



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

Trabalho de Fim de Curso

“Sou como eu quero ao me olhar no espelho” – Construção social do chamado “Corpo perfeito” e das identidades de homens e mulheres que frequentam ginásios na Cidade de Maputo

Autora: Vânia Alice Janete Fernando

Supervisor: Danúbio Walter Afonso Lihahé

Maputo, Agosto de 2017



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

Vânia Alice Janete Fernando

“Sou como eu quero ao me olhar no espelho” – Construção social do chamado “Corpo perfeito” e das identidades de homens e mulheres que frequentam ginásios na Cidade de Maputo

Monografia apresentada em cumprimento dos requisitos parciais para a obtenção do grau de Licenciatura em Antropologia na faculdade de letras e ciências sociais (FLCS) da Universidade Eduardo Mondlane (UEM).

Supervisor: Danúbio Walter Afonso Lihahé

Maputo, Agosto de 2017



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

Vânia Alice Janete Fernando

“Sou como eu quero ao me olhar no espelho” – Construção social do chamado “Corpo perfeito” e das identidades de homens e mulheres que frequentam ginásios na Cidade de Maputo

Monografia apresentada em cumprimento dos requisitos parciais para a obtenção do grau de Licenciatura em Antropologia na faculdade de letras e ciências sociais (FLCS) da Universidade Eduardo Mondlane (UEM).

Aprovada em Agosto de 2017 por:

Supervisor

Presidente

Oponente

Declaração

Eu, Vânia Alice Janete Fernando, 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 e ele constitui o resultado da minha pesquisa individual feita com base nas fontes mencionadas na bibliografia e no método descrito no texto.

Vânia Alice Janete Fernando

Dedicatória

Dedico este trabalho primeiramente a Deus por ser essencial em minha vida, autor do meu destino, meu guia, socorro presente na hora da angústia. Aos meus pais Julião Fernando e Maria Alice, pelo amor incondicional e sem dimensão, pelos ensinamentos ao longo da minha vida e em todos os passos dados por mim, pela confiança e ternura que por mim tiveram.

Ao meu esposo Anio Muianga que de forma especial e carinhosa me deu força e coragem apoiando-me nos momentos de dificuldade, quero dedicar também a minha filha Sofia Muianga que embora não tenha conhecimento nenhum disso iluminou de maneira especial os meus pensamentos me levando a batalhar e procurar mais conhecimento.

Aos meus irmãos Helder Bata (em memória), Catia Bata, Edmilson Fernando pela força e apoio Ao que não faz parte desta vida pelo orgulho por mim sentiria sem sombra de dúvidas.

Ao meu pastor e sua esposa, Reverendo Peter Ntim e Chyintia Ntim pelo apoio espiritual e emocional e por último dedico este trabalho a minha sogra Sofelina Nhacodime pelo apoio moral e pele voto de confiança que em mim deposita.

Agradecimentos

Possivelmente uma página não chegaria para poder agradecer a todos os que percorreram este caminho comigo para que conseguisse atingir determinados objectivos.

Em primeiro lugar quero agradecer ao meu supervisor Dr. Danúbio Lihabe por ter tido a oportunidade de ser ele a encaminhar e orientar todo este meu trabalho, sempre com excelente profissionalismo, com apoio incondicional e a exigência que fez com que desenvolva-se todo este trabalho. Um muito obrigado!

À todos meus docentes do curso de licenciatura em Antropologia pelo profissionalismo, sabedoria e responsabilidade ao lecionarem as matérias aprendidas.

À toda turma de Antropologia 2013/2016 pelos grandes momentos vividos durante a nossa formação, bons e maus em especial aos meus colegas: Nildo Joaquim, Antonio Limpo, Vando Muando, Rui Namalitere, Héucadia Matavel, Almina Macamo e Salva Matimbe, pela amizade durante a nossa formação.

À minha amiga e praticamente irmã Saurineta Pedro, pela amizade, apoio e que mesmo que distantes uma da outra a nossa amizade durará para sempre

À todos meus amigos, familiares e pessoas que não citei mais que sabem o quanto sou grata por todo apoio prestado em toda fase de minha vida.

E por último não deixo de ser especialmente grata a todos os meus informantes da academia de ginástica *Mutakura* pela confiança durante a recolha de informação.

Aos poucos o controle efectuado de si vai transformando-se em auto-controle e vigilância. Desse modo o eu se transforma em carcere cada vez mais exigido.

E cada um carcereiro sempre de si e para sempre servo de si mesmo

(José Carlos Rodrigues).

Resumo

O presente trabalho pretende analisar como são criados os diversos contrutos sociais do chamado *corpo perfeito* e como são construídas as identidades de homens e mulheres que buscam alcançar esse ideal físico de beleza.

O argumento central do estudo é de que através da análise do ideal de corpo perseguido por homens e mulheres pesquisados existe acesso ao sistema de percepções de padrões corporais que influenciam a auto-estima dos pesquisados bem como das diversas percepções de padrões corporais estabelecidos pela sociedade já que o corpo atesta uma marca social que define determinados padrões de beleza aceites em determinados grupos sociais.

Metodologicamente, esta pesquisa é de carácter qualitativo assente sobre o quotidiano destas pessoas, e partindo dos nossos objectivos, procedemos com a realização de entrevistas e observações como instrumentos que nos ajudaram na recolha de informação pertinente analisadas e interpretadas à luz do quadro teórico do interaccionismo simbólico.

O uso da teoria do interaccionismo simbólico de Blumer (1969) permitiu-nos compreender como homens e mulheres que praticam musculação reproduzem e recriam determinados padrões impostos pela sociedade. Por sua vez, a preferência pelo uso do conceito de identidade social trazido por Goffman (1988) ajudou-nos a perceber os mecanismos de manipulação e auto-afirmação no contexto da sua realidade social.

Determinados grupos de homens e mulheres vêm-se obrigados a assumir uma identidade atribuída e construída por eles mesmos como forma de auto-definirem-se na sociedade a partir do ideal de beleza corporal.

Palavras-chave: *Identidade social, corpo perfeito, imaginário e beleza.*

Índice

pags

Capítulo I	1
1.Introdução	1
1.1 Justificativa e pertinência de estudo.....	4
Capítulo II	5
2. Revisão da literatura	5
2.1 Problemática	12
Capítulo III.....	15
3. Quadro teórico e conceptual	15
3.1 Quadro teórico	15
3.2 Quadro conceptual	16
3.2.1 Identidade social	16
3.2.2 Corpo perfeito	18
3.2.3 Imaginário	19
3.2.4 Beleza.....	20
Capítulo IV.....	21
4. Metodologia	21
4.1 Métodos.....	21
4.2 Técnicas e instrumentos de pesquisa	21
4.3 Etapas de realização da pesquisa	22
4.4 Universo e unidade de análise.....	22
4.5 Constrangimentos e superação.....	23
Capítulo V	24
5. Resultados: Apresentação e análise de dados	24
5.1 Caracterização do campo de estudo	24
5.1.1 A academia de ginástica e musculação <i>Mutakura</i>	24
5.1.2 Nível de frequência ao ginásio.....	24
5.1.3 Um olhar sobre o perfil dos homens e mulheres que praticam musculação	25
5.2 Diferentes significados da prática de musculação	26
5.2.1 “Sou um verdadeiro Deus grego”: A ilusão estética ligada à saúde	26

5.2.2 A musculação como actividade: Gosto ou obrigação?	29
5.2.3 “Eu sou uma verdadeira bomba”: Uma significção aliada ao desempenho sexual.....	30
5.3 Mecanismos adoptados para manter e construir a identidade	31
5.3.1 “Eu o musculoso”: A auto-significação da identidade.....	31
5.3.2 A identiadde de um musculoso: “Sou como eu quero ao me olhar no espelho”	32
5.3.3 A minha auto-estima: Identidade para mim ou identidade para os outros	34
5.4 Nivel de satisfação corporal.....	35
5.4.1. Uma identidade escondida por detrás de um halter	35
5.4.2 Do corpo desmedido ao corpo medido: Uma identidade marcada por um formato de corpo.....	37
5.4.3 O homem musculoso: a ilusão de uma identidade objectivada.....	38
Capítulo VI.....	40
Considerações finais	40
Referências Bibliográficas	42

Capítulo I

1.Introdução

Actualmente as pessoas buscam adquirir um corpo esbelto, musculoso, cintura fina, barriga achatada e curvas bem delineadas esses que são padrões impostos pela sociedade e expandidos através dos media, revistas e em grande proporção pelas redes sociais. É um mundo em que a busca por ideais de beleza toma controle da vida de pessoas que dia após dia ultrapassam suas expectativas comprando a ideia de que ser musculoso significa estar na moda.

Esses padrões de beleza socialmente construídos e aceitáveis por um grupo de pessoas estão levando as pessoas a plásticas estéticas, cremes que reduzem o tamanho da barriga, musculação, cirurgias plásticas e dietas compulsivas na tentativa de alcançar padrões socialmente idealizados de beleza.

A crescente busca por padrões de beleza que impulsionam novas formas de ideal físico de beleza acompanhados por corpos musculosos, esbeltos e definidos têm vindo a ganhar espaço dia após dia. Homens e mulheres de diferentes faixas etárias bem como de diversas classes sociais buscam de forma incansável e sem medir esforços um padrão idealizado de beleza.

A garantia por corpos delineados trouxe uma enorme proliferação de academias de ginástica e musculação em quase todos centros urbanos, de forma a garantir que as pessoas com corpos obesos ou insastifeitos com o que a natureza ou Deus os proporcionou busquem com maior facilidade o tão idealizado corpo perfeito (Resende 2006).

É uma constante luta pela beleza física idealizada pela sociedade no intuito de corresponder às expectativas e anseios da maioria que se apropriam delas e as tomam individualmente através de um processo de interiorização e de identificação.

Em Mocambique existem indicadores que ilustram que a vida activa é considerada um factor preventivo nas doenças cardiovasculares, e nesse sentido uma reacção negativa entre actividade ou aptidão física serve como ponte para doenças como a obesidade, hipertensão e doenças cardiovasculares, implicando assim na população mocambicana um maior índice de mortalidade

por doenças dessa natureza (Jean et al 2007). Nesse sentido é notável que a principal frequência por ginásios não está apenas inerente a pessoas que buscam apenas ter um corpo imposto pela sociedade, definido como ideal trata-se de questões relacionadas com o bem-estar da sua saúde.

A busca constante por um padrão de beleza de corpos musculosos bem como definidos que tem maior visibilidade em um determinado grupo social é sistemática actualmente. Hoje em dia ser um homem musculoso é sinal de homem atraente e perfeito para o público feminino. E consequentemente mulheres com curvas bem delineadas e barrigas bem achatadas é sinal de um ideal perfeito de mulher para o público masculino.

Neste contexto, o presente estudo tem como objectivo mostrar como é que determinados padrões de beleza afectam e interferem na auto-estima de homens e mulheres que almejam alcançar um corpo perfeito.

De forma específica esta pesquisa procura: *i)* analisar os diferentes significados que a prática de musculação tem para os frequentadores de ginásios, *ii)* conhecer os mecanismos que os frequentadores de ginásios adoptam para construir e manter suas identidades sociais com referência a beleza e *iii)* perceber o nível de satisfação corporal que os mesmos estabelecem para alcançar o almejado corpo perfeito.

