



UNIVERSIDADE
E D U A R D O
MONDLANE

FACULDADE DE LETRAS E CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE ARQUEOLOGIA E ANTROPOLOGIA

LICENCIATURA EM ANTROPOLOGIA

Trabalho de Culminação de Estudos

**Entre os Arredores e o Centro da Cidade de Maputo:
Percepções e Significados na Indústria do Fisiculturismo em
Moçambique**

Autor: Momade Saide Aiúba

Supervisor: Danúbio Walter Afonso Lihabe

Maputo, Março de 2022

**Entre os Arredores e o Centro da Cidade de Maputo:
Percepções e Significados na Indústria do Físiculturismo em Moçambique**

Trabalho de Culminação de Estudos apresentado na modalidade de projecto de pesquisa ao Departamento de Arqueologia e Antropologia, Faculdade de Letras e Ciências Sociais da Universidade Eduardo Mondlane em cumprimento parcial dos requisitos exigidos para a obtenção do grau de licenciatura em Antropologia.

Autor:

Momade Saide Aiúba

Supervisor

Presidente

Oponente

Aprovada em Março de 2022

Declaração de originalidade

Eu, Momade Saide Aiúba, estudante do curso de licenciatura em Antropologia na Universidade Eduardo Mondlane, Faculdade de Letras e Ciências Sociais declaro por minha honra que o presente trabalho de fim de curso nunca foi apresentado na sua essência para a obtenção de qualquer grau académico. O trabalho constitui o resultado da minha pesquisa individual feita com base nas fontes mencionadas na bibliografia e no método descrito no texto.

Momade Saide Aiúba

Dedicatória

À memória do meu pai Saide Aiúba.

Agradecimentos

Agradeço a todo corpo docente do Departamento de Arqueologia e Antropologia pelas contribuições, conselhos e conhecimentos transmitidos durante o meu percurso estudantil, em especial ao Dr. Johane Zonjo por acreditar no tema, o meu supervisor Danúbio Lihaha pela disponibilidade, humildade, críticas e estímulos durante a produção deste trabalho.

A todos os meus informantes dos bairros do centro e dos arredores da cidade de Maputo que partilharam as suas experiências e tiveram uma influência significativa na produção deste trabalho. Ao assistente de pesquisa, Jerry Nuvunga, que apoiou na selecção de informantes para a entrevista.

Pretendo estender a minha gratidão aos meus colegas do Curso de Antropologia (2018) e de Sociologia (2018), em especial ao Fidécio Amade, Carlitos Tome, Vânia Raivoso, Alberto Xirindza, Leonor Bzintonga, Yuri Chissano, Gilberto Machava, Moisés Perai, e Saugina Macuácuá.

À minha estimada mãe, Fátima Mualimo, que sempre tem sido minha inspiração de todo tempo nas diversas tarefas a que atribuí-me a prática. Ao meu tio, Anaja Aiúba, que sempre ajudou-me na conquista da minha licenciatura. À minha namorada, Zaituna Insená, parceira de caminhada, obrigado pelo apoio, conforto e pelas discussões produtivas que sempre tivemos. Aos meus irmãos, Mualimo, Faída, Rosa, Nfarança, Amina e aos meus amigos, Lourenço Armando, Jacinto Majibo pela participação e compreensão da rotina académica e Mussa Chumbua pela revisão linguística. Gostaria de expressar os meus infinitos agradecimentos à Isabel Cortes pelo financiamento durante os quatro longos anos de vida e trabalho académicos.

Acredito que não se pode ser necessariamente capaz e altamente eficaz de se lembrar toda gente em uma lista infinita, e aproveitar-me-ia desta para agradecer a todos que destas e daquelas formas deram o seu contributo para a concretização deste grande sonho.

Resumo

O presente trabalho começa por problematizar o conceito “*Fitness*” para poder-se compreender ou perceber o Fisiculturismo em termo das suas características atribuídas socialmente na parte dos praticantes ou intervenientes.

O estudo explorou a partir da abordagem qualitativa, as percepções e significados na indústria do fisiculturismo em Moçambique, nos arredores e o centro da cidade de Maputo. Os dados que alimentaram a análise foram adquiridos com recurso ao método etnográfico, com auxílio das técnicas de trabalho de campo, onde foram feitas as entrevistas semiestruturadas, entrevistas abertas e conversas informais.

O trabalho analisa as percepções e significados que os praticantes e intervenientes atribuem a prática do fisiculturismo porque, essa prática ganhou espaço social nessa era da pós-modernidade, numa época onde a maioria das pessoas lutam para se tornar “*fitness*”. Na pós-modernidade, o corpo passou de suporte de valor para ser o próprio valor, que é o culto ao corpo. Dando observância ao fisiculturismo, o mesmo apresenta-se como a celebração do culto ao corpo com padrões articulados e definidos.

A pesquisa permitiu concluir que, a prática do fisiculturismo enquadra-se em um contexto mais vasto da pós-modernidade em que, os indivíduos homens e mulheres de diferentes faixas etárias entram em um processo tremendo do culto ao corpo, não apenas para o bem-estar físico ou mental. É crucial referir que, a prática do fisiculturismo enquadra-se num contexto mais vasto da produção, conservação e exibição da beleza externa do corpo, algo típico e comum de se notar nas sociedades pós-modernas.

Palavras-chave: *Fitness*, Fisiculturismo, Percepção e Significado

Lista de Acrónimos e Siglas

ADM-Atlas Desportivo de Moçambique

DJDCM-Direção da Juventude e Desporto da Cidade de Maputo

FPD-Fundo de Promoção do Desporto

IFBB-Federação de Internacional de Fisiculturismo

Índice

Declaração de originalidade.....	i
Dedicatória.....	ii
Agradecimentos	iii
Resumo	iv
Lista de Acrónimos e Siglas	v
Capítulo I.....	1
1. Introdução.....	1
1.1. Contextualização.....	1
1.2. Objectivos.....	3
1.2.1. Objectivo Geral.....	3
1.2.2. Objectivos Específicos	3
1.3. Justificativa, Pertinência e /ou Motivação.....	3
Capítulo II.....	5
2. Revisão de Literaturas	5
2.1. Problemática.....	7
Capítulo III.....	9
3. Enquadramento Teórico e Conceptual.....	9
3.1. Quadro Teórico	9
3.2. Definição de Conceitos	10
3.2.1. Fitness.....	10
3.2.2. Fisiculturismo	11
3.2.3. Percepção.....	11
3.2.4. Significado.....	12
Capítulo IV	13
4. Procedimentos Metodológicos.....	13

4.1. Métodos e Técnicas	13
4.2. Instrumentos de Recolha de Dados	13
4.3. Local e Participantes da Pesquisa.....	14
4.4. Constrangimentos, Barreiras e Superação.....	15
Capítulo V.....	17
5. Percepções e Significados na Indústria do Físiculturismo	17
5.1. Breve Historial do Físiculturismo em Moçambique	17
5.2. Percepções e Significados dos Actores sobre a Prática do Físiculturismo nos Arredores e Centro da Cidade de Maputo.....	22
5.3. Análise Comparativa da Prática do Físiculturismo entre os Arredores e o Centro da Cidade de Maputo	25
Capítulo VI.....	30
6. Considerações Finais	30
7. Referências Bibliográficas	32

Capítulo I

1. Introdução

Este trabalho é um projecto de pesquisa realizado como requisito parcial para obtenção do grau de Licenciatura em Antropologia, no Departamento de Arqueologia e Antropologia da Faculdade de Letras e Ciências Sociais da Universidade Eduardo Mondlane. O trabalho analisa as percepções e representações em torno da prática do fisiculturismo em Moçambique, concretamente na Cidade de Maputo, no contexto marcado por uma grande diversidade cultural e social.

A literatura revista mostra que, hoje em dia, a musculação é uma das actividades físicas mais praticadas quase em todo mundo, onde nas mesmas práticas se observa uma constante invasão e sofisticação de máquinas com vista a melhorar e/ou garantir resultados cada vez mais almejavél. Este acto é habitualmente visto em toda esfera fisiculturista e como aponta Jaeger (2009), “a prática da musculação ou Fisiculturismo é uma prática de modificação corporal que visa maximizar ou ampliar o crescimento muscular obtida por meio de intenso treinamento da prática da musculação e controle da dieta”.

Estruturalmente, este trabalho apresenta cinco capítulos. Feita a presente introdução, segue-se o capítulo dois onde apresentar-se-á a revisão da literatura. No capítulo três apresentar-se-á métodos e técnicas de recolha e análise de dados. No capítulo quarto apresentar-se-á a análise e interpretação dos dados, e no último capítulo, capítulo quinto, neste caso, apresentar-se-á as considerações finais e referências bibliográficas utilizadas para a elaboração do trabalho em curso.

1.1. Contextualização

Schwarzenegger (1999) afirma que, a primeira história que se tem informação sobre o fisiculturismo vem da Grécia. Acredita-se que havia um homem muito forte chamado Milon de Crótona. Ele era um atleta olímpico invejado pela sua força e músculos. Milon fazia os seus treinos baseando-se em um bezerro, que o colocava nas suas costas e percorria certas distâncias. À medida que este andava e o animal também crescia, seu corpo ia acompanhando as adaptações necessárias e isto o levou a inventar uma lei da musculação conhecida como “princípio da sobrecarga”, onde o praticante aumenta o peso aos poucos de forma a promover evolução fisiológica e alcançar os objectivos propostos.

Schwarzenegger (1999) sustenta que, o cenário motivou o surgimento do fisiculturismo e que com a passagem do tempo, isto é, em 1940, deu-se o começo do primeiro campeonato de fisiculturismo propriamente dito. O campeão foi John Grimek, um homem que exibia volume, simetria, definição e proporção acima da média para aquela época. A edição de 1940 motivou ao Joe Weider a criar, em 1965 o Mister Olympia onde o Larry Scott se consagrou o primeiro campeão. Não obstante, o primeiro a se destacar foi o ex-governador da Califórnia, Arnold Schwarzenegger, o ator de Hollywood tendo vencido o campeonato por 7 vezes se tornando o maior ícone do fisiculturismo. Todavia, os atletas que mais venceram foram Lee Haney e Ronnie Coleman com 8 conquistas, e o actual campeão é o Phil Heath.

