



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

GUSTAVO DE ABREU GRAZZIOTIN

RELAÇÕES DE GÊNERO EM UMA ACADEMIA DE BAIRRO DE PORTO ALEGRE

Porto Alegre  
2018

GUSTAVO DE ABREU GRAZZIOTIN

RELAÇÕES DE GÊNERO EM UMA ACADEMIA DE BAIRRO DE PORTO ALEGRE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada à banca examinadora da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) como requisito parcial para colação de grau.

Orientadora: Silvana Vilodre Goellner

Porto Alegre  
2018

## **AGRADECIMENTOS**

De forma geral, agradeço a todos que contribuíram de alguma forma para a construção dessa pesquisa.

À minha família e aos meus amigos que sempre me incentivaram a falar sobre um assunto tão delicado, porém de tanta importância no nosso dia a dia.

À minha amiga e companheira, Vithória, que é uma das pessoas mais fortes e corajosas que eu conheço. Fonte da minha inspiração.

À Silvana e a Johanna, minhas orientadoras que me acolheram e me ajudaram a construir esse trabalho do qual me orgulho tanto.

E, por último, a ESEFID, minha casa acadêmica nos últimos quatro anos.

## RESUMO

Em tempos onde os estudos sobre gênero são cada vez menos incentivados, compreender os comportamentos e representações sociais dos homens e das mulheres se torna muito importante. As academias de musculação são ambientes onde essas representações possivelmente podem ser identificadas com grande facilidade. Papéis masculinos e femininos podem ser atribuídos através da escolha dos exercícios, das roupas que cada indivíduo veste, da forma como se comunica, etc.

Assim, o objetivo do estudo é identificar como sujeitos construídos histórica e socialmente como homens e mulheres se relacionam dentro de uma academia de ginástica e musculação.

Através de observações participantes, foram registrados acontecimentos e experiências vivenciadas em uma academia de musculação por um período de um mês. As observações foram divididas em três partes, com registros não estruturados, semiestruturados e, posteriormente, estruturados de acordo com o marco teórico apresentado. As análises foram realizadas pelo método de triangulação de dados qualitativos e separadas em dois capítulos desta pesquisa.

Os papéis de homens e mulheres parecem estar bem definidos dentro das academias de musculação. Exercícios, roupas e comportamentos representam modos de ser e estar ditos masculinos e femininos na sociedade contemporânea. Isso pode ser percebido, por exemplo, através da concentração de homens e mulheres no ambiente, assim como a divisão de treinos atribuídos a cada sexo.

As academias de musculação parecem possuir uma função social importante na construção das identidades ditas masculinas e femininas, contribuindo para uma possível legitimação de discursos predominantemente generificados.

**Palavras-chave:** Gênero, Academia de Musculação, Mulher, Corpo.

## **ABSTRACT**

In times where studying gender is less and less encouraged academically, understanding the behaviors and social representations of men and women becomes very important. Gyms are environments where these representations can be seen quite easily. Masculine and feminine roles can be categorized through the choice of exercises, the clothes that each one wears, the way one communicates, etc.

So, the aim of the study is to identify how individuals built historic and socially as men and women interact with each other in the gym.

Through active observations, events and experiences lived in a bodybuilding gym were recorded for a period of one month. These experiences were divided into three parts, with unstructured, semi-structured and subsequently structured records according to the theoretical framework presented. Analysis was later done through the qualitative data triangulation method and then structured through two chapters in this research.

The role of men and women seem to be well defined within bodybuilding gyms. Exercises, clothing, and behavior appear to be explicitly intertwined within masculine and feminine roles as well as expectations in contemporary society. This fact can be observed, for example through the concentration of men and women in the gym as well as the training methods assigned to each gender.

Bodybuilding gyms seem to have an important role when the matter is masculine or feminine identity construction, possibly contributing to the legitimation of predominant gendered speeches.

**Key-words:** Gender, Bodybuilding Gyms, Woman, Body.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	7
2. APROXIMAÇÕES TEÓRICAS .....	9
2.1 Gênero e sexualidade .....	9
2.2 Relações de gênero através dos números .....	14
2.3 Práticas corporais e a construção dos corpos .....	20
2.4 As academias de musculação: um breve histórico .....	24
3. PERCURSO METODOLÓGICO .....	26
4. CONSTRUÇÃO DE UM ESPAÇO QUE GENERIFICA CORPOS E MARCAS .....	29
5. POSTURAS NATURALIZADAS PARA CORPOS MASCULINOS E FEMININOS ..	37
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	44
7. REFERÊNCIAS .....	45

## 1. INTRODUÇÃO

A prática de musculação vem crescendo em todo mundo e seus benefícios são amplamente comprovados através de inúmeros estudos realizados ao longo do tempo e em diversas populações: homens, mulheres, idosos e até crianças. Essa modalidade normalmente é analisada sob uma perspectiva biológica, que busca compreender os efeitos da prática no corpo, seja através de modificações morfológicas no tecido muscular, por exemplo, ou através de mudanças periféricas que afetam o funcionamento do coração ou a otimização do fluxo sanguíneo. Porém, as academias de musculação carregam dentro de si uma função social que muitas vezes é submissa e pouco valorizada quando posta ao lado de sua função biológica dentro do meio acadêmico.

As academias de musculação podem ser entendidas como centros de culto ao corpo, locais onde se desenvolve uma cultura em que o corpo se torna uma intersecção na qual são engendrados vocabulários, códigos, rituais, costumes e estruturas hierárquicas que ditam modos de agir e ser. Modos que muitas vezes estão interligados às diferentes noções clássicas de gênero, etnia ou até classe (HANSEN, 2006). Enxergar os ambientes onde se realizam práticas corporais dessa forma, além da perspectiva biológica, nos fornece um entendimento real do que ali se passa, compreendendo que relações sociais acontecem de forma simultânea dos movimentos biomecanicamente sincronizados e com cargas bem distribuídas.

Antes de iniciarmos a discussão referente aos conceitos que nortearão as análises da pesquisa, contextualizar o momento político atual e os pretextos que incitaram o início do trabalho é importante para compreendermos de forma mais nítida as análises realizadas. Trabalhei por cerca de dois anos e meio em academias realizando a função que normalmente é atribuída aos profissionais de Educação Física: auxiliar e prescrever o treinamento dentro da sala de musculação. Função que, como comentando inicialmente, está diretamente ligada às noções biológicas das práticas corporais, que visa à execução correta dos movimentos e periodicidade dos treinamentos para incremento dos ganhos fisiológicos e morfológicos do corpo. Ao longo de todo esse período, presenciei comportamentos que me instigaram a realizar esse trabalho. As manifestações explícitas do que se refere ao masculino dentro das academias: o grito, a carga, os exercícios, os posicionamentos, até às manifestações sutis: os olhares, a escolha da música, as roupas, etc. tiveram grande influência na relevância do trabalho.

Um caso específico me chamou a atenção e serviu como o estopim para a realização dessa pesquisa. Durante um dia de trabalho, pela tarde, um homem entrou na academia de musculação pedindo por informações referentes ao funcionamento do estabelecimento. Além disso, fui questionado em relação ao horário em que mais mulheres concentrariam a sala de musculação, assim como onde o indivíduo em questão poderia encontrar esteroides anabolizantes para ampliar seus resultados. Essa série de questionamentos gerou certas indagações que, hoje, busco resposta. Será que esse comportamento possui relação, por exemplo, com o que hoje é “ser homem”?

Apesar do interesse crescente nas noções sociológicas inerentes às práticas corporais dentro das academias de musculação, ou em qualquer outro espaço esportivo dentro do âmbito acadêmico, o entendimento desses conceitos passa a ser, antagonicamente, cada vez menos incentivado. Em 2018, ano de produção dessa pesquisa, ideologias que segregam e, de certa forma, fecham nossos olhos são também expostas ao público de forma exagerada, inclusive por indivíduos de grande status social e político, que atingem e influenciam o pensamento de milhares de cidadãos brasileiros.

Projetos e pensamentos como o “Escola Sem Partido” ganham força com o passar do tempo através de discursos inconsistentes e com pouco ou nenhum recurso empírico, que se sustentam através da desinformação e falsa moralidade religiosa.<sup>1</sup> A predisposição a favor do ódio contra pessoas que vivem sua sexualidade ou se apresentam como indivíduos fora dos padrões normativos também pode ser vista dentro do mesmo projeto, onde um de seus fortes pilares é o combate a uma suposta ideologia de gênero presente nas escolas, que, de acordo com os criadores do “movimento”, idealiza e incentiva jovens brasileiros a se tornarem homossexuais, por exemplo.<sup>2</sup> Compreender a construção social que circunda o comportamento normativo das pessoas que se identificam como masculinas ou femininas e como as academias de musculação facilitam ou reforçam o processo se torna, assim, o objetivo central desse trabalho.

---

<sup>1</sup> Escola Sem Partido, que busca tornar a sala de aula um local sem críticas, é uma das bandeiras do novo governo. Disponível em: <https://exame.abril.com.br/brasil/bandeira-de-bolsonaro-projeto-escola-sem-partido-pode-ser-votado-hoje/> (Acesso: 21/11/2018)

<sup>2</sup> Projeto tem como base o combate à “Ideologia de Gênero”. Disponível em: <https://noticias.gospelmais.com.br/contras-ideologia-genero-plano-de-governo-bolsonaro-menos-impostos-101365.html> (Acesso: 21/11/2018)



## 2. APROXIMAÇÕES TEÓRICAS

### 2.1 Gênero e sexualidade

O gênero é uma dimensão que centraliza a nossa vida pessoal e permeia nossas relações sociais e de cultura. É uma linha de estudo que enfrenta questões práticas complexas no que se diz respeito à justiça, à identidade de cada pessoa e até à sobrevivência. Além disso, o gênero é um assunto que contém, dentro das suas discussões e dentro de inúmeras linhas teóricas, muitos preconceitos, mitos e falsidades (CONNEL, 2015).

As pesquisas na área das ciências humanas possuem a grande capacidade de nos fornecer conhecimentos que podem ser úteis na nossa atuação como cidadãos na sociedade, contanto que bem interpretadas. Portanto, este trabalho vai, ao longo de seus capítulos e seus desdobramentos, buscar analisar e apresentar uma visão acessível e compreensível sobre as perspectivas de gênero, tanto nacionais quanto internacionais, para que possamos compreender o meio em que convivemos de forma mais clara e crítica.

Para as pessoas que iniciam seu estudo sobre gênero agora, vamos introduzir ao longo do trabalho exemplos-chave e clássicos de pesquisa na área ao longo do tempo. Depois, descrevemos algumas descobertas sobre os pontos que consideramos importantes e, a partir daí, analisaremos como essa aproximação teórica poderá ser visível em um ambiente de convivência social: a academia de musculação.

Para começarmos a discussão, precisamos internalizar uma ideia base: o conceito de gênero diz respeito tanto aos homens quanto as mulheres. Hoje, existe uma grande quantidade de pesquisas que tratam de masculinidades, feminilidades, movimentos dos homens, violência contra as mulheres, violência entre os homens, educação de gênero de crianças, construção histórica de gênero, entre várias outras (CONNEL, 2015).

Há cerca de 60 anos, Simone de Beauvoir estremeceu intelectuais de sua época com a frase: “Ninguém nasce mulher, torna-se mulher”. Essa expressão ganhou muita força ao longo do tempo e vem sido usada como alicerce inicial de quase todas as discussões de gênero, sendo até tema de controvérsia recentemente quando usada como inspiração para uma questão de sociologia no Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM, 2015):

**Figura 1:** Questão que critica a criação de um ser feminino através da proposição de Simone de Beauvoir.

Ninguém nasce mulher: torna-se mulher. Nenhum destino biológico, psíquico, econômico define a forma que a fêmea humana assume no seio da sociedade; é o conjunto da civilização que elabora esse produto intermediário entre o macho e o castrado que qualificam o feminino.

