

## Significados da ginástica para mulheres praticantes em academia<sup>1</sup>

Rita de Cassia Fernandes

*Academia de ensino superior de Sorocaba*

**Resumo:** Tivemos como objetivo neste trabalho analisar os significados da ginástica para mulheres praticantes em academia. Optamos pela realização de uma pesquisa qualitativa, tendo a análise de conteúdo como método de tratamento dos dados. Assim, foi possível interpretar a lógica que orienta a prática de um grupo de dez mulheres, na faixa etária de 25 a 35 anos, frequentadoras de uma academia de ginástica localizada na cidade de Americana (SP). Tecemos considerações que nos permitem afirmar que, para esse grupo, as preocupações com a beleza, o emagrecimento e a saúde foram unânimes. Apesar da pluralidade de significados desvelados pelas praticantes, a principal questão que emergiu do contexto considerado foi a aproximação da ginástica como mais uma possibilidade de modificação corporal no mercado dos cuidados com o corpo nos dias de hoje.

**Palavras-chave:** Corpo. Academia de ginástica. Beleza. Saúde.

### *Meanings of the gym in academy to practicing woman*

**Abstract:** Our aim in this article was to analyze the meanings of academy gymnastics to women practitioners. We choose a qualitative research approach, using the content analysis as a method for data treatment. It was possible to interpret what leads ten women (25 to 35 years old) to go to the gymnastics activities at Americana city (SP). We have come to these considerations that allow us to say, that for this group, the worries about the beauty, weight loss and health were a common reason for them. Even with the plurality of meanings mentioned by the practitioners, the most important thing that was pointed out in the context was the use of the gymnastics as one more possibility of body modification available in the body care market in our days.

**Key Words:** Body. Gym. Beauty. Health.

### Introdução

Nos dias atuais, nos deparamos com a valorização de um dado padrão de beleza, qual seja, aquele do corpo belo, jovem e sempre “em forma” a ser conquistado a partir de múltiplas possibilidades de intervenção: dietas, cosméticos, cirurgias plásticas, ginásticas, medicamentos. Presenciamos na mídia a constante exposição do corpo feminino, reafirmando a necessidade de cuidados específicos e da busca constante pela “saúde” associada aos avanços tecnológicos.

As preocupações de Sant’Anna (2001) sobre a história do embelezamento feminino no Brasil nos trazem questões interessantes, explicitando que há uma associação entre a feminilidade e a busca da beleza, assim como a força estaria associada aos padrões masculinos. Para ela, convivemos com a necessidade de sermos “fotogênicos da cabeça aos pés”, pois todos os detalhes do corpo devem ser bem tratados e estarem sempre prontos para serem expostos, colaborando para a construção de uma “cultura do espaço íntimo” (p. 66).

Segundo a mesma autora, se nas primeiras décadas do século XX, a beleza era considerada um dom, presente divino, algo que não poderia ser manipulado, atualmente, configura um projeto pessoal e único a ser alcançado. Ao longo do tempo, o que estaria em permanente mudança

seriam os modos como produzimos o embelezamento, as tecnologias e os recursos utilizados.

Durante a primeira metade deste século, dificilmente a beleza será aceita como sendo fruto de um trabalho, individual e cotidiano, da mulher sobre o seu corpo. Numa época em que a “Natureza” se escreve em maiúsculo, que sua obra é considerada da ordem do prodígio divino, é perigoso intervir no próprio corpo em nome de objetivos pessoais e dos caprichos da moda (SANT’ANNA, 1995, p.126).

Na busca feminina pelo sonho de ser bela, são esses inúmeros cuidados com o corpo que nos chamaram atenção e que constituem o ponto de partida do estudo. Diversas instâncias inseridas no mercado da beleza e da boa forma - spas, salões de beleza, academias de ginástica, clínicas de estética - poderiam ser consideradas como campo empírico de análise. Porém, centramos nossa pesquisa na academia de ginástica, como uma instituição que projeta diferentes discursos e significados sobre corpo, saúde, beleza, jovialidade, envelhecimento. Assim, tivemos como objetivo identificar e analisar os significados da ginástica para um grupo de dez mulheres praticantes em uma academia da cidade de Americana (SP).