“Actualmente, o Fisiculturismo é uma prática global e de todos gêneros, apesar de ser uma prática composta maioritariamente por amadores, todos que ingressam em uma academia realizando assim, treinos de fisiculturistas e deixando de lado a busca por força ou potência” (Wacquant, 2002).

Para Jaeger (2009), “o fisiculturismo é o uso progressivo de exercícios de treinamento resistido para controlar e desenvolver a musculatura de uma pessoa para fins estéticos”. Um indivíduo que se envolve nesta actividade é chamado de fisiculturista e treina com fins competitivos. A prática do fisiculturismo vai mais além daquilo que se imagina quando se fala da prática da musculação. No fisiculturismo profissional, os competidores aparecem nas filas e realizam poses especificadas (e, posteriormente, rotinas individuais de poses) para um painel de juízes que os classificam com base em simetria, muscularidade, tamanho, condicionamento, poses e apresentação no palco.

Segundo Wacquant (2002), os fisiculturistas se preparam para as competições através da eliminação da gordura corporal não essencial, aprimorada no último estágio por uma combinação de desidratação extracelular e saturação de carboidratos, para alcançar a máxima definição e vascularização muscular; eles também se bronzeiam e fazem a barba para acentuar o contraste de sua pele sob os holofotes.

Edmundo Ribeiro (1999), em sua tese de mestrado, *Reflexão sobre a política desportiva em moçambique: diagnóstico sobre as instalações desportivas da cidade de Maputo* faz uma radiografia da prática da musculação viral ao fisiculturismo em moçambique, olhando em várias etapas históricas.

1.2. Objectivos

1.2.1. Objectivo Geral

Buscar entender as percepções e significados na indústria do Fisiculturismo entre os arredores e o centro da cidade de Maputo.

1.2.2. Objectivos Específicos

- Descrever a prática do Fisiculturismo em Moçambique, no espaço e no tempo;
- Procurar entender as percepções e significado da prática do Fisiculturismo por meio dos praticantes e intervenientes do desporto;
- Identificar aspectos complementares, similares e diferentes na prática, percepção e significado do Fisiculturismo na periferia e centro da cidade.

1.3. Justificativa, Pertinência e /ou Motivação

Para o enquadramento do tema, espelha-se nas disciplinas de Antropologia de Saúde e Doença e da Cultura e Sexualidade. Estas são duas disciplinas do campo de Antropologia que se preocupam no estudo do corpo humano, em termos dos seus significados construídos e atribuídos social ou individualmente enquanto uma identidade. Falar do corpo no campo antropológico, está-se perante a um objecto de estudo muito forte que sempre foi explorado em várias esferas para poder se compreender a sociedade em diferentes dimensões caracterizadas pela sua estrutura cultural. Por isso, o tema é extremamente importante para a realização de um estudo antropológico, possibilitando desta forma, a compreensão do objecto de análise social. A escolha por este tema deve-se ao facto de ter participado em várias conversas informais que tratavam do assunto em epígrafe. Sobre assunto, acredita-se, quase pela maioria, que Fisiculturismo seja um desporto marginalizado por existir pelo menos um grupo com uma visão contrária à visão comum, e é daí onde a antropologia ganha espaço para analisar e compreender o que é estranho para uns e conforto para os outros (alteridade). Ou melhor, antropologia enquanto ciência, se preocupa em compreender os possíveis dentre os vários significados ou percepções atribuídos a uma realidade social ou a um dado objecto.

Aqui, partilho a minha primeira experiência ou contacto com o desporto do Fisiculturismo: tudo teve início durante a minha adolescência, quando ingressei-me no ensino secundário. Lembro-me bem que era um adolescente de personalidade muito insegura e facilmente intimidada pelos outros adolescentes por causa do meu tamanho e altura. Por mais esperto que fosse, sempre havia um vazio em relação a minha autoestima.

Por outro lado, eu sempre fui muito adepto de desportos que mexem com o condicionamento físico e foi nesta altura, que por influência do meu amigo comecei a praticar artes marciais (Taekwondo WTF), e daí a realidade mudou em vida, ganhava uma nova postura em minha personalidade, novos princípios, e uma disciplina. Ingressei-me na modalidade de coração e alma, tanto que comecei a realizar campeonatos e somando vitórias.

Porém, durante o percurso, sempre tive uma vaidade em relação ao meu físico e uma vez que para minha modalidade um bom condicionamento físico vinha a somar, passei dos treinos de aptidão da escola de artes para treinos de musculação no ginásio, lembro-me das melhorias na minha imunidade.

Com o decorrer do tempo, fui desenvolvendo curiosidades sobre o mundo da musculação, e conheci histórias de atletas que revolucionaram a modalidade e dos benefícios da modalidade. E para um jovem que uma vez teve problemas de autoestima, a musculação só veio para eliminar definitivamente este sentimento de inferioridade.

Comecei a me dedicar mais no desporto, aprendi a seguir um padrão alimentar e uma rotina fixa de treino. Com esta disciplina, os ganhos começaram a surgir e vontade de melhorar era ainda maior, foi nesse período que despertei olhares de atletas que já viviam nesse desporto há mais tempo que eu, e sugeriram-me que enfrentasse outros atletas em palco do Fisiculturismo. Tendo sido sugerido desta forma, comecei a disputar os palcos e a conquistar algumas medalhas e aprender com a minha caminhada na modalidade.

No começo, não foi fácil fazer perceber da minha nova paixão as pessoas com quem convivia (amigos e família), sendo que em nossa sociedade a modalidade de musculação não era bem vista por todos. Assim que se foi, muita informação de ouro foi difundida aos olhos da sociedade, algo que trouxe mais adeptos à modalidade, de diversas faixas etárias, papéis sociais, correntes religiosas e muito mais.

Capítulo II

2. Revisão de Literaturas

Neste capítulo apresenta-se as discussões vividas em torno do corpo e a prática da musculação viral ao Fisiculturismo em várias dimensões existentes. Para o enquadramento teórico do tema, inclina-se à Cadeira da Antropologia de Saúde e Doença que se preocupa no estudo do corpo em termos dos seus significados atribuído social e/ou individualmente.

Segundo Lock (1993), citado por Pavio, afirma que, os antropólogos têm-se mostrado constantemente vigilantes para o desafio teórico apresentado pelo corpo do que outros cientistas sociais. Desta forma, eles aceitam tendencialmente que o corpo físico cai "naturalmente" em o domínio das ciências básicas e está, portanto, além do domínio do social e antropológico-cultural.

Anteriormente, a identidade do sujeito era estabelecida numa relação com as instâncias do trabalho, da política, da ética e da religião, por exemplo, ao passo que actualmente, a ênfase na gerência do corpo e toda semelhança de intervenções que sobre ele incide, parece admitir um modelo de construção de um "sujeito corporificado" (Ortega, 2012).

Na perspectiva do Helman (2009), "o corpo humano é mais do que um organismo físico que oscila entre a saúde e a doença". O corpo é também o foco de um conjunto de crenças sobre o seu significado social e psicológico, sua estrutura e função. Aqui vai se auxiliar da palavra "imagem" para descrever todas as formas pelas quais um indivíduo desenvolve e experimenta seu corpo (in) conscientemente. Várias formas de alteração do corpo e automutilação são usadas nas sociedades ocidentais, sobretudo, pelas mulheres de modo a garantir um juste nos padrões de beleza culturalmente definidos. Estas incluem o uso disseminado de tratamentos ortodônticos, cirurgia plástica, implantes mamários, lipoaspiração, perfurações nas orelhas e no corpo, fisiculturismo e implantes de cabelo, além do uso de dentes, cílios e unhas postiços.

Esta postura de beleza leva a Lock (1993) a afirmar que nos últimos vinte anos, as abordagens conceituais do corpo tentaram superar uma separação radical de conhecimento e prática em grande parte, por meio da descentralização da construção do conhecimento. Interpretações que buscam explicitamente o colapso da dualidade mente-corpo ou que são essencialmente dialéticas ou em forma de montagem, agora são privilegiados. O corpo não é mais retratado simplesmente como um modelo para organização social, nem como uma caixa preta biológica separada da "mente" e dualidades natureza-cultura, e mente-corpo são interrogadas conscientemente. Essa mudança conceptual espelha mudanças teóricas que ocorreram ao longo da antropologia e outras ciências sociais.

Em fisiculturismo, não se pode falar de tanta coisa sem que pelo menos se faça menção à palavra "academia" que é basicamente o centro e/ou espaço físico destinado para realização das práticas desportivas. O termo "academia" foi se estabelecer definitivamente no Brasil no início da década de 1980. Não obstante, anterior a esse período, já existiam espaços semelhantes, mas com outros nomes como "Institutos de Modelação Física", "Centros de Fisiculturismo", "Clubes de Calistenia", entre outros (Nobre, 1999).

Na filosofia dos fisiculturistas (competidores) no que diz respeito à academia, outras características parecem estar em jogo. A musculação, por exemplo, parece que adquiriu *status* de treinamento "profissional", como de qualquer outra modalidade desportiva de alto nível em que a concentração e seriedade são essenciais para o bom desempenho. Aqui, os atletas profissionais procuram frequentar as academias em momentos em que há pouco fluxo de pessoas, para que não sofram interrupções, muito menos comprometimento do treinamento. Não lhes é agradável muito menos típico juntarem-se com os demais utentes daqueles espaços. "As questões relativas à socialização perdem espaço em função da construção de uma certa "competência esportiva" (Wacquant, 2002).