BEAUVOIR, S. *O segundo sexo*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

Na década de 1960, a proposição de Simone de Beauvoir contribuiu para estruturar um movimento social que teve como marca o(a)

- A** ação do Poder Judiciário para criminalizar a violência sexual.
- B** pressão do Poder Legislativo para impedir a dupla jornada de trabalho.
- C** organização de protestos públicos para garantir a igualdade de gênero.
- D** oposição de grupos religiosos para impedir os casamentos homoafetivos.
- E** estabelecimento de políticas governamentais para promover ações afirmativas.

FONTE: ENEM, 2015.

Com a expressão se tornando famosa ao longo do mundo, várias mulheres das mais diferentes posições sociais, militantes e estudiosas começaram a repeti-la para indicar que a sua representação e atuação na sociedade é uma construção multifatorial. Fazer-se mulher dependia das marcas, dos gestos, dos comportamentos, das preferências e dos desgostos que lhes eram ensinados e reiterados, cotidianamente, conforme normas e valores de uma dada cultura (LOURO, 2008).

Desde a afirmação de Simone, em 1940 quando publicou o livro “Segundo Sexo”, o mundo mudou de forma abrupta, de forma que possivelmente nem os filósofos da época esperavam. Fazer-se mulher se transformou, se pluralizou, se globalizou, mas a frase ficou. A afirmação de Beauvoir serviu, na verdade, como uma espécie de gatilho que instigou inúmeros estudiosos a interpretar e tentar compreender como, de fato, mulheres se tornam mulheres. Assim, podemos afirmar que a frase de Beauvoir também nos serviu como inspiração para desmembrar teorizações e reflexões, por mais polêmicas que sejam para compreender e interpretar esses estudos que, a partir do campo do gênero, se bifurcam e dialogam com os conceitos do feminismo, do sexo e da sexualidade.

Para compreendermos de fato o que significa gênero, trago ao trabalho uma síntese bastante pertinente e, ao mesmo tempo, clara, sobre a construção do termo e seu significado escrita por Linda Nicholson, em 1999, para começarmos a analisar o termo:

*“Gênero é uma palavra estranha no feminismo. (...) Ela é usada de maneiras diferentes e, até certo ponto, contraditórias. De um lado, gênero foi desenvolvido e é sempre usado em oposição a “sexo” para descrever o que é socialmente construído em oposição ao que é biologicamente dado. (...) De outro, gênero tem sido cada vez mais usado como referência a qualquer construção social que tenha a ver com a distinção masculino/feminino, incluindo construções que separam corpos “femininos” de corpos “masculinos” (p. 1).*

Nicholson cita no início de sua análise um termo muito importante: feminismo. Para compreendermos as teorias de gênero e conseguirmos interpretá-las de forma clara, primeiro precisaremos construir, também, uma noção básica do que significam e o que são as teorias feministas contemporâneas. Além disso, durante essa construção, perceber que as duas terminologias andam, muitas vezes, lado a lado.

De acordo com o livro de Guacira Lopes Louro, “Gênero, Sexualidade e Educação”, publicado em 2003, inúmeras ações isoladas ou coletivas contra as repressões das mulheres podem ser observadas ao longo do tempo e, mais recentemente, podem ser vistas sendo representadas em filmes, matérias, revistas, etc. Mas, quando se fala em feminismo como um movimento social organizado, nos remetemos ao Ocidente, no século XIX. Aqui, é o momento onde as manifestações contra a visibilidade feminina ganharam força e expressividade no chamado “sufragismo”, que é o movimento voltado para estender o direito das mulheres ao voto.

Será no final da década de 1960 que o feminismo, além das preocupações sociais e políticas, se volta às construções propriamente teóricas e, assim, o conceito de gênero

começará a ser problematizado. Esse período ficou conhecido como a segunda onda do feminismo, que, nos Estados Unidos e ao redor da Europa, em conjunto com outros movimentos sociais de outras populações (negros, jovens, intelectuais, estudantes, etc.), foi um período onde inconformidades e os tradicionais arranjos sociais começaram a ser questionados e desmitificados.

Nesse contexto de efervescência social, onde várias populações começam a lutar pelos seus direitos e suas crenças ao mesmo tempo, que o movimento feminista contemporâneo ressurge com o objetivo de visibilizar as mulheres fora do contexto social que era normalmente predisposto a elas: delicadas, fracas, do lar e que não se relacionavam com o mesmo ambiente de trabalho dos homens. Assim, gradativamente, essas mulheres também começaram a frequentar escritórios, escolas, hospitais, que eram ambientes amplamente masculinizados até então.

Voltando às análises de Nicholson, o termo gênero tem sua origem nas raízes da junção de duas ideias do pensamento ocidental moderno: a base material da identidade e a da construção social de caráter humano. Na época do surgimento da segunda fase do feminismo, no final dos anos 60, um legado da primeira ideia foi à noção, dominante na maioria das sociedades industrializadas, de que a distinção entre masculino e feminino, na maioria dos seus aspectos essenciais, era causada pelos “fatos da biologia” e expressada por eles.

As noções biológicas que diferenciam o homem da mulher eram, então, normalmente utilizadas como justificativa para descrever as normas do convívio social da época. Essas noções foram questionadas por esses grupos de mulheres que, ao longo do tempo, levantaram informações, construíram estatísticas, apontaram vieses nos livros escolares e deram voz àquelas que eram silenciosas e silenciadas.

Essas noções sociais que estão sendo postas em cheque pelo movimento feminista estão diretamente atreladas ao conceito de gênero, que, aqui, vamos definir como a construção social do ser de homens e mulheres, que resulta das características que hoje associamos a um ser feminino e masculino, através dos valores e normas que são impostos pela sociedade.

*“É imperativo, então, contrapor-se a esse tipo de argumentação. É necessário demonstrar que não são propriamente as características sexuais, mas é a forma como*

*essas características são representadas ou valorizadas, aquilo que se diz ou se pensa sobre elas que vai constituir, efetivamente, o que é feminino ou masculino em uma dada sociedade e em um dado momento histórico. Para que se compreenda o lugar e as relações de homens e mulheres numa sociedade importa observar não exatamente seus sexos, mas sim tudo o que socialmente se construiu sobre os sexos. O debate vai se constituir, então, através de uma nova linguagem, na qual gênero será um conceito fundamental.”* (LOURO, p. 21, 2003).

Uma vez que identificamos que gênero faz relação a construção social dos seres masculinos e femininos e que visa rejeitar o determinismo biológico implícito, se torna importante também diferenciarmos os significados dos termos “sexo” e “sexualidade”, que muitas vezes são confundidos.

Por muito tempo os termos “gender” e “sex” eram considerados sinônimos. Foi através das feministas anglo-saxãs que os termos começaram a ser utilizados com significados distintos (LOURO, 2003). Apenas recentemente alguns estudiosos vêm realizando análises um pouco mais precisas e pragmáticas em relação a essas terminologias para acentuar distinções.

Jeffrey Weeks, por exemplo, afirma ao longo dos seus trabalhos que a sexualidade está ligada ao desejo, às vontades e às fantasias do corpo. A sexualidade é um conceito impossível de ser compreendido por si só ou apenas através dos seus componentes biológicos, ela sempre estará correlacionada às formas de manifestação de gênero. Diferentes sujeitos, de diferentes gêneros, podem exercer sua sexualidade de diferentes formas e viver desejos e prazeres corporais de muitas formas.

Assim, apesar de existir uma relação entre gênero e sexualidade, elas são duas coisas muito diferentes. Considerando que o gênero é uma construção social de identificação de um sujeito ao longo do tempo, sujeitos masculinos ou femininos podem ser heterossexuais, homossexuais, bissexuais e, ao mesmo tempo, podem ser pobres, ricos, negros, brancos, etc. (LOURO, 2003).

O perigo da compreensão da construção histórica da sexualidade dessa forma é a incapacidade de analisarmos todos os fatores sociais que podem ou não influenciar os desejos e vontades de cada sujeito, como a estrutura familiar, códigos matrimoniais, sistemas legais, instituições sociais, cultura sexual, subjetividades, identidades, rituais, crenças e ideologias (WEEKS, 2018).

A complexidade da compreensão da sexualidade é um problema atual. Por exemplo, vários países ainda consideram relações homossexuais como crime em 2018, de acordo com uma reportagem recente da Folha de São Paulo.<sup>3</sup> Isso se deve a uma junção dos fatores citados acima, que estão ligados principalmente à construção histórica de cada país e cada comunidade. Países no continente africano, como a Nigéria, o Sudão e a Somália preveem pena de morte para pessoas que se manifestarem sexualmente com pessoas do mesmo sexo. Outros 4 países também preveem a pena de morte para essas situações (Iêmen, Arábia Saudita, Iraque e Irã). Enquanto isso, outras regiões consideram como crime apenas a manifestação homossexual realizada por pessoas do sexo masculino e não do sexo feminino.

## **2.2 Relações de gênero através dos números**

Além do caráter acadêmico do termo gênero, é importante ressaltar que o estudo desse tópico se justifica através de uma revisão histórica acerca do que é “ser” homem e o que é ser mulher na sociedade contemporânea. O masculino e o feminino tiveram seus papéis construídos ao longo do tempo e isso criou uma distinção explícita no que se trata da atuação profissional, por exemplo, ou até a simples forma de se vestir e se comunicar. A seguir, vamos revisitar alguns números e dados ao redor do mundo que, de certa forma, podem contribuir para a compreensão do alcance do assunto.

Em 2018, a desigualdade de gênero se faz presente em praticamente todas as instâncias do convívio social, sobretudo, no meio profissional (MIKI, 2011). Durante as últimas três décadas, as mulheres obtiveram ganhos notáveis no local de trabalho e na equidade de salários, incluindo o aumento da participação da força de trabalho de forma geral, ganhos substanciais a nível educacional e crescimento do envolvimento em ocupações com salários mais altos.

---

<sup>3</sup> Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/mundo/2018/09/relacao-homossexual-e-crime-em-71-paises-7-preveem-pena-de-morte.shtml> (Acesso: 21/11/2018)

De acordo com uma análise realizada pelo U.S. Department of Labor (CONSAD)<sup>4</sup>, em 1970, cerca de 43% das mulheres de idade entre 16 anos ou mais faziam parte da força de trabalho nos Estados Unidos. Em 2007, esse número aumentou para 59%.

Em 1970, apenas 18% das mulheres de idade entre 25 ou mais eram graduadas em faculdades. Nos anos 2000, cerca de metade dessas mulheres de mesma faixa etária já teriam se formado em alguma graduação e em 2006, um terço das mulheres trabalhadoras possuíam uma graduação.

Em 2007, as mulheres representavam 51% de todos os trabalhadores da alta administração, ocupações profissionais e afins. Elas superavam em número os homens em ocupações como gestores financeiros, gestores de recursos humanos, administradores de educação, médicos, gerentes de serviços, contadores e auditores.

Outro dado interessante que o instituto aponta é que, em 1970, o ganho médio semanal para mulheres trabalhando o mesmo número de horas que os homens era cerca de 62% menor em relação ao ganho dos homens. Esse número, em 2007, encolheu para 21%.

