



FACULDADE DE LETRAS E CIÊNCIAS SOCIAIS
DEPARTAMENTO DE ARQUEOLOGIA E ANTROPOLOGIA
LICENCIATURA EM ANTROPOLOGIA

Trabalho de Culminação de Curso

Tamanho e Altura dos Corpos Masculino e Feminino: interpretações, desafios e mecanismos de superação na construção de relações sociais na cidade de Maputo

Autor: Esmael Manuel Muamussa

Supervisor: Danúbio Walter Afonso Lihahé

Maputo, Setembro de 2024

**Tamanho e Altura dos Corpos Masculino e Feminino: interpretações,
desafios e mecanismos de superação na construção de relações sociais na
cidade de Maputo**

Autor

(Esmael Manuel Muamussa)

Trabalho de Culminação de Estudos apresentado ao Departamento de Arqueologia e Antropologia na 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.

O supervisor

O presidente

O oponente

Maputo, Setembro de 2024

Declaração de honra

Eu, Esmael Manuel Muamussa, declaro, por minha honra, que este trabalho nunca foi apresentado na sua essência por nenhum outro estudante para a obtenção de qualquer grau acadêmico. O mesmo, é resultado de minha investigação pessoal, estando indicadas, no texto e na bibliografia, as fontes por mim recorridas.

(Esmael Manuel Muamussa)

Dedicatória

Vale mais, em símbolo de reconhecimento, dedicar, em primeiríssimo lugar, a senhora Henriqueta Firmino do Rosário Custódio, minha mãe social desde, minha heroína da vida académica desde 2027; ao Dr. Horácio, actual Director Distrital da Educação de Gurué, ao Dr. Danúbio Lihahé pelo apoio inesgotável, incondicional e inesquecível durante a minha vida universitária e a Dra. Dácia, Diretora da Direcção dos Serviços Sociais da Universidade Eduardo Mondlane, pelo apoio em questões sociais desde o esgotamento da minha bolsa de estudo e ao lic. Raimundo Bandeira, chefe do Departamento de Alojamento da Direcção dos Serviços Sociais.

Agradecimentos

Introspectivamente, a minha força de vontade, a minha ambição em saciar meus sonhos findo a primeira jornada acadêmica. Ora, naveguei em águas muito agressivas, sobrevivi intempéries da vida financeira, social, e muitas outras situações inefáveis para chegar este nível. Logo, não preciso justificar a razão de dedicar o trabalho aos salva-vidas referenciados na dedicatória.

Ao meu supervisor Danúbio Lihabe, minha maior inspiração desde o primeiro semestre do curso, sim, não dá omitir isso, não aprendia com ele apenas na sala de aulas. O senhor que logo no primeiro semestre sintonizou-me, vale dizer, mergulhou-me ao novo olhar da realidade a partir de uma perspectiva específica e especial: a antropologia. Rompeu os meus obstáculos epistemológicos, tornando-me um não apenas estudante, mas também homem céptico, crítico, arguente, curioso e a sentir fome pela leitura, por isso apelidei-lhe pelo nome de “o ancião dos senhores da floresta” (ler Eduardo Medeiro), pois, removeu-me o prepúcio da intelectualidade e tornou-me um “*New Man*”

A minha consanguínea família: a minha mãe, dona Anita João Mangação, por ter cumprido zelosamente o seu dever de mãe ao longo da minha infância e adolescência e demais gestos maternos; aos meus irmãos, pelo companheirismo, cuidados e reforços, começando ao mais velho Nelito Manuel Muamussa, Faustino Manuel Muamussa, Manjate Manuel Muamussa, Abdul Manuel Muamussa, Dalton Lino Martinho e Chiquito Lino Martinho; aos primos Aurélio José Mpaque, Dionísio Feliciano, Ofélia Feliciano, Bonifácio Ernesto, Elídio Ernesto, Gilda da Ofélia Alfândega, António Comores e Alfândega Mataledo, o homem que acolheu meu pai desde a infância até a nubente; aos meus sobrinhos Omar Mataledo e Caldina Mataledo, Jamaila Manjate (minha chara) Manuel, Ruben Nelito Manuel e Enoque Faustino Manuel.

A todos professores que deram-me aulas desde 1ª classe do ensino primário até última disciplina do nível de licenciatura em antropologia.

Aos meus amigos: Miguelito Esmael, Delúvio Chichango, Pedro Anselmo, Braz Garrido, Artis Garrido, Óbeti, Odete, Dainesse Da Silva, Abuck Saíde, Santos da Gloria, Carlos Sadre, Omar Zeca João, Marcelino Quarenta, Hélio, Irene Mário, Olívia Vicente, Artur, René, Bive, Cubeliwa entre outros e aos meus colegas da Faculdade e do Tangará. Enfim, a todos, meu muito obrigado.

Resumo

Este trabalho compreende que, com base nas teorias de Marcel Mauss e Herbert Blumer e nos dados da pesquisa, a altura e o tamanho do corpo têm um impacto nas relações sociais, isso inclui, amistosas, profissionais, até passionais. Marcel Mauss (2005) conforme citado por Daolio *et al.* (2012), o corpo é um constructo social, moldado por práticas e valores culturais. Em ambientes urbanos, como Maputo, características físicas como tamanho e altura são frequentemente associadas a poder, *status* e beleza.

Os dados revelam que os homens esbeltos e musculosos são vistos como os mais autoritários e confiantes, responsáveis em detrimento dos baixinhos, estes são vistos com uma conotação indesejável, como se ser baixo fosse uma deficiência. Na parte das mulheres com certas características físicas, magreza, cintura fina, ancas salientes, etc., são também associadas a padrões de beleza específicos. Herbert Blumer (1998), com sua teoria do interacionismo simbólico, reforça essa visão ao mostrar que os significados atribuídos ao corpo são formados e ajustados nas interações e relações sociais diárias. Segundo Blumer, interpretações sobre características físicas não são fixas, mas mudam conforme as pessoas interagem e partilham experiências no cotidiano.

Os dados da pesquisa de campo revelam que frequentadores dos ginásios ProGym e Ginásio 365, de diversas idades e ocupações, buscam melhorar suas aparências físicas para responder aos desafios sociais impostos ao corpo, como por exemplo se adequar aos padrões de beleza, saúde e juventude. Essas mudanças podem influenciar como são interpretados e tratados em suas esferas sociais e profissionais. Este trabalho mostra que as interpretações sobre o corpo são construções sociais complexas que afetam a identidade, as interações dos indivíduos em diferentes contextos, a baixa e alta auto-estima e incentivam a recorrência de vários e diversos mecanismos correctivos do corpo como os exercícios físicos – isso inclui ginásios, desportos, entre outros – visando ganhar o corpo padronizado, podendo, desde modo, ser bem-visto e ver-se bem, uma vez que, o corpo humano possui essas duas dimensões: psicológica (como a pessoa percebe o seu próprio corpo) e social (como a pessoa é percebida pelo seu grupo social).

Palavras-Chave: *Tamanho e altura do corpo; Pressão Social; Imagem corporal; Interpretações Sociais; e Interacionismo Simbólico*

Índice

Declaração de honra	i
Dedicatória.....	ii
Agradecimentos	iii
Resumo	iv
Capítulo I	1
1. Introdução.....	1
1.1 Contextualização e Enquadramento	1
1.2 Objectivos	2
1.3 Justificativa e Relevância do Estudo	2
1.4 Estrutura do trabalho.....	3
2. Revisão de Literatura.....	4
2.1 Construção social do corpo.....	4
2.2 O corpo enquanto meio de comunicação e identidade social e pessoal	5
2.2 O corpo na história da humanidade	6
1.3 Lógicas e mecanismos na demanda do corpo ideal	7
2.4 A mídia, o “ópio” do corpo ideal.....	8
2.5 Formulação do Problema	10
Capítulo III	12
3. Quadro Teórico e Conceptual.....	12
3.1 Quadro Teórico	12
3.2 Quadro Conceptual	13
Imagem corporal.....	13
Redes sociais	13
Experiência Social	13
Capítulo IV	14
4. Metodologia.....	14
4.1 Etapas da pesquisa	14
4.2 Técnicas de recolha de dados	14
4.3 Entrevistas semi-estruturadas	15
4.4 Observação directa.....	15

4.5 Armazenamento de dados.....	16
4.6 Localização da pesquisa	16
4.7 Perfil social das pessoas que frequentam os ginásios.....	16
4.8 Questões éticas de pesquisa	17
4.9 Constrangimentos	17
Capítulo V	17
5. Apresentação, interpretação e análise de dados	17
5.1 O cotidiano da prática de exercícios físicos e as principais motivações	17
5.2 A altura e o tamanho corporal influenciam as interpretações e relações sociais.....	19
5.3 Experiências e trajetórias individuais relacionadas ao corpo	22
Júlio, 35 anos, jurista	22
Ana, 29 anos, estudante	23
Carlos, 47 anos, empresário brasileiro	23
Cláudia, 32 anos, médica.....	24
Capítulo VI.....	26
6. Considerações Finais	26
Referências bibliográficas	28

Capítulo I

1. Introdução

1.1 Contextualização e Enquadramento

Este trabalho de pesquisa busca compreender as percepções sociais sobre a altura e o tamanho do corpo masculino em contextos urbanos, se guiando pelas teorias interacionismo simbólico de Blumer (1998) e o estudo do corpo enquanto um constructo social segundo Marcel Mauss (1935).