A partir da definição do objetivo deste estudo, apresentamos as seguintes questões norteadoras:

- O que leva essas mulheres a buscarem a academia de ginástica?
- Como percebem e atribuem significados às possíveis

<sup>1</sup> Artigo derivado da dissertação de mestrado defendida no programa de Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da UNICAMP em novembro de 2004.

modificações corporais?

- O que esperam com a prática da ginástica?

Partimos do pressuposto de que as academias de ginástica possuem formas bem específicas de lidar com os espaços, com os aparelhos e com as práticas corporais ali desenvolvidas. Parecem estar dissolvidos muitos “saberes”, posturas e cuidados com o corpo, aprendidos e compartilhados entre alunos e professores, durante as aulas ou mesmo fora do espaço dessas, circulando na forma de pequenas “receitas” de alimentação, dietas, exercícios.

Na mesma linha de discussão, Castro (2001) analisa as academias de ginástica como espaço privilegiado de sociabilidade nos dias de hoje, e a escolha da prática corporal como sendo uma das dimensões do estilo de vida dos indivíduos. Na pesquisa de campo realizada, foram investigadas três academias de ginástica da cidade de São Paulo, situadas em contextos socioeconômicos diferenciados. Foram observadas cinco modalidades diferentes: ginástica localizada, capoeira, dança de salão, ioga e musculação. Buscou-se identificar as motivações dos frequentadores, o tipo de prática corporal escolhida e os hábitos de consumo (leitura, frequência ao cinema, teatro, gosto musical). Através do cruzamento desses dados, três variáveis foram utilizadas para a comparação dos grupos investigados: classe, gênero e geração. A partir de duas instâncias sociais concretas – a mídia e a indústria da beleza e da boa forma –, a autora aponta o culto ao corpo como território de construção de identidades e como forte tendência de comportamento, conforme pudemos verificar nessa passagem:

A mídia e a indústria da beleza são aspectos estruturantes da prática do culto ao corpo. A primeira por “mediar” a temática, mantendo-a sempre presente na vida cotidiana, levando o leitor as últimas novidades e descobertas tecnológicas e científicas, ditando e incorporando tendências. A segunda por garantir a “materialidade” da tendência de comportamento que – como todo traço comportamental e/ou simbólico no mundo contemporâneo – só poderá existir se contar com um universo de produtos e objetos consumíveis (CASTRO, 2001, p. 151).

Silva (2001) afirma que o predomínio da visão biologicista sobre o corpo é herança do positivismo do século XIX. Para ela, as duas principais correntes de pensamento da modernidade - o racionalismo e o empirismo - orientam a forma como o mesmo é concebido e tratado nas ciências biomédicas. Assim, seria fundamental destacarmos a relevância de pensar o corpo a partir de outros olhares, como espaço inacabado, território de múltiplas intervenções, sempre marcado pelo seu tempo. Enfim, o corpo que transforma e é transformado pela cultura e pela história. Para a autora, estaria em jogo a construção de uma nova utopia centrada na saúde e na beleza, acrescentando que,

O corpo se encontra no centro dessa nova utopia; os

esforços em torno desse ideal são justificados pela sua identificação com um novo arquétipo de 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 (SILVA, 2001, p.55).

Sabemos que, provavelmente, haverá questões muito particulares da academia de ginástica pesquisada, porém algumas problemáticas poderão exceder os limites desta, ou seja, estariam presentes também em outros contextos, pois os sujeitos estão inseridos numa dinâmica cultural própria da sociedade contemporânea.

### Trajectoria Metodológica

O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa empírica de natureza qualitativa, tendo a “análise de conteúdo” como método de tratamento dos dados e a entrevista semi-estruturada individual como instrumento de coleta de dados.

Na relação com os sujeitos da pesquisa, as fronteiras eram tênues, pois em alguns momentos os papéis pareciam estar invertidos, eram os participantes que se mostravam curiosos em determinados assuntos. Por essa razão, assumimos uma postura aberta e interativa, buscando minimizar os preconceitos e julgamentos pré-estabelecidos.

Sobre essa questão, Geertz (1989) explicita que o pesquisador deve assumir sua subjetividade no processo, sendo cauteloso ao reconhecer que qualquer leitura ou interpretação que se faça do real, já é uma abordagem de “segunda mão”, pois é sempre reconstrução da realidade, uma dentre tantas outras possibilidades de olhar. Segundo o autor, ao conceituar o processo de “descrição densa”, no momento da interpretação, devemos contemplar os inúmeros significados dos comportamentos observados (p.17).