Apesar de números que se apresentam de certa forma promissores quando o assunto é a busca por uma equidade salarial entre homens e mulheres, outras instâncias do convívio social aprensetam, também, uma distinção clara de papéis de acordo com o sexo. Na política, por exemplo, as mulheres continuam sendo uma minoria, especialmente quando analisamos a participação política dessa população no Brasil. A primeira prefeita brasileira foi eleita em 1928, em Lages, no Rio Grande do Norte. Em 1934, a primeira deputada federal mulher, Carlota de Queirós. Já no Senado, as primeiras atuações femininas ocorreriam somente nos anos 1990, através de Roseana Sarney. Em 2011, a primeira mulher eleita presidente: Dilma Rousseff.

De acordo com a Politize!, o nível de participação das mulheres no Poder Legislativo é um indicador confiável de grau de amadurecimento das democracias: quanto mais postos o sexo feminino conquista no governo, mais igualitário tende a ser aquele país.

No Brasil, em 2017, cerca de 10% dos deputados federais eram mulheres.<sup>5</sup> Isso fazia com que o país ocupasse o 154º lugar entre 193 países do ranking elaborado pela Inter-Parliamentary Union – uma associação dos legislativos nacionais de todo o mundo, nos

---

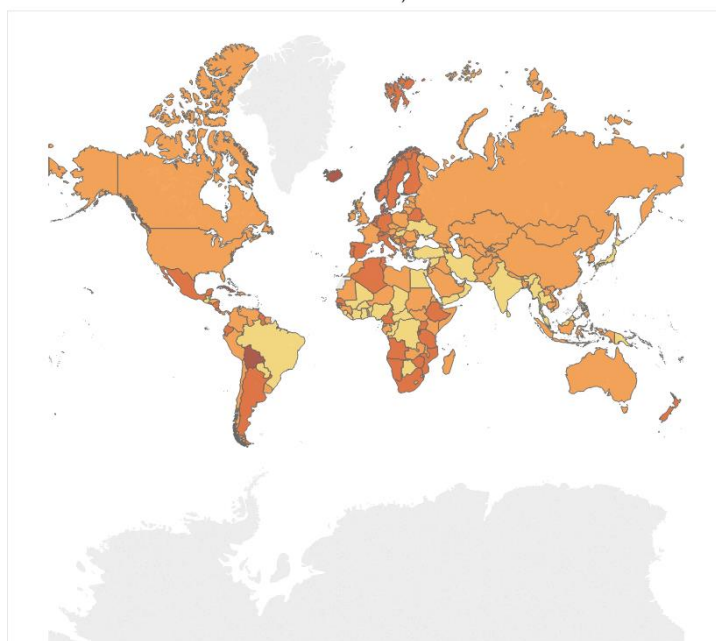
<sup>4</sup> Disponível em: <https://www.shrm.org/hr-today/public-policy/hr-public-policy-issues/Documents/Gender%20Wage%20Gap%20Final%20Report.pdf> (Acesso: 21/11/2018)

<sup>5</sup> Disponível em: <https://www.politize.com.br/participacao-das-mulheres-na-politica-brasileira/> (Acesso: 21/11/2018)

posicionando um pouco a frente de alguns países árabes e do Oriente Médio que historicamente possuem culturas onde o sexo feminino é submisso e afastado de diferentes compromissos ou cargos sociais.

**Figura 2:** Participação feminina no Legislativo nacional de cada nação. Quanto mais escura a cor, maior a porcentagem de inclusão do sexo feminino na política.

Participação de Mulheres entre os Membros do Parlamento (Câmara dos Deputados e similares)



FONTE: Politize! 2017.

Na Figura 2 é possível observar que existem alguns países que são exemplo de sociedades quase que igualitárias entre sexos. Países nórdicos como a Islândia, Finlândia e Noruega apresentam, em média, uma porcentagem de 40% de participação feminina no congresso nacional. Coincidentemente, esses países também estão dentro dos 15 mais altos de Índice de Desenvolvimento Humano de acordo com a ONU, em 2018. O Brasil, por sua vez, ocupa a 79ª posição.

Adicionando a essa ideia, todo ano, nas reuniões do G20, grupo formado pelos ministros de finanças e chefes dos bancos centrais das 19 maiores economias mundiais mais a União Europeia, uma “foto de família” é tirada. Em 2013, quatro mulheres estavam entre os vinte líderes nacionais, representando a Alemanha, o Brasil, a Coreia do Sul e a Argentina



(CONNEL, 2015). Para colocarmos em perspectiva, dos 193 países do mundo, apenas 18 eram governados por mulheres<sup>6</sup> em 2017, de acordo com a Revista Expresso.

O que é observável na política também pode ser visto no mundo econômico. De acordo com o ranking divulgado pela Forbes em 2018<sup>7</sup>, dentro das 60 pessoas mais ricas do mundo, somente 4 são mulheres. As mulheres fazem parte de grande parte da população economicamente ativa, sobretudo, em empregos menos valorizados. Normalmente, pessoas do sexo feminino estão concentradas em trabalhos que exigem mais “delicadeza” e “finesse”, que estão usualmente ligados ao trabalho profissional ou administrativo, ao atendimento ao consumidor, à limpeza, ao setor alimentício ou outros trabalhos que comumente fazem relação ao cuidado, uma característica disseminada como feminina (CONNEL, 2015).

Quando o assunto é trabalho remunerado, outra esfera parece estar muito presente no cotidiano das pessoas de sexo feminino – o doméstico, não pago. Na grande parte das sociedades contemporâneas atuais, a mulher parece estar atrelada a todo e qualquer tipo de trabalho considerado doméstico que envolva cuidado da residência: cozinha, limpeza, costura, cuidado de filhos, sobretudo bebês, etc. Essas atividades estão historicamente atreladas ao feminino através de características culturais atribuídas a esse gênero: calma, delicadeza, gentileza, prontidão, entre muitas outras. Nessa mesma linha, quando olhamos para o gênero masculino, ser um “bom pai” dificilmente está relacionado a cozinhar o almoço dos filhos ou limpar a casa. Ser um bom pai parece estar muito mais ligado à capacidade de sustentação da família e a geração de renda de forma geral.

Assim, de acordo com esses dados, grande parte das mulheres no mundo, especialmente as que têm filhos, muitas vezes são economicamente dependentes dos homens. Essa relação de dependência pode ser um dos fatores que explica o alto índice de violência doméstica contra as mulheres, por exemplo.

A violência contra as mulheres é definida como “qualquer ato ou conduta baseada no gênero, que cause morte, dano ou sofrimento físico, sexual ou psicológico à mulher, tanto na esfera pública quanto na esfera privada” de acordo com o Panorama da violência contra as mulheres no Brasil, publicado pelo Senado Federal em 2018. Esse mesmo documento traz números relevantes que ilustram essa violência no Brasil. Quando falamos sobre incidentes letais, os números são levemente promissores.

---

<sup>6</sup> Disponível em: <https://expresso.sapo.pt/sociedade/2017-04-02-Governar-no-feminino.-So-18-paises-sao-liderados-por-mulheres.-Sabe-quais-#gs.gDeNg7Y> (Acesso: 21/11/2018)

<sup>7</sup> Disponível em: <https://www.forbes.com/billionaires/list/2/#version:static> (Acesso: 21/11/2018)

O documento traz indicadores estaduais e nacionais acerca da taxa de homicídios das mulheres desde a promulgação da Lei Maria da Penha (2006), que, no contexto do brasileiro, prevê um mecanismo de atuação específico de acordo com uma discriminação também específica onde os papéis associados ao gênero feminino e o lugar privilegiado do gênero masculino nas relações sociais gera vulnerabilidade para as mulheres. Essa vulnerabilidade faz com que mulheres sejam mais expostas socialmente para certos tipos de violência e violação de direitos. Os números obtidos foram calculados através do Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM) e do Ministério de Saúde (MS).

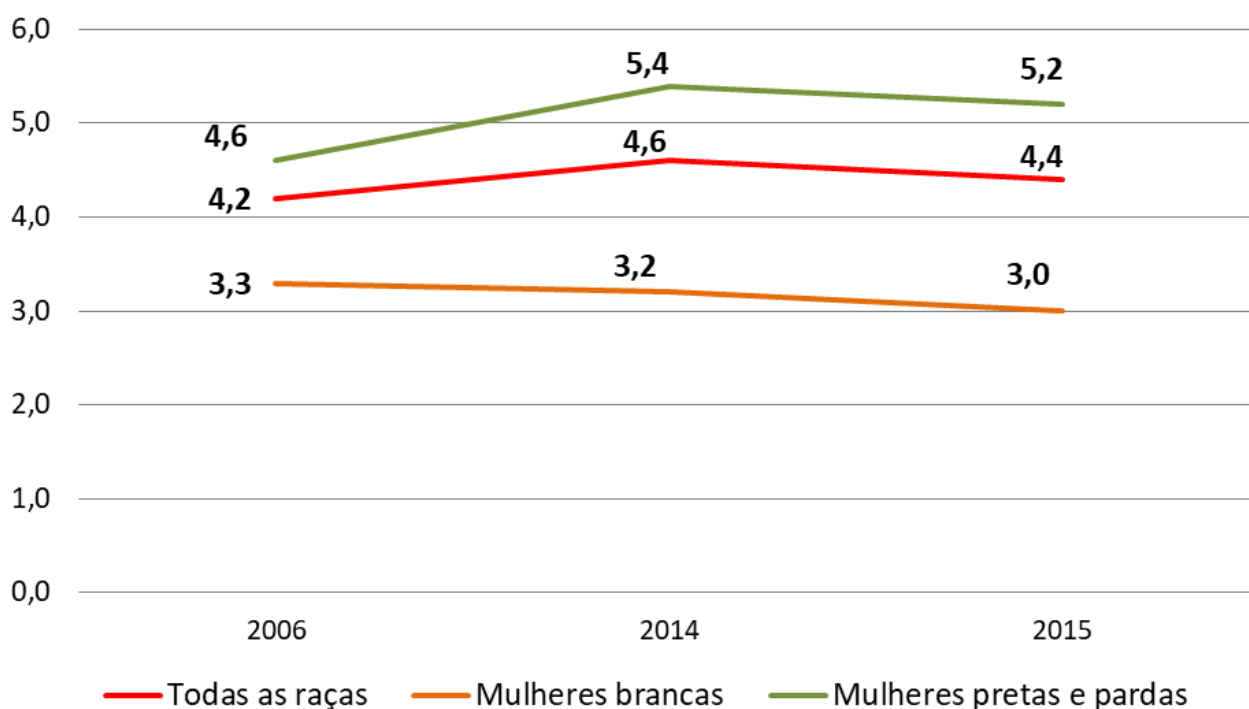
**Tabela 1** : Taxa de homicídio de mulheres, por estado, calculadas a partir dos dados registrados no Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM) do Ministério da Saúde (MS) referentes aos anos de 2006, 2014 e 2015.