Na antiguidade, o corpo humano era valorizado na área atlética, considerado parte da educação corporal, que moral e esteticamente se baseava na ideia de um ser humano bom e belo. Durante a Idade Média, com a predominância do ideal divino, os sacerdotes, o papa e outras figuras religiosas eram considerados os colossos do conhecimento. A segregação dicotômica entre corpo e alma ganhou relevância na sociedade religiosa, dando-se primazia à alma em detrimento do corpo. A moral cristã coibia toda e qualquer prática que visasse o culto ao corpo (Aires 2010).

No renascimento, o regime monárquico, o clero e o teocentrismo foram abalados pelos iluministas, e o corpo voltou a ser objecto de estudo e experiências. As actividades físicas passaram a ser realizadas para garantir a saúde. No final do século XX e início do XXI, a exposição excessiva de modelos corporais nos meios de comunicação contribuiu para a formação de uma visão estereotipada do corpo, com novas preferências e objectivos para os exercícios físicos, e com a altura e o tamanho do corpo sendo socialmente censurados ou apreciados. A identidade muda conforme o sujeito é interpelado ou representado; a identificação não é automática, mas pode ser adquirida ou perdida (*Idem*).

Em Moçambique, ao longo da sua história as percepções do corpo masculino foram influenciadas por uma variedade de factores históricos, incluindo o período colonial, a luta pela independência e o processo de globalização. De igual maneira, durante o colonialismo (séculos XVIII a meados do século XX), as normas de beleza e masculinidade frequentemente refletiam as hierarquias de poder impostas pelas potências coloniais. Após a independência (década de 1960 em diante), houve esforços para redefinir as representações do corpo masculino em termos de identidade nacional e resistência ao colonialismo. Contudo, com o avanço da globalização (a partir da segunda metade

do século XX), surgiram novos padrões de beleza e masculinidade que entraram em conflito com as tradições culturais locais, especialmente em áreas urbanas (Aires 2010).

1.2 Objectivos

Interessa-se este trabalho, como objectivo principal, compreender as percepções sociais sobre a altura e tamanho dos corpos masculino e feminino em contexto urbano, na cidade de Maputo. Para atingir esse objectivo, precisa especificamente:

- i. Identificar o perfil dos mais variados frequentadores dos ginásios e o seu quotidiano;
- ii. Descrever a visão dos frequentadores dos ginásios sobre a altura e tamanho dos corpos masculino e feminino; e
- iii. Descrever as experiências e trajetórias, dos frequentadores dos ginásios, inerentes ao tamanho e altura dos corpos masculino e feminino.

1.3 Justificativa e Relevância do Estudo

A antropologia orgulha-se de dispor de ferramentas teóricas, metodológicas, conceptuais, entre outras, que lhe permitem, de maneira firme, intervir em qualquer fenómeno da dimensão humana para compreendê-lo. Nos últimos tempos, observa-se, especialmente em áreas urbanas, uma preferência por determinados padrões corporais. Os jovens partilham certas ideias sobre como deve ser o corpo masculino e vice-versa, com base nessas ideias, brotam sentimentos passionais, amistosos, entre outros tipos de relações sociais. É importante esclarecer os termos “tamanho” e “altura” no contexto deste trabalho: o primeiro, refere-se ao volume do corpo, ou seja, se o corpo é considerado gordo ou magro, pequeno ou grande, por sua vez, o segundo reflete o comprimento do corpo, isto é, se o corpo é considerado alto, baixo ou médio, de acordo com os padrões socialmente pré-estabelecidos e desejáveis, do ponto de vista social.

Este estudo tem uma importância dupla, tanto científica quanto social. No campo científico, interessa a antropologia porque trata-se de um fenómeno social que mobiliza pessoas, opiniões intersubjetivas, instituições, discursos, acções, interações e relações sociais dentro da sociedade moçambicana. Este estudo amplia a abordagem antropológica, especialmente em teorias como o interacionismo simbólico, o construtivismo social, antropometria, incluindo a antropologia do corpo, que, em minha opinião, a sua inclusão no currículo do curso de antropologia merece um reparo urgente. Com este trabalho, serão esclarecidas algumas questões levantadas nas disciplinas

de antropologia do gênero e sexualidade, antropologia da família e parentesco, antropologia da saúde e doença, entre outros ramos que, por vezes, convergem em torno da masculinidade e feminidade.

Por outro lado, o estudo é relevante para a sociedade porque os atores, ou seja, os indivíduos que partilham ideias sobre como deve ou não ser um corpo masculino e feminino, estão inseridos na sociedade. Aqueles que não possuem o corpo ideal também fazem parte da sociedade, e, por essa razão, este estudo servirá como uma ferramenta de reflexão sobre como lidar com a situação, considerando que há pessoas que passaram e passam por experiências agradáveis e desagradáveis devido ao tamanho e altura de seu corpo. Ainda no contexto social, considerando que existe um padrão pré-estabelecido para o corpo considerado perfeito e que muitos preferem esse padrão, o estudo auxiliará jovens em fase de namoro e casamento a refletirem sobre suas preferências passionais. No âmbito governamental, o trabalho pode contribuir para a reformulação de políticas públicas, especialmente em instituições públicas e privadas onde o tamanho e a altura do corpo (altura máxima e mínima) são critérios indispensáveis para a integração.

1.4 Estrutura do trabalho

De forma sucinta, este relatório é composto por seis capítulos. O primeiro capítulo é dedicado à introdução, onde apresento uma breve contextualização e enquadramento teórico, objectivos, justificativa e relevância do estudo. No segundo capítulo, apresento a revisão da literatura, o problema e a pergunta de partida. No terceiro capítulo apresento o quadro teórico e conceptual. No quarto capítulo abordo das questões metodológicas. No quinto ponto apresento, interpreto e analiso os dados e no sexto e último ponto faço as considerações finais seguidas das referências bibliográficas.

Capítulo II

2. Revisão de Literatura

Nesta secção revejo o debate histórico e actual referente ao tamanho e altura dos corpos masculino e feminino. As propostas apresentadas nesta secção visam alargar o entendimento do assunto, que comporta perspectivas antropológicas, psicológicas, históricas, biomédicas, antropométricas, geográficas, políticas, religiosas, mediáticas, económicas, sociais, pessoais, etc. Para contextualizar adequadamente esse assunto, é necessário considerar a intersecção entre teorias antropológicas, estudos sociais e análises contemporâneas sobre o corpo humano, visto que, diversos teóricos oferecem abordagens relevantes para entender tal fenómeno.

2.1 Construção social do corpo

Marcel Mauss, em sua obra seminal de 1935, estabeleceu as bases para a compreensão do corpo humano enquanto um constructo social. Mauss argumentou que os corpos não são apenas biológicos, mas também socialmente construídos, reflectindo as normas, valores e práticas culturais de uma sociedade. Essa perspectiva antropológica pode fundamentar a investigação das percepções do corpo masculino no mundo, Moçambique, especialmente na cidade de Maputo, analisando como diferentes contextos sociais atribuem significados específicos à altura e tamanho do corpo humano.

Pierre Bourdieu (1930-2002), por sua vez, analisa como as estruturas sociais influenciam as práticas corporais e as percepções de beleza e de masculinidade. Da mesma sorte, Erving Goffman (1922-1982), explora como as interacções sociais quotidianas são moldadas por performances individuais, incluindo a maneira como os corpos são apresentados e interpretados em diferentes contextos socioculturais.

Da Paixão e Lopes (2014), discutem como as percepções do corpo são moldadas por factores culturais e sociais, atravessando fronteiras culturais devido a força do processo de globalização que caracteriza a contemporaneidade. Na mesma vertente, Leal (2009) e Abreu (2003), enfatizam a natureza complexa da imagem corporal que é influenciada por interacções sociais, normas culturais e pressões sociais. Este teórico garante que a imagem corporal é uma construção cognitiva, reflexo de desejos, atitudes e emoções desenvolvidas nas interacções com os outros.

Na mesma senda, Abreu ressalta o papel do corpo como um veículo social que transmite informações sobre os padrões culturais de uma sociedade.

Reflectindo sobre as perspectivas acima abordadas, podemos entender melhor a complexidade das percepções e implicações socioculturais do corpo masculino em diferentes contextos culturais. Esses autores, nos ajudam a analisar, primeiro, a olhar o corpo humano como alvo de interpretações, censuras e como as normas sociais, as estruturas de poder e as noções de género influenciam as representações corporais e as práticas sociais, fornecendo assim uma base teórica mais abrangente para a nossa pesquisa.