A nossa inquietação baseia-se no entendimento dos mecanismos adoptados pelos frequentadores de ginásios na construção da sua identidade tendo em conta as academias de ginástica e musculação ou seja, todo um processo social de construção e manutenção de beleza assente numa perfeição corporal.

Um dos aspectos fundamentais da pesquisa foi a crença prevalecente entre homens e mulheres que frequentam ginásios de que para ser um homem ou mulher atraente é necessário ter o corpo em forma e bem definido de forma a ter uma auto- confiança e ter no espelho um reflexo de um homem ou mulher cobiçado por todos. Tais ideias têm sido reforçadas pelos meios (jornais, revistas, televisões) ao invocar imagens de mulheres e homens sensuais com corpos delineados alegando ser o ideal de homem ou mulher atraente (Pereira 2002).

O trabalho encontra-se estruturado em seis capítulos. O primeiro capítulo corresponde a parte introdutória do trabalho que aborda a contextualização, os objectivos do trabalho e os diferentes seguimentos que o trabalho irá tomar.

O segundo capítulo corresponde a revisão da literatura que descreve as diversas abordagens em torno dos ideais de beleza corporal e pela formulação da pergunta de partida servindo de resposta ao problema em discussão e os respectivos objectivos a serem alcançados a partir do tema em estudo.

O terceiro capítulo enfatiza o quadro teórico e conceptual que orienta o nosso estudo baseando fundamentalmente na teoria do interaccionismo simbólico de Blumer (1969), e os conceitos que sustentam o trabalho com a sua respectiva operacionalização de modo a adaptarem-se ao objecto investigado.

O quarto capítulo debruça-se sobre a metodologia usada para a concretização dos objectivos traçados no estudo e descreve as técnicas e métodos usados na pesquisa.

No quinto capítulo procede-se à análise e interpretação dos dados colhidos no campo, onde apresentamos a caracterização do campo de estudo, o perfil sócio-demográfico do nosso grupo-alvo, o nível de frequência do ginásio, os diferentes significados da prática de musculação, os mecanismos adoptados por eles para manter e construir suas identidades, e por último apresentamos o nível de satisfação corporal dos nossos informantes.

E por fim, o sexto capítulo corresponde às considerações finais do nosso trabalho. Para além dos capítulos, apresentamos as referências bibliográficas usadas na elaboração do nosso trabalho.

1.1 Justificativa e pertinência de estudo

Nos tempos actuais é crescente e também constante a busca por um corpo perfeito. Vezes sem conta as pessoas ultrapassam seus limites na tentativa dessa conquista e compram a ideia de obter um corpo definido e musculoso que poderá trazer uma nova aparência para elas.

A preocupação em procurar um corpo adequado aos padrões de beleza tem sido uma preocupação que inquieta diversas faixas etárias bem como camadas sociais. A busca por um corpo perfeito já deixou de ser algo inerente ao público feminino passando a abarcar também o público masculino.

O interesse pelo tema de pesquisa nasce de um longo período em que sempre existiu uma curiosidade enorme de perceber o porquê da intensa busca por corpos definidos segundo um padrão de beleza estabelecido muitas vezes pelo próprio indivíduo e como estes indivíduos constroem suas identidades diante de relações sociais que são geradas nos locais onde praticam a musculação..

A questão de identidade dos frequentadores de ginásios é de grande interesse uma vez que as abordagens em torno de corpos perfeitos existem desde o século XIII e até os dias de hoje têm ocupado lugar de destaque no cotidiano de homens e mulheres que afirmam ou negam o envelhecimento procurando ter uma imagem que os auto-define como pessoas atraentes.

Este estudo abre espaço para a pesquisa antropológica visto que é possível perceber como são entendidos os discursos sobre corpo perfeito com as diversas representações sociais que suportam as concepções de corpo perfeito, concepções essas que são entendidas e reapropriadas de forma individual.

Capítulo II

2. Revisão da literatura

No século XIII sob o impulso da Igreja Católica a concepção de natureza e de corpo se altera e começa a se difundir a ideia de que os seres humanos só podem se aperfeiçoar se submeterem seus corpos, impulsos e paixões a razão (Carvalho 1997:28).

Para o autor o cristianismo leva o corpo a condição especial, pois, o homem passa a ser considerado a imagem e semelhança de Deus com direito a escolha para seguir o código moral revelado por Deus (os Dez Mandamentos), observando-se nesse período um paradoxo referente ao corpo que passa a ser visto como sagrado e profano. Sagrado quando diz respeito a divindade ao corpo de Cristo e profano ao se referir ao corpo, paixão, a carne ao corpo feminino devido a lembrança de Eva (Carvalho 1997: 25).

De acordo com Ana Castro (2004:2), a preocupação com o corpo esbelto, na contemporaneidade pode ser compreendida como algo que diz respeito a condição do indivíduo na modernidade. O século XX foi crucial na formação de novo ideal físico tendo a imagem cinematográfica interferido significativamente nessa construção. As mulheres sob o impacto combinado das indústrias de cosméticos, da moda, da publicidade e do cinema de Hooliwood, incorporaram o uso da maquiagem, principalmente o batom, e passaram a valorizar o corpo esbelto. Em suma, a combinação dessas quatro indústrias foi fundamental para imposição da primazia do corpo magro sobre o gordo no decorrer do século XX (Featherstone 1993: 120).

As reflexões de Anthony Giddens (1997), também apontam para a importância do século XX que segundo o autor, representa o marco histórico do surgimento do ideal de magreza e do advento da dieta como forma de perder peso e auto regulação da saúde.

Para Giddens (1997:98) a indústria alimentar passa a ampliar a disponibilidade de produtos alimentares, de vestir e de dieta. Nesta perspectiva, o indivíduo nas sociedades modernas pós-tradicionais marcadas pela pluralidade de escolhas e multiplicidade de ambientes de acção toma para si a responsabilidade de desenhar seu próprio corpo, como forma de definir suas identidades ao projecto do *self* (Castro 2004: 14).

No século XX vale destacar três momentos fundamentais para a reflexão sobre o corpo os anos 50, 60 e 80 devido a expansão de lazer e da explosão publicitária no pós II Guerra Mundial, ser desportista passa a ser cada vez mais um imperativo e a exposição ao corpo ocupa espaço central (*idem*:3).

De acordo com a autora a explosão publicitária ocorrida no pós II Guerra Mundial foi a grande responsável pela difusão de hábitos relacionados com o corpo e práticas de higiene, beleza e desportos preconizados por médicos e moralistas burgueses desde o início do século. As imagens das estrelas de cinema com sorriso branco e cabelos brilhantes vendendo cremes dentais e champus sugeriram novas maneiras de lidar com o corpo (Castro 2004: 3).

De acordo com Prost (1992:98), os comerciantes contribuíram mais do que qualquer outro especialista para definir novos hábitos com o corpo. Goldeberg (2002:8), argumenta que na segunda metade do século XX o culto ao corpo ganhou uma dimensão social inédita na era das massas de industrialização e de mercantilização, difusão generalizada de normas e imagens que profissionalizam o ideal de novos cuidados com o corpo.

Ocorreu ainda no pós II Guerra, a democratização da moda impulsionada pela proliferação de revistas femininas e pelos cinemas, bem como a emergência da sociedade de consumo em que as enfermidades consumiam as estéticas do corpo não somente das massas populares mas também atravessa todas camadas sociais (Lipovetsky 1999: 115).

Segundo Castro (2004:35), nos anos 60 do século passado, o corpo entra em cena como um locus de transgressão de delírio pela experiências de drogas e do sexo. Nesta década temos ainda a consolidação da cultura juvenil que vinha se gestando desde os anos 50 associado a formação de um imperativo numa sociedade na qual o processo de envelhecimento passa a ser compreendido como algo a ser evitado e negado.

Na mesma perspectiva Castro (2004), afirma que nos anos 80 a corporiedade ganha vulto nunca antes alcançado em termos de visibilidade e espaço na vida social. As práticas físicas passam a ser mais regulares e quotidianas expressando-se na proliferação das academias de ginásio por todos os centros urbanos.

De acordo com Carvalho (1997), todo discurso sobre o corpo desempenha um papel estratégico em que o poder de descrevê-lo está implicado ou seja, o corpo não é concebido como uma entidade natural pronto esperando para ser reatado mas sim, constitui uma realidade cultural construída pela linguagem.

A linguagem organiza o corpo de acordo com as crenças da cultura, isso significa que a ideia de corpo não é universal mas flexível podendo ser interpretada de várias maneiras dependendo do tempo, local e do contexto definido de verdades provisórias sobre o corpo, a saúde e a doença (*Idem* :31).

Para Descartes apud Carvalho (1997), o modelo do corpo é a máquina ou seja, o corpo possui uma mecânica discernível nas máquinas apenas pela singularidade das sua engrenagem. É somente um capítulo particular da mecânica geral do mundo aos seus olhos, e o corpo passa de um involuto mecânico de uma presença pois, a essência do homem reside em primeiro lugar no cognitivo.

Segundo Gonçalves (1994), a concepção de corpo se liga a ideia de carne, da fragilidade ao mundo das paixões e do pecado a ponto de existir a crença de que para se alcançar a salvação da alma era necessário ao homem desligar-se dos bens materiais, transcender as coisas mundanas (1994: 34).

Em Marx está presente a ideia de que é por meio do corpo que o ser humano se relaciona com o restante da natureza e essa relação constitui a sua própria subjectividade. O homem vive da natureza, a natureza é o seu corpo com o qual tem de permanecer em constante processo para não morrer (Marx 1985: 155).

Na actualidade afirma Le Breton (2003) que a relação do indivíduo com o seu corpo se dá sob a forma do domínio de si. O homem contemporâneo é convidado a construir o corpo, a conservar a sua forma, a modelar sua aparência, a ocultar o envelhecimento ou fragilidade e manter a sua saúde potencial (2003:3).

Para Rosimeiry Azevedo o corpo é consagrado como emblema de si, onde o próprio sujeito é o mestre-de-obras que decide a orientação da sua existência (Azevedo 2005:27).

Em controvérsia a essa perspectiva Gisselle Serra e Elizabette Sousa,(s/d) afirmam que ao mencionar dúvidas sobre ter um corpo ideal recorre-se aos discursos de especialistas que tem o poder da ciência em relação a quem escuta.

As autoras criaram o termo “pega leve” essa expressão leva-nos a crer que quem faz dieta é uma pessoa leve, uma pessoa luz que reúne os atributos de uma sociedade em que o brilho e a velocidade são qualidades essenciais. O termo “pega leve” também traz a ideia de que não é nenhuma sacrificio mas pelo contrário é algo fácil e saudável para o individuo contemporâneo (Serra e Souza sd: 696).

De acordo com Liliane Ribeiro a linguagem médica utilizada para apresentar e descrever o corpo é incorporada na linguagem biológica, e afirma que as cirurgias plásticas já fazem parte do cotidiano dos brasileiros, conjugados a um ideal de beleza moderno, técnicas de definição de corpo como propagandas pelas academias de ginásio e personal treins, Ribeiro (2001:67).