<b>Tabela 1 - Taxas de homicídio por 100 mil mulheres</b>									
<b>UF</b>	<b>Taxas de homicídio de mulheres de todas as raças</b>			<b>Taxas de homicídio de mulheres brancas</b>			<b>Taxas de homicídio de mulheres pretas e pardas</b>		
	<b>2006</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2006</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2006</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
AC	4,5	5,1	4,7	6,4	4,6	4,6	3,3	5,4	4,7
AP	4,2	5,3	4,7	3,7	1,1	3,1	4,3	6,7	4,5
AM	3,2	4,1	5,9	2,8	2	1,5	2,7	4,4	6,4
PA	3,8	6,1	6,4	2,4	2,2	2,4	4,2	7	7,3
RO	6,6	6,4	7,2	7	5,4	4,7	6,3	6,5	8,2
RR	6,4	9,5	11,4	9,9	1,8	3,8	1,9	5,5	5,2
TO	3,6	4,7	6,1	2,5	3,5	3,4	3,7	5	6,5
AL	6,7	7,4	5,4	1	0,8	0,2	6,6	10	7,1
BA	3,3	4,9	4,9	1,4	2,9	2,5	3,4	5,2	5,3
CE	3,1	6,3	5,5	1,2	1,7	1,6	2,3	4,6	4,8
MA	2	4,2	4,3	0,9	3	3,3	2,4	4,5	4,2
PB	3,3	5,5	5,3	1,4	1,5	1,5	4,3	7,5	6,7
PE	6,9	5	4,8	2,1	1,9	2,1	9,4	6,5	6,2
PI	2	3,8	4	1	1	2	2,4	4,1	4,3
RN	2,6	5,9	5,1	1,5	3	1,1	2,7	7,1	7,1
SE	4,1	6,4	6	2,8	3	1,3	3,3	7,7	7,7
ES	10,3	6,9	6,9	5,6	2,8	2,7	10,3	9,2	9,2
MG	3,9	3,7	3,8	3	3	3	4,5	4,2	4,3
RJ	6,1	5,3	4,4	4,8	3,9	3,6	7,4	6,3	5
SP	3,7	2,7	2,4	3,6	2,6	2,4	3,8	2,7	2,4
PR	4,7	5	4,2	4,9	5,6	4,8	3,6	3,7	2,9
RS	2,9	4,3	4,8	2,8	4,1	4,7	3,1	4,7	4,9
SC	3	3,2	2,9	2,6	2,9	2,7	4,2	4,1	4,3
DF	4,4	5,2	4,6	1,7	2,5	2,5	6,5	7,2	6,2
GO	4,7	8,4	7,3	3,6	5,5	5,4	5,3	10,4	8,5
MT	5	7	7,4	5,5	5,9	5,3	4,8	7,5	8,6
MS	4,7	6,3	4,3	3,9	3,8	2,9	4,3	6,6	5,4
<b>BRASIL</b>	<b>4,2</b>	<b>4,6</b>	<b>4,4</b>	<b>3,3</b>	<b>3,2</b>	<b>3</b>	<b>4,6</b>	<b>5,4</b>	<b>5,2</b>

FONTE: SENADO FEDERAL, 2018

No que diz respeito à violência letal, o documento disponibilizado pelo Senado confirma que, no Brasil, houve uma redução, mesmo que sutil, das taxas de homicídios de mulheres registradas no SIM e no MS desde a instauração da Lei Maria da Penha. Apesar disso, a violência letal parece atingir de forma diferente as mulheres a depender da sua raça. Isso pode ser observado nos números da tabela abaixo, que comparam a taxa de homicídios de mulheres brancas e a taxa de homicídios de mulheres pretas e pardas.

**Gráfico 1:** Taxas de homicídios de mulheres no Brasil de acordo com a raça.



FONTE: SENADO FEDERAL, 2018

Números como esses, além de indicarem que existem outros fatores sociais envolvidos nas ocorrências de violência doméstica contra as mulheres, como classe social e raça, ilustram como pode existir uma relação hierárquica entre gêneros que relaciona força e poder.

Os homens, por sua vez, não sofrem do mesmo tipo de abuso que as mulheres, mas estão sob o risco de sofrerem outras formas de violência. Muitos homens são violentados diariamente por uma série de motivos, entre eles, a sua sexualidade. Além disso, a população carcerária do Brasil é composta majoritariamente por homens. De acordo com os relatórios do Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias (Infopen), de 2014, a quantidade de

pessoas presas no Brasil chegava a 622 mil, sendo desses 94% homens e 6% mulheres, proporção que varia de Estado para Estado<sup>8</sup>.

Além disso, a maioria dos acidentes de trabalho na indústria envolve homens, pois eles são também maioria na força de trabalho de indústrias que exigem trabalhos mais perigosos, como a construção civil ou mineração, trabalhos comumente ditos como masculinos.

Homens estão desproporcionalmente envolvidos em situações de violência porque estão preparados para isso (CONNEL, 2015). Padrões de criação de meninos e meninas são muito diferentes na grande parte da cultura ocidental. Jovens do sexo masculino normalmente são estimulados a praticar esportes – tanto pelas mídias e pelos pais – onde a exposição e dominação corporal estão muito presentes. A norma social de que meninos precisam demonstrar coragem, determinação e garra mexe de forma direta na construção do gênero masculino. Qualquer indivíduo que fuja desse padrão social pode ser taxado de afeminado ou até ter sua sexualidade questionada. Assim, atos que envolvam a força física e a violência muitas vezes podem se tornar um recurso de certificação de masculinidade, sendo talvez um dos motivos percussores para o grande envolvimento dos homens na violência ao redor do mundo.

Vimos até agora indicativos que mostram a disparidade entre os gêneros masculino e feminino ao redor do mundo, seja por meio da atuação das pessoas de cada sexo em diferentes instâncias sociais e políticas ou pela concentração delas no ambiente carcerário. Tomando essas diferenças como um problema real e inerente na nossa sociedade, a construção de seres masculinos e femininos se dá de diferentes formas e através de diferentes meios: a forma de se comunicar, se vestir, se expressar corporalmente ou até os lugares que um indivíduo frequenta. Nessa perspectiva, a partir de agora tentaremos desvendar quais são as premissas por trás da construção de um ser masculino/feminino através do seu corpo e das suas práticas corporais.

### **2.3 Práticas corporais e a construção dos corpos**

O corpo é uma inesgotável fonte de símbolos e é simultaneamente o patrimônio mais sensível de cada ser humano (GIACOMINI, 2002). A construção do corpo, da mesma forma que o gênero, é um processo dependente da história, do contexto que inclui as influências

---

<sup>8</sup> INFOPEN – 2014. Disponível em: <https://www.conjur.com.br/dl/infopen-dez14.pdf> (Acesso 21/11/2018)

culturais, políticas e religiosas em que um indivíduo está inserido. Também da mesma forma que o gênero, de forma simplista, se divide em masculino e feminino, corpos possuem expectativas normativas quando identificamos uma pessoa do sexo feminino: cabelos longos, lisos, branca, heterossexual e magra. Características normativas também podem ser atribuídas da mesma forma ao sexo masculino: alto, forte, cabelos curtos, branco e heterossexual (GOELLNER, 2003).

Para compreendermos de forma mais clara como as normas dos corpos são construídas, só precisaríamos dedicar um pouco do nosso tempo para analisar a programação das emissoras da televisão brasileira, por exemplo. Seja através das propagandas, novelas ou programas de auditório, a exposição corporal realizada diariamente cria padrões, tanto de comportamento que se manifestam através do gênero quanto visuais através do corpo. A junção de todas essas influências, de forma constante e incansável, cria de forma subjetiva a imagem de um corpo perfeito para os homens e para as mulheres.

Ao longo do tempo e, mais visivelmente na atualidade, passamos por um grande ajuste de morfologias e motricidades. Vemos inúmeras formas de representações corporais em diferentes ambientes. Representações que muitas vezes ainda não são digeridas por grande parte das pessoas da nossa sociedade ocidental e globalizadas justamente por fugirem do esperado e das normas sociais. Apesar disso, a busca insaciável pelo corpo perfeito também nunca esteve tão presente no cotidiano das pessoas.

Com os avanços das tecnologias de comunicação e a acessibilidade a diferentes recursos visuais por grande parte da população, a imagem corporal pode pela primeira vez ser fixada, portada e observada continuamente. Nessa perspectiva, talvez o registro fotográfico tenha o maior impacto de todas as mídias. Com ele se torna possível, pela primeira vez, o consumo da imagem corporal. Os registros identificam os arredores, as poses, as formas e as expressões, invadindo a vida cotidiana das pessoas e fortalecendo o processo de generificação do corpo através de padronizações da aparência e dos tipos físicos ideias de homens e mulheres.

Mais especificamente no século XIX a busca pela simetria corporal passa a ser uma obsessão. A valorização da verticalidade, da magreza e do alinhamento torna possível a criação de uma série de métodos ginásticos e aparelhos para o fortalecimento da musculatura. Esses métodos e aparelhos, apesar de serem vendidos através de um viés biológico de

ampliação dos medidores de saúde, também buscam não só endireitar, mas eliminar a vulgaridade e imoralidade que um corpo flácido e curvado pode representar (FRAGA, 2000).

A invenção dos métodos de padronização corporal como atividade física, dietas, cosméticos e drogas dá início a um fenômeno no século XX e que é cada vez mais visível no século XXI, especialmente com a ascensão das redes sociais: a cultura fitness:

*“Como práticas corporais contemporâneas, o esporte e a cultura fitness, vêm, desde os anos 80, conquistando espaços cada vez maiores no cotidiano de cada um de nós. Movimentam nosso pensamento, nossos sonhos, desejos, fantasias e, literalmente, nossa materialidade biológica, ou melhor, aquilo que denominamos corpo.”*  
(GOELLNER, p.1, 2006).

A adoração ao movimento, às formas bonitas e à saúde se estende aos espaços públicos das grandes metrópoles, nos parques, praças, academias, ginásios e ruas. Recomendações constantes – incentivadas repetidamente pelas mídias – que ditam o quanto devemos nos exercitar por semana ou por dia, assim como a repugna ao sedentarismo, ao acúmulo de gordura, a feiura e a preguiça ditam e constroem regras corporais e de comportamento. Ou seja, nada que desorganize as representações normativas de um corpo masculino ou feminino na sua aparência ou funcionalidade.

A partir das influências e do discurso que incide sobre a construção dos corpos é possível identificar que a base argumentativa tende sempre a ser biológica. Através dessa visão, as singularidades e diferenças entre os indivíduos podem não ser contempladas e, ainda por cima, desvalorizadas. O que impede que um homem não se identifique, por exemplo, com as características que normalmente são atribuídas a ele: de garra, coragem, determinação e força? A naturalização do discurso biológico que periferia a construção do que é “ser homem” faz com que inúmeros indivíduos não se identifiquem dentro da sociedade ou, ainda, sejam discriminados por fugirem dos padrões normativos (CONNEL, 2015).

A mesma base argumentativa é utilizada para justificar a aderência de mulheres e homens a certas práticas corporais ou esportes. Características como a aventura, força, potência e desafio são usualmente atribuídas ao masculino. A força amena, potência

controlada e o desafio ameno normalmente são ditos como femininas. Para elas, existe o incentivo de viver o espetáculo esportivo e corporal, contato que esse não deixe de lado a beleza, a delicadeza e a graciosidade, que são atributos de uma suposta “essência feminina” (GOELLNER, 2006).

Ainda seguindo nas ideias de Goellner, e, agora, mergulhando mais afundo na argumentação biológica, nos deparamos com a questão da maternidade. A suposta sobrecarga corporal imposta pelos esportes de aventura, ou pelas práticas que envolvem força e impacto poderiam não contribuir para a construção de ambiente apto para a geração da prole, que nada mais é que o “destino” de toda mulher. Assim, mulheres que desafiam tais pressupostos são representadas como “alucinadas, persistentes, obcecadas e inconsequentes”. Da mesma forma que homens que buscam participar de práticas que envolvem atributos ditos femininos. A graciosidade e delicadeza presentes na prática do ballet, por exemplo, faz com que seus praticantes homens sejam questionados da sua virilidade e até da sua sexualidade.