2.2 O corpo enquanto meio de comunicação e identidade social e pessoal

Erving Goffman (1959), explora como as interações sociais são moldadas por performances individuais e como o corpo é utilizado como uma ferramenta para comunicar identidade e *status* social. Suas análises sobre rituais de interação fornecessem pontos valiosos sobre as percepções e representações do corpo masculino em diferentes contextos socioculturais.

Paul Connerton (1989), esclarece como os corpos individuais e colectivos são moldados por práticas de memória e ritual. Sua abordagem é relevante para entender como as percepções do corpo masculino são influenciadas por narrativas históricas, tradições culturais e rituais sociais.

Secchi (2009), percebeu que a imagem ou representação do corpo, além da dimensão psicológica, individual, há uma outra dimensão, a colectiva, aquela relacionada às opiniões dos outros membros da sociedade e ao senso comum. É por isso que, Flament e Rouquette (2003), reforçam que tal representação social se manifesta na comunicação, que implica a partilha de uma identidade em interação com um mesmo ambiente externo. A comunicação veicula posições identitárias, pertenças grupais, valores e normas de toda natureza.

O desenvolvimento da imagem corporal é ligado à estruturação da identidade no seio de um grupo social. A partir do próprio corpo, o indivíduo se reconhece e se relaciona com outras pessoas. O corpo, como anteriormente alumbrei, está ligado a crenças e sentimentos que servem de base para a sua vida social. O corpo torna-se instrumento mediador das relações sociais do sujeito. A aparência corporal tem a capacidade de influenciar as pessoas. A imagem considerada pelo outro como boa e como ideal é aquela que corresponde ao perfil idealizado pela sociedade. Espera-se

que o outro não seja diferente daquilo que se deseja, se ele não for capaz de corresponder às expectativas de um ideal, então não é valorizado, a boa aparência significa, para a maioria das pessoas, qualidades que definem o bom carácter do indivíduo (Resende 2006).

Atrelando ao parágrafo acima, Jodelet (1984) *apud* Secchi (2009) superestima o estudo do corpo a partir da perspectiva das representações sociais, visto que, segundo este teórico, nos permitem identificar o carácter social da dimensão individual e as representações assumem um papel importante na elaboração de maneiras colectivas de ver e viver o corpo a partir da difusão de modelos de pensamento e de comportamentos relacionados ao corpo.

Neste contexto, essa classe de autores, em paralelo com os anteriormente apresentados, simboliza o corpo, isto é, olha o corpo como mecanismo de comunicação e que possui alta importância nas interações e relações inter-subjectivas, isso leva-nos a entender que não existe distância entre o universo interior (do próprio indivíduo) e exterior (do seu grupo).

Para estes autores, as experiências e sensações obtidas em acções e reacções, as relações sociais também contribuem para a estruturação da imagem corporal dentro de um grupo social. Por isso, pode se concluir que as representações são sociais porque resultam de um conjunto de interações sociais dentro de um grupo, não só, mas também, porque são compartilhadas por seus indivíduos, podendo destacar-se dos demais grupos.

2.2 O corpo na história da humanidade

Ghilardi-Lucena e Maria Inês (2012), recordam que a preocupação pela beleza tem sido, ao longo dos tempos, mais associada à figura feminina do que à masculina. Sendo assim, o que acontece na atualidade, os homens estão sendo, gradualmente empurrados, sugados, modificados, e convencidos a entrarem no barco feminino no que diz respeito a valorização da beleza e da juventude. A busca de beleza corporal, actualmente, alcança tanto o mundo das mulheres quanto dos homens, que também procuram esculpir seus corpos, encontrando pleno estímulo por parte das mulheres. Na história religiosa, no início do século XX, o pensamento do puritanismo consistia no facto da pessoa cuidar do próprio corpo para que sua alma fosse salva, no sentido de guardá-lo, preservá-lo contra as impurezas dos desejos carnis e do pecado original. Com o tempo, nasceu à ideia de perfeitibilidade humana e, com isso, gerou uma nova influência social. Cuidar do corpo

passa a ser uma prioridade, envolver-se com ele a fim de retratá-lo de modo impecável. Trata-se de um momento de observar, tocar e entrar em contacto com o corpo, de sentir o que este está para oferecer.

Esses estudos esclarecem a perspectiva histórico-religiosa sobre a interpretação do corpo. Trata-se de uma época específica em que os códigos morais eram mais rígidos e a religião constituía um guião do comportamento humano. Mas, em se tratando de um fenómeno social de alta flexibilidade, o cenário foi se alterando, aos poucos, Ghilardi-Lucena e Maria Inês (2012), os homens começaram a exibir músculos bem delineados, realçar os contornos masculinos, até que, numa mudança radical, foi derrubado o último tabu para a manifestação da vaidade masculina: o uso de cosméticos e o apelo à cirurgia estética de reparação do visual, afinal, a recente preocupação dos homens com a forma física, os cabelos e as roupas, indica que não é mais apenas uma questão de vaidade masculina, mas um movimento comportamental bem mais definido e complexo interferindo assim, nas interacções e relações sociais e abrindo um espaço para a expressão das preferências: passionais, gastronómicas, de vestuário, amistosos, profissionais, filiais, paternais, institucionais.

1.3 Lógicas e mecanismos na demanda do corpo ideal

Um estudo realizado no Brasil, Ghilardi-Lucena e Maria Inês (2012), revela que na atualidade, está na moda, principalmente na camada juvenil, o uso de roupas impecáveis, modernas e de grife, quando querem conquistar a pessoa por quem se interessam ou mesmo mostrar-se para os amigos. Muitos frequentam academias de ginásticas objectivando os músculos bem delineados. Assim sendo, ser magro, jovem, bonito garante felicidade para o próprio indivíduo e dos seus próximos. Tal característica constitui um discurso persuasivo recorrente na mídia, influenciando o imaginário colectivo. Neste contexto, corpo bonito e musculoso dá aos homens uma expressão de satisfação e realização, como se assim eles estivessem preparados para alcançar todos os seus ideais, Fernando (2017).

Laporte e Volpe (2003), explicam que o outro possui uma parte de mim que eu não tenho e desejo ter uma compreensão objectiva de minha subjectividade. É a partir dessa hipótese que surge a vontade de ter tudo o que apreciamos no outro, e isso se encaixa principalmente nas coisas

visualizadas nas redes sociais, como o corpo perfeito, a alimentação perfeita, para obter melhores fotos para exibir um tipo de estilo de vida.

Neste caso, o culto ao corpo pode estar relacionado a esse jogo amoroso. Trata-se de uma luta para obter o corpo perfeito com o intuito de corresponder a pessoa amada, mesmo a duras penas de correr o risco de não corresponder às expectativas da pessoa amada (*idem*).

Isso significa que as relações afectivas são colocadas em prova quando o indivíduo não se adequa aos parâmetros sociais da ditadura da boa forma, que atingem a todos como uma condição para ser aceito em um grupo, como se isso fosse indicativo de que o indivíduo com todos predicados desejáveis, possui uma fórmula de bem-estar em detrimento dos outros e consigo mesmo. O rompimento amoroso motivado pela inadequação aos anseios sociais justifica o desejo das pessoas em esculpir o corpo, para ser enquadrado a um ideal aceito e comum a maioria das pessoas.

Desta forma, as pessoas procuram ser aceites e desejadas a custo de oferecerem-se como mercadoria. Como esclarece Le Breton (2003), os indivíduos investem no corpo toda a responsabilidade para se alcançar o sucesso de suas relações sociais. O corpo representa um todo capaz de superar possíveis frustrações que o sujeito possa vir a sofrer. O indivíduo precisa agradar duas partes de si mesmo, isto é, ele mesmo e os outros, para que se sinta não apenas auto-realizado mas também realizado socialmente.

2.4 A mídia, o “ópio” do corpo ideal

Nesta secção, revejo o papel da mídia na disseminação do corpo padrão. O termo ópio é estilisticamente usado como uma figura para referir centro de busca de pensamentos e comportamentos que impulsionam a busca desenfreada do corpo ideal. Os autores que a seguir serão arrolados abordam, de forma crítica, o espectro da mídia na propagação do corpo ideal por vezes surreal, daí que constitui um ópio que, quando consumido, enquanto informação, interfere, vale dizer, altera o comportamento dos consumidores. A influência da mídia e da globalização na construção das percepções corporais constitui um assunto crucial e abordado por diversos autores contemporâneos.

Bourdieu, sobre o corpo perfeito, considera-o como uma utopia, encontra-se na obra de Erthal (2004), segundo o qual ao entrar em uma rede social, as pessoas acabam deparando-se com uma

imagem de um ser humano que não existe, que precisa se mostrar para o outro como um ser perfeito, que é sempre lindo, que tem a maior quantidade de curtidas nas redes sociais, que faz tudo melhor que os outros, por consequência, acabam buscando alcançar uma perspectiva impossível de ser alcançada, o que gera sofrimento. Através das redes sociais as pessoas conseguem editar suas próprias realidades, neste espaço a pessoa pode escolher quem ela quer ser e se tornar autor de sua própria imagem.