Na pesquisa de campo, selecionamos uma academia de ginástica da cidade de Americana (SP) a ser investigada. Nessa ótica, a dúvida que se impunha era sobre a seleção da academia, pois, a maioria das academias de ginástica da cidade são de pequeno e médio porte. Por outro lado, há apenas três academias de grande porte que, por sua vez, estão licenciadas para trabalhar com o programa de aulas *Body Systems*.<sup>2</sup> Entendemos que se optássemos por uma dessas três, teríamos questões específicas a serem consideradas em função das particularidades desses programas de aulas.

Dessa forma, escolhemos uma academia de médio porte,

<sup>2</sup> Resumidamente *Body Systems* é uma franquia que vende programas de aulas para academias de ginástica em todo o país, oferecendo, também, treinamento aos professores. As academias que fazem a adesão devem pagar um valor inicial e uma mensalidade referente aos programas escolhidos. São oito programas disponíveis que possuem características e objetivos diferenciados. Na cidade de Americana, três academias possuem licença para trabalhar com dois programas, o *Body Combat* e o *Body Pump*, segundo informações disponíveis em: <http://www.bodysystems.net>. Acessado em: 10/09/2004.

utilizando os seguintes critérios: espaço físico da academia; localização geográfica; número total de alunos matriculados e de funcionários; modalidades oferecidas; valor da mensalidade para frequência livre.

Dando continuidade à pesquisa, selecionamos dez mulheres na faixa etária entre 25 e 35 anos, indicadas no trabalho pelas letras A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, praticantes de ginástica da academia ALFA (nome fictício). Todas as mulheres entrevistadas receberam e assinaram o Termo de Consentimento para a pesquisa, autorizando a gravação, transcrição, análise e publicação do material.

A escolha por mulheres como sujeitos da pesquisa, apoiou-se no fato de que elas constituem a grande maioria em todas as turmas de ginástica pesquisadas, e a referida faixa etária representa, segundo o levantamento realizado pela própria academia, algo em torno de 60% a 70% das mulheres praticantes que compartilham o mesmo espaço para a realização das aulas, tendo a ginástica como a principal prática corporal que realizam. Com o intuito de restringir o grupo estudado com maior vivência na academia, adotamos os seguintes critérios para participação no estudo: mulheres que já estivessem praticando aulas há, pelo menos, um ano, tendo a frequência de, no mínimo, três vezes semanais.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi a entrevista semi-estruturada individual, construída a partir de eixos ou blocos temáticos, compreendendo perguntas abertas. O roteiro através do qual a entrevista foi estruturada é composto, primeiramente, da apresentação dos sujeitos da pesquisa, a partir de dados referentes à idade, escolaridade, profissão, experiências de lazer, situação sócio-econômica, buscando esclarecer melhor quem são esses sujeitos, de onde eles vêm, que experiências trazem. Em seguida, iniciamos a parte específica do estudo, estabelecendo relações com a ginástica, bem como, os objetivos e os resultados esperados com essa prática corporal. Abordamos, também, questões referentes à saúde, envelhecimento e padrões de beleza.

Todas as entrevistas foram gravadas e transcritas após seu término, a fim de que traços importantes não se perdessem no processo e, para que o discurso pudesse ser obtido na íntegra. Realizamos algumas anotações sobre as reações manifestadas pelos sujeitos, como, por exemplo, as pausas, o agito das mãos, os risos, as mudanças no tom de voz, no sentido de manter o contexto das falas, garantindo a espontaneidade e vivacidade dos discursos.

### **Análise dos dados**

Utilizamos a “análise de conteúdo” das comunicações, apresentada por Bardin (1977), para dar tratamento aos dados, privilegiando como técnica a proposta de análise temática/categorial, baseada no estabelecimento de categorias e definição de temas. Esse método empírico possui características sistemáticas e objetivas, buscando articular a

superfície da comunicação e os fatores que determinam suas características, ou seja, as “condições de produção” do discurso (BARDIN, 1977, p.40).