A polarização de gênero atribuída aos diferentes esportes faz com que ambientes ditos “neutros” surjam com cada vez mais força no cotidiano das pessoas. A cultura fitness contribui para a criação e disseminação de espaços onde as práticas corporais ali praticadas não sejam, supostamente, generificadas: as academias de musculação. A argumentação que circunda a adesão e inserção das pessoas nesses espaços é muito semelhante às premissas da saúde utilizadas para justificar a prática ou não de algum esporte.

Apesar da existência de um discurso que dita às práticas corporais desses ambientes como “neutras”, o real objetivo estético e generificado que tem levado as pessoas para as academias é encoberto pelas premissas da saúde. O emagrecimento, a hipertrofia das pernas e dos glúteos para as mulheres e a hipertrofia dos braços e do peitoral para os homens fazem parte de alguns dos motivadores para a prática da atividade física (HANSEN e VAZ, 2006). É através das academias de musculação que o corpo hipertrofiado ganha espaço e representatividade na sociedade: competições, apresentações em praças públicas, comerciais de televisão, protótipos de brinquedos de super-heróis e desenhos animados (FRAGA, 2000). Representatividade que, ao longo do tempo, contribui para a construção do estereótipo do corpo perfeito para o homem o corpo perfeito para a mulher.

## 2.4 As academias de musculação: um breve histórico

Academias de ginástica e musculação no Brasil são espaços de iniciação à prática de atividades físicas de cunho privado, onde reina o ensino de ginásticas, lutas, danças, ioga, musculação, enfim, atividades físicas de modo geral. Esses locais sofreram inúmeras transformações ao longo do tempo, onde, em meados de 1940, vimos se estabilizar um modelo contemporâneo de academia que predomina até hoje no Brasil. Esse modelo tem como base a oferta das ginásticas, assim como o adicional das lutas ou do halterofilismo, assim como a disponibilidade de profissionais vindos de cursos superiores (CAPINASSU, 2005).

Esses espaços possuem um vasto repertório de práticas e técnicas que, como comentamos anteriormente, produz o corpo de mulheres e homens, seja através da perspectiva biológica representada pelo emagrecimento e hipertrofia muscular ou pela perspectiva cultural representada pela beleza. As academias podem ser então entendidas como locais onde se desenvolve uma cultura na qual são constituídos vocabulários, rituais, costumes e estruturas hierárquicas que podem interferir no modo de agir e ser dos seus frequentadores (HANSEN e VAZ, 2006).

Esse ambiente sofreu mutações ao longo do tempo, chegando a uma estrutura hegemônica hoje no Brasil com base no halterofilismo com oferta adicional de lutas e outras atividades extra, como aulas em grupo, esportes de aventura ou práticas em ambientes aquáticos. Diferentes estabelecimentos possuem diferentes logísticas de funcionamento quanto ao acesso dos seus usuários, sendo possível ofertar planos com horários demarcados semanalmente ou de acesso livre, com ou sem acompanhamento de um profissional de educação física ou até com a inclusão ou não de um armário de despache para bens pessoais. Logística que não foge da realidade da maioria dos empreendimentos privados.

As academias de musculação são majoritariamente analisadas através das premissas biológicas atribuídas às atividades que ali são praticadas. Existe uma infinidade de estudos que compara diferentes protocolos de treinamento para diferentes objetivos, seja ele o emagrecimento ou a hipertrofia. A abordagem, nesse sentido, biológica, das práticas corporais que são praticadas dentro desse ambiente possuem suma importância para a produção de uma literatura consistente para a produção de diretrizes confiáveis para profissionais de educação física que ali atuam. Porém, esse estudo busca analisar esse mesmo ambiente através de uma



abordagem social, que enxerga a academia como um ambiente que é, sobretudo, social. Um ambiente que estabelece relações de poder que talvez possam ser atribuídas ao gênero. Um ambiente que além de incentivar a proliferação da saúde, também constrói corpos e produz estereótipos.

Nessa perspectiva, esse estudo busca analisar uma academia de musculação específica em um bairro nobre de Porto Alegre, identificando como as relações de gênero se manifestam e como o fator socializante desse local pode influenciar as ações dos seus frequentadores.

### 3. PERCURSO METODOLÓGICO

Identificar a metodologia mais adequada para a realização dessa pesquisa foi um processo adverso. Minha concepção acerca de grande parte dos trabalhos sociológicos que possuem caráter qualitativo é que eles se atrelam de forma exagerada às noções subjetivas dos acontecimentos, fenômenos e teorias analisadas. Isso torna o entendimento das questões de pesquisa um processo árduo e trabalhoso para o leitor porque exige um leque de conhecimentos extenso, grande capacidade de abstração dos fatos e, além de tudo, empatia.

De certa forma, atribuo pequena parte dos acontecimentos atuais e à ascensão de ideias retrógradas à incapacidade de expormos, como autores e professores, conceitos subjetivos e filosóficos de forma mais acessível para o grande público. Muitos textos, inclusive os que são utilizados dentro da graduação de um educador físico, possuem interpretações com um alto nível de complexidade sobre fenômenos que podem, sim, ser expostos e esclarecidos de formas mais simples e sucintas.

Talvez a forma de cumprir essa tarefa seja atribuindo acontecimentos reais, descritos de forma literal junto da conceituação para exemplificar de forma clara o que de fato queremos dizer. Talvez a construção social do corpo ou das feminilidades e masculinidades seja realmente algo difícil de ser visualizado por algumas pessoas, então nossa função, aqui, é de facilitador. A partir desta lógica, o objetivo geral da pesquisa, então, é analisar as relações de gênero existentes em uma pequena academia de musculação mista de Porto Alegre, tendo como questões de pesquisa: 1) Como sujeitos construídos histórica e socialmente como homens e mulheres se relacionam dentro de uma academia de ginástica e musculação? 2) Como as categorias de análise: sexo, gênero e sexualidade nos auxiliam no entendimento dos modos de ser e de se apresentar como masculinos e/ou femininos? E o que isso implica na prática do professor de Educação Física?

O estudo tem um caráter qualitativo, onde me inseri no ambiente em questão (academia de bairro nobre de Porto Alegre) como um participante observador. Ou seja, houve uma interação com o ambiente e os sujeitos que ali se inseriam. Todos os registros foram feitos, então, após os acontecimentos (NEGRINE, 1999).

As observações tentaram ser as mais descritivas possíveis, evitando agregar valores aos ocorridos visando evitar uma possível interferência nas análises da pesquisa. Além disso,

elas foram caracterizadas por serem individuais e divididas em três períodos, como proposto por Negrine (1999):

1. Observações não estruturadas.
2. Observações semiestruturadas.
3. Observações estruturadas.

A primeira fase, composta por observações não estruturadas foi quando fiquei desprovido de qualquer indicador pré-determinado. Esse período teve como objetivo a prática inicial de registro de dados sem agregação de juízos de valor.

Depois, após algumas observações com essa estrutura, delimiti algumas pautas a serem observadas. Porém, tentei não me fechar a outras ocorrências que pudessem surgir durante o processo. Essas observações se caracterizaram por serem semiestruturadas.

Por fim, buscando objetividade dentro dos dados coletados, foram realizadas observações totalmente estruturadas, onde questões em foco foram registradas e somente elas.

Negrine (1999) também cita os requisitos fundamentais para o sucesso no registro das informações:

- a. Ter atenção contínua e seletiva no objeto de estudo;
- b. Descrever os fatos com objetividade, isto é, evitar o uso de metáforas;
- c. Apresentar curiosidade frente aos aspectos pouco evidenciados;
- d. Verificar de forma permanente, se as informações recolhidas se ajustam aos objetivos do estudo;
- e. Redefinir os objetivos do estudo, quando for o caso, frente às evidências registradas.

As observações ocorreram de forma sistemática, três vezes por semana, por pelo menos uma hora durante no horário de pico (final da tarde) na academia de musculação em questão. As observações se dividiram em três etapas, onde a primeira (não estruturada) durará cerca de uma semana. A segunda (semiestruturada), por cerca de duas semanas e, por último, a terceira (estruturada) pela semana final. Todas elas buscaram o registro de situações concretas, com o maior número de detalhes possíveis e com a ausência de juízos de valor.

Dentro do ponto de vista apresentado nas aproximações teóricas, o período de observações semiestruturadas e estruturadas tentou registrar momentos específicos onde a relação de gênero esteja minimamente presente, seja ela através do vestuário dos indivíduos, do tópico de conversação, da prática corporal realizada, etc. Enfim, acontecimentos que tenham relação com a aproximação teórica.

Após o período de observação, o diário onde descrevi os acontecidos será relido e analisado nos próximos dois capítulos e através de um processo de triangulação em que o sujeito (autor), o objeto (academia) e o fenômeno (relações de gênero) se inter-relacionam para gerar respostas e, possivelmente, novas perguntas. Essas novas perguntas podendo gerar uma nova pesquisa qualitativa ou quantitativa com uma nova triangulação em um processo dialético (TUZZO e BRAGA, 2016).

A ideia da triangulação, aqui, visa compreender e legitimar olhares múltiplos, de buscas que se complementam e que, ao mesmo tempo, podem se firmar somente no eixo qualitativo. Ainda através da lógica de Tuzzo e Braga, entender a pesquisa qualitativa como uma proposta flexível e que abrange novos horizontes é de extrema relevância:

*“Entende-se que a abordagem qualitativa, enquanto exercício de pesquisa, não se apresenta como uma proposta rigorosamente estruturada, permitindo que a imaginação e a criatividade levem os investigadores a propor trabalhos que explorem novos enfoques, sugere que a pesquisa qualitativa oferece ao pesquisador um vasto campo de possibilidades investigativas que descrevem momentos e significados rotineiros e problemáticos na vida dos indivíduos.” (Tuzzo e Braga, p. 142, 2016).*

#### 4. CONSTRUÇÃO DE UM ESPAÇO QUE GENERIFICA CORPOS E MARCAS

Retornar ao ambiente onde trabalhei por anos e onde presenciei cenas que me instigaram a realizar essa pesquisa foi angustiante e, ao mesmo tempo, excitante. As idas à academia que antes carregavam dentro de si somente objetivos biológicos agora carregavam inquietações e perguntas que considero de extrema relevância. O mesmo universo que antes possuía uma interpretação definitiva quando comecei a frequentá-lo agora assumia um papel mais complexo do que jamais pudesse imaginar.

A academia de musculação, situada em uma região comercial de Porto Alegre, no bairro Boa Vista, possui dois espaços de convivência, um com máquinas de musculação e outro com máquinas para realização do trabalho comumente aeróbico, com esteiras e elípticos. O local não é muito grande, podendo comportar no máximo 20 a 25 pessoas em situações de lotação. Pintada de preto e amarelo, o ambiente é visualmente encantador e cativante. Apesar disso, também exala um ar “*old school*”, termo comumente utilizados pelos seus frequentadores, que pode ser observado através de alguns aparelhos e das anilhas que visivelmente carregam anos de uso em si. Tal terminologia também remete às práticas dentro da academia em questão: principalmente através da escolha dos programas de treinamento ou até pela preferência por exercícios específicos que normalmente estão atrelados aos grandes competidores do passado do *bodybuilding*. Relação que faz sentido já que a academia é atualmente chefiada por um competidor da modalidade e frequentada por outros.

Previamente às observações propriamente ditas, já tinha conhecimento sobre qual seria o primeiro objeto que teria de analisar: o logotipo. Logos, de forma geral, variam de empresa para empresa e são uma parte importante da construção da identidade de uma marca. O que um indivíduo enxerga é mais provável a influenciá-lo do que algo que lhe é simplesmente dito ou compreendido através de uma apresentação longa e complexa de informações. O logotipo, então, seguindo essa lógica, mostra ao consumidor a que veio a empresa (CLIFTON and SIMMONS, 2003 – tradução livre).