Porém, esse estilo de vida compartilhado nas redes sociais é irrealizável, ninguém é feliz o tempo todo como é postado (De Souza 2017). É por isso que, Bourdieu (1989), chama, este corpo mediático, de ilusões bem fundamentadas, ilusões que ao serem intermediadas por especialistas possuidores de um discurso científico, como médicos, psicólogos, educadores físicos, entre outros, prometem perfeição estética, desde que sejam cumpridas e consideradas com rigor suas orientações, sendo muitas vezes, esses discursos, contraditórios.

Essa exigência, em que o sujeito precisa manter-se congelado, inalterado, sem envelhecer e ainda exibir-se sem nenhuma imperfeição, demonstra que a beleza é imposta, de forma não muito clara, como um padrão idealizado a ser seguido. O sujeito recolhe todas as mensagens sem se dar conta de que está sendo influenciado por uma ideia compartilhada pelo mercado que visa lucrar a partir de um ideal de corpo perfeito imposto por ele mesmo. E a boa aparência, em certos contextos, exerce um certo poder (Ghilardi-Lucena e Maria Inês 2012).

Por causa do poder, da aparência física, de qualificar as pessoas com um rótulo do que é positivo e negativo, as pessoas tendem a fazer inferências sobre a aparência, considerando que pessoas belas possuem predicados desejáveis, e por isso, são aceitas na maioria das situações, em que precisam se integrar a um grupo ao contrário das não belas. O sujeito depende do seu corpo para realizar seus planos, conquistar estabilidade emocional e principalmente, para pertencer a um grupo social (Le Breton 2002).

Em concomitância com acima plasmado, Apfeldorfer (1995), fundamenta que as pessoas com boa aparência são favorecidas, bem tratadas e valorizadas, consideradas como pessoas amáveis e mais dotadas. O corpo pode também, representar sucesso, status e dinheiro. O corpo do indivíduo faz parte do universo simbólico do grupo. A interação social e as relações do sujeito dependem da

forma ostentada do corpo (Goldenberg 2002). O corpo em forma possui um significado que expressa as potencialidades do sujeito, ou seja, demonstra os predicados, os pontos positivos da personalidade do sujeito.

Na atualidade, observa-se também a influência da altura na probabilidade de emprego, sendo que os mais baixos têm menor taxa de emprego em relação aos mais altos (Harper 2000). De acordo com os estudos internacionais, feitos para os Estados Unidos e para a Inglaterra, a altura tem efeitos significantes nas conquistas socio-económicas futuras. As pessoas empregadas nas ocupações que necessitam de mais habilidades são mais altas em relação as pessoas empregadas nas ocupações que requerem menos habilidade (Gowin 1915; Case e Paxson 2006).

2.5 Formulação do Problema

Os autores até aqui mencionados partilham a ideia de que cada sociedade estabelece seus próprios princípios de culto ao corpo e define seus padrões de beleza de acordo com seus códigos culturais. No entanto, essa visão relativista entra em conflito com a realidade atual. Em contextos urbanos, por exemplo, o relativismo das práticas culturais fica em causa, uma vez que, quando se trata de moda, refere-se a um ideal compartilhado, consensual e que todos ou o grosso número dos integrantes sociais partilham e se apropriam. Neste caso, há necessidade de esclarecer como é que cada sociedade redefine seus padrões de beleza atendendo maior aderência de um padrão de beleza que torna-se uma estrutura estruturante.

Outro ponto abordado pela literatura é a influência da aparência física, altura e tamanho na construção de relações sociais. Existem vários estudos sobre a matéria, mas raramente focalizam as circunstâncias de ocorrência desse processo de interações e relações sociais destacando a cidade de Maputo, os desafios que o corpo enfrenta e as atitudes que daí são tomadas para responder a essas exigências impostas pela sociedade.

Em comparação com estudos moçambicanos como os de Bagnol e Mariano (2006), e Fernando (2017), é importante compreender as experiências e percepções de homens e mulheres em contextos urbanos sobre altura e tamanho do corpo. É crucial entender as narrativas e experiências de homens e mulheres que possuem e outros que não possuem características consideradas ideais do ponto de vista da aceitação social, isso inclui compreender como é o dia-a-dia desses indivíduos.

Como são tratados em diferentes grupos sociais (no trabalho, na igreja, na família, entre amigos) devido à sua aparência física. Precisa-se também esclarecer-se como as pessoas mais altas, mais baixas, gordas, magras, consideradas bonitas ou feias (segundo padrões de beleza aceitos) são vistas e tratadas. Os estudos existentes, apesar da sua extrema relevância nesta matéria, não aprofundam esse conflito entre o corpo real e o corpo ideal.

E a última inquietação, não menos importante, está ligada aos mecanismos usados pelos indivíduos na busca do corpo ideal corrigindo o corpo real, ou seja, o conflito entre o corpo ideal e o corpo real, atendendo que a sociedade tende se impor, aos indivíduos, um corpo-padrão.

Diante dessa insuficiência, a nível literária e, por constituir uma preocupação não apenas académica mas também social, interroga-se o seguinte: Quais são interpretações das pessoas sobre o tamanho e altura dos corpos masculino e feminino e até que ponto essas interpretações interferem o seu quotidiano, desde as interações e relações sociais das pessoas na cidade de Maputo?

Capítulo III

3. Quadro Teórico e Conceptual

3.1 Quadro Teórico

Para entender como as percepções sociais sobre a altura e o tamanho dos corpos masculino e feminino se formam em contextos urbanos, recorri as teorias de Marcel Mauss (2005) e de Herbert Blumer (1998).

Mauss (2005) citado por Daolio *et al.*, (2012), propõe que o corpo humano é um constructo social, ou seja, ele não é apenas uma entidade biológica, mas também é moldado pelas práticas, normas e valores de uma sociedade.

Em contexto urbano, o corpo é frequentemente associado a ideias de poder, *status* e sucesso. Por exemplo, homens mais altos podem ser vistos como mais autoritários ou dominantes, enquanto mulheres com determinadas características físicas podem ser associadas a padrões de beleza específicos. Essas percepções influenciam como homens e mulheres são tratados e como se relacionam em ambientes sociais e profissionais, como observa Mauss (1935) citado por Daolio *et al.*, (2012), no seu construtivismo social, quando aborda o estudo do corpo enquanto um constructo social. No mesmo raciocínio, Blumer (1998), com sua teoria do interacionismo simbólico, nos oferece uma ferramenta para entender como esses significados são construídos e reforçados nas interações quotidianas. Para Blumer (1998), as pessoas agem com base nos significados que atribuem às características físicas e sociais, e esses significados são continuamente negociados nas interações. As percepções sobre a altura e o tamanho do corpo não são fixas; elas mudam conforme as pessoas interagem e partilham suas experiências.

Essas duas teorias nos ajudam a compreender que as percepções sobre o corpo são construções sociais que variam conforme o contexto. Em áreas urbanas, devido a diversidade de interações e influências culturais, essas percepções são complexas e dinâmicas. Mauss, nos mostra como o corpo é moldado pela sociedade, enquanto Blumer, como essas interpretações são formadas e modificadas nas interações diárias. Juntas, essas teorias nos dão uma visão aprofundada de como a altura e o tamanho do corpo afetam as relações sociais.

3.2 Quadro Conceptual

Para este ponto apresentarei a operacionalização dos conceitos: imagem corporal, redes sociais e experiências sociais.

Imagem corporal

Refere-se a representação mental do corpo existencial, ou seja, a imagem que cada pessoa tem de si mesma, influenciando o desenvolvimento de sua identidade. Essa imagem não é fixa; ela muda com o tempo e está conectada às emoções e à história de vida do indivíduo. Souza e Santos *et al.* (2013), reforça que essa imagem corporal é moldada por vários factores, sendo os mais importantes os pais, os amigos e a mídia. Esses elementos influenciam como uma pessoa vê e sente seu próprio corpo, afetando sua auto-estima e identidade ao longo da vida.

Redes sociais

Redes sociais são grupos de pessoas com pensamentos semelhantes que se reúnem para compartilhar ideias e informações sobre si mesmas (Brake 2010). Segundo Romi *et al.* (2013), as redes sociais envolvem a troca de informações entre os membros. Essa interação constante é o que forma e mantém a dinâmica das redes sociais, criando laços e conexões entre as pessoas. Em outras palavras, as redes sociais são construídas a partir das trocas e interações que acontecem entre os indivíduos, permitindo que partilhem experiências e se conectem com outros que tenham interesses em comum.