O advento das cirurgias plásticas apresentou-se em outra possibilidade, ao invés de malhar é melhor tirar tornando a malhação um modo de manutenção do corpo. Conjugado a um ideal de corpo perfeito aparece ainda a de femineidade e masculinidade que se manifestam sobretudo nos tipos de plásticas realizadas sobre locais do corpo a ser melhorado e finalmente na definição de corpo (idem:70).

Segundo Laqueur (2001), a herança grega presente na teoria do “calor do corpo” que envolvia as concepções da medicina a respeito do corpo humano postulava a diferença entre homem e mulher em termos de grau de pretensão. Somente no século XVIII essa teoria foi separada, admitindo então a mulher a ter um corpo particular e passando a biologia a explicar seu comportamento particular.

Quando o próprio corpo natural tornou-se o padrão de ouro do discurso social, o corpo da mulher tornou-se um campo de batalha para definir a relação social antiga íntima e fundamental entre homens e mulheres.

Segundo Laqueur (2001: 190), o corpo reprodutivo da mulher na sua concreta cientificidade acessível na sua própria natureza de seus ossos, nervos e principalmente órgãos reprodutivos passou a ter um novo significado de grande importância.

Na mesma perspectiva, Sérgio (2005), discute o *corpo cybord* que é fruto do cruzamento do homem e a máquina que tem sido modelado e reforçado com próteses cuja identidade que se estabelece não é o eu e nem o outro mas sim o status adquirido via tecnologia e medicina.

É nessa linha de ideias que Azevedo (2007), afirma que na expectativa de atingir resultados bastantes satisfatórios e em curto prazo sem necessidade de investir muito tempo e esforço físico na modelação do corpo, percebe-se o intensivo crescimento na venda de medicamentos para o emagrecimento, o aumento de cirúrgias plásticas e existe uma proliferação de clínicas estéticas cada vez mais frequentadas e que essas práticas por vezes são prejudiciais à saúde.

O padrão actual de beleza físico proposto pelas revistas e publicidades traz uma grande influência sobre a definição do padrão ideal de corpo pois as pessoas já não se importam com o número de plásticas que foram feitas para se chegar aos resultados finais. (Korti 2000: 6).

A pressão sobre a definição de corpo é tão grande sobre os indivíduos de tal maneira que leva milhares dessas pessoas no mundo inteiro a gastar fortunas em regimes, cosméticos ou recorrer a cirúrgias plásticas com recurso mágico para eliminar anos ou quilos ou até mesmo realçar as áreas consideradas não favoráveis na anatomia (ibidem).

Não obstante a isso várias pesquisas de âmbito socio-cultural foram abordadas sobre o tema e para tal iniciamos com as reflexões de Durkheim (1984) e de Mauss (2003) que afirmam que a proeminência do social sobre o indivíduo postulada a origem social de todo acto classificatório é descartando explicações psicologizantes que partem da ideia que os homens classificam as coisas e o mundo por uma necessidade interna do seu entendimento individual.

Para estes autores, trata-se de encontrar o lugar de onde originam-se os sistemas classificatórios ao mesmo tempo explicar a lógica interna que precorre a formação, organização, o procedimento e actualização das mesmas. Assim o que caracteriza as referidas classificações e que as ideias nelas estão organizadas de acordo com o modelo oferecido pela sociedade.

Douglas (1976: 143), contribui para a reflexão aqui proposta ao demonstrar a evidência do simbolismo social no corpo humano, segundo a autora os rituais sobre o corpo por ela estudados evidenciam interesses colectivos e não pessoais, pois se o corpo é próprio do indivíduo que pratica o ritual o que está sendo gravado na carne humana é imagem da sociedade.

Na mesma linha de ideias temos Marcel Mauss que cunha o conceito de “técnicas corporais” o mesmo define como sendo a maneira como os homens de sociedade a sociedade sabem servir do seu corpo (2003:401). Nessa perspectiva o mesmo chama atenção para a compreensão das práticas corporais e sua origem e implicações sociais apontando o corpo como sendo na sociedade um signo de representações colectivas.

Para dar continuidade a essa linha de pensamento Goldenberg (2002:10), argumenta que na sociedade moderna o corpo também adquire um valor simbólico na medida em que também é um identificador da classe social e também é um agente de diferenciação social da boa forma que mesmo nú exalta a boa forma física.

Para Bourdieu (2001:188), o corpo é a mais irrecusável objectividade do gosto de classe que se manifesta de maneiras diferentes em primeiro lugar no que tem de natural em aparência isto é, nas dimensões, volume, estatura e peso e na sua forma redonda, quadrada que expressa de várias formas a expressão com o corpo da forma de nutri-lo, mantê-lo e cuida-lo.

Na perspectiva de Kofes (1985), o corpo é uma síntese da cultura porque expressa elementos específicos da sociedade na qual faz parte. O homem se aperfeiçoa dos valores, normas e costumes através de um processo de corporização, mais do que de um aprendizado intelectual, o indivíduo adquire um conteúdo cultural que se instala no seu corpo e no conjunto das suas expressões.

O corpo passou a ter um valor cultural que integra o indivíduo a um grupo e ao mesmo tempo o destaca dos demais, ter um corpo perfeito também delineado, em boa forma, consagra o homem a representar vitória sobre a natureza, a gordura, flacidez que simbolizam o descanso e as pessoas são culpadas pelo fracasso do seu corpo. É dessa maneira que nessa cultura a gordura passa a ser considerado uma doença, pois, é preciso construir um corpo firme e bem trabalhado segundo afirma Lowen (1982: 20).

Para Maffesoli (1996) citado por Lowen (1982) a aparência tem maior privilégio para o reconhecimento social do indivíduo segundo se confirmam as palavras do autor: *“De facto a prevalência da aparência é de um lado uma realidade suficientemente verificada para que seja levada a sério. E do outro lado, uma constante antropologia que se encontra em lugares e*

tempos diferentes. Isso é preciso lembrar a espetacularização dos corpos que se observa é apenas a modulação dessas condutas e a forma de resgatar o acto” (Maffesoli 1996: 155).

Como contributo Giddens (1997), afirma que a aparência envolvendo adornos posturas e modelos de vestir passa a depender cada vez mais da forma e volumes do corpo. Dietas, regimes e actividades físicas regulares serão os principais recursos adoptados para manterem seus corpos adequados ao projecto de construção de identidades, onde o corpo se torna elemento central no projecto reflexivo do *self*.

Neste contexto, podemos afirmar que, o corpo configura-se cada vez mais como um território de construção de identidade. A preocupação com a apresentação do corpo vem assumindo centralidade na vida quotidiana dos indivíduos, procurando assim atingir os supostos padrões de beleza.

A academia de ginásio tornou-se um dos mais emblemáticos centros, caracterizando-se como uma das principais maneiras de se estabelecer formas socialmente construídas de marcos identitários e de distinção social (Castro 2003).

Como contributo temos os argumentos de Santos e Sales (2009), em sua obra intitulada “*Antropologia de uma academia de musculação: um olhar sobre o corpo e um espaço de representação social* (2009)” onde os autores fizeram a sua pesquisa numa academia de musculação com objectivo de analisar a representação sobre o corpo e os desejos que os indivíduos tem de desejar um modelo idealizado..

Deste modo, os autores acima citados afirmam que as principais motivações que levam as pessoas às salas de musculação ultrapassam um simples esforço estético, ou seja, as pessoas procuram uma boa qualidade de vida e também tentam construir uma rede social na qual inclui uma qualificação de reconhecimento (Sales& Santos 2009: 87).

Na mesma linha de ideias, Resende (2006:5), afirma que a busca por um padrão ideal de beleza na sociedade moderna reside na construção cultural do corpo, as diferenças de género e a influência da mídia, a apropriação do corpo como objecto de consumo, relacionados a padrões estéticos estabelecidos socialmente.

A autora traz o conceito de *narcisismo* no processo de construção do *eu* e a formação da identidade do sujeito afirmando o seguinte: “A confirmação do outro e de existência de um corpo perfeito é de relevância aos que desejam saciar a falta constituinte da condição humana permitindo assim que haja com maior eficácia a busca dessas qualidades perfeitas (Resende 2006: 12).

Numa sociedade de consumo as convicções e convenções são substituídas pela flexibilidade e pela mobilidade permitindo desse modo e através do próprio consumo transformar as representações da “boa vida” em realidade. Por isso a construção do *eu* traduz-se na forma, na posse de bens desejados e na persecução de estilos de vida que envolvem uma dada construção corporal (Cunha 2008:204).

Por seu turno Schmit (2013) opõe-se as ideais acima mencionadas, pois, para o autor a busca pelo corpo ideal vai para além do que é veiculado pela mídia ou de como a sociedade define um determinado padrão de beleza ou um corpo perfeito. Para a autora é uma questão de identidade do indivíduo, pois, a ausência de um padrão de beleza estipulado pelo indivíduo traduz-se numa constante frustração e constante infelicidade para o seu bem-estar.

2.1 Problemática

Como se pode perceber os autores focalizam os seus estudos nas formas de como a sociedade impulsiona o indivíduo a desejar um padrão idealizado de beleza, destacando a maneira como o indivíduo encara as representações estabelecidas pela sociedade e como o mesmo se auto-define como sendo padrão ideal de corpo perfeito.

Na perspectiva filosófica questões relacionadas com o corpo são baseadas na dimensão natural em que os homens pela sua natureza devem sacralizar o seu corpo para garantir sua existência e salvação. Por outro lado, a dimensão biomédica veicula que a definição de corpo é feita mediante conceitos da biologia e quando os indivíduos buscam um padrão de corpo perfeito baseado na ciência as cirurgias plásticas tomam o controle. Na dimensão social e cultural o corpo é entendido como algo que culturalmente possui significados e que esses significados são construídos e definidos em cada contexto.

No entanto não se traz uma discussão sobre quais os padrões idealizados de corpo perfeito que são estabelecidos por homens e mulheres praticantes de musculação, e quais as razões que levam esses homens e mulheres a escolherem academias de ginástica e musculação como principal palco para alcance de seus objectivos.

O conceito de corpo perfeito de homens e mulheres que buscam essa realidade é definida e construída por eles mesmos como forma de serem aceites e vistos de forma completamente diferente dos demais. Trata-se de construir ou criar um ideal de beleza que possa chamar a atenção da sociedade. Ou então uma questão de auto-estima que os faz sentirem-se confortáveis e de bem-estar consigo mesmos.

O nosso estudo focaliza-se na construção e manutenção da identidade social de homens e mulheres que procuram definir um padrão ideal de corpo, e por conseguinte procura-se perceber a importância da academia para esses indivíduos e a sua representação no mundo social dos mesmos.

De referir que a experiência que os ginastas têm sobre a academia configura-se de forma concreta como o conjunto de relações existentes com as pessoas que os circundam, trata-se no entanto de um conjunto de acções e reacções (neste caso uma interacção), mediante as quais as pessoas entram em relação recíproca, comunicam-se, trocam experiências, julgam-se e colaboram.

Homens e mulheres que buscam padrões de beleza constroem suas próprias regras e adoptam um estilo próprio de vida e de convivência com a sociedade. Mais do que ter como objectivo um corpo bonito e perfeito, estes aspiram pela forma como a sociedade irá olhar para eles.

De acordo com as leituras feitas constatamos que os estudos realizados em torno da definição de corpo, abordam essa questão enfatizando a forma como a sociedade define certos padrões de beleza que por conseguinte os indivíduos aspiram alcançar esses padrões.