Diferentes academias, logo, diferentes empresas, escolhem representar seu trabalho através dos seus logotipos de formas distintas buscando explicitar o objetivo principal de sua existência: saúde, estética, condicionamento, etc. Esse apelo pode ser realizado através de imagens, palavras ou até pela simples escolha da paleta de cores utilizada (CLIFTON and SIMMONS, 2003):

**Figura 3:** Exemplo de logotipo de academia que se comunica com o público através da escolha de um termo específico do universo fitness.



Disponível em: <https://blog.agenciadosite.com.br/logo-para-academia/> - acesso em 10/10/2018.

A identidade visual de um logotipo de uma academia de musculação normalmente incluirá termos que apelam a o que ocorre e com o que se lida, de fato, no ambiente. Palavras como “body”, “fit”, “fitness”, entre outras, comumente são encontradas para representar e até nomear esses universos. Além da escolha dos termos, auxílios visuais também são usualmente encontrados para comunicar ao consumidor os objetivos e mensagens de uma marca:

**Figura 4:** Exemplo de logotipo de academia que se comunica com o público através de imagens e terminologias específicas do universo fitness.



Disponível em: <https://blog.agenciadosite.com.br/logo-para-academia/> - acesso em 10/10/2018.

O apelo ao corpo e às noções clássicas do que é “ser saudável” no século XXI: se movimentar, correr, caminhar, levantar pesos, etc. é claramente explorado nesses trabalhos. Algumas identidades visuais podem fazer isso de forma mais sutil, utilizando bonecos ilustrados de forma mais abstrata como no exemplo da Figura 4, fugindo de padrões normativos e, assim, supostamente incluindo dentro do seu universo todo e qualquer tipo de representação corporal. Outros logotipos se comunicam com o público de forma mais direta, explicitando, de certa forma, algumas características da marca e da sua mensagem:

**Figura 5:** Exemplo de logotipo de academia que utiliza um recurso visual e linguístico para caracterizar sua identidade visual de forma agressiva.



Disponível em: <https://starlogos.com.br/blog/identidade-visual-para-academia-criativa/> - acesso em 10/10/2018.

O logotipo da empresa que analiso nessa pesquisa se assemelha de forma expressiva ao exemplo mostrado na figura número 5, que, diferentemente dos exemplos anteriores, utiliza a imagem corporal hegemonicamente dita masculina: forte, com expressões que indiquem a garra e a dor, com musculatura volumosa e definida de forma explícita. Além disso, a terminologia utilizada nessa amostra também possui o poder de caracterizar o tipo de

trabalho que é realizado nesse ambiente, podendo se tornar mais atraente para um público particular através da palavra “*elite*”.

A imagem visual fornecida pelo estabelecimento nos permite identificar, então, que a academia parece apelar para o público masculino, que busca um treinamento intenso e com o objetivo de modificar esteticamente o corpo em busca de um padrão normativo da nossa sociedade contemporânea: forte e com definição muscular, como comentado inicialmente nas aproximações teóricas.

A concentração de homens e mulheres na sala de musculação parece confirmar a ideia de que o logotipo dialoga primariamente com o público masculino. Ao longo de todo o período de observação, mais homens frequentaram o ambiente que as mulheres durante as horas que estive presente. Ao longo de um dos últimos dias de observação, por exemplo, me surpreendi com a concentração quase que proporcional entre homens e mulheres na sala:

*“A proporção de mulheres para homens hoje parece um pouco mais igualitária. Havia 3 amigas treinando e 4 homens. Uma das três estava no andar de baixo fazendo musculação enquanto as outras duas estavam na esteira. Os 4 estavam treinando. No final do treino, porém, dois deles subiram e foram também até as esteira”. (OBSERVAÇÕES, 11º dia).*

Outro aspecto importante que identifiquei continuamente ao longo do período de observação foi a forma pela qual sujeitos masculinizados e feminilizados se apresentavam no ambiente. Já se sabe que as academias de musculação de forma geral, quando analisadas sob um ponto de vista sociológico, cumprem com o seu papel de formalização de construções corporais normativas. O estudo anteriormente citado realizado por Hansen e Vaz (2006) analisa o vestuário dos frequentadores das academias e identifica que as mulheres tendem a utilizar roupas “modernas”, próprias para ginástica, com cores vivas e variadas (roxo, amarelo, laranja e vermelho, por exemplo), justas e com decotes ousados e provocantes. Roupas que acentuam partes específicas do corpo como os seios, a barriga, os glúteos e as costas.



Ainda através dos achados de Hansen e Vaz (2006), os homens que frequentam as academias, por sua vez, tendem a utilizar bermudas, regatas ou camisetas justas nos braços e no peitoral. Os calçados tendem a ser novos e com modelos sofisticados, quase sempre limpos e confeccionados especificamente para a prática na academia de musculação. Tais formas de viver e expressar a masculinidade e feminilidade também vão de encontro às interpretações realizadas por Fraga (2000) e com as observações durante o período de pesquisa e esse trecho específico durante um dos dias finais:

*“As mulheres ao longo de todas as observações parecem ter um padrão de roupa bem claro: normalmente a vestimenta é composta por uma legging e um top ou uma camiseta manga cavada. Os homens, por outro lado, costumam sempre treinar com bermudas esportivas e camisetas diferenciadas. Alguns utilizam roupas “dry fit” e, outros, camisetas de algodão, um pouco mais usuais e normalmente coladas no corpo”. (Observações, 10º dia).*

Uma característica importante e quase sempre presente dentro das academias de musculação ao redor do mundo é a música ambiente. A música, de forma geral, se relaciona diretamente com emoções e sentimentos dos seres humanos e tem o potencial de modificar nossa frequência cardíaca e melhorar até o nosso rendimento em atividades que exigem um alto índice de desempenho físico (THAKARE et al., 2017). Dessa forma, musicalidades possuem um papel importante nas práticas corporais diversas e, não diferentemente, da mesma forma na musculação.

Apesar desse aspecto não ter sido exclusivamente analisado até então dentro do universo específico das salas de musculação, é possível que analisemos uma situação específica ocorrida dentro do período de observações:

*“As músicas que tocavam no ambiente costumam sempre serem pop, “as famosas do momento”. Quando o dono da academia treina em conjunto dos alunos, as músicas ficam*

*mais rápidas e altas, normalmente pertencendo a gêneros musicais mais pesados, como rock'n'roll e heavy metal". (Observações, 7º dia).*

O gosto musical ou a escolha pelo som ambiente nas academias são fenômenos que não necessariamente possuem uma atribuição clara ou evidenciada de gênero. A preferência por canções que fazem sucesso ao redor do mundo pode significar que, a partir de uma probabilidade estatística, os frequentadores da academia provavelmente se identifiquem mais e criem um laço afetivo positivo com o local.

Apesar de essa ser uma linha de interpretação possível, outro acontecimento específico durante o período de pesquisa pode abrir os nossos olhos para outra que possui, de certa forma, uma relação da música com gênero:

*"Hoje, interessante, quando cheguei, as músicas que tocavam eram fortes: rock'n'roll e heavy metal. Quando duas mulheres entraram na academia a música foi trocada para um gênero pop, mais leve, por um dos frequentadores da academia". (Observações, 9º dia).*

Apesar de a música ter sido modificada no mesmo momento que as duas mulheres ingressaram na sala de musculação, não necessariamente se concretiza a possível relação de causa e efeito da situação. Em nenhum momento, por exemplo, houve algum manifesto contra o tipo de música que estava sendo reproduzida por parte delas. Ao mesmo tempo, não seria sensato descartar a hipótese de que o homem que trocou o gênero musical de alguma forma tenha relacionado a música "pesada" com um possível descontentamento ou desconforto das praticantes.

Por fim, outro aspecto comportamental e normativo importante que se difere entre os gêneros masculinos e femininos dentro do mundo fitness e nas academias de musculação é a simples forma pela qual um programa de treinamento é selecionado e realizado. Homens almejam, sobretudo, o volume muscular e o treinamento dos membros superiores. Exercitam-se para si mesmos e para, muitas vezes, adquirir prestígio entre os próprios homens através da

conquista das mulheres como consequência da aquisição desse “status”. Mulheres, por sua vez, incorporam os requisitos de beleza a partir de um ponto de vista masculinizado, determinando seu investimento corporal em regiões que tendem a ser mais admiradas pelos homens: coxas, glúteos e abdômen (SABINO, 2000). Dessa forma, é possível perceber diferenciações claras entre programas de treinamento de acordo com o sexo dos frequentadores da sala de musculação:

*“Com maior clareza é possível ver, depois de alguns dias de observação, que os padrões de treinamento para homens e mulheres são muito característicos: mulheres, via de regra, treinam membros inferiores enquanto homens treinam membros superiores. Além disso, até hoje (8º dia de observação) presenciei somente uma mulher dedicando um dia completo para treinar os braços de forma isolada. Enquanto isso, todos os dias pelo menos um homem realiza esse tipo de treinamento”. (Observações, 8º dia).*

Interessantemente, a ênfase no trabalho de musculaturas específicas está diretamente atrelada às expectativas corporais ideais esperadas pelo sexo oposto: homens treinam os membros superiores com o objetivo de obter status entre as mulheres enquanto as mulheres treinam membros inferiores com o objetivo de obter status entre os homens. Tais expectativas que foram construídas e são reforçadas ao passar do tempo através do auxílio midiático que reproduz e impulsiona imagens corporais com esses estereótipos.

A vasta maioria dessas análises já foi confirmada de forma empírica através de diversos estudos ao longo do tempo. Porém, discutir a construção de gêneros dentro desse local requer que se tenha o conhecimento de todos esses pequenos aspectos que já foram comentados porque, apesar de já serem legítimos, não são menos importantes. Além disso, de certa forma esperava encontrar os resultados que encontrei referente a esses tópicos (roupas, músicas, concentração masculina e treinamentos generificados) durante a realização da pesquisa porque já havia vivenciado inúmeras situações semelhantes durante o período em que exerci a função de instrutor dentro da academia.

Reforçar e discutir esses comportamentos normativos é relevante porque todos eles carregam significados e preconceitos que são reproduzidos diariamente nas salas de musculação e que contribuem para a construção de seres masculinizados e feminilizados. Tais preconceitos têm potencial para interferir de forma brusca nas relações interpessoais e também tem a capacidade de hostilizar a sala de musculação para aqueles que não necessariamente cumprem ou seguem as regras implícitas do convívio social dali.

Hipótese que pode ser confirmada de acordo com uma fala específica que escutei de uma amiga e frequentadora do estabelecimento durante um diálogo no período de observação:

*“Logo antes de ir embora, uma conhecida minha chegou à academia e começamos a conversar sobre o trabalho. Ela era a única pessoa dentro da academia que sabia que eu estava fazendo as observações. Dentro da conversa, discutimos padrões de comportamento interessantes que eu vinha notando dentro do espaço até que ela comentou: “Só venho porque é do lado da minha casa”. (Observações, 7º dia).*

Essas análises iniciais e, sobretudo o relato anterior, me fazem pensar sobre quantas pessoas, sobretudo mulheres, não frequentam academias de musculação devido ao ressentimento de se sentirem hostilizadas ou desconfortáveis. Outro ponto que me tenciona é que, de todos os aspectos que fazem relação à aderência ou não de indivíduos a programas de treinamento nesses locais, como classe ou tempo disponível de lazer, o quão relevante é o medo da obrigação de exercer a sua função social esperada. Dessa forma, utilizarei alguns relatos mais particulares no próximo capítulo, onde poderemos enxergar essa interferência no convívio social devido aos padrões normativos de gênero.