Experiência Social

Segundo Dubet (1994), a experiência social refere-se à forma como a sociedade e os indivíduos constroem a realidade em que vivem. A realidade social é moldada pelas práticas e interações das pessoas no dia-a-dia. Para Dubet, a experiência social é um processo contínuo em que os actores sociais criam e recriam o mundo ao seu redor, dando significado às suas ações e às estruturas em que estão inseridos. Em outras palavras, nossa realidade social é fruto das interações e práticas que realizamos juntos.

Capítulo IV

4. Metodologia

Neste capítulo, explico como a pesquisa foi feita e quais técnicas foram usadas para recolher os dados. Destaco que, como aponta Sardan (2008), o trabalho de campo não é apenas sobre pegar dados de forma objectiva. É importante entender as dinâmicas sociais envolvidas, incluindo as relações de poder, negociações e políticas entre o pesquisador e os participantes, irei descrever a localização da pesquisa, as técnicas usadas, as estratégias para organizar e guardar os dados, além dos desafios e questões éticas enfrentadas durante a pesquisa.

4.1 Etapas da pesquisa

O trabalho de pesquisa foi dividido em três etapas: primeira, revisão bibliográfica e elaboração do projecto; segunda, recolha de dados no campo, com entrevistas e observações; terceira, análise dos dados recolhidos e redação do relatório final. Cada etapa ajudou a construir um entendimento detalhado sobre as percepções sociais sobre a altura e tamanho dos corpos masculino e feminino em contexto urbano. A primeira parte consistiu na recolha e leitura de material bibliográfico sobre o tema em estudo e na elaboração da proposta do projecto de pesquisa.

Na segunda parte, foi realizado o trabalho de campo, que durou dois meses, entre junho e julho. Durante este período, foram recolhidos dados empíricos sobre as percepções sociais sobre a altura e tamanho dos corpos masculino e feminino e a terceira parte envolveu a análise e interpretação dos dados obtidos no campo, culminando na redação do relatório de trabalho de campo. Neste caso, a revisão bibliográfica e a consulta documental possibilitaram a sustentação dos conceitos articulados, bem como a interpretação dos resultados e a identificação das categorias analisadas.

4.2 Técnicas de recolha de dados

Para o trabalho de campo, empreguei técnicas como observação directa, entrevistas semi-estruturadas, incorporando gravações de áudio através de telefone e anotações usando o diário de campo.

4.3 Entrevistas semi-estruturadas

Os interlocutores foram selecionados a partir de frequentadores regulares dos ginásios ProGym e Ginásio 365, com uma amostra de 12 homens e 13 mulheres. A faixa etária dos participantes varia entre 22 e 45 anos, abrangendo diferentes níveis de escolaridade e ocupações sociais e profissionais. Além de *personal trainers* e modelos, o grupo inclui médicos, juristas, representantes de vendas, influenciadores digitais, estudantes universitários e desempregados. Essa diversidade ocupacional permitiu explorar como a percepção sobre altura e tamanho corporal masculino varia em diferentes contextos sociais e profissionais.

Para conduzir as entrevistas, foi elaborado um roteiro que incluía perguntas-chave sobre as percepções sociais sobre a altura e tamanho dos corpos masculino e feminino em contexto urbano. Embora o roteiro fornecesse uma estrutura, a flexibilidade da entrevista semi-estruturada permitiu que o entrevistador adaptasse a conversa conforme surgiam novos temas ou aprofundasse questões particularmente relevantes para cada participante.

Peirano (1995), a etnografia, que enfatiza o contacto directo entre pesquisador e pesquisado, é fundamental para uma compreensão profunda do conhecimento antropológico. As entrevistas semi-estruturadas contribuem para uma análise detalhada e contextualizada das experiências dos participantes. As entrevistas foram realizadas nos ginásios e nos passeios das ruas. Haguette (1999), revela que a entrevista é um processo de interação social onde o entrevistador busca obter informações do entrevistado, permitindo uma troca rica e significativa de experiências.

4.4 Observação directa

A observação directa tem várias vantagens. Segundo Lima (2005), uma das principais vantagens é o contacto pessoal entre o pesquisador e o objeto de estudo. Esse contacto directo permite uma compreensão mais rica do significado das acções e da realidade vivida pelas participantes, tal como May (2001) destaca que, na observação, o pesquisador vive o evento e o contexto analisado, o que proporciona uma compreensão mais profunda. O autor afirma que, ao perceber e agir conforme as interpretações do contexto observado, o pesquisador participa das relações sociais e entende melhor as acções das pessoas. Observei que, durante as actividades nos ginásios, a observação directa permitiu uma compreensão mais clara dos comportamentos e interações dos

frequentadores. Ao estar presente nos ginásios e acompanhar as rotinas diárias, consegui notar detalhes que não seriam evidentes de outra forma. Essa imersão ajudou a identificar padrões específicos de como os frequentadores interagem uns com os outros e como se comportam em diferentes momentos do dia. Esses detalhes são importantes para entender melhor as dinâmicas sociais e as experiências dos usuários dos ginásios.

4.5 Armazenamento de dados

Para registrar e organizar as informações obtidas, recorri vários instrumentos. Gravadores de celular, para registrar as entrevistas e posteriormente transcrevê-las. As guias de pesquisa facilitaram a organização e sistematização de dados. Mantive um diário de campo, onde anotei as minhas observações e os meus pensamentos. Esse diário foi essencial para capturar detalhes importantes sobre as actividades das pessoas e para entender melhor o contexto das informações recolhidas.

4.6 Localização da pesquisa

A pesquisa foi realizada na cidade de Maputo, em dois ginásios específicos: o Ginásio 365 Fitness e o Ginásio ProGym. O Ginásio 365 Fitness está localizado na avenida Obadias Muianga, nº 120, Bairro Central C. Não foi disponibilizado o número total de frequentadores, mas as aulas são realizadas em turnos, com a presença de professores ou *personal trainers*, durante a manhã, tarde e noite, ao passo que, o Ginásio ProGym encontra-se na avenida da Tanzânia, nº 353, 1º andar, Maputo. Da mesma forma, não foi fornecido o número total de frequentadores, mas sabe-se que existem três períodos de frequência: manhã, tarde e noite. No entanto, os períodos com maior número de frequentadores são manhã e noite.

4.7 Perfil social das pessoas que frequentam os ginásios

O perfil social dos frequentadores dos ginásios ProGym e Ginásio 365 é diverso e abrange uma ampla faixa etária, com idades entre 22 e 45 anos. A amostra, composta por 12 homens e 13 mulheres, inclui indivíduos de diferentes níveis de escolaridade, desde estudantes universitários, até profissionais altamente qualificados, juristas, médicos, influenciadores digitais e outros funcionários públicos. Essa variedade de escolaridade sugere que frequentar o ginásio é uma prática acessível e valorizada por pessoas de diferentes formações educacionais.

Em termos de ocupações, os frequentadores dos ginásios exercem uma ampla gama de actividades profissionais. Entre os entrevistados, estão *personal trainers*, que além de praticarem exercícios, também trabalham no ambiente do ginásio, e modelos, que vêm a manutenção da forma física como parte essencial de suas carreiras. Profissionais como juristas e médicos, que, por exemplo, têm rotinas de trabalho exigentes, também estão presentes, indicando que conseguem integrar o exercício físico em suas agendas diárias.

4.8 Questões éticas de pesquisa

As questões éticas foram cuidadosamente consideradas, conforme os princípios discutidos por Sardan (2008); ora, antes de iniciar o trabalho de campo, obteve-se o consentimento informado de todos os participantes, garantindo que estivessem cientes dos objectivos da pesquisa e do uso dos dados coletados. As entrevistas e observações foram conduzidas de forma a respeitar a privacidade e a dignidade dos participantes, assegurando a confidencialidade das informações partilhadas.

4.9 Constrangimentos

Durante o trabalho de campo enfrentei dois principais constrangimentos: dificuldades de obter permissão para entrar nos ginásios. Mas, com a ajuda de Xadrequ e Júnior, que trabalham em um dos ginásios da cidade, tive acesso; a falta de acesso de dados específicos sobre os frequentadores, como números exatos de frequentadores e características demográficas, dificultou a análise detalhada e a generalização dos resultados.

Capítulo V

5. Apresentação, interpretação e análise de dados

Neste capítulo, irei apresentar e interpretar os dados da pesquisa de campo. Numa primeira fase, apresentarei a fala de cada participante, na segunda parte irei interpretar a fala e em seguida irei analisar, socorrendo-me da literatura, a visão sobre a altura e o tamanho do corpo e, cabalmente, analisarei a interferência do tamanho e altura do corpo na vida pessoal e social.

5.1 O quotidiano da prática de exercícios físicos e as principais motivações

Um *personal trainer* partilhou o seu trabalho e o significado que tem para ele:

Como personal trainer, o ginásio é mais que um local de trabalho; é onde cuido da minha própria saúde e preparo o meu físico. Vejo modelos que, assim como eu, consideram o exercício fundamental para suas carreiras. Também acompanho juristas e médicos que, priorizam o exercício físico. O ginásio é um espaço onde profissionais de diferentes áreas se encontram para manter a forma e, ao mesmo tempo, partilhar experiências, criando uma rede de apoio (Xadrequê, de 28 anos de idade).