Constatamos ainda nas nossas leituras que se aborda de forma parcial sem se aprofundar a identidade de homens e mulheres que buscam um padrão ideal de beleza, que significados a prática de musculação tem para eles, como eles fazem a gestão da sua vida, como eles produzem a sua identidade social no seu quotidiano e dentro do ginásio: quais as suas aspirações, estando o

interesse na forma de ser e estar do seu corpo. E este problema traduz-se na seguinte questão de partida; “*que modelos corporais exercem influência sobre homens e mulheres que almejam atingir o chamado corpo belo e sobretudo perfeito?*”.

Capítulo III

3. Quadro teórico e conceptual

Em relação ao enquadramento teórico e conceptual do nosso estudo baseamo-nos no uso da teoria do interaccionismo simbólico de Blumer (1969), e no tocante ao enquadramento conceptual definimos quatro conceitos que consideramos importantes nesta pesquisa, sendo um dos conceitos principais o de identidade social de Erving Goffman (1988). Estes autores (Blumer e Goffman) fazem parte da chamada Escola de Chicago que reúne vários conceitos de pensamento, contendo uma multiplicidade de abordagens técnicas para análise da sociedade.

3.1 Quadro teórico

Para o presente trabalho propõem-se o uso da teoria do interaccionismo simbólico de Blumer (1969). Blumer foi um seguidor fiel de Mead considerado o precursor da teoria do interaccionismo simbólico.

A particularidade da acção humana advém do facto de que os seres humanos interpretam as acções uns dos outros as opiniões e por conseguinte reagem a essas acções. A resposta da acção é sempre baseada no significado atribuído a ela de acordo com Blumer (ibidem).

De acordo com Blumer (1969) apud Dupas et al (1997: 221) o interaccionismo simbólico tem seus fundamentos em três premissas: o ser humano age em relação as coisas, com base nos sentidos que as coisas têm para ele, o sentido das coisas é resultado ou se origina da interacção social que o indivíduo estabelece com os outros. Estes sentimentos são manipulados e modificados através de um processo interpretativo usado pela pessoa ao lidar com as coisas e situações que ele encontra.

As análises das interacções sociais devem-se considerar o encadeamento histórico. Um novo tipo de acção jamais se origina separadamente de um alicerce proporcionado pelas acções anteriores dos participantes. Os participantes envolvidos na formação de um novo comportamento conjunto

trazem ao mesmo tempo o universo de objectos e o conjunto de significados e além disso há uma sistematização de interpretações que já existem (Blumer 1969).

Essa perspectiva é útil e importante na vida social e fornece um ponto de vista humanista na qual se percebe as pessoas como sendo capazes de utilizar seu raciocínio e seu poder de simbolizar para interpretar e adoptar flexivelmente as circunstâncias de como elas venham a definir a situação Blumer (1969) apud Hall (1987).

De modo geral a teoria do interacionismo simbólico de Blumer (1969) ajuda-nos a perceber como é que os frequentadores de academias de ginástica e musculação interpretam os diferentes significados que a prática de musculação tem para eles e de que forma eles incorporam esses significados para se fazerem integrantes da sociedade ou de um determinado grupo.

3.2 Quadro conceptual

No que concerne aos conceitos propusemos-nos a definir quatro nomeadamente: *identidade social*; *corpo perfeito*; *imaginário* e por fim o *conceito de beleza*. Em cada um destes conceitos propusemo-nos a trazer diferentes abordagens que o definem e operacionaliza-los de modo a justificar o seu enquadramento no nosso trabalho.

3.2.1 Identidade social

A identidade social não é algo acabado, natural ou fixo mas sim está em constante construção dependendo dos recursos identitários de acordo com o contexto social ao qual o indivíduo está inserido. Ela não é um estado, mas um processo incessante, alimentado e modificado quando necessário ao decorrer de relações sociais. Mais do que falar das identidades é importante falar da identificação ou seja como nos apresentamos aos outros e como os outros se apresentam a nós.

De acordo com Richard Jenkins (1996), a construção de identidade social resulta de uma dinâmica entre o modo que nos percebemos (auto-definição interna) e o modo como os outros nos percebem (definição externa). Para o autor acima citado os grupos mobilizam dispositivos de

similariadde entre si de modo a criarem um sentimento de pertença não importando o quão ilusório possa ser esse sentimento, simultaneamente a percepção de um nós presuppõe a existência dos outros que se definem em relação a aqueles pelos dispositivos de diferenciação que ostentam (Jenkins 1996: 80-89).

As identidades não são inatas, não nascem connosco, precisam ser construídas e esta construção passa pela interacção com o outro, pois é a interacção social que permite viver em sociedade e as identidades tornam-se instáveis e susceptíveis às escolhas que cada individuo efectua e do mesmo jeito que surgem as mudanças sociais a alteração de valores e padrões que regem uma sociedade, assim também os individuos têm poder para moldar a sua própria identidade (idem 1996).

Convergindo as ideias de Jenkins (1996) aparece Dubar (1997). Segundo esse autor a identidade constitui a combinação entre a forma como queremos que as pessoas olhem para nós, neste caso identidade para os outros e a maneira como nós próprios nos olhamos, isto é identidade para mim. Para Dubar (1997) isso depende dos contextos nos quais nos encontramos inseridos.

O mesmo defende que identidade para os outros e identidade para mim são em simultâneo inseparáveis e ligados de forma problemática. Existe uma dualidade entre a nossa identidade construída pelos outros e nossa identidade construída por nós sendo por essa razão que a identidade não é definitivamente fixa podendo em certas circunstâncias e condições transformar-se ao mesmo tempo que se vai modificando a posição do indivíduo ou de um grupo dentro de um espaço social de referência (Dubar 1997).

A identidade social é um sentimento no qual as pessoas reconhecem sua pertença a um determinado grupo social, sendo no entanto diferente dos outros grupos. A identidade social concerne na necessidade que as pessoas têm de integrar num grupo por estarem conscientes da sua pertença a esse grupo (Pinto 1991).

De acordo com Goffman (1988), as identidades sociais não devem ser vistas como identidades mas como um processo de identificação em curso devido a forma multi-variada e diversificada como produzimos as identificações diferentes. O indivíduo não possui uma única identidade estável, e imutável mas sim possui múltiplas identidades que estão num processo constante no decorrer das interacções humanas.

A identidade social é o cruzamento de atributos pessoais e estruturais uma categorização derivada dos contextos sociais onde decorre a interacção social. Este autor considera a interacção como um processo fundamental de diferenciação e identificação dos indivíduos e grupos (idem).

A questão de identidade social é crucial para o alcance dos objectivos por nós estabelecidos e, portanto, guiados pela definição de Goffman, concordamos que os frequentadores de ginásios tem a capacidade de manipular a sua própria identidade social. Enquanto a sociedade estabelece determinados padrões corporais, ele constrói sua própria identidade de forma a alcançar as suas expectativas.

3.2.2 Corpo perfeito

Para Foucault (1988), o corpo é simultaneamente agente e objecto dentro de um jogo de forças na rede social. Ele torna-se um depósito de marcas e de sinais desses embates que tornam-se num verdadeiro campo de provas.

Ter um *corpo perfeito* deixou de ser uma dádiva natural e produzida por Deus mas nas últimas décadas ter *corpo perfeito* é da responsabilidade do próprio indivíduo e por conseguinte fazer todo esforço possível para mante-lo e cuida-lo como afirma Marzano- Parisou (2004).

De acordo com Santos et al (2009), ter um *corpo perfeito* é ter um ideal de beleza padronizado pelos media, revistas e todos meios de comunicação ao expor os corpos esculpidos das estrelas de cinema. Ao atingir o sucesso desse modelo as pessoas são consagradas como portadores de um carácter mas forte, belo e percebidos ainda como determinadas.

A avaliação da aparência passa segundo Marzano-Parson (2004) a fundamentar corpos musculosos de *body buch* como modelo ideal de beleza e como um padrão a ser seguido e constituindo-se assim no vínculo que garante o reconhecimento social de uma suposta orientação moral.

Segundo Carvalho (2001), argumenta que sob o discurso de neutralidade de ordem biológica a propaganda dirigida as grandes massas cria um senso comum de que a actividade física é promotora de boa saúde e de um corpo musculoso e atlético que se traduz num ideal de beleza corporal.

Na mesma linha de ideias, Luz (2007: 23), afirma que o corpo perfeito é sinal de beleza também passa a ser significado como copo saudável e assim os indivíduos são oprimidos na busca de um modelo que os torna saudáveis. Este vínculo entre *corpo perfeito* e beleza fica bem explícito no uso do termo *sarado* um adjetivo que deriva do verbo sarar ou seja, recobrar a saúde ou curar uma ferida mas que foi ressignificado para um corpo modelado ou corpo musculoso. Nessa perspectiva afirma que existe um *corpo perfeito* e no entanto, significa ter um corpo musculoso ou por outras um corpo *sarado* como se diz na gíria popular.

O *corpo perfeito* é o que a mídia ou jornais e a televisão transmite aos demais e assim o belo e perfeito é transformado ou produzido pela mágica das cirurgias plásticas, botox, silicone, musculação e trazendo assim uma nova forma perfeita ao corpo.

Falar de um *corpo perfeito* para esses homens e mulheres que de forma incansável buscam esse padrão é se referir a uma construção idealizada por cada um deles. É falar de um corpo idealizado e visualizado pelos meios de comunicação social. Nessa perspectiva, guiamo-nos pela definição de Foucault ao definir como um depósito de relações sociais e que o indivíduo procura almejar o que as redes sociais o pré-dispõe.

3.2.3 Imaginário

O imaginário é produto ou faculdade pela qual o homem idealiza e tem uma criatividade de pensamento pelo qual este produz representações dos objectos inexistentes.

Para Wolfgang (2008), o imaginário é difusa, informe sem um referencial específico que consiga moldá-lo de um modo objectivo. Todavia, esta é a condição para superar o existente e o projectado ou até mesmo inexistente, pois sendo um espaço aberto permite a invenção do possível como prenúncio de uma outra realidade.

A materialização do imaginário se dá quando se pensa, sonha-se ou vive-se a matéria. O imaginário não encontra suas raízes profundas e nutritivas nas imaginações, a princípio ele tem necessidades de presença mais próxima, mais envolvente e mais material como afirma Bachelard (1998: 126).

De acordo com Maffesoli, a construção do imaginário individual se dá essencialmente após a identificação (reconhecimento de si no outro), apropriação que significa o desejo de ter o outro em si e a distorção. Por sua vez o imaginário social encontra-se estruturado principalmente por contágio e aceitação do modelo do outro (2001: 70).

O imaginário é a ordem espiritual, uma construção mental que se mantém perceptível mas não qualificável, é algo que envolve a aura, não podemos ver e nem sentir. O imaginário é algo que ultrapassa a nossa mente (idem: 75).

No nosso estudo importa ressaltar a palavra imaginário pois, a mesma serve de ponte para entender as diferentes interpretações e como o *corpo perfeito* é construído nas memórias e mentes dos nossos informantes.

3.2.4 Beleza

A beleza é algo que chama a atenção do homem desde o início dos tempos, seja na pintura, na literatura ou até mesmo no próprio homem. A beleza humana sempre foi cultivada conforme as imposições da sua época (Vigarello 2006).