## **5. POSTURAS NATURALIZADAS PARA CORPOS MASCULINOS E FEMININOS**

Ser homem e ser mulher na sociedade acarreta inúmeras preposições, seja dentro de casa, do trabalho ou em um espaço de lazer e convivência como as academias de musculação. As diferenças entre um gênero e outro são claramente observáveis no nosso dia a dia e, especialmente, através da linguagem corporal. Dando continuidade à discussão, ao longo desse capítulo utilizarei momentos estritamente vivenciados dentro do ambiente que pesquiso para dialogar acerca dessas diferenças.

Falar sobre linguagem ou postura corporal através de um viés sociológico pode ser um pouco problemático. Assim como as salas de musculação, a postura corporal comumente é analisada através de lentes biológicas, onde o corpo é enxergado puramente como um objeto mecânico, detentor de uma coluna vertebral envolvida de tecidos musculares com a função de estabilizar, flexionar e estender essa estrutura. Apesar disso, a forma como um indivíduo se apresenta no espaço não necessariamente se atrela especificamente aos conceitos biológicos do corpo.

O olhar atento à postura surge na Ortopedia do século XVIII, quando a medicina define formalidades para a postura corporal e a relaciona diretamente com o bem-estar e a saúde física, propondo intervenções e métodos específicos para tratar certas anormalidades (VIEIRA, 2006). Ao longo do tempo, a abordagem biomédica da postura corporal é retratada diariamente através de mídias, revistas e jornais, se tornando uma das premissas para frequentar academias de musculação, por exemplo.

Apesar do discurso que identifica a postura corporal como um componente biológico relacionado ao desempenho corporal e à saúde ser predominante, a postura também pode ser vista como um fenômeno social que é influenciado por outros fatores. A forma pela qual nos dispomos em um ambiente traz mais informações do que meros desequilíbrios musculares, por exemplo. Denys-Struif, uma fisioterapeuta belga que criou o método GDS (Godelieve Denys-Struif) entre os anos 60 e 70, foi a primeira a enxergar o corpo e a linguagem corporal estática de uma forma diferenciada. Sua teoria compreende que a forma que nos dispomos no espaço é uma relação de uma série de variáveis, inclusive, o que estamos sentindo em dado momento. De forma mais direta, as ideias de Struif indicam que a forma como nos posicionamos no espaço de alguma forma se relaciona com a personalidade de cada

indivíduo. Alguém confiante e disposto, por exemplo, projeta naturalmente o seu corpo à frente, enquanto outra pessoa que é mais reservada ou introvertida tende a flexionar a coluna e, de certa forma, “se esconder”. A concepção da fisioterapeuta foi considerada progressista na época, já que grande parte das análises até então não levavam em consideração os aspectos sociais que envolviam a postura corporal.

Diferentes indivíduos apresentarão diferentes posturas. Na sala de musculação, isso não é diferente. Durante os primeiros dias de observação, um caso específico me chamou a atenção:

*“Hoje eu fui de novo, mesmo sem ser um dia objetivo de observação e acabei notando coisas bem semelhantes, no mesmo horário. O que eu pude notar de diferente é que hoje uma menina estava treinando na academia provavelmente pela primeira vez porque alguns movimentos de certos exercícios não estavam muito bons, enfim. Ela aparentava estar aprendendo. Eu foquei bastante nela hoje e percebi muitas vezes como ela tinha uma postura cabisbaixa, pouco motivada, quieta. Ela não deveria ter 20 anos ainda, com um leve sobrepeso e com uma consciência corporal relativamente baixa, julgando pelos padrões de movimento”. (Observações, 2º dia).*

A forma como um indivíduo se comporta em um ambiente parece, de fato, reproduzir claramente alguns sentimentos. O olhar constante para baixo, a caminhada lenta e sem energia e a quietude ilustravam o desconforto e o descontentamento da menina dentro da academia. Curiosamente, não a encontrei em nenhum outro momento das observações.

Em contrapartida, a postura corporal das mulheres dentro da sala de musculação nem sempre segue esse padrão:

*“Hoje, três mulheres abordaram o balcão da academia (ainda não tinha as visto durante as observações) e pediram*

*informações para o instrutor acerca da mensalidade e funcionamento da academia. As três estavam vestidas de roupas esportivas (legging e top) e pareciam já ter frequentado outras academias. O instrutor pareceu ter fornecido todas as informações e, depois, uma das três mulheres perguntou: “E quanto tu consegue fazer pra nós?”. O instrutor, então, se dirigiu até o dono da academia que estava próximo ao balcão. Quando voltou, falou para as três mulheres que poderiam ganhar um desconto de 20%”. (Observações, 11º dia).*

Quanto a isso enxergo uma diferença clara na postura das mulheres que frequentaram a academia. Se de um lado enxergamos um corpo que está fora do padrão normativo: belo, magro e delicado, do outro, encontramos um grupo de corpos que se encaixa perfeitamente nas premissas do que é ser feminina. Da mesma forma, uma distinção clara na forma de se comunicar e se posicionar corporalmente no ambiente: a quietude de uma sobreposta pela sociabilidade, confiança e empoderamento da outra.

A relação existente entre esses acontecimentos e o perfil disposto da academia é muito interessante. Primeiro, analisamos um logotipo que atrai majoritariamente um público masculino para o espaço. Depois, identificamos que a presença de homens no espaço parece ser constantemente maior que a de mulheres. Além disso, mulheres que não se enquadram no padrão normativo de beleza apresentam posturas diferentes das que se enquadram. Representações essas que estão cristalizadas no convívio social diariamente e que normalmente passam despercebidas. O corpo se torna uma ferramenta de barganha, um produto que gera status e assim, de certa forma, valoriza a academia.

Seguindo essa linha, seria possível imaginar a mesma situação acontecendo de forma generificadamente invertida? Primeiro, uma mulher sendo dona do próprio empreendimento, fato que já não é muito comum quando analisamos previamente a função econômica atribuída ao gênero feminino ao redor do mundo. Depois, um grupo de homens se insere em um ambiente frequentado quase que exclusivamente por mulheres expondo seus corpos e solicitando um desconto. E, por último, a proprietária analisando e atribuindo um valor justo

de desconto dado a “qualidade” do corpo. A cena, posta dessa forma, parece pouco comum ou quase fictícia. Porém, do outro lado, o ciclo está naturalizado.

A postura dos homens, dentro da academia de musculação, também parece seguir padrões bem específicos que caminha lado ao lado com as características que normalmente são atribuídas ao ser masculino. Além do uso de roupas esportivas características e o treinamento usualmente dividido “para homens”, os objetivos de todos que frequentam a sala de musculação parece ser o mesmo: a hipertrofia muscular. Objetivo que faz muito sentido quando interligado com as concepções clássicas do corpo ideal masculino: alto, forte, com músculos volumosos e com pouca gordura corporal.

Alguns frequentadores do estabelecimento já alcançaram tal objetivo. Esses mesmos indivíduos muitas vezes são vistos como projeções de um padrão ideal para aqueles que ainda não o conquistaram. A busca insaciável pelo corpo masculino perfeito dentro da academia possui alguns aspectos interessantes que possivelmente também podem ser vistos quando a busca é por um corpo feminino: a pressa. Grande parte das pessoas que frequentam academias procuram resultados rápidos e transformações estéticas mirabolantes. Além disso contribuir para que inúmeros indivíduos recorram a práticas com pouca ou sem nenhuma evidência empírica, a gana e vontade por uma mudança corporal rápida pode prejudicar a atividade física dentro da própria academia de musculação:

*“Hoje, um grupo de 4 amigos estava treinando junto, incluindo o dono da academia. O dono da academia é um ex-fisiculturista, portanto, era esperado que quando se trata de carga, que ele seria um pouco superior aos outros. Os amigos que treinavam com ele pareciam buscar realizar os mesmos exercícios com a mesma carga, muitas vezes sacrificando a forma de execução dos movimentos”. (Observações, 4º dia).*

Como qualquer outra atividade física, a sala de musculação é um espaço onde o professor de educação física lida diretamente com o corpo e com o movimento. Assim, evidentemente, há o risco de lesões. O interessante desse caso é as reações causadas pelo fato do corpo do dono da academia ser considerado o objetivo final para os amigos que treinavam com ele. Através de uma lógica simples, se os amigos do ex-fisiculturista treinarem como ele,



a tendência é que obtenham o mesmo corpo. Porém, o treinamento físico não segue ou se define de forma linear e precisa ser analisado de acordo com uma série de variáveis para que ocorra de forma saudável e segura: individualidade biológica, objetivo, histórico de lesões, execução dos movimentos, etc. Nosso objetivo aqui não é se atrelar às especificidades da prática de exercícios físicos, mas, sim, enxergar o momento acima como uma representação de uma situação onde obter o corpo ideal é um objetivo mais importante do que a saúde.

Além da corrida pelo corpo hipertrofiado, executar os mesmos exercícios com a mesma carga do indivíduo que é considerado o mestre dentro da sala de musculação carrega atrelado em si uma série de pontos importantes para o incremento de status dentro do universo da academia. Ser considerado forte é uma característica que parece ser de extrema relevância, sobretudo para o público masculino, uma vez que esse atributo afeta as relações interpessoais tanto com pessoas do mesmo gênero quanto do outro.

A academia de musculação de bairro, de acordo com os pontos observados e analisados até agora, vem se configurando como um ambiente com características fortemente generificadas que, ao longo de suas ocorrências, reforçam discursos e forçam reações diferenciadas do público feminino que a frequenta.

Uma das formas de tornar o momento do treino uma hora do dia mais leve para muitas pessoas é compartilhar a ida até a academia com um amigo próximo ou colega de trabalho. Nesse aspecto, tanto os homens quanto as mulheres parecem fazer o mesmo. Porém, é possível levantar a hipótese de que as justificativas são diferentes de acordo com cada gênero:

*“Chegando à academia, a proporção de homens e mulheres se mantém semelhante aos primeiros dias. Durante a hora que passei dentro da academia, as mulheres estavam todas em um setor da academia, nas esteiras. Antes de ir treinar, uma das mulheres chamou a outra para descer e ir junto dela. Essa outra região continha somente homens”. (Observações, 5º dia).*

Durante o período que trabalhei na academia, muitas pessoas tentaram iniciar um programa de treinamentos que ocorresse de forma frequente. Porém, muitas delas reclamavam

com o tempo que as práticas eram monótonas e tediosas, opinião que, como de qualquer outra prática corporal, varia de praticante para praticante. Uma das formas de tornar o processo mais prazeroso, então, era realizar a sessão com um conhecido. Mas, nesse caso especificamente, a motivação poderia ter sido outra. O desconforto e ansiedade de ter que descer para iniciar o treino de musculação nos aparelhos aparentava ser visível na expressão da mulher que chamou a amiga para treinar junto dela.

A convivência no espaço onde somente as máquinas de musculação estavam localizadas parecia ser diferente da convivência do espaço aeróbico. Atividades executadas no elíptico ou nas esteiras não apresentam as mesmas características muitas vezes espalhafatas dos aparelhos tradicionais de musculação. Nas esteiras, se torna mais difícil identificar a relação entre gêneros que ocorre dentro da academia já que a carga não é uma variável relevante ou visível. Seguindo nessa linha, aparelhos estáticos de prática aeróbica não permitem mobilidade dos praticantes e exigem certo nível de concentração para manter o equilíbrio, dificultando o desvio do olhar, por exemplo. Assim, esse ambiente normalmente era mais frequentado por mulheres.