Além desses profissionais, a amostra inclui promotores de vendas, influenciadores digitais e estudantes universitários, demonstrando que frequentar o ginásio é uma prática comum entre indivíduos com responsabilidades diversas, tanto no âmbito profissional quanto acadêmico. A inclusão de políticos e “nyonguistas” (comissionistas autônomos e informais) no grupo de entrevistados evidencia a abrangência social dos frequentadores desses espaços, englobando tanto o sector formal quanto o informal da economia.

Como estudante universitário, o ginásio é uma parte importante da minha rotina, ajuda-me a equilibrar os estudos com a saúde física e mental. Esse ambiente diversificado também proporciona oportunidades para ampliar meu círculo social e profissional (Hermenegildo, de 24 anos de idade).

Os dados mostram que os ginásios ProGym e Ginásio 365 atraem uma clientela diversificada em termos de idade, escolaridade e ocupação. Pessoas de diferentes áreas, desde profissionais qualificados até estudantes e trabalhadores autônomos, frequentam esses espaços, valorizando a saúde física e o bem-estar psicossocial. Corroborando com essas observações, Lustosa *et al.* (2020), fundamentam que a prática de exercícios e as dinâmicas da vida contemporânea levam pessoas de diferentes faixas etárias e perfis sociais a se inserirem na concepção de beleza. Ou seja, as pessoas procuram ter corpos e aspectos atraentes e buscam construir sua imagem pessoal.

Ora vejamos, os participantes da pesquisa destacam, como motivo principal de frequentar ginásios, a manutenção da saúde físico-mental, diversão e também alargar a sua rede de amizade (conhecer pessoas novas e diferentes), é por isso que, Ervin Goffman (1959), defende a construção das interações sociais por performances individuais e o uso do corpo como meio de comunicação e afirmação de identidade e *status* social. Como Secchi (2009), repisa que o tal uso do corpo como meio de comunicação veicula posições identitárias, pertenças grupais, valores e normas de toda natureza.

5.2 A altura e o tamanho corporal influenciam as interpretações e relações sociais

Os dados da pesquisa de campo revelam que a altura e o tamanho do corpo têm um impacto considerável na vida das pessoas, influenciando como o corpo é percebido e através dele as pessoas constroem e ou destroem relações sociais. Essas percepções são moldadas por normas sociais e expectativas culturais que valorizam certas características físicas sobre outras. Para os homens, a altura e o porte físico são frequentemente associados a atributos como força, liderança e confiança. Homens mais altos e com um físico mais imponente são geralmente vistos como mais capazes de assumir papéis de liderança e responsabilidade, garante de segurança, e isso pode facilitar sua aceitação social e abrir portas em suas carreiras.

Por exemplo, Júnior, um *personal trainer* de 23 anos, explica: *No ginásio, a altura realmente faz uma diferença. Muitos acreditam que homens mais altos têm mais presença e, conseqüentemente, mais sucesso na vida.*

Essa percepção pode dar vantagem nas interações sociais e até oportunidades de emprego. Por outro lado, homens de estatura menor podem enfrentar desafios relacionados à auto-confiança e a maneira como são tratados pelos outros. Eles podem sentir uma pressão adicional para se destacar em outras áreas, como no desenvolvimento de habilidades sociais ou conquistas profissionais, para compensar a percepção negativa associada à sua altura.

Sobre isso, Ghilardi-Lucena e Maria Inês (2012), fundamentam que as pessoas recorrem aos ginásios não apenas para manter a saúde físico-mental e alargar suas redes de amizade como os participantes Xadri e Hermenegildo afirmam, há outros que recorrem a essas academias em busca dos padrões de beleza exigidos pela sociedade, isto é, um corpo musculosamente bem delineado, esguio, que corresponda as expectativas sociais e, em certos casos, que correspondam os anseios da pessoa amada, ou seja, com quem pretende-se alcançar uma relação amorosa.

Sousa, um estudante universitário de 22 anos, corrobora com os estudos acima referenciados, ao afirmar que: *“Como jovem de estatura menor, sinto que as vezes preciso esforçar-me mais para ser levado a sério. A sociedade tem uma imagem específica de masculinidade que valoriza a altura, e isso faz com que eu me sinta em desvantagem.*

Para as mulheres, a altura e o tamanho do corpo também têm um impacto, mas as expectativas sociais são diferentes. Mulheres mais altas podem ser vistas como mais elegantes e confiantes, mas

também podem enfrentar estereótipos que desafiam os ideais tradicionais de feminilidade, como observa Mauss (2005), que para as mulheres que não atendem aos padrões tradicionais de beleza, como aquelas que têm estatura baixa, menos curvas ou menos volume nos seios, a percepção de atratividade pode ser negativa, e elas podem não receber tanta atenção dos homens. Muitas dessas mulheres frequentam o ginásio inicialmente por motivos de saúde, mas também buscam melhorar a aparência física. Mulheres de menor estatura podem ser vistas como mais frágeis ou delicadas, o que pode influenciar a forma como são tratadas e como se posicionam em suas interações sociais e profissionais. Essa percepção pode impactar a auto-imagem e a forma como essas mulheres buscam ser aceitas ou respeitadas. Mariana, promotora de vendas de 30 anos, explica:

"Como mulher alta, sinto que preciso equilibrar minha presença física com uma expressão de feminilidade. Há uma expectativa de que mulheres altas devem ser mais assertivas, e isso, pode ser desafiador e também precisamos ter curvas, assim como uma "bunda grande", bem suculenta, para agradarmos os nossos maridos em casa".

Como se pode entender, o corpo dessa participante garante-lhe auto-estima, auto-confiança e identidade feminina e mesmo assim, preocupa-se também com o como é ou deve ser vista na sociedade. Quer dizer, além de como ela se sente com ela mesma deve também procurar ser bem-vista pela sociedade. Isso leva-nos, inescusavelmente, a reconhecer o trabalho do teórico Secchi (2009), segundo o qual, o corpo humano, além da dimensão psicológica individual, há uma outra dimensão, a colectiva, aquela relacionada às opiniões dos outros membros da sociedade e ao senso comum. Sobre isso, Resende (2006), esclarece que, para as mulheres, a altura e o tamanho podem influenciar a forma como são vistas em termos de feminilidade e elegância, além de impactar a forma como se posicionam em suas vidas profissionais e sociais.

Este posicionamento corresponde também a declaração do nosso participante:

"Eu percebo que, por ter um corpo musculoso e uma estatura alta, me sinto mais confiante em situações sociais e na busca por parceiras românticas. No Ginásio 365, o ambiente é muito competitivo, e isso me motiva a continuar destacando-me fisicamente. Sinto que essa aparência me dá uma sensação de superioridade e facilita minhas interações sociais. Minha auto-estima está muito ligada à como eu me vejo

fisicamente, e sei que isso faz diferença na maneira como sou tratado" (Golias: frequentador do Ginásio 365, 30 anos).

Este participante manifestou seu entusiasmo pela sua estatura física devido ao sucesso social que lhe garante.

Nessa vertente, Ghilardi-Lucena e Maria Inês (2012), reforçam que o desenvolvimento da imagem corporal é ligado à estruturação da identidade no seio de um grupo social. A partir do próprio corpo, o indivíduo se reconhece e se relaciona com os outros. O corpo humano está ligado a crenças e sentimentos que servem de base para a vida social do indivíduo. O corpo torna-se instrumento mediador das relações sociais do sujeito e integrante essencial na constituição do próprio "eu" do indivíduo.

A satisfação do Golias pelo corpo reside no facto de corresponder aos padrões de beleza, e ter "presença" abrindo diversas oportunidades não apenas de se relacionar com as pessoas mas também de aumentar suas oportunidades de emprego e a sua recorrência ao ginásio é para apenas manter a forma e não procurar a forma. O Golias, só por ser alto cumpriu boa parte das exigências sociais.

Para ser honesto, eu me sinto desconfortável em ambientes onde a aparência física é muito valorizada, como festas ou encontros públicos. Eu não tenho a estatura ou musculatura que muitos consideram ideal, e isso afeta minha auto-confiança. Frequento o ProGym para tentar melhorar, mas ainda me sinto inferiorizado quando comparo meu corpo com o de outros homens. Muitas vezes, acabo evitando esses espaços sociais porque não me sinto à vontade, o que limita bastante minha vida social (Zaqueu: Frequentador do ProGym, 27 anos).

Este participante, lamentou o facto de não ter um corpo masculino correspondente aos anseios da sociedade e que, por esse motivo, há certos lugares e eventos que lhe são inóspitos. Fica claro o motivo da sua recorrência ao ginásio. A aparência define o sucesso e insucesso na vida social do indivíduo e interfere na inclusão e exclusão em certos grupos.