Para Sabino (2004), os planos alimentares são construídos sob influência dos discursos médicos-científicos, fazendo com que a solicitação de especialistas se torne indispensável. A vida de um fisiculturista não é fácil. Além da rotina ser restrita e cansativa, o competidor nunca pode tirar férias, pois perde músculos ou acumula gordura, comprometendo suas participações futuras. Também, é necessário seguir dietas específicas para alcançar os seus objectivos, sem se esquecer de descansar bastante entre um treino e outro e dormir oito (8) horas por dia. É comum de um fisiculturista, procurar sempre profissionais capacitados para acompanhar seu desenvolvimento e acelerar seus ganhos de massa muscular e perda de gordura.

Malysse (2002), "*o personal trainer*" ou "o treinador do ginásio" é um especialista legal e certamente qualificado, que goza de maior prestígio social para dar orientações no campo da musculação. O que se pode notar aqui é que, mesmo a construção daquilo que seria uma identidade profissional, parece acontecer no plano da aparência. A competência profissional parece ser vista e comparada à competência desportiva, embora no âmbito da musculação não se leve tanto em consideração aos resultados competitivos propriamente ditos. O que está em jogo de forma mais decisiva é a aptidão em fazer de seu corpo um modelo estético a ser alcançado e demonstração do fisiculturismo enquanto um desporto que tem suas regras como os demais desportos.

2.1. Problemática

Segundo “Mussa Tembe” (citado por Ribeiro 2014), relata da existência de salões de ginásticas designadas por ginásios desde o início da década de 50 na então Cidade de Lourenço Marques. Estes espaços pertencem à Associação Africana de Moçambique e ao Centro Associativo dos Negros da Província de Moçambique. Nestes locais, era praticada a “ginástica de manutenção” para a saúde em paralelo à Ginástica Geral e mais tarde, foi introduzida a Ginástica Artística Desportiva. Ainda na década de 50, registou-se o desenvolvimento da prática da musculação virada ao fisiculturismo em “ginásios de ferro” na zona suburbana. Dentre os vários, destaca-se o “ginásio de ferro” de Caliano da Silva, localizado no bairro da Mafalala. Os “ginásios do ferro” mantêm-se até aos nossos dias, podendo ser encontrados não só nos quintais das zonas urbanas, mas também em garagens e terraços da zona urbana.

Ribeiro (2014) afirma que, com o desenvolvimento da prática da musculação virada ao fisiculturismo destacou-se em um grupos de jovens chamados “ferro e fogo” na década de 50, que representavam a prática a nível internacional. Uma das maiores competições eram realizadas na “*Giant Giatle*” na vizinha África do Sul, onde Moçambique foi colecionador de medalhas por muitos e longos anos. E também, organizava-se competições a nível nacional, tendo acelerado o destaque do fisiculturismo até nos dias de hoje.

Quanto ao crescimento do fitness na região Subsaariana da África, Archambault (2021) avança que o boom do fitness na África Subsaariana ocorreu em um momento histórico de crescimento econômico sem precedentes. Em Moçambique, data que o surgimento da cultura fitness se registou por volta de 2015, uma época em que o país estava em uma onda de prosperidade, embora curta, após a descoberta das reservas de petróleo e gás na Bacia de Rovuma. Em Moçambique, conta com um amplo repertório de tecnologias de trabalho corporal, aquilo que Foucault chamaria de “tecnologias do eu” para melhorar ou restaurar a saúde e aparência.

Para estes autores, o processo do desenvolvimento da prática do fisiculturismo no país mostra uma visível limitação ou receio na exploração desta matéria. Pela humildade dos autores, recomenda-se que, os próximos pesquisadores explorem mais sobre a matéria.

Olhando para a realidade moçambicana, constata-se que há quase invisibilidade ou o não reconhecimento do fisiculturismo no país, apesar dos seus marcos históricos. Há muitos jovens que têm realizado competições de grande referência à nível mundial, e ocupado as melhores posições ou colocações como (vencedores e outras posições de destaque) e assim como à nível nacional. Tem sido preocupante a falta de tanto destaque destes actores dentro do espaço

nacional onde, é quase impossível ouvir narrações dos seus trabalhos e conquistas triunfantes na mídia nacional. Neste sentido, constitui como fio condutor desta investigação, a seguinte questão: Quais são as percepções e representações na indústria do fisiculturismo em Moçambique?

Capítulo III

3. Enquadramento Teórico e Conceptual

3.1. Quadro Teórico

Este estudo usa a teoria construtivista de Hacking (1999) e Lorber (1993). Estes dois mestres do saber são um ponto crucial para compreender as diferentes construções e percepções da prática do Fisiculturismo em Moçambique.

Na concepção de Becker (2009), “o construtivismo resulta da interação do indivíduo com o meio físico, com o simbolismo humano e com o mundo das relações sociais”. Para esta corrente, o conhecimento vem da construção. O indivíduo constrói e/ou idealiza o conhecimento a partir de uma rede de relações sociais estabelecidas com os demais utentes do seu tecido social.

A primeira crítica face ao construtivismo é de Ian Hacking (1999) em “*A Construção Social de Quê?*”. O livro discute as percepções dos vários autores que se dedicaram ao construtivismo. Esta disputa ficou conhecida como “*A guerra das ciências*”. Hacking leva uma questão sobre o que é que se diz ser construído socialmente. Na visão de Hacking, tudo é resultado de uma convenção e/ou construção social. Isso pressupõe a existência de um construtivismo global sobre nossas experiências no mundo e conseqüentemente caímos numa posição de relativismo epistémico global. O ponto central do construtivismo de Hacking centra-se na ênfase da forma e não do conteúdo pois, a forma é em grande parte determinada culturalmente pelos factores externos.

Na mesma linha construtivista, Lorber (1993) no seu artigo intitulado “*Believing is seeing: Biology as ideology*” escreve que, os desportos, portanto, constroem os corpos dos homens para serem poderosos; e os corpos das mulheres para que sejam sexuais. Com isso, os corpos são transformados, sejam machos ou fêmeos para responder os seus devidos estereótipos na prática desportiva.

As suposições sobre a fisiologia das mulheres influenciaram as regras de competição. Os desempenhos desportivos subsequentes validam como as mulheres e os homens são tratados nas competições desportivas. O equipamento de ginástica é voltado para meninas magras, rijas e pré-púberes e não para mulheres maduras; inversamente, o equipamento de ginástica masculina é feito sob medida para homens maduros e musculosos, não para meninos pré-púberes e magros. Portanto, isso mostra que as exigências do corpo na prática desportiva é uma

construção de natureza social. Olhando para prática desportiva da musculação viral ao Fisiculturismo, existem categorias dentro do ginásio para machos e fêmeas, embora o corpo tem sido o factor determinante. A partir das proposições apresentadas acima, pode se observar, a corrente construtivista é de extrema importância para compreender a prática da musculação, viral ao Fisiculturismo e as variadas percepções construídas na sociedade e dos praticantes em torno da prática em estudo.

3.2. Definição de Conceitos

O conceito de desporto que cultivamos até ao momento tem-se tornado cada vez mais impreciso. Os seus princípios fundamentais são mais difusos e menos claros. A paisagem desportiva tem-se alterado, apresentando uma grande variedade, pluralidade e diversidade de interesses, motivos e expectativas, situação que tende a acentuar-se, pois o desporto liga-se aos domínios e temas com muita actualidade e interesse para muitas pessoas e ramos de saber (por exemplo, saúde, condição física, tempo livre) e sobretudo, aos interesses da economia e dos meios de comunicação social.

Bento (1991a) afirma que, “o desporto existe no plural, no que respeita às formas ou modelos, motivos, valores, sentidos e objectivos da sua prática”. Neste sentido, o desporto surge como uma actividade profissional, objeto de estudo e investigação, campo e factor de socialização, educação e formação. O desporto aparece ainda como domínio tecnológico, comércio e negócio, artigo de consumo, indústria de entretenimento, actividade cultural e empreendimento para a saúde.

Apesar das dificuldades tidas em se encontrar unanimidade na definição do termo desporto, sobre o mesmo, pode se afirmar é um conjunto de todas as formas de actividades físicas que têm por objectivo a expressão ou a melhoria da condição física e psíquica, desenvolvimento das relações sociais e a obtenção de resultados em competições de todos os níveis.

3.2.1. Fitness

O termo "*fitness*", provém da junção de duas palavras da língua inglesa: "*fit*", que significa boa forma e "*ness*", sufixo que indica um estado ou uma condição. Este termo tem vindo a ganhar espaço no vocabulário da língua portuguesa nos usos científico e quotidiano e sendo normalmente associado à prática de actividades físicas, ao bom condicionamento físico, bem-estar físico e mental. Nesta perspectiva, fitness significa a resistência ou condição do corpo para funcionar com eficiência em todas as actividades do dia-à-dia e de se manter saudável.

Como adianta Ribeiro (2014), os praticantes das actividades desportivas não são apenas jovens com elevados níveis de condição física (fitness), oriundos de determinados estratos sociais e com determinada formação académica, mas também homens e mulheres na pluralidade e diversidade dos seus estados de desenvolvimento, comportamento e rendimento, condição, cognição, motivação e emoção. Por isso, são crianças, jovens, adultos, idosos, saudáveis e doentes, ricos e pobres, formados e não formados, solteiros, casados, divorciados e famílias.

3.2.2. Fisiculturismo

De acordo com Jaeger (2009), fisiculturismo ou “*Bodybuilders*” é um desporto caracterizado por um estilo de vida onde a pessoa treina diariamente para o alcance da hipertrofia muscular, esforçando-se por mais de 3 horas por dia, em busca da queima de gordura até o mínimo possível e maior definição muscular possível, fazendo com que a sua forma física seja a de uma pessoa muito musculosa e que não aparenta ter nenhuma gordura no corpo. Fisiculturismo é definido como o uso instrumental dos pesos para desenvolver a proporção e simetria dos músculos apresentados no palco.

É importante sublinhar que falar do fitness não é o mesmo que falar do fisiculturismo. Um atleta do fisiculturismo tem como objectivo moldar o seu corpo para fins competitivos e não se limita somente em condicionamentos físico e mental. Os adeptos do fisiculturismo participam geralmente em campeonatos de demonstração do seu corpo através de posições que melhor mostram seus músculos arduamente esculpidos.