Para iniciarmos a análise das entrevistas, realizamos, primeiramente, várias leituras do material, deixando-nos invadir por percepções, impressões e idéias, fazendo anotações de questionamentos que iam surgindo. Essa seria a fase de exploração do material em que o pesquisador busca mergulhar no contexto descrito pelos sujeitos.

Já, num segundo momento, passamos para a codificação que segundo Bardin (1977, p. 103), consiste em “transformar os dados brutos do texto”, atingindo algo que possa representar o conteúdo. A codificação, por sua vez, envolveria três escolhas, sendo a primeira delas o recorte que se faz pela escolha dos indicadores e das “unidades de registro”. Em seguida, o processo de enumeração que delimita as regras de contagem e por fim, a classificação que envolve a escolha das categorias.

Baseando-nos na regra de recorte temático, elegemos trechos significativos do discurso de cada participante. Esses trechos são os indicadores que serviriam como “corpus” para a elaboração das unidades de registro, as quais, são agrupadas nas categorias de análise. Os indicadores foram selecionados a partir dos seguintes parâmetros:

- deveriam expressar idéias representativas de atitudes em relação ao corpo ou as práticas corporais;
- trechos que trouxessem juízos de valor exteriorizados ou componentes de enunciados avaliativos sobre determinada questão;

A partir daí, criamos quatro grupos categoriais, quais sejam, corpo, ginástica, saúde e envelhecimento. Como o foco nosso está centrado na busca pelos significados que essas mulheres atribuem à ginástica, priorizamos, nesse artigo, a discussão dos dados referentes ao segundo grupo categorial (ginástica), considerando o contexto e as relações visíveis entre esses grupos. Trazemos como exemplo, a descrição do mesmo e na seqüência a discussão dos resultados da pesquisa.

### *Grupo de referências sobre a ginástica:*

- Identificam a importância da ginástica para manter o peso.
- Fazem referência à ginástica para a prevenção de doenças.
- Identificam a prática da ginástica como uma obrigação.
- Afirmam praticar ginástica porque se sentem mais dispostas e bem humoradas.
- Fazem referência à ginástica como terapia.
- Falam da necessidade de ter força de vontade para conseguir resultados.
- Não pensam em parar de praticar a ginástica na academia.

- Redimensionam planos ou compromissos em função da ginástica.
- Falam da ginástica como um vício.
- Fazem referência à importância da alimentação.
- Atribuem referências negativas ao corpo antes da prática da ginástica.

### Discussão dos resultados

Através da análise das entrevistas, pudemos observar que a maioria das participantes do estudo atribuiu múltiplos significados à prática da ginástica na academia, associando com a questão do bem-estar, da disposição, das amizades que fazem, das mudanças no seu cotidiano. Quando procuramos identificar os objetivos expressos em suas falas, verificamos situações de conflito e de contradição, entre o que seria uma escolha pessoal e o que precisariam fazer para atingir um certo padrão de beleza. Parece haver uma lógica cultural que relaciona determinadas práticas corporais como indispensáveis para a conquista do corpo belo.

Essa busca, como afirma Sant'Anna (2001), é sempre guiada pelo padrão universal, considerando o corpo apenas como um detalhe, "matéria-prima" disponível a ser moldada. Para a autora, a boa forma assume o lugar do corpo e o torna uma "bagagem" a ser carregada, de forma até mais tirana do que a alma foi em outros tempos, pois a boa forma sabe que não durará para sempre. *"Durante séculos o corpo foi considerado o espelho da alma. Agora ele é chamado a ocupar o seu lugar, mas sob a condição de se converter totalmente em boa forma"* (p.108).

Uma outra questão que nos chamou atenção foi o fato da participante C comparar a prática da ginástica à terapia, apontando os benefícios na melhoria da auto-estima, da qualidade de vida, do stress, da saúde, conceitos esses, empregados como sinônimos.

Em primeiro lugar, ela [ginástica] representa pra mim saúde. E representa também o bem-estar, representa pra mim uma terapia [...]. [Essa questão da terapia o que é?] Eu acho que me ajuda, porque a ginástica mexe muito com a cabeça da pessoa. Quando a pessoa realmente se entrega, pode ver, se a pessoa não tem condições de fazer nenhum exercício, fica deprimida" (Participante C).