Outra possível explicação para a maior incidência de mulheres nesse espaço é a diferenciação de treinamento para cada gênero, como comentado no capítulo anterior. Mulheres, além de normalmente terem suas fichas de treinamento centradas nos membros inferiores, muitas vezes têm como uma de suas pretensões na academia o emagrecimento. Já os homens, que buscam o volume e tônus muscular, usualmente se concentram no setor inferior da academia realizando movimentos clássicos de musculação.

A hipótese de que os ambientes clássicos para a prática de musculação, como pequenas academias de bairro, são hostis e desconfortáveis para pessoas que se identificam com o gênero feminino parece cada vez mais plausível e é uma das premissas para a criação de ambientes que são direcionados especificamente para esse público: as academias femininas.

As academias de musculação exclusivas para mulheres fazem parte de uma estratégia de delimitação de espaços de incentivo privado. Esses locais vêm crescendo exponencialmente, sobretudo a partir dos anos 90 e aceitam como proprietárias, funcionárias e alunas somente mulheres. Desde o último século, diversas políticas que visam à democratização de acesso e uso de espaços públicos às mulheres foram implementadas e, hoje, a busca por um local demarcado pelo sexo que tem como traço identitário a atividade

física causa estranhamento. Esse estranhamento é recorrente da existência, principalmente, de locais que ofertam atividades semelhantes e que são acessíveis a todos/as (NEIVA, 2007).

O fortalecimento desse setor se mostra associado ao fato do homem ser muitas vezes representado como um elemento de intervenção negativo dentro das academias mistas tradicionais, como vimos ao longo do trabalho. Essa intervenção pode ocorrer através de falas, olhares, invasões ao espaço ou críticas direcionadas às mulheres, criando situações inibidoras ou constrangedoras (FRAZÃO, 2015).

Estudos como o de Rocha (2011) e Frazão (2015) identificam que vários motivos circundam a preferência das mulheres pelos ambientes exclusivos a elas, dentre eles os principais sendo: qualidade de vida, a oferta diversificada de aulas em grupo, menor assujeitação a apresentar-se enquadrada em padrões corporais e a ligação, direta ou indireta, com seus parceiros (namorados/maridos) “em casa”. Através de suas entrevistas, ambos os estudos concluíram que grande porcentagem das mulheres que frequentam esses espaços já vivenciou um período significativo de convivência nas academias de musculação mistas, indicando que possivelmente experiências de intervenção negativa relacionadas ao sexo oposto tenham ocorrido.

Uma vez que identificamos todas essas questões, torna-se inerente salientar a importância desse conhecimento para todos os profissionais de educação física que buscam orientar alunos e praticantes de atividades físicas diversas e, de forma especial, nas academias de musculação. A compreensão de que grande parte das práticas corporais possui laços generificados e que os ambientes de atuação precisam ser enxergados e analisados sob uma perspectiva tanto biológica quanto social contribui para que possamos exercer a profissão com maior lucidez.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A desigualdade de gênero está visivelmente presente na sociedade contemporânea em diversos âmbitos, sejam eles sociais, políticos ou econômicos. A construção do que significa ser mulher e ser homem, hoje, é um processo histórico e cultural, influenciado por diversas variáveis, entre as mais importantes a reprodução de discursos através de grandes mídias: revistas, jornais, novelas, propagandas, etc.

Com a luta feminista, vários avanços em direção a uma sociedade e um mundo mais igualitário entre gêneros já foram conquistados, com alguns países já obtendo resultados expressivos quando comparados a sua história recente. O Brasil, por sua vez, começa a incluir políticas que favoreçam as mulheres há pouco tempo, tendo muito a progredir nesse sentido.

Diferentes ambientes de convívio social ilustram essa desigualdade entre gêneros e possuem diferentes expectativas e normas para pessoas que se identificam como masculinas e outras para femininas. Um deles é a academia de musculação, ambiente onde se incentiva a saúde mediante premissas biológicas, mas que também se constrói corpos, relações e posturas corporais, como vimos neste trabalho, através dos seus logotipos, das músicas que movimentam o local, das roupas que cada indivíduo veste, dos olhares, das falas e dos exercícios.

Através da aproximação teórica e das pesquisas realizadas até hoje, aliados com as análises realizadas nesse trabalho, é possível identificar as academias de musculação como espaços altamente generificados, que contribuem para a recriação de estereótipos corporais e reforça comportamentos que, de forma geral, tendem a possuir padrões machistas.

## 7. REFERÊNCIAS

- CAPINUSSU, J. M.. *Academias de Ginástica e Condicionamento Físico: origens*. In: DA COSTA, L. P. (Org.). Atlas do Esporte no Brasil. Rio de Janeiro: Shape, 2005, p. 174
- CLIFTON and SIMMONS et al., *Brands and Branding*. Profile Books Ltd. Pg. 113-126. 2003.
- CONNELL, R. *Políticas da masculinidade. Educação e Realidade*. Vol.20 (2), jul/dez. 1995.
- CONNEL, R. e PEARSE R., *Gênero: Uma perspectiva global. Compreendendo o gênero – da esfera pessoal a política – no mundo contemporâneo*. Editora: nVersos. Terceira edição. 2015. pg 25-44.
- CONSAD Research Corporation. An Analysis of Reasons for the Disparity in Wages Between Men and Women. Disponível em: <https://www.shrm.org/hr-today/public-policy/hr-public-policy-issues/Documents/Gender%20Wage%20Gap%20Final%20Report.pdf>
- DENYS-STRUIF, Godelieve. *Cadeias musculares e articulares: o método GDS*. 2ed. São Paulo: Summus, 1995.
- ESTADÃO, Fake News devem causar impacto em eleições de 2018. Disponível em: <http://infograficos.estadao.com.br/focas/politico-em-construcao/materia/fake-news-devem-causar-impacto-em-eleicoes-de-2018>
- FOLHA DE SÃO PAULO, Relação homossexual é crime em 71 países; 7 preveem pena de morte. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/mundo/2018/09/relacao-homossexual-e-crime-em-71-paises-7-preveem-pena-de-morte.shtml>
- FORBES, The World's Billionaires. Disponível em: <https://www.forbes.com/billionaires/list/2/#version:static>
- FRAGA, A., *Anatomias de consumo: investimentos na musculatura masculina*. 2000
- FRAZÃO Deimerson, *Motivos para a prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres*, Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, (São Paulo) 2015.
- GIACOMINI, S.M., *O corpo como cultura e a cultura do corpo: uma explosão de significados*. GOLDENBERG, Mirian et al. (Org.) Nu & Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record. 2002.
- GOELLNER, S.V.. *Entre o sexo, a beleza e a saúde: o esporte e a cultura fitness*. Labrys, Estudos Feministas, junho/ dezembro 2006. Disponível em: <https://www.labrys.net.br/labrys10/riogrande/silvana.htm> Acesso em 04/09/18.

GOELLNER, S.V., *Bela, Maternal e Feminina. Imagens da mulher na revista educação physica*. Editora Unijuí. 2003. Pg 19-27.

HANSEN, Roger e VAZ, Alexandre. “Sarados” e “gostosas” entre alguns outros: aspectos da educação dos corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação. *Movimento*. Porto Alegre, v.12, n. 01, p. 133-152, janeiro/abril de 2006.

LEVANTAMENTO NACIONAL DE INFORMAÇÕES PENITENCIÁRIAS (INFOPEN) – MINISTÉRIO DA JUSTIÇA. DEZEMBRO 2014 DISPONÍVEL EM:

<https://www.conjur.com.br/dl/infopen-dez14.pdf>

LOURO, Guacira Lopes. *Gênero e Sexualidade: Pedagogias contemporâneas*. Pro-Posições, v. 19, n. 2 (56) - maio/ago. 2008. p. 17-22.

LOURO, Guacira Lopes. *Gênero, sexualidade e educação. Uma perspectiva pós-estruturalista* - Petrópolis, RJ, Vozes, Sexta Edição, 2003. p. 14-36.

MAC AN GHAILL, M. *Deconstructing heterosexualities within school arenas*. Curriculum Studies. Vol. 4 (2), 1996.

MIKI, M., & Yuval, F. (2011). *Using education to reduce the wage gap between men and women*. The Journal of Socio-Economics.

NEGRINE, Airton. *A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas*. Editora Sulina, segunda edição. 1999. p. 65-72.

NEIVA, Gabriela, *Academias de ginástica só para mulheres: inovação ou tradição?* Set. 2007.

NICHOLSON, Linda. *Interpretando o gênero*. Cornell University. 1999.

NOTÍCIAS GOSPEL MAIS, Conservador, plano de governo de Bolsonaro combate ideologia de gênero e propõe redução de impostos. Disponível em: <https://noticias.gospelmais.com.br/contra-ideologia-genero-plano-de-governo-bolsonaro-menos-impostos-101365.html>

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Mapa da Violência, 2015.

POLITIZE!, 5 dados sobre a participação das mulheres na política brasileira. Disponível em: <https://www.politize.com.br/participacao-das-mulheres-na-politica-brasileira/>

REVISTA EXAME, Bandeira de Bolsonaro, projeto “Escola Sem Partido” pode ser votado hoje. Disponível em: <https://exame.abril.com.br/brasil/bandeira-de-bolsonaro-projeto-escola-sem-partido-pode-ser-votado-hoje/>

REVISTA EXPRESSO, Governar no feminino. Só 18 países são liderados por mulheres. Sabe quais? Disponível em: <https://expresso.sapo.pt/sociedade/2017-04-02-Governar-no-feminino.-So-18-paises-sao-liderados-por-mulheres.-Sabe-quais-#gs.q9dmZ9c>

ROCHA, Cátia Regina, *Motivos para a prática de atividade física em academias exclusivamente femininas*, EFDesportes.com, Revista Digital. Buenos Aires. 2011

SABINO, C. *Anabolizantes: drogas de Apolo*. In: GOLDENBERG, M. (Org.): Nu & vestido. Rio de Janeiro: Record, 2000. p.139-188.

SANTOS, V.C., *Tá “monstrão”! A construção da masculinidade em uma academia de musculação*. Universidade do Oeste Paulista. 2017.

SCOTT, Joan. *Gênero: uma categoria útil de análise histórica. Educação e Realidade*. Vol. 20 (2), jul/dez. 1995.

SENADO FEDERAL. *Panorama da violência contra as mulheres no Brasil: indicadores nacionais e estaduais*, 2018,

THAKARE et al., *Effect of music tempo on exercise performance and heart rate among young adults*, Int J Physiol Pathophysiol Pharmacol: 30 de abril, 2017.

TRIPLETT, Travis.. *Essentials of strength training and conditioning* (4rd ed.). National Strength and Condition Association: Human Kinetics. 2008 p.1-19.

TUZZO e BRAGA, *O processo de triangulação da pesquisa qualitativa: o metafenômeno como gênese*. Revista Pesquisa Qualitativa. São Paulo (SP), v. 4, n.5, p. 140-158, ago. 2016.

VIEIRA, Adriane; SOUZA, Jorge Luiz. *Verticalidade é sinônimo de boa postura?* Movimento, V, n. 10, 1999.

VIEIRA, Adriane; SOUZA, Jorge Luiz. *Concepções de corpo na educação da postura*, *Educação e Realidade*: v31, n1, 2006.

WEEKS, J. *Sex, Politics and Society. The regulation of sexuality since 1800*. Editora: Routledge, quarta edição. 2018.

YOUDELL, D. *Sex–gender–sexuality: how sex, gender and sexuality constellations are constituted in secondary schools*. Gender and Education. 2005.