3.2.3. Percepção

Para Silva, et al (1986), conceito de “percepção” constitui um dispositivo social de respostas e que se subordina às práticas e condutas humanas feitas em vida vivida em sociedade. Chaui (1996) refere que a “percepção” é uma forma segundo a qual os actores sociais dão significados as coisas, valores tomando em conta as normas e categorias de um determinado contexto”.

A “percepção” é a função cerebral que atribui significado aos estímulos sensoriais a partir de histórico de vivências passadas. Através da percepção, o indivíduo organiza e interpreta as suas impressões sensoriais e atribui significado ao seu meio. Assumindo este posicionamento, a percepção pode ser associada a uma cosmovisão dos actores sociais, isto é, ao modo como os mesmos atribuem significados, valores aos eventos ao seu redor.

3.2.4. Significado

Silva, et al (1986), a palavra "significado" tem a ver com ideias factuais que as pessoas têm sobre uma determinada realidade social ou um objecto representativo. Aquilo que se atribui a um conceito, objecto, acepção ou mesmo ideia, ganha o nome do significado. Durand (1964) distingue dois tipos de signos sobre o conceito e definição da palavra "significado": primeiro é de signos arbitrários puramente indicativos que remetem para uma realidade significativa, e o segundo é o de signos alegóricos, que remetem a uma realidade significado dificilmente apresentável. Este segundo signo diz respeito a imaginação propriamente dita quanto ao significado que não é representativo, que só pode se referir a um sentido e não a uma coisa visível. Deste modo, é de se referir que, "significado" é a representação mental que as pessoas têm sobre um objecto, fenómeno um dado conceito.

Capítulo IV

4. Procedimentos Metodológicos

4.1. Métodos e Técnicas

Para elaboração do trabalho em curso, contou-se com três momentos fundamentais: a pesquisa bibliográfica, o trabalho de recolha de dados orais e análise e por último, interpretação dos resultados. Para a revisão da literatura dá-se a prioridade as informações socio-antropológicas que explicam a visão ampla do Fisiculturismo e elementos socio-culturais que ocorrem no processo de construção das noções do Fisiculturismo ou a prática da musculação.

O método de estudo aqui usado é o qualitativo. Optou-se pela pesquisa qualitativa pois, a preocupação principal reside no aprofundamento da compreensão que os indivíduos têm sobre uma determinada realidade da vida social. Neste caso, a prática de Fisiculturismo em Moçambique.

Para a recolha de dados, recorreu-se as seguintes academias: Arma Dura, Planeta e Saúde, Ginásio Play, e Pro Gym. Todos estes ginásios ou academias estão localizadas no centro e arredores da cidade de Maputo. A escolha desses ginásios foi à dedo livre, por serem locais de fácil acesso à informação, e também devido ao fluxo das pessoas e/ou praticantes dos seus exercícios. Outra razão relevante deve-se ao facto de serem locais onde se pode encontrar praticantes de todas as camadas, sejam eles, profissionais ou amadores. Para a técnica de entrevista, optou-se por uma estratégia semi-estruturada, que consistiu na abordagem directa de vários pontos útil a matéria. Esta técnica coloca naturalmente os participantes em uma conversa com maior abertura.

4.2. Instrumentos de Recolha de Dados

Depois da revisão de literatura, privilegiou-se ao trabalho de campo como procedimento da pesquisa, que permitiu a recolha de dados sobre a prática do fisiculturismo em Moçambique, onde a partir das entrevistas semi-estruturadas e conversas informais procurou-se colher informação relevante sobre as percepções e significados em torno da prática do fisiculturismo entre centro e os arredores da cidade de Maputo.

O trabalho de campo permitiu amplamente uma melhor interacção entre o pesquisador e os actores ou intervenientes. A pesquisa de campo constitui uma passagem de formação de especialistas em pesquisas de campo. E na pesquisa de informações para o estudo em causa, transitou-se por quatro (4) fases.

A primeira foi a de delimitação do assunto e do cronograma de actividades. A segunda foi a de revisão de literatura relevante que começou em Outubro de 2021 e prolongou-se até ao estágio final do estudo. A terceira fase foi a do trabalho de campo iniciado na segunda quinzena de Novembro de 2021 e que se prolongou até a segunda quinzena de Fevereiro de 2022 feita em vários momentos.

O primeiro momento foi o de formulação de critérios de selecção de informantes para garantir rigor. O segundo momento foi o de reforçar os contactos pré-estabelecidos com alguns praticantes, por mim conhecidos. No terceiro momento, fez-se visitas em alguns ginásios dos atletas do fisiculturismo onde se conversou e se aproveitou identificar outros possíveis informantes.

O quarto momento foi o de ida às moradias de cada um dos intervenientes à recolha de informações mediante as entrevistas semi-estruturadas. Estas entrevistas duraram em média duas horas e meia (2h30min) para cada um dos informantes, apesar de se recorrer ao "re-esclarecimento" sempre que se achasse conveniente. A quarta fase foi a de análise e sistematização das informações recolhidas e para tal, voltou-se à revisão de literatura feita para uma reflexão epistemológica entre o escrito e o colhido, de modo a fazer uma interpretação plausível e rigorosamente científica. Talvez, seja pertinente dizer que os dados de cada informante foram registados em um diário de campo, servindo-se de nomes fictícios, como forma de proteger a imunidade dos informantes, pois as informações deste estudo podem vir a ser usadas para quaisquer fins, algo que se calhar pode perigar a liberdade dos mesmos.

4.3. Local e Participantes da Pesquisa

Fez parte desta pesquisa, um grupo de doze indivíduos, dos quais nove são do sexo masculino e três do sexo feminino. Trata-se de actores ou intervenientes da prática do fisiculturismo, com idades que variam entre 20 aos 39 anos de idade. Os sete intervenientes têm o nível superior e os cinco têm o nível médio.

Os participantes abaixo mencionados, são funcionários das diversas instituições estatais e privadas pela cidade (ginásios, empresas, escolas, aparelho do Estado, etc.). Abaixo, exhibe-se a tabela de informações (a identidade usada) dos praticantes e intervenientes, porque, para além de próprios praticantes procurou-se conversar com os donos dos ginásios, vendedores dos suplementos e roupa de ginástica, promotores, preparadores, personal treines ou treinadores dos ginásios, patrocinadores dos atletas e dos eventos do desporto, o presidente da federação e juiz e por fim os árbitros dos eventos, observe:

Nº	Nome	Sexo	Idade	Profissão	Estatuto de praticante	Tempo de prática
1.	Nuvunga José	M	38	Educador Físico	Juiz do Fisiculturismo	20 Anos
2.	Proof Finga	M	36	Jurista	Atleta	19 Anos
3.	Borboleta Azul	F	30	Funcionário Publico	Atleta	15 Anos
4.	Josefa Fábio	F	30	Treinadora	Atleta	10 Anos
5.	Alexandre	M	25	Comerciante	Patrocinador	12 Anos
6.	Caze Astro	M	38	Treinador	Atleta	20 Anos
7.	Miguel Capoei	M	35	Educador Físico	Atleta	18 Anos
8.	Saraiva	M	39	Cozinheiro	Atleta	19 Anos
9.	Afzal	M	26	Comerciante	Patrocinador	10 Anos
10.	Hernâni	M	33	Funcionário Publico	Atleta	17 Anos
11.	Daniela John	F	25	Estudante	Promotora	5 Anos
12.	Impact Physiq	M	34	Comerciante	Promotor	9 Anos

Tabela 1: Perfil dos participantes da pesquisa

4.4. Barreiras e Superação

O trabalho foi de longo percurso e bastante desafiador para a obtenção de informações. Uma das dificuldades tinha a ver com a possibilidade de conduzir uma conversa com os intervenientes, algo que no início, achei ser fácil para o arranque do projecto, uma vez que se trata de um dos praticantes e conhecedor de alguns fisiculturistas.

A segunda barreira vivida no campo foi a de falta de confiança por parte dos veteranos. Em mim, tratava-se de um novato com pouca experiência ou quase sem experiência nenhuma, onde os veteranos afirmavam que conseguiam observar uma infantilidade em mim e que a prática da musculação viral ao fisiculturismo não era um simples desporto. Outro aspecto tinha a ver com a crença que se tem a respeito do fisiculturismo, e é daí, onde os conhecedores não conseguiam observar tanta maturidade em mim, em poder lidar com a informação ou fazer um bom uso da matéria, porque, acreditam também que o fisiculturismo é uma educação e eu poderia usar o conteúdo para deturpar ou desinformação o público, como tem sido feito por alguns praticantes da musculação.

A terceira barreira foi a de não ter tido fácil acesso para interagir com atletas considerados veteranos ou da elite, aqueles que participam nas competições internacionais. Para estes, os

seus calendários e agendas estavam sobrepostos e que sempre marcavam para dias posteriores e que também, os mesmos não se encontravam dentro do espaço nacional. Com este cenário todo, resolvi ter apoio do Presidente da Federação do Fisiculturismo de Moçambique, Jerry Nuvunga, de modo a facilitar o decorrer do meu trabalho e felizmente pude contactar vários profissionais e conhecedores da matéria.

A quarta barreira, e provavelmente a última, tem a ver com a minha moradia. Sempre que me deslocasse para o campo (principalmente nas zonas periféricas da cidade), pensava-se que a minha pesquisa e/ou recolha de informação tinha uma finalidade cómica. Quando ia fazer o meu estudo de campo nos ginásios ou com fisiculturistas que vivem nos arredores da cidade, complicavam-me bastante. Pensava-se que fui obter informações para zubar ou abusar a qualidade do "fazer fisiculturismo" daquelas zonas. Tive que usar um dos meus amigos que já competiu uma vez comigo, para poder fazer-lhes saber, entender e perceber que em mim, se tratava de um estudante de Antropologia, com curiosidade de poder compreender a dinâmica do desporto. Tendo vivido este momento, a primeira premissa que se pode tirar é de que, dentro do fisiculturismo moçambicano existe uma "guerra" entre os arredores e o centro da cidade. Os arredores acreditam que, os fisiculturistas da cidade estão a fazer o mal uso do desporto e têm um privilégio na federação.

