
- LOPES DA SILVA, C. *Análise do significado das práticas corporais para profissionais atuantes em academias de ginástica*. Relatório final de iniciação científica, SAE/UNICAMP, Campinas, 2001.
- MAISONNEUVE, J., SCHWEITZER, M. *Modelos del cuerpo y psicologia estetica*. 1 ed. Buenos Aires: Paidós, 1984.
- MAUSS, M. *Sociologia e antropologia*. São Paulo: EPU/Edusp, 1974. 2 vol.
- MARX, K. O trabalho alienado. In: OLIVEIRA, P. S. de. (org.) *Metodologia das ciências humanas*. 2 ed. São Paulo: Hucitec, 2001.
- MELO, C. K. de. *A malhação do lazer...ou seria a malhação no lazer?: uma análise sobre a multidimensionalidade da cultura expressa através dos corpos nas academias*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Educação Física, UNICAMP, Campinas, 1997.

- OLIVIER, G. G. de F. *Imagens de beleza: o dilema de páris*. Tese de doutorado, Faculdade de Educação Física, UNICAMP, Campinas, 1999.
- PINKE, M. H. T. V. *Mídias e motivações de freqüentadores de academias: uma relação possível?*. Monografia de conclusão de curso, Educação Física, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), Bauru, 2001.
- RIBEIRO, R. J. *A sociedade contra o social: o alto custo da vida pública no Brasil*. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.
- RODRIGUES, J. C. *Tabu do corpo*. Rio de Janeiro: Achiamé, 1975.
- \_\_\_\_\_ O corpo liberado? In: STROZENBERG, I. (org). *De corpo e alma*. Rio de Janeiro: Comunicação Contemporânea, 1987.
- SENNETT, R. *O declínio do homem público: as tiranias da intimidade*. São Paulo: Companhia das Letras, 1988.
- SILVA, A. M. Elementos para compreender a modernidade do corpo numa sociedade racional. In: *Cadernos Cedes 48 Corpo e Educação*. 2ed. Campinas: CEDES, 2000.
- \_\_\_\_\_ *Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestão de um novo arquétipo da felicidade*. Campinas: Autores Associados: Florianópolis: Editora da UFSC, 2001.
- SOARES, C. L. Corpo, conhecimento e educação: notas esparsas. In: SOARES, C. L. (org.). *Corpo e História*. Campinas: Autores Associados, 2001.
- THOMPSON, J. R. *Ideologia e cultura moderna: teoria social crítica na era dos meios de comunicação de massa*. 5ed. Petrópolis: Vozes, 2000.
- \_\_\_\_\_ *A mídia e a modernidade: uma teoria social da mídia*. 4ed. Petrópolis: Vozes, 1998.
- VEJA EDIÇÃO ESPECIAL. *Saúde*, São Paulo, n.20, 82p., nov/35, 2002.

# Anexo 1

# Parque Portugal



Proj. Álvaro Siza

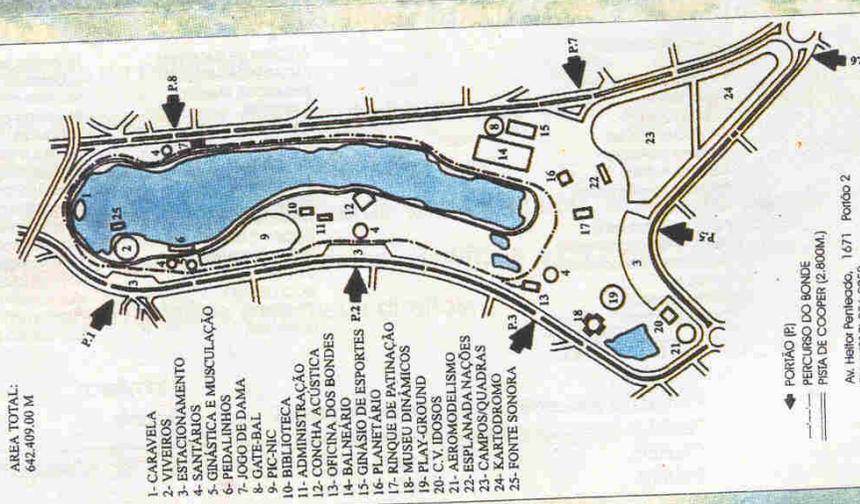


**Parque Portugal**  
Departamento de Parques e Jardins

Apoio: IPPAMA (Instituto de Proteção e Preservação do Meio Ambiente) e Biblioteca Ecológica