Para Baumgarten a beleza manifesta-se sobre algumas formas nomeadamente: reside em primeiro lugar num conjunto de pensamentos de ordem que se apresentam e sinais que servem para exprimi-lo. A beleza é o acordo de ordem interna segundo a qual arrumamos as coisas de forma organizada.

De acordo com Ceia (2006), o belo não é uma realidade absoluta e intocável pelo ser humano, o belo é resultado do trabalho humano realizado numa comunidade.

Falar de beleza no nosso estudo ajuda-nos a compreender como é construído e idealizado o conceito de beleza. O belo é a forma como o nosso grupo-alvo descreve um corpo musculoso e bem delineado. É crucial lembrar que é um construto-social usado como forma de criar expectativas de um corpo desejado e atraente.

Capítulo IV

4. Metodologia

Este capítulo visa mostrar os métodos, as técnicas e os instrumentos usados para o alcance dos objectivos da nossa pesquisa, bem como mostrar os constrangimentos durante a recolha de dados e de como os mesmos foram superados.

4.1 Métodos

Nesta pesquisa usamos o método qualitativo na medida em que buscou os valores, as crenças, os significados, as interpretações, as interferências dos nossos entrevistados. Esta análise foi intensiva uma vez que segundo Trivinos (1987), constitui a forma através da qual se investigam os valores, as atitudes, as percepções e as motivações do público pesquisado com vista a alcançar a essência do fenómeno e posterior verificação dos resultados.

No que concerne ao método de procedimento optamos pelo método etnográfico que nos permitiu fazer um estudo de caso procurando perceber as crenças, significados perceptíveis pelos participantes. Este tipo de método segundo as ideias de Malinowski (1976), o etnógrafo é autor e simultaneamente o seu próprio cronista e historiador e afirma que seus relatos não estão em documentos o que o possibilita que tenha maior número possível de história relativo ao seu grupo-alvo.

4.2 Técnicas e instrumentos de pesquisa

No que diz respeito as técnicas de colecta de informação, guiamo-nos pela observação directa e participante que nos permitiram colher percepções e experiências de homens e mulheres que frequentam ginásios na medida em que mesmo tendo um conhecimento básico da área de estudo buscamos novas informações relevantes ao que indagamos neste caso sobre a construção de identidade social do grupo alvo. Também realizamos entrevistas visando ter respostas válidas e

informações pertinentes através da aplicação de um guião com perguntas semi-abertas para que os informantes falassem das suas experiências e vivências de forma aberta e sem restrições.

No que diz respeito aos instrumentos de registo de informação optamos pelo uso de diário de campo para anotação de toda informação possível considerada de grande importância para o nosso estudo.

4.3 Etapas de realização da pesquisa

Na primeira fase do nosso estudo privilegiamos leituras exploratórias, a análise de conteúdo de artigos e documentos que abordam o assunto em causa e de seguida achamos pertinente fazer entrevistas informais e uma observação directa no local de estudo. Este tipo de pesquisa tem como principal finalidade desenvolver e esclarecer, modificar conceitos e ideias com vista a formulação de problemas pesquisáveis para estudos posteriores como afirma (Gil 1989).

Num segundo momento fizemos o trabalho de campo, entrando no terreno para as observações e entrevistas, seguindo-se a síntese e sistematização dos dados recolhidos.

No que diz respeito a terceira fase de pesquisa optamos por fazer uma análise bem detalhada das informações obtidas no terreno para posterior elaboração deste relatório de pesquisa.

4.4 Universo e unidade de análise

A nossa pesquisa foi realizada no ginásio *Mutakura* que situa-se no bairro da Maxaquene “C”, cidade de Maputo. Tivemos um total de cinco informantes dos quais três do sexo masculino e dois do sexo feminino com idades compreendidas entre 24-35 anos de idade, residentes em bairros periféricos da cidade de Maputo.

Os nomes colocados nos depoimentos das entrevistas são fictícios, o uso de nomes fictícios deveu-se a necessidade da preservação das identidades e a razões de ética profissional e da não relevância do verdadeiro nome para a realização do nosso trabalho.

4.5 Constrangimentos e superação

Como toda e qualquer pesquisa deparamo-nos com algumas situações que tornaram o nosso trabalho difícil em alguns momentos da recolha de dados, deste modo:

- ❖ Tornou-se difícil logo de início ter informações porque um dos informantes alegava que tinha que ser pago para poder conversar sobre o assunto que pretendíamos obter informação;
- ❖ Tornou-se difícil realizar as entrevistas enquanto os informantes realizavam suas actividades de musculação uma vez que havia dificuldades para conversar ao mesmo tempo que exercitavam seus corpos, pois, alegavam que tinham que usufruir do dinheiro gasto nas horas estipuladas;
- ❖ As entrevistas só puderam ser feitas fora do ginásio e de vez em quando nos dias em que os mesmos não exercitavam seus corpos;
- ❖ Não tive a oportunidade de fazer uso do gravador alegando que levaria os seus depoimentos para espalhar nas redes sociais.

Todavia, face a essas dificuldades vimo-nos obrigados a traçar estratégias de modo a alcançarmos os nossos objectivos durante a colecta de dados e a principal foi de procurar fazer as entrevistas nos dias em que os informantes não se dirigiam ao ginásio e quando regressavam as suas residências regressados do ginásio.

Em alguns casos realizamos as entrevistas quando alguns dos informantes estavam nos seus momentos de lazer conversando com amigos.

De referir que estas estratégias foram adaptadas como forma de conseguir obter todas as informações necessárias para o nosso trabalho de um modo mais abrangente uma vez que o nosso grupo-alvo recusava-se a dar informações sobre o seu quotidiano e alguns recusavam a conversar enquanto exercitavam seus corpos alegando que traria desconcentração.

Logo, mesmo tendo acompanhado todo processo que decorre no ginásio, as entrevistas com os informantes as vezes eram realizadas em lugares calmos e fora da academia. Em alguns momentos as entrevistas eram realizadas em locais de lazer dos nossos informantes.

Capítulo V

5. Resultados: Apresentação e análise de dados

5.1 O campo de estudo: a academia de ginástica e musculação *Mutakura*

É um importante espaço de convivência para um determinado grupo de pessoas que busca alcançar um determinado padrão de beleza corporal. Localiza-se junto ao mercado Compone, bem junto a uma das zonas periféricas da cidade de Maputo. O bairro chama-se Maxaquene-B mas a zona é vulgarmente conhecida por *Parragem Cooperativa*

A academia de ginástica e musculação *Mutakura* existe a sensivelmente três anos, desde a sua existência como academia de musculação, no princípio era pouco frequentada devido a falta de alguns equipamentos de ginástica indispensáveis para uma actividade de musculação proveitosa e de sucesso. Mas actualmente tornou-se uma verdadeira academia em que homens e mulheres de diferentes faixas etárias, grupos sociais e diferentes bairros encontram como um refúgio para desenvolver as suas actividades e alcançar o tão almejado corpo ideal e perfeito.

No que diz respeito aos equipamentos de ginástica que a academia possui podemos verificar que a academia contém duas esteiras de ginástica, quatro halpes com peso entre 5-25 kgs, um peitoral dorsal, três bicicletas, equipamentos que são considerados como essenciais para uma actividade de musculação proveitosa e de sucesso.

5.1.2 Nível de frequência ao ginásio

Trata-se de uma questão de escolha e disponibilidade de cada um que busca incansavelmente exercitar seu corpo na tentativa de melhorar o que Deus ou a natureza o proporcionou como beleza corporal.

Dos cinco informantes que tivemos, dois frequentam o ginásio duas vezes ao dia todos dias de semana excepto aos domingos. Essa actividade é praticada durante duas horas de tempo em cada período de actividade física. Um dos motivos para a prática de actividade física durante todos

dias de semana deve-se ao facto de serem pessoas desempregadas e vêem a actividade física como um ocupação para fazer passar o tempo, conforme a resposta ilustra

Não estou a trabalhar no momento e nem tenho nada para me preocupar logo pela manhã então prefiro vir djimar meu corpo logo pela manhã e de tarde também, para mim é melhor estar aqui do que estar em casa a dormir sem fazer nada (Salvador de 26 anos).

Um outro informante também deu-nos as razões pelas quais prefer ir ao ginásio todos dias de semana.

Vale a pena vir ao ginásio, eu gosto de estar aqui eu e meus amigos aproveitamos sair para conversar depois que saímos daqui do ginásio, prefiro a hora da manhã porque venho com meu amigo e também porque é a hora em que ainda tens energia não ha preguiça depois de tomar um banho gelado pela manhã (Pedro de 24 anos).

Podemos perceber que os nossos dois informantes frequentam o ginásio todos os dias da semana porque eles fizeram do ginásio um lugar em que possam interagir uns com os outros e também pela ausência de um trabalho que possa os ocupar logo nas primeiras horas do dia.

Dois dos nossos entrevistados frequentam o ginásio apenas duas vezes por semana que são todas as terças-feiras e quintas-feiras das 5horas da manhã às 6 horas. O gerente do ginásio que também foi um dos nossos informantes alegou que não tinha hora estipulada para exercitar seu corpo mas preferia exercitar no período das 10horas as 12 horas porque era o período em que o ginásio era pouco frequentado e podia assim desfrutar de qualquer equipamento que achasse necessário para a sua actividade.

5.1.3 Um olhar sobre o perfil dos homens e mulheres que praticam musculação

O estudo do perfil sócio-demográfico dos nossos entrevistados permite-nos conhecer a sua origem social e geográfica, quais as características que os mesmos apresentam e de que forma se identificam.

A descrição focaliza-se na idade, o estado civil, o bairro de residência e o seu quotidiano. Esses aspectos tornam-se relevantes na medida em que nos ajudam a identificar, caracterizar e descrever o nosso grupo-alvo.

Foram entrevistadas cinco pessoas das quais três do sexo masculino e duas pessoas do sexo feminino com idades compreendidas entre os 24-35 anos. Dos cinco entrevistados 1 é casado, 3 solteiros e 1 vive em união de facto. A maior parte dos nossos entrevistados vive em bairros periféricos da cidade de Maputo (com excepção de 1 que vive no centro da cidade concretamente no bairro Central), e professam alguma religião em igrejas como a Assembleia de Deus e Universal do Reino de Deus. No entanto um universo de 2 não professam nenhuma religião, em outras palavras dois dos nossos informantes frequentam a Igreja Universal e um frequenta a Igreja Assembleia de Deus e dois não frequentam nenhuma religião.

Esses homens e mulheres quando frequentam o ginásio geralmente apresentam-se trajados de factos de treino, sapatilhas, ceroulas.

Em relação ao nível de escolaridade dos nossos entrevistados, notamos que dois possuem o nível secundário do 1º ciclo, isto é 8ª classe a 10ª classe, e dois dos nossos informantes possuem o nível primário de 1ª a 7ª classe e apenas 1 dos nossos entrevistados frequenta o ensino superior na Universidade Pedagógica.

Por detrás do nível de escolaridade deste grupo existem várias razões para o abandono e interrupção dos estudos, dentre as quais as mais frequentes foram as precárias condições de vida e a perda dos pais muito cedo sobretudo na infância, bem como a falta de dinheiro para custear os estudos.