Como defende Le Breton (2003), o corpo é susceptível a todos os arranjos de combinações insólitas com outros corpos ou a experimentações surpreendentes. O sujeito ameaçado por suas relações sociais, precisa investir no seu corpo, para que ele seja perfeito ou será responsável pelo fiasco de suas relações. Os indivíduos investem no corpo toda a responsabilidade para se alcançar o sucesso de suas relações sociais. O corpo representa um todo capaz de superar possíveis frustrações que o

sujeito possa vir a sofrer. O indivíduo precisa agradar duas partes de si mesmo, isto é, a si próprio e aos outros, para que sintam-se, não apenas auto-realizado, mas também, realizado socialmente.

Eu percebo que minha altura e musculatura me ajudam muito na vida social. As pessoas olham-me como alguém forte e confiante, o que facilita minhas interações. No entanto, essa pressão para manter uma boa aparência é real e constante. No ginásio, sinto que preciso destacar-me fisicamente para ser valorizado, tanto no trabalho quanto em situações sociais. Isso acaba moldando minha identidade e meu valor pessoal, e percebo que aqueles que não conseguem atingir esses padrões enfrentam dificuldades emocionais e sociais que são bastante desafiadoras (Balaladeiver: jurista, 35 anos).

Para este informante, graças ao seu corpo é visto como forte e confiante, e por isso, facilita-lhe interações com outros e a ser valorizado. As percepções sobre altura e tamanho corporal têm um impacto profundo tanto na vida pessoal quanto social de homens e mulheres. Para os homens, essas características estão associadas a percepções de liderança e confiança, o que pode afetar suas oportunidades e auto-imagem.

5.3 Experiências e trajetórias individuais relacionadas ao corpo

Neste ponto, irei explorar as trajetórias e experiências de pessoas em relação à altura e ao tamanho do corpo e como esses aspectos influenciam suas práticas de ginástica. Partilharei histórias de indivíduos que enfrentaram desafios devido às suas características físicas e como a prática regular de exercícios impactou positivamente suas vidas. Veremos como a altura e o porte físico afetam a percepção social e pessoal, e como, através do ginásio, essas pessoas têm superado inseguranças, melhorado a auto-confiança e redefinindo suas experiências tanto no aspecto pessoal quanto profissional.

Júlio, 35 anos, jurista

Júlio sempre se sentiu inseguro por sua estatura de 1,68m. Em Maputo, notou que muitas vezes sua opinião não era levada em consideração em detrimento dos seus colegas mais altos:

“Senti que minha baixa estatura era um obstáculo constante. Em reuniões de trabalho, percebia olhares que pareciam questionar minha autoridade, isso afetava minha confiança e meu desejo de participar mais ativamente das discussões”.

Para enfrentar essas inseguranças, Júlio decidiu começar a frequentar o ginásio. *“Para tal, quando comecei a treinar, meu objectivo principal era melhorar minha saúde, mas também esperava ganhar algum tipo de vantagem em termos de auto-confiança. No início, era difícil, e eu me sentia fora do lugar ao lado de pessoas que pareciam mais atléticas”.* Com o tempo, ele começou a perceber mudanças. *“Aos poucos, comecei a ver resultados no espelho, e isso fez uma enorme diferença na forma como me sentia comigo mesmo e com outros. O treino me deu uma sensação de auto-controlo e poder sobre meu próprio corpo, o que transbordou para outras áreas da minha vida”.* Hoje, Júlio se sente mais seguro em reuniões e eventos sociais. *“Treinar no ginásio me ajudou a perceber que a confiança não vem só da altura”.*

Ana, 29 anos, estudante

Ana sempre foi consciente de sua estatura de 1,55m e como isso a fazia se sentir invisível em muitos contextos sociais incluindo acadêmicos. *“Desde a escola, percebia que era mais fácil para outras pessoas se destacarem. Isso se refletia no meu quotidiano. Em grupos e até em ambientes acadêmicos, eu me sentia pequena e frequentemente ignorada”.* Para melhorar sua auto-imagem e enfrentar essas inseguranças, Ana decidiu frequentar o ginásio. *“No começo, estava nervosa. Eu me sentia deslocada entre pessoas que pareciam mais em forma e confiantes. Mas, aos poucos, comecei a me adaptar”.* Ela começou a perceber mudanças não apenas em seu corpo, mas também em sua auto-confiança. *“À medida que comecei a ver os resultados, não só em termos de aparência, mas também de força e resistência, minha confiança cresceu. Senti que estava conseguindo conquistar algo por mim mesma”* Ana também notou uma mudança na forma como as pessoas a tratavam. *“Com o tempo, as pessoas começaram a me notar mais. Eu me sentia mais à vontade para participar e falar. O ginásio me deu uma nova perspectiva sobre mim mesma e sobre como me apresento aos outros”.*

Carlos, 47 anos, empresário brasileiro

Carlos sempre lidou com a percepção de que seu porte físico e sua altura de 1,70m não correspondiam aos padrões tradicionais de sucesso e autoridade. Em Maputo, ele frequentemente

ouvira comentários negativistas sobre sua aparência, tais comentários começaram a afetar sua autoconfiança, especialmente em reuniões e eventos sociais. Em 2022, Carlos decidiu que era hora de fazer uma mudança em sua vida. *“Depois de anos ouvindo críticas sobre minha presença física e enfrentando desafios no trabalho, percebi que precisava fazer algo para mudar minha situação. Comecei a frequentar o ginásio com a esperança de melhorar minha saúde, mas também com a intenção de aumentar minha auto-estima”*. No início, Carlos enfrentou um ambiente desconhecido e um certo desconforto. *“Eu me sentia um pouco tímido entre pessoas mais jovens e com corpos mais definidos. Havia uma sensação de julgamento e eu me perguntava se estava no lugar certo”*. Além disso, ele teve que lidar com a ideia de que seus treinos poderiam não alcançar resultados esperados devido à sua idade.

No entanto, a dedicação de Carlos ao ginásio trouxe mudanças positivas. *“Com o tempo, comecei a ver os resultados não só em termos de forma física, mas também, em como eu me sentia. A melhoria na minha saúde e na minha força me deu uma nova perspectiva sobre minha própria capacidade”*. Carlos começou a notar que sua confiança estava crescendo e que ele estava mais confortável em sua própria pele. *“O exercício não apenas ajudou a melhorar meu físico, mas também reforçou minha auto-confiança. Senti uma grande diferença na forma como me apresentava nas reuniões e como era tratado pelos colegas.”* Além disso, Carlos percebeu que a dedicação ao ginásio afetou positivamente sua interação com os outros. *“A transformação física trouxe um novo respeito por parte dos outros. No entanto, as pessoas começaram a me ver com uma nova perspectiva e a valorizar mais o que eu tinha a oferecer, tanto profissional quanto pessoalmente”*.

Cláudia, 32 anos, médica

Desde a infância, Cláudia sempre sentiu-se pequena, com 1,54m de altura. Em Maputo, ela se recorda de como sua estatura menor a fez sentir-se frequentemente inferior e invisível. *“Na escola, era chamada de “baixinha” e muitas vezes ignorada nas atividades em grupo. Lembro-me de como, até mesmo na adolescência, comentários como ‘Você não é grande o suficiente para liderar’ me deixavam frustrada e insegura. Essas palavras afetaram muito a minha auto-imagem”*. Durante a adolescência, Cláudia enfrentou um período difícil, lidando com uma sensação constante de desvantagem por sua altura. *“Eu sentia que tinha que me esforçar muito mais para ser notada e*

respeitada. Minha estatura era um obstáculo constante”. Isso a motivou a buscar maneiras de melhorar sua auto-confiança e saúde.

Em 2020, já formada em medicina e trabalhando em um hospital, Cláudia decidiu que era hora de fazer uma mudança significativa em sua vida. *“Eu queria ganhar massa muscular e melhorar minha condição física para me sentir mais confiante. Então, comecei a frequentar o ginásio com seriedade. Não era apenas sobre estética, mas sobre superar uma barreira que me acompanhava desde a infância*”.

No início, Cláudia encontrou desafios, principalmente com as percepções de outras pessoas e as suas próprias inseguranças. *“Foi difícil no começo. Eu me sentia insegura ao ver pessoas mais fortes e mais altas ao meu redor. Mas eu estava determinada a seguir em frente e ver os resultados*”. A determinação de Cláudia começou a dar frutos: *“Com o tempo, eu ganhei massa muscular e uma nova perspectiva sobre mim mesma*”.

Hoje, Cláudia não apenas sente-se mais confiante, mas também percebe uma mudança na forma como é tratada, tanto profissional quanto pessoalmente. *“O ginásio não só me ajudou a melhorar minha forma física, mas também, a enfrentar e superar as inseguranças da infância. Agora, como médica, sinto que minha presença é mais respeitada e valorizada. A experiência me ensinou que a verdadeira força vem de dentro e que é possível superar barreiras, independentemente de como começamos*”, findou Cláudia. A jornada de Cláudia reflete como os exercícios físicos podem ser uma ferramenta poderosa para transformar a auto-imagem e a forma como somos percebidos pelos outros, ajudando a superar desafios e inseguranças que marcaram sua infância.