**WIZARD**

*Inglês com Liderança*



AREA TOTAL:  
642.409,00 M

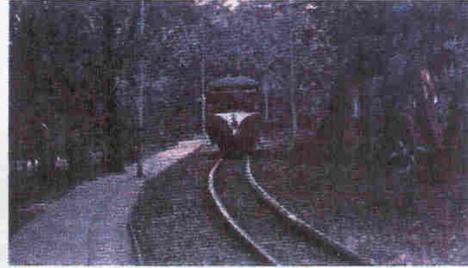
- 1- CARAVELA
- 2- VIVEROS
- 3- ESTACIONAMENTO
- 4- SANTÁRIOS
- 5- GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO
- 6- PEDALINHOS
- 7- JOGO DE DAMA
- 8- GATE-BAL
- 9- PIC-NIC
- 10- BIBLIOTECA
- 11- ADMINISTRAÇÃO
- 12- CONCHA ACÚSTICA
- 13- OFICINA DOS BONDES
- 14- BALNEÁRIO
- 15- GINÁSIO DE ESPORTES
- 16- PLANETÁRIO
- 17- KINQUE DE FITAÇÃO
- 18- MUSEU DE FANTASMAS
- 19- FLORÍCULOS
- 20- AEROMODELISMO
- 21- ESPLANADA NAÇÕES
- 22- CAMPOS/QUADRAS
- 23- KARTEODROMO
- 24- FONTE SONORA

◀ PORTÃO (P)  
 PERCURSO DO BONDE  
 (PISIA DE COOPER (2.800M))  
 Av. Heitor Pennabeco, 1671 Portão 2  
 Fone (019) 256-9959

A área onde hoje se localiza o Parque Portugal, foi doada por Joaquim Bento Alves de Lima, proprietário da Fazenda Taquaral. Esta fazenda pertenceu ao fundador de Campinas, Francisco Barreto Leme.

Em 1950, o local passou a ser denominado oficialmente, Parque Portugal, e a lagoa nele existente conhecida como Lagoa do Taquaral, recebeu o nome de Isaura Telles Alves de Lima.

Entretanto foi no dia 5 de Novembro de 1972, que o Parque Portugal foi inaugurado, passando a oferecer aos visitantes, pistas de cooper, kart e aero modelismo, quadras poli - esportivas, piscinas, passeios de bonde, áreas de pic-nic, pesca, playgrounds, bem como espaços científicos e culturais.



Bondinho histórico



Uma vista da lagoa

Uma das atrações é uma réplica da Caravela de Pedro Álvares Cabral, chamada Anunciação, e um auditório, o Auditório Beethoven, inaugurado em 1976, popularmente chamado concha acústica, e que se destina à apresentação de espetáculos ao ar livre.

O Parque possui ainda uma Biblioteca Ecológica Dr. Otávio Tisselli Filho que contribui para a conscientização e preservação do meio ambiente.

Além do acervo, este espaço tem por finalidade promover eventos, palestras, fóruns e debates sobre assuntos relacionados ao meio ambiente.

The area where today Parque Portugal is located, was donated by Joaquim Bento Alves de Lima, owner of Fazenda Taquaral which belonged to the founder of Campinas, Francisco Barreto Leme.

After 1950, the local was officially denominated, Parque Portugal, and the lake known as Lagoa do Taquaral, was named after Isaura Telles Alves of Lima.

However, on November 5, 1972, Parque Portugal was inaugurated, offering the visitors, cooper tracks, kart and aero modelism, sporting areas, pools, street car rides, pic-nic areas, fishing areas, play grounds, as well as scientific and cultural sites



Lazer na lagoa

One of the attractions is a copy of Pedro Álvares Cabral's Caravel, called "Anunciação" and an auditorium, the "Auditório Beethoven", inaugurated in 1976, popularly called "Concha Acústica", destined to outdoor show presentation.