A ginástica parece assumir a função compensatória em relação ao trabalho ou aos problemas do dia-dia. A comparação colocada anteriormente poderia se somar à idéia de que nenhuma das participantes admite a possibilidade de parar de praticar, enfatizando a necessidade de terem dedicação e disciplina para alcançar os seus objetivos, redimensionando planos de vida, projetos de estudo e trabalho em função das aulas. Nessa ótica, a participante F afirma sentir até um certo medo, por conta de problemas que possam ocorrer, pelos quais ela tenha que parar de frequentar a academia, referindo-se à ginástica como um "vício":

Nesse momento eu diria que é até um vício. Eu sou

viciada mesmo, eu gosto, eu adoro vir aqui, sabe. Pra mim, por exemplo, eu sei que eu vou ter um dentista tal dia e nesse dia eu não vou poder vir, eu já fico triste. Eu já penso, ah, eu não vou fazer tal aula, não vou fazer tal. Eu adoro, literalmente. (Participante F)

Sobre essa questão, Silva (2001) afirma que o "vício ao exercício" já é considerado uma patologia, mas, que, por outro lado, difere dos outros vícios presentes em nossa sociedade, pois é considerado como algo positivo e que não faria nenhum mal aos possíveis dependentes. Além, disso, afirmam sentirem-se bem, apesar da intensidade do trabalho corporal realizado (p.51). Pudemos perceber no estudo que as participantes parecem não se importar em dizer que são "viciadas" em ginástica, pois, no senso comum, essa fala tornou-se corriqueira nas academias. De certa forma, predomina a idéia do corpo esculpido pela ginástica, ou seja, o "antes e depois", como se fossem contextos totalmente separados.

Nesse caso, os riscos de lesões causadas pela inadequação dos programas de treinamento às características individuais dos alunos são minimizados ou atribuídos a outras causas. Silva (2001) é cautelosa ao afirmar que *"a incorporação da lógica da máquina, o vício ao exercício e a ampliação do consumo de substâncias químicas se constituem indicadores importantes para a avaliação de uma expectativa de corpo que se estrutura nos dias de hoje"* (p.51).

A constante insatisfação com o corpo "que se tem" parece naturalizar diferentes formas de intervenção corporal, pois, não mais a ginástica entra em cena, mas a cirurgia plástica surge como recurso para concretizar o contorno corporal esperado, o qual, muitas vezes, pode não se materializar. Para todas as mulheres entrevistadas, esse tipo de intervenção viria no sentido de corrigir determinadas "partes do corpo" que a ginástica por si só, não conseguiria modificar.

Quando as participantes D e J foram questionadas sobre a possibilidade de modificarem o corpo, são unânimes em acolher a cirurgia plástica como opção. A participante D afirma sentir medo de se submeter a esse tipo de intervenção e dos possíveis riscos envolvidos. Já, para a participante J, o único empecilho seria a questão financeira, como podemos observar na seqüência:

Mudaria a minha panturrilha [risos]. Seios, glúteo, abdômen, quadril, faria uma lipoescultura. Mas, eu tô tentando tudo com academia, porque eu não tenho coragem de fazer. Mesmo que eu fizesse a cirurgia, não adianta você parar porque volta tudo como era antes [...] (Participante D).

Mudaria. As pernas eu queria mais firme, o abdômen mais definido. [Você faria cirurgia plástica?] Faria [...] não, não tenho medo. Eu não tenho é dinheiro [risos] (Participante J).

Segundo Carvalho (2001a), a nossa sociedade construiu a imagem do corpo belo como sinônimo de corpo saudável

associado à realização de práticas corporais, consumo de determinados alimentos, produtos ou medicamentos. Assim, a simples adoção desses procedimentos no cotidiano de vida das pessoas, poderia prevenir ou remediar doenças, prolongar a vida, independentemente de outros fatores a serem considerados. Para a autora, essa valorização seria uma forma de desvincular do panorama nacional fatores determinantes dos setores da saúde no país, pois, o que se processa é uma transferência de atribuições da estrutura governamental para o indivíduo, que fica sendo o responsável direto pela “manutenção de sua saúde”.