5.2 Diferentes significados da prática de musculação

De antemão é preciso ressaltar que os diferentes sentidos dados à prática física encontram-se ligados a estética, saúde, gosto e um elevado poder de habilidade durante o acto sexual. Mas mesmo assim foi feito um esforço classificatório de ordená-los minimamente de modo a guiar o nosso trabalho no entendimento do significado da prática de musculação para o nosso grupo-alvo.

5.2.1 “Sou um verdadeiro Deus grego”: a ilusão estética ligada à saúde

De acordo com a nossa revisão da literatura a busca por um ideal de beleza corporal vêm ocupando um lugar de auto afirmação desde os tempos em que os média, e as revistas começaram

a publicitar imagens de estrelas de cinema com corpos esbeltos e musculosos e que acima de tudo a exposição do corpo passou a ser uma tendência moderna da época (Featherstone 1993).

Dessa forma o ideal físico de beleza começou a ser guiado por imagens dessas estrelas de cinema, o mundo de alguns frequentadores de ginásio é um mundo exclusivamente projectado pelos ideais físicos de beleza dos artistas de cinema.

Parece que tudo que se refere ao corpo as respostas são dúbias, muitos alegam saúde como o principal motivo, mas analisados com mais cuidado e instigando os nossos pesquisados a falarem sobre o assunto percebe-se também uma associação entre praticar musculação e ser bonito, melhor dizendo a prática da actividade física aparece ligada a questões estéticas como a conquista de um corpo mais magro no caso das mulheres e musculoso no caso do público masculino, conforme as respostas ilustram:

Sempre achei interessante fazer exercício físico principalmente a musculação mas pratico mesmo por questões de beleza, é bom você sentir que tem um corpo de dar inveja, olharem pra ti não parece um homem fraco porque os musculos te deixam mais forte (Leonardo de 35 anos).

Eu comecei a praticar actividade física por questões de saúde, sempre tive um corpo obeso e acompanhado a isso sofro de tensão alta, então achei viável vir ao ginásio porque ao mesmo tempo que cuido da minha saúde deixo o meu corpo com mais forma, desde que comecei a praticar ja perdi quase 12 kg, agora posso dizer que tenho um corpo bonito (Monica, 28 anos).

Sem dúvidas beleza, ficar com as curvas no lugar, sim ter um corpo de dar inveja, quando ando as pessoas olham para meu corpo, mas também percebi que fazia bem a minha saúde, eu quero e sempre quis ter um corpo perfeito (Luisa, 32 anos).

Nas respostas dadas pelos nossos informantes podemos perceber que questões estéticas é que tomam maior controlo da situação, mas por fim conseguimos perceber que a saúde também encontra-se ligada à essa situação.

Enquanto o público femenino prefere logo assumir que pratica actividade física por questões de estética e todo um universo de ideal de beleza corporal, o público masculino prefere colocar de lado questões relacionadas com beleza justificando-se por questões relacionadas com a saúde. Isso deve-se ao facto de não serem considerados fracos, “mariazinhas” ou “mariquinhas” e,

simultaneamente ajuda-os a ter um elevado nível de auto-estima conforme as respostas transparecem:

Beleza eu? Claro que não, é mesmo para manter a minha saúde em dia embora ache que também é bom ter um corpo elegante para além de saudável, mas o meu principal motivo é mesmo manter meu corpo saudável e nada de beleza (Salvador de 26 anos).

Evitar estar a cima do peso é o meu principal motivo, nada mais que manter o corpo bem definido, embora também ache que praticar musculação me ajuda a ter aquele corpo desejado tipo o meu, porque eu me considero um Deus grego, meus braços e peito são bem musculosos, embora ache que o eu o Deus grego so me interresso por saúde para pratica da musculação (Pedro de 24 anos).

Embora as respostas *a priori* parecem estar ligadas apenas a questões de saúde conseguimos notar que a beleza, a busca por um corpo bem delineado é o principal motivo da prática incansável de actividade física e de musculação.

É possível perceber que umas das principais significações que o nosso grupo-alvo dá a pratica de musculação é a estética, embora deixem claro que a musculação ou actividade fisica signifique apenas ter um corpo saudável.

Podemos ver também que a saúde é um dos aspectos mais valorizados pese a estética aparece como um ganho a mais e por vezes tão importante quanto a saúde. É importante destacar que segundo Del Prior (1987), a prática de musculação está associada à saúde, porém o próprio conceito de saúde aparece como forma de melhorias estéticas. Assim, a saúde aparece como razão utilitária em alguns casos quando na verdade trata-se de estética, cuja raiz repousa nas cobranças impostas pela sociedade e principalmente por eles mesmos.

Essas ideias também são reforçadas por Carvalho (2001), ao afirmar que existe um senso comum que a actividade física é promotora da boa saúde e de um corpo musculoso atlético que se traduz num ideal de beleza corporal.

5.2.2 A musculação como actividade: gosto ou obrigação?

Embora a musculação ou a actividade física parece ser uma actividade que faz parte do quotidiano do nosso grupo-alvo é necessário perceber se começaram a praticar essa actividade por vontade própria ou por obrigação para assim perceber a influência da mesma na construção da auto-estima e sobretudo como estes associam o significado da musculação ao gosto.

Através das nossas entrevistas conseguimos constatar que alguns dos nossos informantes praticam actividade física por obrigação e não por vontade própria, conforme as respostas ilustram:

Eu não gosto de praticar exercicio físico mas sou obrigada para evitar problemas de saúde, como eu disse anteriormente eu sempre tive um corpo obeso e aliado a isso sofro de tensão alta então o médico recomendou-me que praticasse alguma actividade física (Monica de 28 anos).

Pratico capoeira e um dos requisitos para tal é ser musculoso porque durante a actuação tens que estar de tronco nú e assim tens que apresentar um corpo bonito, então posso dizer que se trata na verdade de uma obrigação para cumprir com um requisito que me era exigido (Pedro de 26 anos)

Mas é possível notar que nem todos praticam por obrigação, no universo de cinco informantes apenas dois afirmaram que praticavam por obrigação mas a prática de actividade fisica significava uma forma de poder preecher um requisito exigido num determinado espaço social.

O restante dos nossos informantes afirmaram que gostavam de praticar actividade física e principalmente a musculação vejamos as respostas seguintes:

Musculação é minha actividade predileta, significa muito para mim posso dizer que gosto de praticar musculação pois para além de deixar minha saúde em dia consigo ter um corpo bonito e elegante, eu vivo para praticar musculação (Salvador de 26 anos).

Praticar actividade física para mim significa estar de bem consigo mesmo, gostar, amar, sim amar porque fico com um corpo de dar inveja a toda gente, comecei a praticar porque quiz, achei que tinha que deixar meu corpo invejavél (Luisa de 32 anos).

Por seu turno um dos nossos informantes afirmou que praticar musculação significava mais do que além de gostar mas esse gosto estava associado a questões monetárias conforme se segue a resposta:

Sim gosto de praticar musculação, não diria que foi obrigação mas é algo que garante o meu ganha pão, sou gerente dessa academia, então posso dizer que gosto de praticar musculação mas também me dá dinheiro (Leonardo de 35 anos).

Podemos constatar que um dos significados aliados a prática de musculação é o gosto, embora alguns afirmassem que foram obrigados pelas circunstâncias da vida a praticar actividade física.

É possível analisar que mesmo os que gostam de praticar actividade física ou a musculação sempre aliam a prática dessa actividade a algum tipo de benefício que a mesma poderá trazer para eles. Trata-se de procurar alguns fins aliados a prática dessa actividade.

5.2.3 “Eu sou uma verdadeira bomba”: uma significação aliada ao desempenho sexual

A prática de musculação para o nosso grupo-alvo encontra-se também aliada ao desempenho sexual que eles têm durante as suas relações sexuais. *A priori* parece ser algo fora de questão, mas instigando mais os nossos informantes constatamos que um dos motivos que os faz praticar musculação é facto de acreditarem na crença que terão mais habilidade sexual durante suas relações.

Um dos nossos informantes acredita na crença que ao praticar musculação e ter um corpo musculoso para além de atrair mais mulheres ele também ganha mais habilidade, ou seja, acredita que terá mais poder e acima de tudo durabilidade durante o acto sexual devido aos musculos dos braços e peito que, por conseguinte, dão mais resistência as veias do seu órgão sexual, conforme afirma Pedro:

Quando tens um corpo nice, tipo um corpo musculoso atrais mais damas e além disso quando tens um peito de tanquinho como as pitas dizem, teu pénis também fica potente, levas mais tempo durante o acto sexual (Pedro de 24 anos).

Essa crença é compartilhada por outro informante:

Praticar musculação te ajuda a ter um corpo que as mulheres se sentem seguras quando estão contigo e além disso como já estas acostumado a carregar halteres consegues ter mais habilidade durante o acto sexual, posso dizer que não ficas cansado e teu penis fica mais potente posso dizer que ficas uma bomba, sim bomba porque ficas com potência que uma bomba tem (Leonardo de 35 anos).

A significação aliada a habilidade sexual é partilhada por dois dos nossos informantes, acreditando que a pratica de musculação traz um olhar diferente para as mulheres acompanhado assim de um alto nível de desempenho sexual.

5.3 Mecanismos adoptados para manter e construir a identidade

5.3.1 “Eu o musculoso”: a auto-significação da identidade

Para mostrar os mecanismos adoptados pelos nossos informantes para construir e manter suas identidades é necessário mostrar como é que eles se auto-representam e como é que eles enquanto construtores da sua própria identidade constroem seus corpos e fazem o possível de manter suas identidades.

Segundo o nosso grupo-alvo para manter sua identidade e acima de tudo construir é necessário que o individuo possua algumas características que são essencias neste tipo de actividade de forma a manter um ideal de beleza corporal invejável. Os homens e mulheres que praticam musculação acreditam que a força de vontade, a coragem, boa alimentação e foco, constituem requisitos essenciais para este tipo de actividade:

Para manter um corpo gostoso como o meu tens que ter coragem para começar a exercitar teu corpo, fazeres um meta que hoje vou carregar uma halter de 5kgs mas amanhã vou treinar com um de 10 kgs, tudo isso é coragem minha amiga (Leonardo de 35 anos).

Posso dizer que só tens que ter força de vontade para estar aqui a treinar porque tem dias que ficas com preguiça de sair de casa mas quando lembras que tens te manter teu corpo nice você levanta e vai treinar (Salvador de 26 anos).

Para o caso femenino é possível notar que elas mantêm suas identidades de mulheres com corpos lindos garantido uma alimentação equilibrada associada a prática de actividade fisica:

Não importa só fazer exercício físico ou todos dias vir ao ginásio enquanto tens uma dieta alimenatar muito desequilibrada tens que te alimentar bem para ter um corpo lindo elegante, eu me alimento bem e não como depois das 21 horas (Monica de 28 anos).

Ter um corpo como o meu cheio de curvas não é nada fácil tenho que evitar coisas gordurosas e não perder noites também, sim faz parte de manter um corpo lindo (Luisa de 32 anos).

Nao perder noites de sono é considerado como um aspecto primordial para manter um corpo de dar inveja e aspecto é notável nas falas de todos nossos informantes. É uma estratégia que os nossos informantes alegam ser essencial para não deixar o corpo cansado e sempre belo, vejamos as seguintes respostas:

Eu sou um tipo musculoso, bonito mas todos esses atributos são mantidos por um bom treino diário e o não abuso de percas de noites é algo muito simples (Leonardo de 35 anos)

Eu treino capueira e um dos nosso lemas é não perder noites e não consumir alcool só assim podes conseguir ter um corpo estável(Pedro de 24 anos).