Capítulo V

5. Percepções e Significados na Indústria do Fisiculturismo

5.1. Breve Historial do Fisiculturismo em Moçambique

Não se pode falar da prática do fisiculturismo em Moçambique, sem que se faça menção às primeiras instalações desportivas montadas pelo governo português na era colonial. A partir das instalações feitas nos meados de década 50, abre-se o espaço da noção da prática de musculação, viral ao fisiculturismo, como afirma o informante:

(...) meu amigo! Quando os portugueses chegaram à Moçambique e que depois de alguns anos de colonização, começaram com a montagem de algumas máquinas para prática de exercícios em seus tempos de lazeres, em certos espaços da cidade de Maputo e isso leva-me a afirmar que este período foi o marco do surgimento dos primeiros ginásios e a prática da musculação. Naquele momento, algumas pessoas adquiriam conhecimentos sobre como realizar a hipertrofia muscular, o que comer para aumentar a massa corporal, etc. Tendo findo a época colonial, começou-se com a invenção e aprimoramento de alguns materiais para a prática da musculação no gueto, e na altura, usávamos cimento para carregar e as nossas competições eram baseadas em bíceps, isto é, os competidores eram geralmente indivíduos com bíceps desenvolvidos. (Caze, 38 anos de idade).

Sem se distanciar tanto do fio condutor, Ribeiro (1999) afirma que, as instalações desportivas são consideradas como um factor de base para desenvolvimento desportivo de um país em todas as suas vertentes (escolar, competitivo e recreativo) e considera-se que a falta de instalações desportivas, ou de uma política para a sua implantação, num curto intervalo de tempo, actua como bloqueio para qualquer projecto de desenvolvimento desportivo. Mas estas instalações desportivas eram apenas espaços portugueses.

Também é importante sublinhar que o estudo realizado pelos Serviços Provinciais de Educação Física Coloniais defende que a extensão dos benefícios sociais da actividade desportiva estavam concentrados apenas na população portuguesa, com o argumento de se evitar o desperdício financeiro, de investimento em uma população negra que não possuía tempo livre devido à sua precária condição econômica.

Tal como aconteceu com o sistema econômico, educativo, de saúde e todos os outros ramos, o sistema desportivo sofreu mudanças profundas após a independência de Moçambique, onde

surgiram os primeiros pronunciamentos, visando expandir a Educação Física e os desportos a todos os sectores populares. Dados apresentados no I Conselho Coordenador da Política Sectorial dos Desportos (1996), indicam que os objectivos e a prática de actividades físicas e desportiva na época pós-independência estavam direccionados aos "novos interesses do processo revolucionário designadamente: educação, formação e massificação desportiva visando a criação do homem novo e a consolidação da unidade nacional."

Com a consolidação do homem novo, as políticas desportivas ganharam a centralização e incentivaram efectivamente na participação em competições internacionais, com o objectivo de promover o país. A utilização do desporto como instrumento político é um fenómeno antigo, constituindo assim, uma relação inegável e da qual dificilmente podemos nos esquivar. Para o autor, o desporto é um instrumento que trabalha ao serviço dos interesses dos países e que deve ser utilizado pelos respectivos governos.

Apesar das decisões tomadas para a hegemonização da prática desportiva no período pós-colonial, a prática da musculação não teve o seu avanço, tendo estado mais uma vez na invisibilidade. Mesmo com a saída lusa no território nacional, a musculação não foi declarada como um desporto que carece uma atenção. Há que reconhecer que mesmo na era da dominação colonial portuguesa, não se praticava o fisiculturismo. Aquela época era voltada unicamente à prática da musculação (fitness) como sustenta o actor:

(...) nós, os praticantes, estamos a trabalhar duro para ter um espaço desportivo no país errado. Este país está equivocado quando se fala da musculação, principalmente no desporto de fisiculturismo. A maioria concebe do fisiculturismo como sendo coisas de seguranças, gigolos, sem ocupação, bandidos etc. Não sabe que essas pessoas usam instrumento de fisiculturismo que é o ferro e a construção do músculo, mas não são fisiculturistas. Isso não se entende porque, ninguém está preocupado em poder saber. Hoje, se fala um pouco do fisiculturismo devido aos novos ginásios que foram surgindo e ocupando a urbanização na cidade de Maputo. (Alexandre, 29 anos de idade).

Ribeiro (2014) frisa que, a existência de salões de ginásticas (designados por ginásios) no começo da década de 50, em Lourenço Marques actual Maputo, deve à Associação Africana de Moçambique e ao Centro Associativo dos Negros da Província de Moçambique. Nesses locais, praticava-se a “ginástica de manutenção” para a saúde em paralelo à Ginástica Geral e mais tarde foi introduzida a Ginástica Artística Desportiva. Ainda na década de 50, registou-se o desenvolvimento da prática da musculação virada ao fisiculturismo, em “ginásios de ferro”

na zona suburbana, em destaque ao “ginásio de ferro” de Caliano da Silva, localizado no bairro da Mafalala. Os “ginásios do ferro” mantêm-se até aos nossos dias, podendo ser encontrados, não apenas nos quintais das zonas urbanas, mas também em garagens e terraços da zona urbana.

Na mesma linha do pensamento, Ribeiro (1999), aponta alguns monitores de Ginástica Artística Desportiva formados para o “projecto do caniço” (desenvolvido no início da década 70, para o fomento de actividades desportivas na zona suburbana). Depois da independência de 1975, lançou-se a “ginástica de manutenção” em vários ginásios e salas escolares da Cidade de Maputo. Deste grupo, pode-se destacar: Lázaro Sengo, Mussa Tembe, Basílio Cossa e Josefa Laço. A ginástica de manutenção torna-se popular através dos programas matinais de ginástica pela Rádio e mais tarde pela Televisão de Moçambique, orientados pelo professor Lázaro Sengo.

Ribeiro (2014), dá entender que as informações fornecidas pela Direção da Juventude e Desporto da Cidade de Maputo (DJDCM) emergem com múltiplas designações para as organizações previamente mencionadas, tais como: Gym, Health Club, Academia, Ginásio, Estúdio, Centro, entre outras. Algo naturalmente interessante surge aqui. O modelo segundo o qual o mesmo espaço é atribuído tantas e várias designações. Observa-se arbitrariedade nas designações, pois a mesma denominação está associada a locais diferentes, com características físicas e serviços oferecidos. Com a análise feita ao Atlas Desportivo de Moçambique, uma publicação do Fundo de Promoção Desportiva em 2014, constatou que existem pelo menos sete “ginásios” pertencentes às instituições de formação, a um clube e um ginásio ao ar livre, provavelmente do município, que ajudam grandemente na evolução e prática do fisiculturismo em Moçambique.

Existem diversas categorias para cada tipo de fisiculturista, seja masculino ou feminino. As categorias são definidas por faixas etárias, limites de peso e altura. Os competidores que se enquadram em grupos similares nestes três requisitos estão aptos para competir nesta categoria. Portanto, existem (8) categorias dentro do Fisiculturismo que essas são classificadas a partir da sua genética. Eis, as seguintes:

➤ **Men’s Bodybuilding**

Esta é a categoria mais famosa do fisiculturismo, que reúne os maiores atletas e que transforma os campeões das principais competições como Mr. Olympia e Arnold Classic em lendas do desporto. Essa categoria tem sido geralmente de homens mais fortes, musculosos e definidos.

Não há limite de peso. O diferencial está justamente no tamanho dos atletas e os critérios usados para classificação são os seguintes: quantidade de massa muscular, definição e profundidade muscular, desenvolvimento geral das musculaturas do corpo (sem pontos fracos), harmonia corporal em especial o tronco e membros inferiores e, não menos importante, a simetria entre os lados. Normalmente, os competidores desta categoria, se vestem de cuecas, de cor sólida, sem brilho, limpas e com número do competidor na frente.

➤ **Classic Physique Olympia**

Esta categoria é a dos atletas que buscam o corpo dos fisiculturistas do passado, o famoso “corpo clássico”. Criou-se esta categoria pois, os atuais fisiculturistas começaram a ficar muito grandes, mudando completamente de físico em comparação com o formato passado. Acabou-se criando esta classe para reviver esse corpo mais ‘clássico’ e real, menos grande e monstruoso. Os corpos desta categoria possuem menos massa muscular, mas extremamente simétricos e de excelente harmonia corporal. Os critérios de classificação são: qualidade muscular, proporção do tronco e membros inferiores, densidade muscular, baixa gordura corporal e simetria corporal cujos atletas são vestidos apenas de cuecas durante a competição.

➤ **Men’s Physique Olympia**

Nesta categoria, o fisiculturista tem que ter um corpo incrível e estético, apesar de a sua beleza ser julgada. Assim, os atletas serão avaliados como modelos de capas de revistas de fitness. Não se trata apenas de musculatura, mas também da beleza facial e definição. Uma pequena observação que se pode fazer está na aceitação do uso de bermudas estilo surfista, ou seja, as coxas não são avaliadas, mas sim as panturrilhas. E os critérios de avaliação são: a assimetria corporal, beleza nos conceitos de musculatura e perfil, definição corporal, músculos não exagerados e apresentação no palco.

➤ **Bodyshape**

É muito parecida com a Men’s Physique, pois as poses realizadas são bem semelhantes porém, uma das suas diferenças centrais reside na vestimenta e critérios de avaliação. Falando em critérios de avaliação, pode se mencionar no seguinte: a simetria corporal, presença de palco, musculatura e definição corporal desde que não haja exageros e volume muscular e os competidores devem se vestir de cuecas.