As histórias de Júlio, Ana, Carlos e Cláudia mostram como a altura e o tamanho do corpo influenciam profundamente as experiências pessoais e profissionais. Cada um enfrentou desafios específicos relacionados à sua aparência física, mas encontrou no ginásio uma forma de transformar essas percepções. A prática regular de exercícios não só melhorou sua forma física, mas também, elevou sua auto-confiança e impactou positivamente a forma como são percebidos e tratados pelos outros. Essas trajetórias demonstram que o ginásio pode ser um espaço poderoso para superar inseguranças e redefinir a auto-imagem, auto-confiança ajudando as pessoas a se sentirem mais seguras e respeitadas em suas vidas diárias.

Capítulo VI

6. Considerações Finais

Com base nas teorias de Marcel Mauss e Herbert Blumer, bem como nos dados obtidos na pesquisa de campo, é possível concluir que as percepções sobre a altura e o tamanho do corpo tem um papel crucial nas interações sociais e profissionais. Mauss (2005), citado por Daolio *et al.* (2012), argumenta que o corpo é um constructo social, moldado pelos valores e práticas culturais de uma sociedade. No contexto urbano de Maputo, as características físicas como altura e porte físico são frequentemente associadas a conceitos de poder, *status* e sucesso. Homens mais altos e com um físico imponente são muitas vezes vistos como líderes naturais e são favorecidos em contextos profissionais e sociais. Da mesma forma, mulheres com determinadas características físicas são avaliadas segundo padrões específicos de beleza e feminilidade.

Blumer (1998), por sua vez, oferece uma perspectiva complementar com sua teoria do interacionismo simbólico. Os significados atribuídos ao corpo são construídos e negociados nas interações sociais diárias. Os dados da pesquisa confirmam essa abordagem, mostrando que as percepções sobre a altura e o tamanho do corpo são variáveis e mudam conforme as interações e

experiências pessoais. As entrevistas realizadas revelam que frequentadores dos ginásios ProGym e Ginásio 365, que têm em comum o desejo de melhorar sua forma física e recuperar, outros ganhar, aceitação social, enfrentam desafios e oportunidades distintas baseados em suas características físicas. Essas experiências demonstram como a construção da imagem corporal é influenciada por normas sociais e expectativas culturais, e como as pessoas buscam se adaptar a esses padrões para melhorar sua auto-imagem e suas oportunidades sociais e profissionais.

As observações feitas nas entrevistas reforçam a ideia de que os indivíduos frequentemente buscam compensar ou reforçar suas características físicas por meio da prática de exercícios e da construção de uma imagem corporal atraente. Tanto homens quanto mulheres percebem que a conformidade com os padrões de beleza e saúde estabelecidos pode influenciar positivamente e ou negativamente suas interações sociais e oportunidades de emprego. Quer dizer que a altura e o tamanho do corpo não são apenas características físicas, mas elementos centrais na construção e manutenção de relações sociais, de poder, *status* e identidade. Portanto, a integração das teorias de Mauss e Blumer

com os dados empíricos sugere que as percepções sobre características corporais são moldadas por normas sociais dinâmicas e interações quotidianas.

Vale sublinhar que, embora o estudo tenha-se centrado nos ginásios, os ginásios não são única recorrência para a busca do corpo ideal e a manutenção da saúde físico-mental. Há indivíduos que preferem outras modalidades de actividade física, como por exemplo, o desporto: futebol, basquetebol, voleibol, atletismo, ciclismo, patinagem, entre outras actividades físicas que correspondam e respondam os seus interesses.

Falando em interesses individuais e colectivos, os dados revelam uma reactividade na recorrência das academias de ginástica, isto é, há os que recorrem actividades físicas para delinear os contornos do seu corpo, no caso dos rapazes nubentes, há os que buscam corpo musculoso, bíceps, Sixpack, etc., para alavancar a oportunidade de ser apreciado pelas garotas, como a moda exige. No caso das raparigas delinham cintura, rabo, barriga, seios, etc., para também corresponder e garantirem o sucesso entre os garotos.

Doutro lado, há os que recorrem tais academias, principalmente pessoas com idade mais avançada, para manter a saúde físico-mental, alastrar sua rede de amizade e também aproveitar se divertir. Boa parte desses interessados, são os que recorrem desportos anteriormente mencionados.

Portanto, o corpo é percebido como aquele que deve corresponder as expectativas sociais, sob o risco de ser excluído em certos contextos grupais, e é essa percepção que leva certas pessoas a recorrem academias de ginástica com vista a emendar certas partes do corpo, dependendo do seu exteriótipo, e assim desfilar classe e sentir-se auto-realizado.

Referências bibliográficas

- Aires, J. 2010. *Corpo e Identidade: Uma Análise Histórica*. Lisboa: Editora Universitária.
- Bagnol, Brigitte; Mariano, Esmeralda. 2009. Cuidados consigo mesma, sexualidade e erotismo na Província de Tete, Moçambique. *Revista de Saúde Colectiva*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, p. 387-404.
- Blumer, Herbert. 1998. *Symbolic Interactionism: Perspective and Method*. Berkeley: University of California Press.
- Bourdieu, Pierre. 2007. *A Distinção: Crítica Social do Julgamento*. São Paulo: Edusp.
- Daolio, J., Rigoni, A. C. C., e Roble, O. J. 2012. “Corporeidade: o legado de Marcel Mauss e Maurice Merleau-Ponty”, *Pro-Posições*, 23 (3), pp. 179-193.
- De Sardan, J. P. O. 2008. *A política de trabalho de campo-Sobre a produção de dados em socioantropologia*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo.
- De Souza, M. 2017. *Redes Sociais e Imagem Corporal: O Impacto das Mídias na Autoestima*. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira.
- Dubet, F. 1994. *Sociologia da Experiência*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Fernando, L. 2017. *Corpo e Satisfação: A Busca pelo Corpo Ideal na Sociedade Contemporânea*. São Paulo: Editora Ateliê.
- Flament, C. E Rouquette, M. 2003. *A Comunicação: Teoria e Prática*. São Paulo: Edusp.
- Ghilardi-Lucena, L. e Maria Inê. 2012. “*Beleza e Corpo: Transformações e Tendências*”. São Paulo: Editora Hucitec.
- Goffman, E. 2014. *A Apresentação do Eu na Vida Quotidiana*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Gowin, W. 1915. *Altura e Habilidades: Uma Perspectiva Socioeconômica*. São Paulo: Editora Atlas.
- Case, A. & Paxson, C., 2006. “*Altura e Salários: Estudos Comparativos*”. Rio de Janeiro: Editora IPEA.
- Haguette, T. M. F. 1997. *Metodologias qualitativas na Sociologia*. (5ª edição). Petrópolis: Vozes.

- Harper, D. 2000. *A Influência da Altura na Empregabilidade*. Rio de Janeiro: Editora FGV.
- Jodelet, D., 2001. *A Representação Social*. Petrópolis: Vozes.
- Kenny Secchi. 2009. *Percepção da Imagem Corporal e Representações Sociais do Corpo*. UPC: Brasil.
- Laporte, B. E Volpe, P. 2003. *Desejo e Perfeição: O Corpo na Era Digital*. Porto Alegre: Editora Sulina.
- Lima, M. A. S. *et al.* 1999. Utilização da observação participante e entrevista semi-estruturada na pesquisa em enfermagem. *Revista Gaúcha Enfermagem*, porto alegre, V. 20 pp. 130-142
- Luis Eduardo Arantes de Almeida; Carlos Eduardo Martinelli Júnior; Inez Tomita e Heloísa Bettiol. 2019. *Crescimento e suas alterações: baixa estatura*.
- Lustosa, Beatriz Fernandes e Da Silva, Bruna Geovana Marcolino. 2020. A influência das redes sociais na prática de exercícios físicos e na auto-imagem de estudantes universitários da área de saúde: *uma revisão integrativa*. Brasília-DF.
- May, T. 2001. *Pesquisa social*. Questões, métodos e processos. Porto Alegre, Artemed.
- Peirano, M. 1995. *A favor da etnografia*. Rio de Janeiro: Dumará.
- Resende, J., 2006. *A Imagem Corporal e o Ideal de Beleza: Uma Análise Crítica*. Rio de Janeiro: Editora FGV.
- Secchi, V., 2009. *Representações Sociais e Corpo: Dimensões Psicológicas e Coletivas*. Campinas: Papirus.
- Souza LR de M, Santos Cav, Lima SF, Vasconcelos AC, Melo GF. *O corpo na perspectiva masculina: a satisfação com a Imagem Corporal e sua relação com discrepância na percepção, IMC, Escolaridade e Idade*. R. bras. Ci. E Mov .2013. 21 (2): 49-56.