



O norte da educação física e ciências do esporte: história e desafios para os dias atuais

Período de 01 a 04 de dezembro de 2010, Castanhal e Belém

MULHER E EXERCÍCIO FÍSICO: ENCONTROS E DESENCONTROS DE GÊNERO

Amanda Batista da Cruz¹

Michely Pantoja Castilho¹

Renata Pascoti Zuzzi – Mestra em Educação Física - UNIMEP²

Cleberson Tavalone Batista – Mestre em Educação Física - UNIMEP²

¹Discentes da Faculdade de Educação Física da UFPA - Campus Universitário de Castanhal

²Docentes da Faculdade de Educação Física da UFPA - Campus Universitário de Castanhal

GTT 12: Inclusão e Diferenças

Introdução: A prática de exercícios físicos em academias de ginástica vem crescendo a cada dia tanto por homens e mulheres, sendo estes/as jovens, adultos/as ou idosos/as, com os mais variados objetivos. Sabemos que a prática regular de exercícios físicos proporciona aos seus praticantes uma série de benefícios como os fisiológicos (manutenção do peso corporal, prevenção de doenças cardiovasculares e osteoarticulares, controle da pressão arterial e dos níveis de colesterol), como também os psicológicos e sociais (melhora da auto-estima e do convívio social, prevenção de depressão e estresse). No entanto, a mulher durante longa data foi proibida e considerada não “apropriada” para praticar alguns exercícios físicos e atividades esportivas, pautados em um determinismo biológico que considera a mulher inferior ao homem, entendendo-a como frágil para determinadas vivências corporais. Além disso, havia uma preocupação excessiva com a mulher tendo como argumento a “preservação” dos órgãos reprodutores femininos para a garantia da maternidade futura e ainda a harmonia das formas femininas. **Objetivos:** Este trabalho tem o intuito de averiguar qual é o principal motivo (ou principais motivos) que levam às mulheres buscarem exercícios físicos em academias de ginástica. **Justificativa:** A beleza, a estética a partir de padrões pré-estabelecidos pela sociedade (e reforçados pela mídia) são fatores diretamente atrelados ao “universo feminino” (mesmo sabendo que ela hoje também faz parte do “universo masculino”), onde a imagem da mulher na sociedade contemporânea perpassa desde o corpo magro esquelético das modelos de passarela até o corpo atlético das mulheres praticantes de exercícios físicos e modalidades esportivas. O corpo atlético, “sarado”, “malhado” aparece como objeto de consumo nas revistas e na televisão como um “bem a ser alcançado a qualquer custo”, operando em uma lógica de uma única feminilidade e tornando a estética como um fator muito almejado na busca por exercícios físicos, a exemplificar os oferecidos em academias de ginástica como musculação, “step”, “jump”, aeróbica, dentre outros. **Metodologia:** Entrevista através de questionário semi-estruturado, construído com perguntas fechadas, aplicado a mulheres praticantes de exercícios físicos em academias de ginástica da região metropolitana de Belém-PA. **Resultados:** Como se trata de uma pesquisa em andamento, não temos ainda a análise dos resultados, entretanto, entendemos que tais exercícios pode sim ser entendidos como grandes aliados na busca pela melhora da estética, mas outros fatores estão atrelados nesta busca, mesmo que não conscientes, pois ao praticarem esses exercícios físicos de forma adequada, devidamente acompanhados, adotando um estilo de vida saudável, a saúde e o bem-estar acabam por vir juntos “no pacote”.

Palavras-chave: exercício físico; mulher; academia de ginástica; estética; saúde.

Contato: Amanda Batista da Cruz. **Endereço:** Rua União, 180. Distrito Industrial. Ananindeua-PA **telefone** (91) 9215 3898. **Email.** amandacruz2006@hotmail.com

Referências:

BALBINOTTI, M.A.A.; CAPOZZOLI, C.J. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.22, n.1, p.63-80, 2008.

CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil: A história que não se conta**. 8ª.ed. Campinas: Papirus, 2003.

GUISELINI, Mauro. Aptidão Física, Saúde e Bem-estar: Fundamentos teóricos e exercícios práticos. 2ª. Ed. São Paulo: Phorte, 2006.

MACHADO, L. de P.; DEVIDE, F.P. Representações de homens e mulheres sobre a prática da musculação em academia UFRJ/RJ. PPGCAF-UNIVERSO; LEEFEL-UNISUAM/RJ.**Revista Digital** - Buenos Aires - Año 12 - N° 111 - 2007

SCOTT. Joan. **Gênero: Uma categoria útil para análise histórica.** *Educação e Realidade*, v.20, n°. 2, jul/dez, 1995, pp. 71-99.

SOARES, C. L. **Corpo e história**. Campinas, SP: Autores associados, 3ª ed., 2006.

ZUZZI, Renata Pascoti. KNIJNIK, Jorge Dorfman. Do passado ao presente: Reflexões da história da Educação Física a partir das relações de gênero. IN: KNIJNIK, Jorge Dorfman; ZUZZI, Renata Pascoti. **Meninas e meninos na Educação Física: Gênero e Corporeidade no século XXI**. Jundiaí: Fontoura, 2010.