Para as categorias femininas encontramos:

➤ Bikini Fitness

Esta categoria exige pouca massa muscular das mulheres, pois o foco está em corpos de aparência magra, com tônus muscular e beleza feminina. Aqui, pode-se listar os critérios usados na classificação: visão geral do corpo, beleza do rosto e cabelo, simetria corporal, rigidez e tônus da pele, aparência saudável, sem celulites. Maquiagem é complementar, porém, conta pontos e, por fim, apresentação no palco. Para esta categoria, as praticantes vestem-se de biquínis (óbvio) e salto alto.

➤ Wellness Fitness

Aqui já é pedido um maior volume muscular. Os membros superiores e inferiores devem ser um pouco desproporcionais, assim priorizando as pernas. Os critérios de classificação são: simetria entre os lados, beleza facial e penteado, condições do corpo e pele e a capacidade da atleta se apresentar para a plateia e seus avaliadores. Em Wellness Fitness, veste-se de biquínis e salto alto.

➤ Bodyfitness ou Body Muscle

É muito semelhante à Wellness, porém, na Bodyfitness não é necessário rodadas coreográficas. Esta categoria exige maior porte muscular entre as candidatas, favorecendo àquelas de ombros largos, braços torneados e pernas fortes. Os critérios para classificar o melhor competidor do concurso são as seguintes: simetria corporal, simpatia, apresentação, definição corporal, musculatura e densidade muscular e as fisiculturistas se vestem de biquínis e de saltos altos.

➤ Women's Physique

É onde estão as mulheres com os corpos maiores, as mais fortes e definidas. Elas deverão fazer algumas poses semelhantes às do fisiculturismo clássico. Com bíceps frontais, porém com as mãos abertas; peito melhor lado; bíceps de costas, mãos abertas; tríceps melhor lado. Os critérios para nomear a melhor competidora são: aparência física feminina geral, cabelo e características faciais, desenvolvimento da musculatura, simetria muscular e corporal, tônus muscular. É importante lembrar-se que é preferível músculos com formas arredondadas e pouca gordura corporal e cujas competidoras estejam de biquínis e saltos altos.

Com o surgimento de vários objectivos no cuidado do corpo, hoje em dia, quando se fala da prática do fisiculturismo no país, assume-se que o seu avanço está sendo cada vez mais

progressivo. Existem muitos jovens que se ingressam na prática da musculação e acabam se tornando fisiculturistas, como afirma o informante:

Nós somos a segunda leva do fisiculturismo pós-independência. O fisiculturismo que se praticou na era colonial desapareceu depois de Moçambique ter alcançado a independência. A partir da década de 90 surge o primeiro boom do fisiculturismo em Moçambique que não durou por muito tempo, e incrível que pareça, esse primeiro boom é que inspirou-me muito. Porque, eu trabalhei muitos anos no Ginásio da Josina e um dia estava a vasculhar algumas gavetas e encontrei papéis que falavam do fisiculturismo em Moçambique, e eu disse, vou ter que trabalhar com isso.

O primeiro grupo da década 90 foi sucessor dos portugueses, e o segundo boom é que é o nosso, que é caracterizado por ser sucessor da primeira equipe vai iniciar no ano de 2015 com o avanço da preocupação do cuidado do corpo. E hoje em dia, qualquer ginásio que for a entrar vai encontrar um fisiculturista lá a treinar e isso mostra que somos muito hoje em dia, e um dos objectivos desse turno é de expandir o fisiculturismo na cultura desportiva do país. (Nuvunga, 35 anos de idade).

Assim como afirmam outros informantes, nota-se algumas mudanças no desenvolvimento do desporto de fisiculturismo. Para prender, Archambault (2021) afirma que, a África Subsaariana não é mais uma excepção na revolução do fitness global. Nas cidades, um número crescente de pessoas está adoptando um estilo de vida mais activo. Em Maputo por exemplo, entusiastas do fitness saem às ruas todas as manhãs, pouco antes do nascer do sol, correndo pelas ruas da cidade e avenidas arborizadas. Uma cena semelhante é repetida ao pôr-do-sol. Enquanto uns se reúnem em parques e rotundas, outros praticam seus exercícios em pequenos grupos.

5.2. Percepções e Significados dos Actores sobre a Prática do Fisiculturismo nos Arredores e Centro da Cidade de Maputo

Actualmente, observa-se um número crescente de indivíduos adeptos do treinamento de força. Este facto dá-se às mais variadas razões, principalmente, pela busca de qualidade de vida e boa estética. Com o aparecimento de Mídias, os fisiculturistas ganharam visibilidade, popularizando o desporto e despertando a curiosidade nas pessoas, multiplicando o número dos seus praticantes. Esse cenário ajudou a fomentar um mercado produtivo que envolve alimentação e suplementação, academias e acessórios para treino.

Apreciando a visão dos autores, Wacquant (2002) e Jaeger (2009), falar-se do fisiculturismo, está-se perante a um assunto muito complexo, que carece a devida atenção e que precisa de tanta atenção para que não se caía no erro de muitos. O fisiculturismo não pode ser entendido como o acto de se entrar no ginásio e começar a se carregar ferros, acumular músculos e depois subir no palco para competições. A realidade de um atleta e/ou fisiculturista vai mais além, como adianta a Josefa, uma informante e fisiculturista de 30 anos de idade:

Para mim, o fisiculturismo é como qualquer outra modalidade ou desporto, embora seja um pouquinho mais que isso. Nós somos sono, somos alimentação, somos a disciplina, diferente de outra modalidade. Por exemplo: cá, um jogador de futebol pode ser um bêbado, ao passo que, nós não temos fisiculturistas bêbados ou fisiculturistas que frequentam as barracas, em conflitos, porque nós somos um pouco mais. Somos um estilo de vida no sentido de que, é muito fácil um fisiculturista ter um estilo de vida organizada e albergar várias coisas. Nós temos que aprender a Culinária, Farmacologia, Fisiologia até o Direito.

Vários informantes tidos durante o percurso, tiveram como depoimento: ter um corpo equilibrado, com músculos simétricos e proporcionais é fundamental. O mais importante ainda é o equilíbrio nos vários aspectos da vida. Um fisiculturista precisa encontrar o equilíbrio adequado entre seu treinamento, alimentação e descanso, e todos os outros factores relevantes em sua personalidade: família, amigos, trabalho, escola, espiritualidade, recreação e muito mais.

Lima (2013), o processo de concepção desta ética obedece, principalmente, as prerrogativas biológicas que se relacionam com os percentuais de gordura corporal e volume muscular; com efeitos psicológicos notáveis, uma vez que a identidade do indivíduo passa a ser associada à construção do seu corpo e as suas respectivas características orgânicas e anatômicas. Homens e mulheres praticantes do fisiculturismo seguem uma rotina inteiramente dedicada à produção e manutenção de sua arquitetura corporal pela via de rigor na alimentação, uso de suplementos alimentares e treinos diários, dentre outros. Estes aspectos são planeados e controlados conforme a projecção do resultado.

O fisiculturismo é repleto de significados. É em nome da conservação do corpo que seus adeptos reforçam suas aspirações diárias. Os fisiculturistas, muito mais do que cultivar músculos sobre-humanos, cultivam uma ética representativa da nossa era. Eles carregam uma

imagem de um indivíduo disposto a vários desafios, como pagar o máximo para atingir seus objetivos, ser livre para se projectar e construir seu destino, possuir autonomia para construir seu corpo, subjugando-o à sua mente, submeter-se e enquadrar a matéria aos ditames ou deveres da razão instrumental. Como diz Saraiva, 35 anos de idade:

Se as pessoas tivessem noção sobre o que é fisiculturismo, acredito que muitos iriam se aliar nessa modalidade, porque nós somos pessoas de leituras e meditação. Se você for a rever a história do fisiculturismo a nível mundial, a maioria dos atletas campeões inclusive em Moçambique foi de jovens desviados na sociedade e o fisiculturismo trouxe de volta para a sociedade e deu a disciplina. Diferente de outras modalidades, o fisiculturismo tem exigências. Os resultados positivos não vêm a partir do meu companheiro da equipe como o exemplo do futebol onde o outro pode correr por mim. No fisiculturismo, você precisa trabalhar.

O fisiculturista deseja em se tornar um vencedor dentro dos parâmetros estabelecidos pela ordem, entendida por ele como natural. Suas representações de saúde e harmonia naturalizam a construção social que ele faz do seu corpo, como atestam os discursos de outros informantes, que reforçaram a ideia dessa modalidade ou desporto como promotora de uma vida saudável e disciplinar. Já houve uma época em que o desporto era ainda mais fechado do que hoje. Nos dias passados, os fisiculturistas se referiam a si mesmos como integrantes de uma “irmandade de ferro” e isso é justificável pela cortesia que um atleta mostra quando aborda o outro. Os fisiculturistas partilham muita informação "dicas" preciosas de “adversários”, um estilo de vida e mentalidade muito comum, assim gerando um clima de cortesia entre todos.

Para prender o argumento, Estevão (2005) afirma que, não houve um ex-fisiculturista que não apresentasse vontade de voltar a competir. O fisiculturismo é uma escolha que passa a acompanhar os praticantes durante toda a vida, como carrega consigo uma disciplina e harmonia na sociedade. Dentro do desporto, há união de três sistemas: mente, corpo e espírito por isso, os atletas de fisiculturismo se concentram em aumentar suas capacidades mentais bem como as suas capacidades físicas. É uma decisão pessoal, a escolha pela busca de espiritualidade. O importante é que você se torne em um indivíduo completo e não apenas uma colecção de músculos bem arredondados.

Há uma lição por se aprender com o fisiculturismo: o fisiculturismo nos ensina a importância do autoconhecimento em nossas vidas. Conhecer os limites do corpo, a melhor dieta, e ter a

força mental para suportar as pressões e as privações do desporto só é possível se tiver uma alta dose de autoconhecimento. A verdade é que, por mais um fisiculturista se esforce, a maioria das limitações genéticas do *bodybuilding* não pode ser superada. Uma das melhores estratégias consiste claramente na avaliação do físico do atleta para entender o que se pode ou não realizar. Por meio do fisiculturismo, há uma saída de sucessos no que tange à compreensão e aceitação da forma do corpo e de entender também as fraquezas, algo que faz parte da individualidade. Aceitar realidades e situações que nunca serão capazes de mudar e se esforçar para mudar aquilo que é possível.