Não perder noites é um dos meus segredos para ter esse corpo, além da actividade de musculação uma das coisas que mantém meu corpo bonito é não perder noites (Salvador de 26 anos).

Esses são os pontos principais apresentados pelos nossos informantes que servem para manter e construir suas identidades, a auto-significação das suas identidades é mantida e construída por eles mesmos, impondo regras diárias que vão para além da prática de actividade física ou a prática de musculação. Trata-se de um conjunto de exigências que eles próprios definem como padrão para construir e manter suas identidades.

5.3.2 A identiadde de um musculoso: “Sou como eu quero ao me olhar ao espelho”

Mas do que ser um homem musculoso é necessário saber como é que manter suas identidades pode estar associado a forma como eles gostam de ver seus corpos refletidos no espelho.

Conversando com um dos nossos informantes percebemos que um dos principais motivos para manter suas identidades está associado a forma como os mesmos gostam de ver seu reflexo no espelho, essa é a afirmação de Pedro:

Ganho mais inspiração para fazer musculação quando eu tiro a roupa e olho-me no espelho e vejo que realmente tenho um corpo bonito e atraente (Leonardo de 35 anos).

Essa análise leva-nos a ressaltar a ideia de Goldernberg (2002), reforçando a ideia de que o conjunto de posturas e movimentos corporais representam valores, princípios que também servem como forma de diferenciação e de boa forma. Mas durante a nossa pesquisa conseguimos perceber que mas do que ter um corpo que serve como forma de diferenciação na sociedade é necessário que o indivíduo incorpore e interiorize esse processo como forma de causar inveja aos demais.

Conforme as respostas ilustram nos argumentos anteriores, um dos nossos informantes afirmou que um dos principais motivos para manter a sua forma física é a forma como vê o reflexo do seu corpo no espelho:

Olhar-me no espelho é o que mais gosto tenho um corpo lindo e cheio de curvas e quando olho no espelho vejo que consigo ter o que tanto desejo, que é um corpo fino e com curvas (Luisa de 32 anos).

Para alguns o facto de ter o seu corpo reflectido no espelho os incentiva a manter seus corpos lindos e acima de tudo conseguem ter o corpo exigido nos espaços sociais que frequentam:

Capoeira é garantir ter um corpo em forma e cheio de musculos nos braços e peito, então quando olho ao espelho consigo ver que tenho que manter o exigido no meu grupo de *capoeira* (Pedro de 24 anos).

Conseguimos perceber que o reflexo no espelho contribui de forma significativa para a construção e sobretudo manter suas identidades. O reflexo no espelho serve como forma de auto-afirmarem-se, integrarem-se e sobretudo para o caso de um dos informantes serve como forma de aceitação e integração num determinado espaço social, logo, a construção e manipulação de suas identidades é feita em função da forma como se vêem e se auto-avaliam diante do seu reflexo no espelho.

5.3.3 A minha auto-estima: identidade para mim ou identidade para os outros?

Manter e construir uma identidade depende da forma como nós queremos nos apresentar aos olhos dos outros e como os outros olham para nós.

Se praticar musculação parece uma actividade central na vida dos nossos informantes e se eles tem clareza do corpo que querem alcançar e do corpo vinculado ao ideal e perfeito, cabe-nos procurar saber como é que manter e construir suas identidades pode ter um papel crucial no processo de construção de suas auto-estimas.

Podemos perceber que alguns dos nossos informantes encontram suas identidades vinculadas na forma como querem que a sociedade olhe para eles conforme argumenta Pedro:

Quando estas a praticar *capoeira* teu corpo fica exposto então tens que manter teu corpo bem estavel porque as pessoas vão olhar para ti e além do mais fico satisfeito quando as pessoas olham para meu corpo e cobiçam (Pedro de 24 anos).

Foi possível notar que a auto-estima ocupava grande influência sobre a forma como os nossos informantes mantêm seus corpos, afirmando que ter boa aparência exercia grande impacto sobre a vida deles assim como deixar de cuidar do corpo traria uma baixa auto-estima sobre a vida dos mesmos.

É importante para para mim ter um corpo estavel e elegante, isso garante a minha auto-estima e as pessoas olham para mim de uma forma bem diferente, ja não sou mais aquela gorda que não tem nenhum valor, agora fiquei elegante e é assim como me olham (Monica de 28 anos).

Quando, não tens algo que chama atenção ninguém olha para ti, eu encontrei o meu corpo como uma forma de atrair atenção das pessoas quando passo toda gente só diz, olha o grandalhão (Leonardo de 35 anos).

A auto-estima dos nossos informantes é garantida na forma como mantêm e cuidam de seus corpos, mas a questão central afinal de contas trata-se da forma como eles querem olhar para si mesmos ou a forma como a sociedade olha para eles que garante a forma como esses indivíduos mantêm as suas auto-estimas elevadas? Notamos que se trata das duas coisas, por um lado é um processo de identidade que se transcreve na forma como eles querem garantir a boa forma de

seus corpos e, por outro lado, um processo de identificação que se transcreve na forma como eles se identificam na sociedade e como também a sociedade olha para eles.

De acordo com Damasco et al (2005), a imagem corporal é a representação mental do nosso próprio corpo, que compreende a aparência, forma e tamanho corporal sendo bastante associada a auto-estima, auto-confiança e estabilidade emocional e seu processo de formação envolve componentes perceptíveis, subjectivas e comportamentais, podendo ser influenciado pelo sexo, idade, crenças e valores de determinadas sociedades.

5.4 Nível de satisfação corporal

Neste subcapítulo pretendemos perceber qual o nível de satisfação corporal almejado pelos nossos informantes para alcançar o tão desejado *corpo perfeito*. Diversas são as razões pelas quais homens e mulheres de forma incansável buscam ter um corpo desejado, mas acima de tudo é necessário perceber qual o nível almejado por eles para se considerarem homens e mulheres com corpos perfeitos.

Para Vidal (2006), a insatisfação corporal é uma avaliação negativa que o indivíduo faz sobre seu próprio corpo sendo que os factores que mais influenciam nessa avaliação são: o género, a idade e o índice de massa corporal.

O padrão imposto pela sociedade para as mulheres é um corpo perfeito extremamente magro e menos volumoso. Já entre os homens o corpo ideal é o forte e musculoso, e isto quando não atingido pode levar a que pessoas obcecadas por estes ideais tenham distúrbios alimentares, prática excessiva de exercícios físicos, uso indiscriminado de egogénicos e transtornos psicológicos (Silva et al 2010).

5.4.1. Uma identidade escondida por detrás de um halter

Durante a nossa pesquisa foi possível notar que os nossos informantes tinham o nível de satisfação corporal aliado a uma halter ou seja, quanto maior era o peso do halter carregado por

eles maior satisfação encontravam para si em relação ao seu corpo. Para eles era uma espécie de competição em que o vencedor era quem conseguia carregar um halter mais pesado:

Eu sinto que estou satisfeito com meu corpo porque consigo carregar uma halter com 25kgs, mas tenho vontade de carregar outros pesados mas por enquanto estou bem assim (Pedro de 24 anos).

Eu gosto quando estamos a competir porque aí sim, você mostra quem é de verdade, você mostra se é homem ou não, não basta ter músculos até agora já consegui carregar um halter com 30 kgs (Leonardo de 35 anos).

Notemos que os nossos informantes sentem uma satisfação com seu corpo a partir do momento que conseguem carregar uma halter mais pesado que o outro. Enquanto os homens têm a tendência de carregar maior halter possível as mulheres pouco se importam com o carregamento de halteres:

Carregar halter para mim não me diz nada, pratico musculação já a 3 anos mas até agora o halter mais pesado que já exercitei foi de 7 kgs, eu me sinto satisfeita comigo mesma quando subo na balança e vejo que a cada dia que passa estou a perder peso, isso sim me dá alegria (Monica de 28 anos).

Mas do que carregar um halter vale a pena subir a balança e veres que os exercícios estão a te deixar bonita e elegante, manter meu corpo lindo é minha maior satisfação. (Luisa de 32 anos).

É possível notar que são dois discursos em que por um lado temos o público masculino que garante seu nível de satisfação corporal aliada ao peso de halter carregado e por outro lado temos o público feminino que garante que um halter não faz sentido quando se trata de satisfação corporal.

Não obstante esses discursos, dois dos nossos informantes garantem que um halter, embora logo de princípio não pareça nada é o que garantiu que seus corpos estivessem perfeitos e maravilhosos:

Se sou o que sou hoje é porque simplesmente tive a coragem de vir ao ginásio e acima de tudo garantir que aqui no ginásio e em casa tivesse um halter para exercitar meu corpo, se não conseguisse carregar um halter com apenas 5 kgs nunca teria um corpo musculoso (Leonardo 35 anos).

O enchimento dos braços é garantido a partir do momento que consegues acreegr um halter, eu por exemplo tenho esse corpo e músculos por causa do halter posso afirmar que o que garante meu corpo é carregar halter (Pedro, 24 anos).

Portanto, conseguimos notar a partir das respostas acima que a identidade e sobretudo a satisfação corporal do nosso grupo-alvo é escondida ou garantida pelo halter, ou seja, o que garante seus corpos lindos e perfeitos como eles julgam chamar é o carregamento de um halter.

5.4.2 Do corpo desmedido ao corpo medido: uma identidade marcada por um formato de corpo

Através das nossas entrevistas e instigando mais os nossos informantes a falarem mais de qual o seu nível de satisfação corporal, foi possível notar que mais do que ter um corpo perfeito é necessário almejar por um determinado padrão corporal.

Esses padrões corporais muitas vezes são influenciados pela forma corporal exibido nas telenovelas, nas revistas e, sobretudo, nas redes sociais.

Sabes que mesmo no Brasil ter corpo bonito é ter uma bunda bem empenada e uma cintura fina é isso que eu quero para mim, quando olho nas novelas todas mulheres mais cobiçadas são aquelas que tem esse tipo de corpo (Luisa, 32 anos).

Ter musculos sempre cobiçei, sabes para exhibir em sitios públicos as pessoas olharem para mim, com um olhar de admiração e desejo, eu comecei a ver corpos cheios de musculos desses artistas de cinema, malta vandame eles tem um corpo cheio (Leonardo, 35 anos).

Enquanto uns inspiram-se em determinados padrões corporais vistos e exibidos em filmes e novelas os outros almejam ter um corpo de outras formas que trazem beneficio a sua saúde. Trata-se simplesmente de deixar de ter um corpo designado obeso e encaixar-se nos eixos de um corpo medido e fora de perigo para a saúde:

Para mim o que importa é estar fora de perigo em termos de saúde, sempre tive um corpo obeso agora o que quero é a cada dia perder mais peso e ter um corpo que possa pelo menos caber em calças com tamanho 32 e que as pessoas não possam rir-se de mim (Monica de 28 anos).

Eu tinha um corpo fino mas desde que comecei a fazer musculação fiquei com um corpo cheio até quando uso um camiseta fico bem desenhado é isso que me deixa satisfeito e mais animado para fazer musculação porque deixei de ser o magrizona dos meus amigos (Pedro de 24 anos).