The Park has an Ecological Library "Biblioteca Dr. Otávio Tisselli Filho" which contributes to the conscientization on environment preservation.

Moreover, this space has the purpose of promoting events, lectures, forums and debates on subjects related to the environment.



Concha acústica

## Algumas Espécies Arbóreas do Parque Portugal

PAU-FERRO	-	Caesalpinia ferrea	ALECRIM DE CAMPINAS	-	Holocalyx balansae
PAINEIRA	-	Charisia sp	JACARANDÁ MIMOSO	-	Jacarandá mimosaefolia
ABRICO DE MACACO	-	Couratipa guyanensis	MAGNÓLIA AMARELA	-	Michelia champaca
EUCALIPTO	-	Eucalyptus sp	CABREÚVA	-	Myroxylon peruliferum
CHUVA DE OURO	-	Cassia fistula	AROEIRA PIMENTEIRA	-	Schinus sp
ASTRAPÉIA ROSA	-	Dombeya filicea	CHORÃO MEXICANO	-	Schinus molle
ERTRINA CANDELABRO	-	Erythrina speciosa	IPÊ ROXO	-	Tabebuia heptaphylla
FALSA MURTA	-	Murraya exóptica	IPÊ AMARELO	-	Tabebuia chrysotricha
IPÊ ROSA	-	Tabebuia avellanedae	IPÊ BRANCO	-	Tabebuia roseo alba
PATA DE VACA	-	Bauhinia sp	QUARESMEIRA	-	Tibouchina sp
ANGICO BRANCO	-	Piptadenia colubrina	AÇOITA CAVALO	-	Luehea divaricata
PERNA DE MOÇA	-	Brachychiton populneum	PEITO DE POMBA	-	Tabebuia guianensis
SIBIPURUNA	-	Caesalpinia peltopharoides	UVA JAPONESA	-	Hovenia dulcis
CASSIA CARNAVAL	-	Cassia sp	BICO DE PATO	-	Machaetum aculeatum
CASSIA EXCELSA	-	Cassia excelsa	TAMAREIRA	-	Phoenix canariensis
MANDUIRANA	-	Cassia speciosa	GUARANTÁ	-	Esmbeckia lelocarpa

## FAUNA DO PARQUE PORTUGAL

### Aves em Liberdade

Garcinha	Andorinha Americana
Garça Branca	Pardal
Pomba Doméstica	Corruira
Biguá	Rolinha
Martim pescador	Sabiá laranjeira
Sebinho	Tico - tico

Pomba doméstica  
Pomba do mato  
Bem te vi  
Bico de lacre

### Mamíferos

Gambás

### Roedores

Capivaras

## Anexo 2

### Termo de consentimento para a pesquisa

Eu, \_\_\_\_\_, participarei da entrevista que terá a finalidade de obter dados para a conclusão da pesquisa de mestrado “A “mediação” das práticas corporais: significados da beleza corporal para praticantes de atividades físicas”, realizada por Cinthia Lopes da Silva, mestranda em Educação Física pela UNICAMP.

Estou ciente de que a referida pesquisa têm o objetivo de analisar o processo de construção do corpo belo que envolve praticantes de atividades físicas. A pesquisadora buscará identificar quais são as influências da mídia na prática das atividades físicas, qual a imagem do corpo belo que os praticantes possuem e o conjunto de significados que atribuem a essa imagem. Para a coleta dos dados, serei entrevistado (a) e questionado quanto ao meu histórico sobre atividade física, o meu histórico sobre hábitos diários voltados a informação geral, além de ser questionado sobre conceitos de corpo, saúde e beleza.