Os praticantes do fisiculturismo nos alertam que, não se pode olhar nesta prática como sendo uma simples colecção de músculos ou construção do corpo, mas também, deve ser percebida como sendo uma escola para vida inteira. Porque, trabalhar com o corpo obriga aos praticantes a conhecer vários campos de saber que um corpo frequenta e colocado a vivenciar. A construção de um corpo bem delineado ou atlético, assim como toda a cultura que envolve frequentar ginásios, faz parte de um processo de construção de um "EU" que se vê como saudável, belo, atraente e sedutor.

5.3. Análise Comparativa da Prática do Fisiculturismo entre os Arredores e o Centro da Cidade de Maputo

Quanto à prática do desporto do fisiculturismo em Moçambique, deve se assumir que, foi construído com suor dos jovens dos arredores da cidade e depois encontrou-se oportunidades dentro do desporto, tendo sido convertidos ícones ou grandes figuras no fisiculturismo. Os jovens praticantes do fisiculturismo nos arredores da cidade são grandes campeões mundiais e representantes de muitas marcas e patrocinadores, e assim como muitos ginásios dentro da cidade de Maputo.

O fisiculturismo tem também a sua ética que se inclina em valores, crenças, significados, ideias dos ginásios. Nesta instituição pedagógica do corpo, os baixos níveis de gordura corporal, hipertrofia muscular e dietas alimentares definem a autodisciplina que, por conseguinte, será directamente proporcional à elevação da autoestima. O indivíduo é o gestor do seu próprio corpo, cujo lema principal é o "maior esforço, para melhor resultado". A modulação corporal nestes espaços corresponde ao desejo de agenciar as impressões transmitidas aos outros, tendo a constituição anatômica como principal mediador e produtor de subjectividades.

Cada mudança corporal é acompanhada não apenas pelo sujeito, mas também por todos aqueles que coabitam os mesmos espaços de socialização. Nos ginásios, os frequentadores se

enquadram, de alguma forma, em torno dos mesmos objectivos que podem ser orientados a partir de práticas estéticas dirigidas por discursos do fisiculturismo ligados a superação dos limites.

Como escreve Lima (2017), "foco, força e fé são três pirâmides que um fisiculturista leva consigo para o resto da vida para poder superar seus limites." Este princípio é uma crença muito firme para os praticantes deste desporto como pode se ver em Miguel:

Fisiculturismo é um desporto de superação de limites e barreiras. Você olha para suas dificuldades e precisa encontrar uma oportunidade dentro delas. Falo de encontrar a oportunidade de treinar num bom ginásio com máquinas sofisticadas. Com isso, não quer dizer que, para se tornar um bom fisiculturista precisa estar no ginásio do mais luxuoso, mas sim aumentar o foco. Nós, do bairro, trabalhamos duro e com poucos recursos e acreditamos que amanhã, pode se construir uma história diferente e o fisiculturismo é isso, superação e fé. (Miguel, 35 anos de idade).

Um fisiculturista não se intimida com reclamações, embora atravesse também por momentos constrangedores. Superação e autocontrolo são grandes ensinamentos do fisiculturismo por isso, diariamente, um fisiculturista entra no ginásio com objectivo de se transformar em uma máquina imparável, cada vez mais melhor e superadora de o ontem, vencedor de adversários e disponível para novas oportunidades, aquelas cobiçadas por patrocinadores, e apreciadora de bons ginásio, alimentação, etc. Os fisiculturistas acreditam que o sucesso e a superação dos seus limites encontram-se dentro dos ensinamentos do fisiculturismo.

Silva (2014), faz uma análise comparativa quanto ao desempenho, visibilidade e a forma de engajamento corporal entre dois ginásios situados nos arredores e centro da cidade respectivamente. O primeiro é em relação às hierarquias que se instauram entre os praticantes do fisiculturismo de acordo com os “os mais experientes, avançados ou veteranos” e aqueles “iniciantes e novatos”.

A noção de superar os “limites” do corpo e de si mesmo para atingir um determinado padrão estético é significado da dimensão de *dor* e do *sofrimento* e destaca-se aos esforços extenuantes, responsáveis pela gestão de cansaço em torno da realização das práticas. Os fluxos e dinâmicas para “romper estes limites” são distribuídos de maneiras assimétricas entre veteranos e novatos, e não envolvem apenas o conhecimento técnico das normas corporais ao longo da internalização da disciplina e seus efeitos fisionômicos, mas também, as condições econômicas dos adeptos.

(...) reclamar dentro do fisiculturismo não é uma característica de um fisiculturista, por isso nós temos uma frase “no pain, no gain” que basicamente quer dizer “sem dor sem ganho”. É necessário aceitar essas duas condições para alcançar o almejavél. Por isso, se não tens condições, então trabalhe duro até ultrapassar aquele que tem condições. Eu trabalho todo ano sem parar, a escola de fisiculturista diz isso. (Borboleta, 30 anos de idade).

Os fisiculturistas provindos dos ginásios dos arredores da cidade, a sua maioria é frequentadora de ginásio durante todo o ano e a sua permanência no local se devia, sobretudo, pela “qualidade técnica dos profissionais e dos aparelhos de musculação”, aquando comparados com ginásios do mesmo porte. A irregularidade da frequência não estava relacionada com o estar ou não naquele ginásio mas sim, por outras opções de actividades físicas que se enquadram em suas aspirações estéticas. O “limite” é construído de acordo com a disposição do sujeito em se submeter aos hábitos dos exercícios ou das dietas, não se distanciando também da possibilidade de arcar com todos custos adicionais de suas pretensões corporais. Ou seja, a medida de subordinação à *dor* e ao *sacrifício* em prol de um padrão estético seria, em parte, determinada pelo contexto socioeconômico dos adeptos.

O segundo aspecto apontado pelo autor como marcador desse “limite” e suas hierarquias correlatas é a distinção social dos praticantes. No ginásio do centro da cidade, a definição de “limite” é construída a partir das dificuldades financeiras dos alunos em manter assiduidade na academia ou de gastos adicionais, associados à procura do “corpo perfeito”, como dos serviços com “*personal trainer*”, nutricionistas, custos com a alimentação e custos de naturezas afins.

Apesar de estar em um bom ginásio, com todas máquinas sofisticadas, eu enquanto fisiculturista, enfrento algumas dificuldades em ter uma dieta alinhada, porque é preciso ter um nutricionista para desenhar uma boa dieta, personal trainer ou treinador, preparador para competição, etc. Devido às várias distrações que existem na cidade, acabo perdendo alguns mandamentos do fisiculturismo. Com isso, não significa que tenho que parar, o fisiculturismo ensina-nos a superar os nossos limites, sempre trabalhando de uma forma dura. (Afzal, 30 anos de idade).

Em fisiculturistas da zona central da cidade, nota-se uma outra percepção ou interpretação sobre a superação dos limites. Lima (2017) sublinha que, o dinheiro seria desperdiçado caso o aluno não levasse o seu corpo no “limite” dos esforços físicos” e a regularidade de frequência desses alunos, por sua vez, seria determinada pelo risco ou não de comprometer o orçamento

familiar. Os “projetos de verão” seriam então recorrentes, na tentativa de maximizar os ganhos durante um período curto de tempo e não comprometer a renda anual, sempre marcada por oscilações financeiras.

Os praticantes do fisiculturismo aos arredores da cidade acabam tendo mais foco no desporto porque trabalham com poucos recursos e dão o seu máximo para superação dos seus limites, diferente dos jovens da cidade. Eles têm muitas coisas para distração e se envolvem em outros mundos, como os de sexo oposto, acesso a internet e muito mais. Enquanto os das regiões pouco desenvolvidas, basta chegar dezoito (18h), ali, se foi também o seu dia. Não têm acesso às outras coisas, tendo somente o fisiculturismo. Embora estejam trabalhando com recursos limitados, eles trabalham mais, afinal fisiculturismo é investir o seu máximo.

O desejo de participar em um campeonato de fisiculturismo é motivado por efeitos anteriores de adesão a um programa de disciplinas corporais. Se a motivação para homens e mulheres ao se inscrever na academia é, primordialmente, conquistar um modelo específico de beleza, o sucesso na empreitada e a aspiração de “novos limites” definirá uma aptidão inicial para os palcos. Este sucesso, como fica claro na comparação entre os dois ginásios, se dá por duas vias que até um certo ponto são complementares: pelo tempo dedicado a prática e pela utilização de outros recursos para maximização do desempenho corporal.

A maioria dos competidores dedica-se a actividades profissionais paralelas relacionadas à sua prática corporal, das quais o corpo é ao mesmo tempo a sede, o instrumento e o alvo. Este facto pode ser relacionado intrinsecamente com a condição da natureza das transformações cósmicas as quais se submetem. O fisiculturismo não é uma modalidade rentável para quem a prática a nível competitivo e os gastos com a manutenção do corpo e a preparação para os campeonatos são dispendiosos. Em média, homens e mulheres tendem a gastar entre 7.000 à 10.000 Meticais semanais nos períodos de competições, apenas com dietas e exercícios físicos, sem contar com as despesas, substâncias farmacológicas, técnicos, recursos terapêuticos para a redução de danos musculares, como a massoterapia, e, sobretudo, no caso das mulheres, cuidados com cabeleireiro, dermatologistas e outros procedimentos estéticos que garantam o embelezamento e a preservação da feminilidade.