O nível de satisfação corporal dos nossos informantes é baseado também na forma como o seu corpo se estrutura cada vez que praticam actividade física ou de musculação. Essas ideias são analisadas por Schmit (2013) ao afirmar que a busca pelo corpo não vai além dos mídia ou de como a sociedade, define um determinado padrão de beleza ou de corpo perfeito, mais a questão de identidade individual, pois, a ausência de um determinado padrão de beleza estipulado pelo indivíduo traduz-se numa constante frustração e constantes infelicidades para o seu bem-estar

Essas ideias são reforçadas por Le Breton (2003), ao afirmar que na contemporaneidade o indivíduo passa a ter domínio de si e é também convidado a construir o seu corpo, a conservar a sua forma e principalmente a modelar seu corpo com a prática de actividade física como forma de ocultar o envelhecimento ou a fragilidade do seu corpo.

5.4.3 O homem musculoso: a ilusão de uma identidade objectivada

Durante as nossas entrevistas conseguimos perceber que o ser musculoso constitui uma identidade situacional, no sentido de que se trata de uma identidade contextualmente construída e circunscrita. Essa identidade é construída a partir dos padrões corporais pré-exigidos nos espaços sociais em que os nossos informantes frequentam.

Conforme revelou-nos Pedro, a prática e amor pela musculação foi bastante influenciado pelo espaço social em que ele frequenta. Trata-se de um pré-requisito para ser parte integrante de um grupo de capoeira, por exemplo:

Fui obrigado a ser um homem musculoso para não me sentir excluído do grupo de capoeira que eu faço parte, tive que ter um corpo atraente para ser parte integrante do grupo (Pedro, 24 anos).

Aliado a ideia de uma identidade definida e formada ao tipo de espaço social frequentado pelos nossos informantes. Também temos o caso de outro informante que argumenta o seguinte:

Eu trabalho aqui então tive que também ser influenciado pelos amigos que aqui conversam comigo, foi algo que foi acontecendo bem devagar quando dei por mim já era forte e cheio de músculos (Leonardo, 35 anos).

Percebe-se que é uma identidade que é baseada por influências, sobretudo das pessoas e dos conteúdos e características dos espaços sociais frequentados pelos nossos informantes, bem como por questões de escolhas de ordem individual de cada praticante com referência ao seu contexto e aos seus objetivos próprios.

Podemos então perceber que as noções de beleza são construídas socialmente de acordo com os parâmetros impostos por grupos sociais específicos. É também a sociedade que disponibiliza ou não para os seus membros a possibilidade de acesso aos recursos que deverão ser utilizados na conquista de modelos de beleza

Capítulo VI

Considerações finais

O presente estudo procurou analisar como homens e mulheres que praticam actividade física e musculação constroem socialmente determinados padrões de beleza corporal bem como a forma como são constuidas as identidades sociais dos mesmos. De acordo com as construções sociais sentidas por estes e construídas pelos mesmos foi possível perceber como eles sentem, percebem e vivenciam o modo como eles auto-classificam-se.

A afirmação da identidade que está associada a eles surge como tentativa de se integrarem na sociedade e sentirem-se parte de um determinado grupo social. Mas do que isso, essas identidades são criadas e auto-afirmadas no sentido de defesa e superação da exclusão social que eles sentem por parte dos outros nos diversos espaços sociais de que eles são parte integrante. Desta forma, ao assumirem-se como eles próprios se auto-definem procuram demonstrar a sua forma de ser e de estar dentro de determinados espaços sociais.

No entanto, eles têm consciência daquilo que realmente são, manipulando a sua identidade social como uma forma de auto-confiança aliada a um todo ideal de beleza e de auto-estima.

De acordo com as observações por nós feitas tendo em conta as entrevistas realizadas no decorrer do trabalho de campo, constatámos que os praticantes de musculação são jovens e alguns deles com baixo nível de escolaridade, alguns deles crentes religiosos, mas e contudo existe uma semelhança no motivo que os leva a praticar actividade física ou musculação.

Eles gerem suas identidades em função dos espaços sociais frequentados por eles, envolvendo um ideal de beleza que remonta para a propaganda feita em revistas, jornais, televisão e redes sociais em que o ideal físico de beleza envolve corpos magros, esbaletos e musculosos. É uma identidade marcada por padrões já predispostos na sociedade e idealizados como padrões de beleza que exercem maior influência sobre aqueles que diariamente buscam alcançar esses padrões.

Percebe-se, também, que essas identidades são diariamente mantidas e manipuladas na forma como eles constroem de forma subjectiva o formato ideal de corpo perfeito sem deixar de lado os

padrões já predispostos pela sociedade garantido que acima de tudo mantenham uma auto-estima elevada e sobretudo mantendo um bem-estar consigo mesmo.

Esses indivíduos constroem suas identidades através de estereótipos e sinónimos criados por eles mesmos para manter e construir suas identidades.

Considera-se como sendo indivíduos normais assim como os outros o são, possuem uma identidade própria que é moldada no decorrer das suas actividades de musculação e segundo eles existem requisitos básicos para exercer este tipo de actividade que consistem na auto-determinação, coragem, e acima de tudo força de vontade. Esses requisitos são a base para uma actividade física ou de musculação bem sucedida.

A relação com os seus próprios corpos são variáveis e dependem da forma como cada um mantém e constrói os diferentes componentes para manter suas identidades, seus valores ou significados, a prática de musculação ficam ligadas à forma como cada um percebe e objectiva como sendo um padrão de beleza corporal perfeito.

Podemos considerá-los como indivíduos comuns que partilham os mesmos valores, crenças atitudes e comportamentos com os demais, tendo em excepção na forma como estruturam e mantêm seus corpos musculosos e esbeltos.

Logo, as atribuições ou sinónimos que os mesmos se atribuem contribuem para uma auto-afirmação de uma identidade social que vai de acordo com as diferentes situações vividas em diferentes contextos sociais e como também cada um percebe como padrão ideal para o seu corpo.

Referências Bibliográficas

Azevedo, Rosemeiry Campiata de Souza. 2005. *Modos de conhecer e intervir, a construção do corpo no quotidiano da enfermagem no hospital*. Dissertação de mestrado. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina.

Blumer, Herbert. 1969. *Simbolic interactionism: Perspectives and method*. London: Englewood Cliffs.

Castro, Ana Lucia. 2004. “Culto ao corpo, identidades e estilos de vida” In: *Congreso Luso- afro Brasileiro de ciencias sociais*. Coimbra: edições Ana Blume.

Carvalho, Yara M. 2001. *O mito da actividade física e saúde*. São Paulo: 3ª edição.

Ceiza, Castro. 2009. “Belo. E-terms literarios”. Vol 31, no 5. Disponível em http://www.Scielo.org/scielo.php?option=learn_mtree&task=Viewlink. Md.11 de Maio 2017.

Cunha, Maria Joao.2006. O corpo e o consumo e o investimento corporal. In: *As dietas e o exercicio fisico*. Lisboa: 1ªedição.

Dougllass, Marry. 1976. *Pureza e perigo*. São Paulo: Edição Nacional.

Dubar, Claude. 1997.“Por uma teoria sociologica de identidade”.in: *A socialização: construção de identidades sociais e profissionais*. Porto: Porto Editora.

Durkheim, Emile. 1984. *As regras do método sociologico*. São Paulo: Edição Nacional.

Featherstone, Mike. 1995. *A cultura do consumo e pós modernismo*. São Paulo: Nobel.

Foucault, Michel. 1988. *Historia da sexualidade: a vontade de saber*. Rio de Janeiro: Graal, 11ª edição.

Jeckis, Richard. 1996. *Social identity*. London: Routledge.

Kortí, Anzai. 2000. “O corpo enquanto objecto de consumo”. *Revista brasileira de ciência*, 86 (2): 22-43;

Giddens, Anthony.1997. *A modernidade e identidade pessoal*. Lisboa: Celta Editora.

- Goffman, Erving. 1988. *Notas sobre a manipulação da identidade deteriorada*. Rio de Janeiro: Editora LTC.
- Goldenberg, Mirriam. 2002. “Nú e vestido” in: *Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro: Nobel.
- Goncalves, Maria Augusta. 1994. *Sentir, pensar, agir, corporiedade e educação corporal*. Lisboa: Campines Papyrus.
- Lipevertsky, Gilles. 1999. *O imperio do efermo*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Laqueur, Thomas. 2001. *Inventando o seu corpo, género dos gregos a Freud*. Rio de Janeiro: Relume Dumara.
- Le Breton, David. 2003. “Adeus ao corpo” in: *Antropologia e sociologia*. São Paulo: Papyrus Campinos.
- Malinowski, Bronislaw. 1976. *Argonautas dos pacífico ocidental: Um relato do empreendimento e da aventura dos nativos da Nova Guiné - Melanésia*. São Paulo, Vol III.
- Marx, Karl. 1985. *O capital, criticos da economia politica*. São Paulo: Nova Cultura
- Maffesoli, Michel. 1996. *No fundo da aparência*. Rio de Janeiro: Petropolis Vozes.
- Maffesoli, Michel. 2010. *Tempo das tribos, o declínio do individualismo nas sociedades de massa*. Rio de Janeiro: Forense Universitaria.
- Marzano, Parsoli. 2004. *Pensar o corpo*, Rio de Janeiro: Editora Vozes.
- Mauss, Marcel. 2003. “As técnicas corporais” In: *sociologia e Antropologia*. São Paulo: Coisac e Naifty.
- Pereira, Francisco. 2002. *Um ensaio etnográfico sobre as representações de corpo feminino entre mulheres de camda média alta do Recife*. Recife: Universidade Federal do Pernambuco.
- Pinto, Madureira. “Considerações sobre a produção social de identidades.” In: *identidades*. Porto: Revista critica de ciencias socias (2), 217-231.

Resende, Caroline Siqueira. 2006. *O corpo perfeito e o seu processo de construção psicocultural*. Dissertacao de Mestrado. Brasilia: Universidade Federal de Santa Catarina.

Ribeiro, Liliane. “Cirugias plásticas, estéticas em corpos femeninos a medição da diferença”, *Narrativa*. Lisboa editoras(2). 1-20.

Santos, Sandra Fereira; Sells, Adilson. 2009. “A antropologia de uma academia de musculação, um olhar sobre o corpo e em espaço de representação”, *Nova vida*, Edição Brasileira(2). 87-102.

Serra, Giane; Santos Elizabeth, 1990. *Saúde e midia a construção de obesidde e de corpo perfeito*. Rio de Janeiro: 3ª edição.

Schimit, Sabrine. 2013. “A midia e a ilusão do tão desejado corpo perfeito”. *Revista Brasileira* 86(2): 263-278.

Trivinnos, Augusto. 1987. *Introdução a pesquisa em ciências sociais*. São Paulo: Atlas.

Vidal, Artur. 2006. “Satisfação com a imagem corporal, percepcao do peso corporal e transtornos mentais”. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 26 n4, 242-247.

Vigarrello, George. 2006. *História da beleza*, Rio de Janeiro: Editora Rios.

Wolfgang, Iser. 2008. *O papel do imaginario na construção da realidaed e da ficção*. Rio de Janeiro: Editora Vozes.