Nesse contexto, destacamos a seguinte fala da participante J:

Eu acho melhor eu continuar pagando uma academia do que esse dinheiro ser gasto com remédio ou com outros problemas que pode acarretar. Porque eu acho que, quando a pessoa é sedentária, pode ver que ela toma algum tipo de remédio. Eu não tomo nenhum, não tomo nada. É um dinheiro bem empregado na academia. (Participante J)

Carvalho (2001b) afirma ainda, que ao longo da história, o conceito de saúde esteve vinculado à ausência de doença. Esse entendimento era bastante restrito e limitava a análise unicamente sob o ponto de vista biológico, como desequilíbrio entre o homem e o ambiente. Para ela, refletir sobre essa questão requer a adoção de outra perspectiva que considere o homem como um todo indissociável e acima de tudo com possibilidades de uma vida digna e justa.

Para as participantes do estudo, a correspondência do trinômio formado pela saúde, beleza e boa forma, expressa o entendimento mais restrito do próprio conceito de saúde, como se fosse algo que dependesse, unicamente, do esforço individual, desconsiderando sua complexidade e abrangência. Os significados atribuídos à saúde parecem estar entrelaçados ao bem-estar e à estética corporal, considerados em alguns casos como sinônimos.

Pensamos que as questões discutidas até o presente momento nos deram maiores subsídios na busca de caminhos para compreendermos a dificuldade das participantes ao se depararem com a questão - *O que é corpo para você?* Talvez, os silêncios vividos naquele momento revelassem o esforço para verbalizar sobre algo que não possui uma resposta pronta, sobre a qual elas já tivessem tido oportunidade de refletir. O mais interessante é que muitas metáforas foram surgindo, e, a que mais nos chamou atenção foi aquela em que a participante A, ao comparar o corpo a uma moldura, sugere o seguinte exemplo na sua fala:

Eu acho que corpo é a moldura, é o que se vê. A princípio você nunca vai ver o interior da pessoa, sê vê primeiro o exterior, depois o interior. Então, acho que pra mim é primordial. [Você poderia falar um pouco mais sobre essa idéia do corpo como moldura?] Eu quis dizer assim, vou te dar um exemplo. Quando a

gente vai servir ou colocar uma mesa, você ajeita ela, bonitinha. Você faz um bife gostoso, bem temperado e bem frito, mas só ele. E aí, você coloca um bife sem sal, sem tempero, mas todo bonito, com alface do lado. Você olhando, do qual você vai servir, sem saber o que tá dentro. Só de você olhar é o mais bonito. Eu acho assim, que primeiro, não que eu acho o corpo mais importante. Mas, a princípio de você olhar, a primeira impressão é a que fica. (Participante A).

A idéia trazida pelo texto comparando o corpo a uma moldura nos leva a refletir sobre a própria imagem e a geometria desse objeto como algo firme, durável e que deve encaixar-se, por exemplo, em uma tela ou fotografia, no sentido de ornamentá-la. Na associação de imagens, parecemos que essa vinculação reflete a necessidade de um corpo contido, bem dimensionado, esquadrinhado, no qual a importância dos aspectos visuais é bastante significativa. A aproximação corpo, carne e beleza descrita pela participante A nos remete ao universo de significados que, segundo Silva (2001), constroem a atual expectativa de corpo.

A aparência é que determina o estado do indivíduo e o tipo de relações que ele estabelece em sociedade e consigo mesmo (...) parecer bem determina o estar bem. Abre-se a ampliação para um mercado das aparências, tão ilimitado quanto a própria reificação humana assim o permitir (SILVA, 2001, p. 65).

Daolio (1997, p. 51), ao problematizar a idéia do corpo belo, discute de forma interessante que se considerássemos outros períodos históricos como, por exemplo, o Renascimento, o modelo de beleza e elegância era o corpo robusto e flácido. A gordura significava formosura, prosperidade, sinal de aconchego e traço de distinção social para o corpo feminino. Já a magreza era considerada sinônimo de doença, sugerindo a miséria.

Nos dias atuais, a gordura é sinal de lentidão, e, portanto, algo que deve ser eliminado. Portanto, os padrões que definem a gordura, a magreza e os significados associados a eles, sofrem modificações ao longo do tempo.

Coincidentemente, o peso é um dos elementos privilegiados que definiriam o quadro de saúde para as participantes do estudo. Nessa ótica, a participante H argumenta que estar “acima do peso” é algo que faz mal a saúde. No mesmo sentido, a participante A aponta a magreza como sinônimo de saúde.