Estou ciente de que:

- 1- Terei a garantia de esclarecimentos, antes e durante a pesquisa;
- 2- Poderei recusar-me a participar ou retirar meu consentimento em qualquer fase da pesquisa sem penalização alguma e sem prejuízos ao meu cuidado;
- 3- Terei garantia de sigilo que assegure a minha privacidade quanto aos dados coletados na pesquisa;
- 4- Terei a garantia de que os dados obtidos serão utilizados para se atingir o objetivo previsto na pesquisa;
- 5- Os resultados da pesquisa serão tornados públicos através de publicações em encontros científicos, periódicos científicos e/ou livros, respeitando-se sempre a minha privacidade e os meus direitos;

---

(Participante da Pesquisa)

## Anexo 3

### Declaração de responsabilidade da pesquisadora responsável

Eu, Cinthia Lopes da Silva, responsável pela pesquisa denominada “A “mediação” das práticas corporais: significados da beleza corporal para praticantes de atividades físicas”, declaro que:

- 1- assumo o compromisso de zelar pela privacidade e pelo sigilo das informações, que serão obtidas e utilizadas para o desenvolvimento da pesquisa;
- 2- as informações obtidas no desenvolvimento deste trabalho serão utilizadas unicamente para se atingir o objetivo previsto na pesquisa;
- 3- não há qualquer acordo restritivo à divulgação pública dos resultados;
- 4- os resultados da pesquisa serão tornados públicos através de publicações em encontros científicos, periódicos científicos e/ou livros, respeitando-se sempre a privacidade e os direitos individuais dos sujeitos da pesquisa;

Campinas, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 200\_\_

---

Cinthia Lopes da Silva

---

Prof. Dr. Jocimar Daolio (orientador)

---

Roberto Paes (Diretor FEF/UNICAMP)

## Anexo 4

### Entrevistado R.

Nesse dia, foi possível acompanhar R. na musculação. Fomos conversando entre um exercício e outro. Em seguida, fomos para a área do piquenique realizar a entrevista formal.

– Então R., qual o significado da musculação aqui no parque?

– Mais grana no bolso no fim do mês (risos). Você não vai estar pagando uma mensalidade e acho principalmente, assim, as pessoas que você conhece, as amizades que você faz a partir desses encontros que a gente tem aqui no parque. Quer dizer, eu fiz várias amizades, o fato de você não ter que ficar em casa, assistindo televisão, não ter o que fazer...sabe, às vezes, você está chateado em casa, aí, você vem pra aqui, você volta uma outra pessoa...pra você estar mesmo liberando estresse no dia-a-dia.

– E a escolha pela musculação, porque no parque você poderia estar fazendo outras práticas, por que especificamente a musculação?

– Eu faço caminhada, tal...e a musculação porque eu quero ter um corpo é “em forma” e, no momento, não posso pagar uma academia, né. Então é a única opção que me sobra, é usar esses aparelhos que tem aqui no parque, mais é isso aí.

– E o que é pra você esse corpo “em forma”?

– (Risos) saúde essencialmente.

– Como assim? Explica melhor isso pra mim. Quando você vê um corpo “em forma”, você acha que é um corpo saudável (ele fez hum hum, confirmando), como é esse corpo?

– Definido, proporcional ao seu tamanho, altura, o peso proporcional a sua altura, é isso....eu, por exemplo, acho que tenho um corpo “em forma”, eu não quero....tenho 1,72cm , 66 kg, então esse... é o corpo que eu quero, sabe, é esse

aqui, tanto que eu não faço musculação pra ficar com aquela coisa, sabe... "bombado", ter que tomar aqueles complementos. Eu tenho uma alimentação normal no dia-a-dia: tomar café, fazer um lanche, entre o café e o almoço, a tarde faço outro lanche, janta e outro lanche antes de dormir. É o que eu faço, normal, não tomo nenhum complemento alimentar, comprimidos, nada disso. Porque o corpo que eu tenho é esse, eu gosto do meu corpo assim e esse é o corpo ideal, é isso, sempre manter esse corpo.

– Você falou dos complementos, né, você nunca comprou nenhum tipo de complemento, nunca se informou sobre isso?

– Sim, já informei, é...tomei uma vez aquele *Mega Mass*, tal, mas não dei bem. Causou um tipo de alergia, o corpo ficou coçando, manchas vermelhas, ficou inchado o abdominal, aí eu fui no médico, o médico puxou minha orelha, lógico! (Risos) e então não comprei...não tomo nada de complemento. Comprei a creatina uma vez também, mas eu tomei pouco tempo, começou a crescer a barriga, aí eu parei.