Todos os custos, até então listados, são assumidos pelos próprios competidores, que sonham em obter boas classificações nas seletivas estatais e nacionais para alcançar alguma projecção que lhe renda patrocínios. No entanto, a baixa popularidade do fisiculturismo se reflecte nos patrocinadores como descreve algum informante:

Se eu disser que é racional, não é não?! É amor, é amor. Porque, infelizmente, você gasta muito dinheiro. Aqui, em Moçambique, não é tão reconhecido, não é valorizado. Aqui, em Moçambique, os patrocinadores são poucos e, quando patrocinam, não patrocinam de verdade. É como se fosse um patrocínio camuflado. Eles exigem demais para você fazer o marketing deles e em compensação, o retorno é muito fraco. Lá, na África do Sul, EUA e no Reino Unido e outros países, se você disser que é bodybuilding ou fisiculturista, todo mundo baixa a cabeça e bate palmas, contrário daquilo que se vive no contexto moçambicano. É um factor social, puramente social. É um preconceito mesmo. (Proof, 36 anos de idade).

Quer dizer, são poucos fisiculturistas que conseguem ser patrocinados e, uma vez que isso acontece, os valores angariados não cobrem todas as despesas necessárias para a manutenção de um competidor. No caso das mulheres, esse quesito é ainda mais delicado. Muitas alegam que o formato do corpo e a proeminência dos músculos tornam-se indesejáveis para finalidades comerciais, e as poucas que conseguem patrocínio são as que se enquadrariam em padrões normativos e comerciais de beleza.

Se o preconceito destacado por Proof é um dado em relação a fisiculturistas do género masculino, no que concerne às mulheres isso ainda é mais evidente, talvez por alguma estranheza e certa hostilidade em relação aos seus corpos. Uma vez que o fisiculturismo seja uma modalidade desportiva considerada por muitos como marginal, no caso do fisiculturismo praticado por mulheres o desterro é ainda maior, pois carregam o estigma de serem consideradas masculinizadas.

Capítulo VI

6. Considerações Finais

Este projecto de pesquisa é de carácter etnográfico, onde procurou-se reflectir em torno das percepções e significados da prática do Fisiculturismo em Maputo partindo de uma análise comparativa entre os arredores e centro da cidade capital. O projecto permitiu identificar várias formas de apreensão e interpretação do fisiculturismo, das práticas e discursos dos praticantes ou intervenientes do desporto. Possibilitou também descrever as várias percepções e significados da prática do Fisiculturismo dos actores ou intervenientes nos arredores e centro da cidade e assim como, as suas diferenças e as complementaridades que residem dentro da modalidade e nos dois espaços da sua prática.

O estudo tem uma extrema importância visto que, aborda sobre uma temática que se enquadra em um contexto mais vasto da pós-modernidade em que, os indivíduos homens e mulheres de diferentes faixas etárias entram em um processo tremendo do culto ao corpo, não apenas para o bem-estar físico ou mental. É crucial referir que, a prática do fisiculturismo enquadra-se num contexto mais vasto da produção, conservação e exibição da beleza externa do corpo, algo típico e comum de se notar nas sociedades pós-modernas.

Falando em pós-modernidade, é importante dedicar algumas linhas ao pensamento do Sociólogo Francês Michel Mafesoli. Na concepção deste sábio, como cita Rossetto (s/d), "a pós-modernidade teria como característica primordial a aceitação de todas as culturas diversas e "estranhas" entre si. Para tal, há necessidade de se optar por uma nova leitura da reorganização sócio-antropológica do Estado, uma leitura que transcenda os conceitos do Estado moderno."

Na pós-modernidade, o corpo passou de suporte de valor para ser o próprio valor, que é o culto ao corpo. Dando observância ao fisiculturismo, o mesmo apresenta-se como a celebração do culto ao corpo com padrões articulados e definidos. É na sociedade da pós-modernidade, porém, onde o fisiculturismo encontra espaço e conquista de território e auto-afirmação como prática corporal, sociedade esta, a qual, o culto ao corpo é celebrado. Historicamente, a prática da musculação era representada por coisas de marginais e era vergonhoso de se assumir. E como ela veio da modernidade, transformou-se em um valor, que por uma série de questões e desenvolvimento social ou ideológica, passou por uma sociedade de repressão ao corpo para toda cultura de liberação do corpo.

Em a sociedade do paradoxo, o que predomina em suas práticas e rituais, é o descartável; enquanto o que se busca, em teoria, é a eternidade através dos avanços e descobertas científicas. Descartável no que diz respeito, a fluidez do ser, onde cada dia é preciso, supostamente inovar; para tanto, se busca tratamentos clínicos, estéticos, faz-se uso abusivo de cosméticos, apela-se às cirurgias plásticas, ginásios, suplementos alimentares e até esteroides anabolizantes e uma investigação eterna de curas para doenças genéticas, degenerativas e incuráveis.

Segundo Helman (2009), em todas as sociedades, o corpo humano tem uma realidade social além de física. Isto é, a forma, o tamanho e apresentações do corpo são um modo de comunicar informações sobre a posição de seu dono na sociedade, inclusive informações sobre idade, gênero, “*status*” social, ocupação e ligação com certos grupos, tanto religiosos quanto seculares. Como se depôs acima, no fisiculturismo, observa-se que o corpo é anteriormente atribuído algum significado no contexto social de fisiculturistas onde os mesmos partilham conhecimentos, discursos, valor, como forma de proteger e manter a disciplina do corpo.

Portanto, as questões discutidas acerca do autocontrole, disciplina, treinamento e alimentação restrita ganham lugar de destaque nesse processo da prática de musculação viral ao Fisiculturismo bem como, o próprio sentido que os praticantes do desporto atribuem à imagem do corpo servem para comprovar um conjunto de valores e modos de comportamento desportivo e para contribuir na ascensão profissional que se calhar seja para fins de socialização.

Em consequência, através desta pesquisa, foi acessível informar-se que em Moçambique, ainda carecem estudos sobre esta temática. Assim, para outros focos de pesquisas futuras, sugere-se que através desta temática “percepção e significado da prática do fisiculturismo”, se procure questionar numa forma incessante e/ou explorar sobre “fisiculturismo” em outras dimensões exploratórias.

7. Referências Bibliográficas

- Becker, F. 2009. “O que é Construtivismo?”. *Revista de Educação*. AEC. Brasília, Vol. 21 (83): 89-107.
- Bento, J, O. 1991^a. “Novas motivações para a prática do desporto, em Câmara Municipal de Oeiras”. In: *O desporto no Século XXI – Os novos desafios*, pp.113-146.
- Cossenza, C, E. 1995. *Musculação, métodos e sistemas*, Sprint, Rio de Janeiro.
- Durand, G. 1964. “A Imaginação Simbólica”. In: *O Vocabulário do Simbolismo*. Lisboa. Edições 6, pp. 07-17.
- Estevão, A. 2005. PRÁTICA DO FISCULTURISMO: significados. Deptº Educação Física da FURB/SC: Motrivivência, São Paulo.
- Hacking. I. 1999. *The Social Construction of What?* Harvard University Press, Cambridge.
- Helman, C. 2009. “Corpo: definições culturais de anatomia fisiologia”. In: *Cultura, Saúde e Doença*. Porto Alegre: Artmed, pp. 27-54.
- Jaeger, A. 2009. A. Mulheres atletas da potencialização muscular e a construção de arquiteturas corporais no fisiculturismo, Tese de Doutorado, Escola de Educação Física, UFRGS, Porto Alegre.
- Lorber, J. 1993. “Believing is seeing: biology as ideology”, In: *Gender Society*, 7: 568-581. [Online].
- Lima, M, S. 2017. FOCO, FORÇA, FÉ: notas sobre uma etnografia do fisiculturismo feminino em Salvador. Sportsclub Association (IHRSA) <http://www.ihrsa.org/> e Associação Brasileira de Academias (ACAD Brasil) <http://www.acadbrasil.com.br/>.
- Lock, M. 1993. Cultivating the body: anthropology and epistemologies of bodily practice and knowledge. *Annual Reviews*, 22, pp 133-155.
- Malysse, S. 2002. “Em busca dos (H) alteres-ego: Olhares franceses nos bastidores da corpolatria carioca”, *Nu e Vestido: Dez Antropólogos Revelam a Cultura do Corpo Carioca*, Rio de Janeiro: Record, pp. 79-138.
- Nobre, L. 1999. (Re) projetando a academia de ginástica, Phorte, SP:Garulhos.
- Ortega, F. 2012. *O corpo incerto*, Garamond, Rio de Janeiro

Ribeiro, E,R. 1999. Reflexão sobre a política desportiva em moçambique: diagnóstico sobre as instalações desportivas da cidade de Maputo. Tese de mestrado, Universidade de Campinas, Faculdade de Educação Física, SP.

Ribeiro, E,R. 2014. *Satisfação do consumidor dos serviços oferecidos pelos ginásios particulares da cidade de Maputo: análise de causas e consequências*, Tese de Doutorado, ISCTE Business School, Departamento de Métodos Quantitativos para Gestão e Economia.

Rossetto, R. S/d. “A TRIBALIZAÇÃO DO MUNDO: um estudo propedêutico sobre o Estado a partir de Michel Maffesoli”, *Jornal Internacional de Políticas Publicas*.

Sabino, C. 2004 *O peso da forma: cotidiano e uso de drogas entre fisiculturistas*, Tese de Doutorado em Sociologia e Antropologia, Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, UFRJ, Rio de Janeiro.

Schwarzenegger, A. 1999. *The New Encyclopedia of Modern Bodybuilding : The Bible of Bodybuilding*. Simon & Schuster: New York. 2.edition,

Silva, A. C. 2014. “*Limites*” corporais e risco à saúde na musculação: *etnografia comparativa entre duas academias de ginástica carioca*, Tese de Doutorado, UFRJ. Instituto de Estudos em Saúde Coletiva.

Silva, Benedicto *et al.* 1986. *Dicionário de ciências sociais*, Rio de Janeiro: Editora da Fundação Getúlio Vargas.

Silva, José *et al.* 1986. *Dicionário de Ciências Sociais*, Rio de Janeiro: Fundação Getúlio

Wacquant, L. 2002. *Corpo e alma: notas etnográficas de um aprendiz de boxe*, Relume Dumar Rio de Janeiro.