Nesse caso, estaria em jogo a construção de uma aparência saudável? Ou ainda, nos dias de hoje, poderíamos falar que para muitas pessoas, ser magro é sinônimo de ser saudável? Para Silva (2001, p.36) “há que se considerar que 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”.

No entanto, saúde e estética para as participantes parecem ser dois objetivos que não estão relacionados e, portanto, não

fariam parte da mesma dimensão. Por essa razão, afirmamos que o entendimento da complexidade do corpo como objeto de análise coexiste com essa perspectiva dicotômica e fragmentada.

### Considerações finais

No decorrer da pesquisa, procuramos não somente reproduzir o que as participantes do estudo relatavam, pois essa abordagem não garantiria uma reflexão mais aprofundada sobre o problema. No entanto, caminhamos no sentido de ler o não-escrito, o silêncio em suas falas, que parece ser importante para lançarmos luz às relações que estabelecem com o corpo e as práticas corporais nos dias atuais.

Para isso, foram feitos aprofundamentos sobre a construção cultural dos corpos femininos e o papel da ginástica na academia. Nessa ótica, foi interessante percebermos como as academias trabalham com o conceito de saúde visto somente pelo âmbito individual, desprezando outros fatores explicitados no texto e que intervêm nessa relação.

Tal percurso possibilitou compreendermos melhor, os significados que os sujeitos da pesquisa atribuíram à ginástica, relacionados à busca da beleza, saúde e bem-estar, como promessa de uma vida próspera e feliz constantemente reforçada pela mídia. Algumas praticantes relataram que deixaram de lado muitos prazeres do seu cotidiano, redimensionando formas de comportamento, hábitos alimentares, projetos de vida, estudo e trabalho.

A partir dos dados apresentados, podemos dizer que a ginástica na academia, assim como os salões de beleza, clínicas de estética, spas constituem todo um aparato de lugares no mercado dos cuidados com o corpo, com seus equipamentos, profissionais, avaliações, procedimentos, configurando inúmeras possibilidades de remodelamento das aparências, obviamente para aqueles que têm condições financeiras.

Gostaríamos de destacar que, a partir da compreensão desse sistema dinâmico que é a cultura, encontramos muitas contradições nas falas das participantes, indicando a diversidade de relações dentro de um mesmo grupo; sem julgá-las como boas ou más, criativas ou massificadas, procuramos apreender a lógica que as orienta. As histórias dessas mulheres são muitas e múltiplas, constituindo realidades distintas e formas particulares de encarar a vida com um certo potencial de autonomia. Considerando que a maior parte delas tiveram acesso somente às práticas corporais sistematizadas realizadas na academia, além das aulas de Educação Física na escola, questionamos: se elas não fossem para a academia, para onde iriam?

Lidar com essas questões, seus limites e possibilidades, “andar no fio da navalha”, é um desafio que se coloca para a

nossa área. Sabemos que, provavelmente, dados importantes não transpareceram nas entrevistas, e que talvez, só fossem percebidos através de um trabalho de observação. Contudo, admitimos as limitações de qualquer pesquisa, pois a leitura que fazemos do mundo é sempre parcial, provisória, condicionada aos fatores históricos, sociais, culturais do espaço-tempo em que vivemos.

### Referências

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

CARVALHO, Y. M. **O “mito” da atividade física e saúde**. 3ed. São Paulo: Hucitec, 2001a.

\_\_\_\_\_. **Atividade física e saúde: onde está e que é o sujeito da relação?** *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.22, n.2, p.9-21, 2001b.

CASTRO, A. L. **Culto ao corpo e sociedade: mídia, cultura de consumo e estilos de vida**. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001.

DAOLIO, J. **Da cultura do corpo**. Campinas: Papirus, 1994.

GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1989.

SANT’ANNA, D. B. **Corpos de passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea**. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SILVA, A. M. **Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca de um novo arquétipo de felicidade**. Campinas, SP: Autores Associados, 2001.

Endereço:

Rita de Cássia Fernandes

R. Rússia, 195 – apto.31 Jardim Europa

Sorocaba SP

18045080

E-mail: [rita.fernandes@aes.edu.br](mailto:rita.fernandes@aes.edu.br)

*Manuscrito recebido em 02 de junho de 2005.*

*Manuscrito aceito em 20 de outubro de 2005.*