– Mas por que você foi atrás desses produtos?

– A vantagem de você... porque teve uma época que eu estava muito magro, né, digamos que assim, tava chegando o verão, eu tinha planos de ir pra praia, então "olha toma isso que você vai ter um resultado mais rápido", né, com colegas tal, até mesmo informação que eu já vi, então eu fui lá e comprei, mas não fez bem. E hoje eu não faço nada.

– Mas na alimentação parece que você procura... fazer de uma maneira...

– Exato, eu acho assim, se você faz uma boa alimentação é uma coisa que você tá é...não precisaria desses outros recursos, né, eu acho que, principalmente eu, não quero ter nem um corpo gigantesco...pra manter o que eu tenho a minha alimentação do dia-a-dia acho que é suficiente.

– E pra você chegar a essa alimentação, você é... segue alguma dieta, alguma coisa específica assim que te ajuda "é melhor eu comer isso do que aquilo" – falei como se estivesse me colocando no lugar dele.

– Ah sim! Gordura, por exemplo. Eu evito não comer tanto, mas eu evito...gordura...tipo...se eu tiver que fritar um ovo com óleo e ficar com a manteiga

ou com o azeite, eu fico com azeite. Eu evito tomar refrigerante, eu nunca tomo uma latinha de refrigerante inteira, eu tomo metade, divido com alguém, é... no almoço, às vezes, é assim, uma tentação, né, (risos) mas, eu evito. Se tiver fruta, por exemplo, eu pego a fruta e não tomo refrigerante, ou suco. Uma coisa que eu me preocupo, eu vou comentar, né, pra você não dilatar a barriga, não é legal você almoçar e tomar líquido, né. Então eu dou um tempo, depois de vinte minutos tomo água, suco, alguma coisa assim, essa é a dieta que eu faço basicamente. Eu como de tudo, não abusivo, não abuso da...eu como de tudo um pouco, não procuro abusar.

– E o que pra você representa esse corpo que você disse “em forma” e saudável?  
– Ah, mais disposição para o dia-a-dia, a sua auto-estima, não é, acho que é isso.  
– Como assim, você percebe que muda quando você tem esses cuidados? Muda?  
– Você olha, puxa, tô legal! Alguém te elogia “você tá com um corpo legal, o que você faz pra manter?” Já me perguntaram se eu era bailarino (risos), eu falei não... “você tem corpo de quem dança” – imitou novamente a pessoa que fez a pergunta  
– tipo assim. Aí eleva o seu ego, a sua auto-estima, né, poxa, vale a pena mesmo você ter essa dieta, estar se exercitando, mesmo que você não tá tendo acompanhamento é...com profissional, mas você tá seguindo o seu jeito e tá achando que é o jeito correto. Pelo menos eu faço as coisas, eu...estou fazendo certo e que mais...sua auto-estima e principalmente pela saúde, né. Pelo menos eu, teve uma época que sempre fui uma pessoa muito estressada, sabe, de ter que trabalhar muito, eu ficava praticamente 24 horas ligado no ar. Pra você ter idéia, eu dormia quatro horas por dia. Saía da faculdade, ia pra um trabalho, que eu trabalhava a noite, ia para um outro que eu trabalhava das oito ao meio-dia, aí, chegava em casa dormia de uma e meia às cinco da tarde praticamente, aí, você já começa tudo de novo. De sábado era vinte e quatro horas ligado, eu saída da faculdade para o trabalho, do trabalho voltava para faculdade, sabe, chegava na minha casa cinco horas da tarde e era assim bem corrido. Teve uma época que eu não estava agüentando mais, pára com isso, acho que a saúde é mais importante. Aí eu tive problemas de gastrite, nervoso, pressão alta, sabe..., tive problema de pressão e falei “poxa, não é por aí”. Não vou conseguir chegar aos meus objetivos

se continuar assim, aí eu saí do trabalho. Hoje, trabalho só meio período, estudo...agora vou começar minha iniciação científica, que eu ganhei uma bolsa – parabéns! Que legal – respondi a ele. Nossa! Segunda-feira saiu, eu vou desenvolver uma pesquisa na área de custos, então assim, vou ter que estudar muito, e acho que vai abrir muitas portas e é isso. E pra isso eu vou precisar de saúde e estar “em forma” (risos).

– Isso da saúde, como você entende? Saúde em qual sentido?

– No sentido de você ter uma disposição a seguir em frente, né,...correr atrás de seus objetivos, é isso. Eu tenho assim... não que no princípio você tá, né, meio que pra baixo, tal, mas como eu falei pra você, você entra no parque, dá uma malhada, conversa com os amigos, conta piada e levanta sua auto-estima, fala “êpa! vamos pra frente que atrás vem gente”, né. Então esse...de você tá aqui no parque, e se encontrar com as pessoas, assim, te dá ânimo, levanta sua auto-estima, você vai lá em cima e... dá mesmo vontade de seguir em frente. É isso.

– R. você percebe uma relação das influências da mídia com o que vc faz aqui no parque? Com a musculação?

– Ah sim, a mídia influencia muito, porque você não vê um programa de televisão, uma pessoa que não esteja com o corpo, bonito, escultural, tanto mulher como homem e se você vê esses programas é pra jovens, né, principalmente. Por exemplo, “Sandy e Junior”, todo mundo lá saradinho. No “malhação”, também, né. Isso sim, motiva as pessoas a estarem cada vez mais tá procurando é estar “em forma”, ter aquele corpo ideal, que é quase que mais ou menos, a beleza ideal, ter olhos azuis, 1,80cm (risos), então o pessoal hoje tá procurando isso, ter uma barriga bem feita, bem definida, ter um corpo bem...o Sr. N. tá passando ali agora

– R. disse se desviando da conversa e apontando na direção do Sr. N.

– Ah, eu não tinha visto ele ainda, vou ver se amanhã eu converso com ele, bom que você me mostrou, ele deve ser uma pessoa muito legal. (Continuamos a entrevista). E o que você acha dessas influências que você percebe? Como que você olha pra isso?

– Se isso é bom ou é ruim?

– Como você entende essas influências? – Respondi fazendo novamente a pergunta.

– Ah, o que eu entendo dessas influências...? Sei lá menina.... (Percebi que ele ficou esperando que eu explicasse melhor a pergunta, tentei reformulá-la) Como você vê, né, esses programas que você falou “Malhação”, “Sandy e Junior”, essa coisa de aparecer corpos de um determinado padrão, como você olha para isso?

– Assim, você pode olhar por um lado bom, positivo e mau também, né. Positivo que você vai estar motivando as pessoas a serem mais saudáveis, você vai tá exercitando mais, você vai ser mais saudável. Pelo lado ruim, as pessoas querem conseguir isso muito fácil, aí, vão apelar pelo...tá usando produtos que não convém, você vai poder ter um corpo mais modelado, maior, resultado mais rápido e isso que é ruim, a minha visão é essa.

– Tá legal, acho que era mais isso hoje, você quer complementar, falar mais alguma coisa sobre o que a gente conversou?

– Assim é...em relação a...como eu falei pra você, na região tem três faculdades de Educação Física, né, UNICAMP, PUC e UNIP, e acho que pra conseguir estágio é um pouco difícil. Eu tenho um colega aqui no estágio Educação Física e assim, não foi muito fácil ele conseguir estágio em academia, e sempre que tem o parque que muita gente freqüenta, usa a área de musculação ali, eu acho que deveria ter pessoas, estagiários dessas faculdades dando orientação pra... acompanhamento, eu acho que ia ser útil pra os estagiários estar estagiando e, principalmente, para o pessoal que freqüenta, né. Tem muita gente que faz exercício errado, muita gente que tem problema sério de lesão. Tem pessoas aqui que teve que parar porque não tava conseguindo fazer os exercícios, outros páram melhoram e voltam, outros tem uma lesão em determinado local e não fazem o exercício que prejudica mais aquela lesão e faz um outro exercício. No sentido assim, de estar fazendo errado, de estar usando um peso que não é compatível com o físico que a pessoa tem. É isso. (Estávamos na área do piquenique, saímos caminhando e combinando quando seria o outro encontro).