

CULTO AO CORPO, ESTÉTICA OU SAÚDE: COM A PALAVRA, OS PROFESSORES DE ACADEMIAS DE GINÁSTICA

Diego Costa Freitas
Fernanda Azevedo Gomes da Silva
Sílvia Maria Agatti Lüdorf

RESUMO

Esse estudo foi realizado com professores de educação física, atuantes em academias de ginástica de pequeno porte do Rio de Janeiro. Os objetivos são analisar se o professor acredita interferir, e de que maneira, na visão de corpo dos alunos, investigar a forma como esse professor atua na prática e, por fim, verificar e discutir quais aspectos o professor mais valoriza em relação ao seu próprio corpo. Os dados foram obtidos por meio de entrevistas semi-estruturadas. Conclui-se que há uma ligação entre a visão de corpo desses professores e sua respectiva atuação profissional.

Palavras-chave: Corpo. Academia de Ginástica. Saúde.

ABSTRACT

This study was conducted with physical education instructors who act in small gyms of Rio de Janeiro. The objectives were to analyze if the instructor thinks he could interfere, and in what way, in his students' notion of the body, to investigate the way how instructor acts in routine and, finally, to verify and to discuss which aspects the instructor more values in his own body. The research was conducted through semi-structured interviews. The results showed a connection between the instructors' view of the body and theirs professional acts.

Key words: Body. Gym. Health.

RESUMEN

El estudio se realizó con profesores de Educación Física que actúan en gimnasios pequeños de Rio de Janeiro. Los objetivos son: analizar si el profesor cree interferir, y de que forma, en la visión de cuerpo de los alumnos, averiguar cómo conjuga teoría y práctica y, por fin, inquirir y poner en tela de juicio cuáles aspectos más valora en su propio cuerpo. Los datos fueron obtenidos por entrevistas semiestructuradas. Se concluye que hay una relación entre el punto de vista del cuerpo de esos profesores y su actuación professional.

Palabras-clave: Cuerpo. Gimnasio. Salud.

INTRODUÇÃO

Influenciado pelo seu conjunto de valores, o homem toma posse do mundo transformando-o em seu universo familiar. Porém, à medida que o homem transforma o ambiente à sua volta, adaptando-o aos seus padrões de vida, ele também sofre

influências desse mesmo ambiente e das pessoas com quem convive (LE BRETON, 2006).

Mutável a partir da cultura de cada povo, o corpo ocupa formas diferentes a cada tempo e espaço. Músculos arquitetados são mais que um desejo pessoal, é quase que uma imposição da atual sociedade, sendo importante elemento para o sucesso nas relações interpessoais. A preocupação com a aparência do corpo adquire cada vez mais centralidade, de modo que os corpos passam a ser julgados como bons ou ruins devido à forma que apresentam.

Cheek (2008) alega que doenças e velhice são situações fora do normal, podendo ser tratadas ou remediadas. A autora ainda relata que as pessoas não querem mais somente viver muito, querem também continuar jovens. Parecer jovem e saudável é peça-chave no conjunto de atributos obrigatórios nessa estética corporal contemporânea bastante excludente e pouco maleável (LE BRETON, 2003).

É nesse contexto que as academias de ginástica ganham cada vez mais visibilidade e preponderância na sociedade contemporânea. Torna-se lugar especializado para atender a esse novo mercado, passando a se constituir em local para a “produção” desses corpos (SASSATELLI, 1999), ou, na visão de Malysse (2002), uma “usina de corpos”.

Diante da crescente relevância da academia de ginástica no contexto contemporâneo, sendo considerada, acima de tudo, um acontecimento social, conforme Sassatelli (1999), é imperiosa a necessidade da compreensão dos fenômenos socioculturais ocorrentes nesse ambiente, ainda pouco explorado. Nesse sentido, o presente estudo está direcionado a investigar a visão dos profissionais de educação física atuantes em academias de ginástica, um dos principais atores desse contexto, acerca de sua prática profissional e de questões associadas ao corpo. Pretende-se, com a pesquisa, fornecer subsídios para uma determinada interpretação e compreensão dessa instituição que tanto tem crescido em número e importância no cotidiano do homem contemporâneo e, mais especialmente, na área da Educação Física.

Especificamente, os objetivos desse estudo são: *a)* analisar se o professor de Educação Física atuante em academia acredita interferir, e de que maneira, na visão de corpo dos alunos; *b)* investigar a forma como esse professor trabalha com o corpo do aluno; *c)* verificar e discutir quais aspectos o professor mais valoriza em relação ao seu próprio corpo.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa, de natureza qualitativa, foi realizada em seis academias de pequeno porte da Baixada Fluminense, região do Rio de Janeiro que congrega treze municípios. A escolha por estudar essa região específica se deve ao fato de que o presente estudo é continuidade de um projeto de investigação mais amplo¹ de comparação entre academias de grande e pequeno porte do Rio de Janeiro, de acordo com a classificação proposta por Bertevello (2005).

¹ Trata-se do projeto de pesquisa intitulado “O corpo contemporâneo e o professor de Educação Física atuante em academias de ginástica”, desenvolvido pelo NESPEFE/EEFD-UFRJ cuja primeira parte foi realizada em grandes academias da Zona Oeste do Rio de Janeiro.

Com o objetivo de ampliar o espectro de opiniões, conforme recomendação de Gaskell (2003), optou-se por estudar realidades diferentes, em relação ao tamanho, localização das academias e público atendido.

Nessas academias, doze profissionais de Educação Física foram submetidos a entrevistas semi-estruturadas, a partir de um roteiro previamente validado². Os critérios para seleção dos professores compreendiam: atuar com modalidades ligadas ao *fitness*, como ginástica (e suas variações) e musculação, trabalhar há pelo menos um ano em academias de ginástica e ser formado em Educação Física. No que se refere ao último item, no entanto, houve dificuldades em se encontrar profissionais formados em algumas academias da região, o que se observou ser uma característica peculiar das academias de pequeno porte.

Como recomenda Lüdorf (2004a), é desejável uma combinação de técnicas para melhor entender a realidade estudada, desse modo, além da técnica de entrevista, foram realizadas observações no ambiente das academias e colhidos depoimentos informais de funcionários e coordenadores, relativos à infra-estrutura e ao funcionamento das mesmas. Houve também uma preocupação em anotar fatos e aspectos observados que auxiliaram na interpretação dessa determinada realidade.

Os dados foram analisados com base na análise de conteúdo, visando identificar categorias emergentes e eventuais tendências. Ressalte-se que tal análise não é como a resolução de uma simples fórmula matemática, mas um processo subjetivo, que depende do aprofundamento teórico e da interpretação do(s) pesquisador(es) (GASKELL, 2003). As respostas foram, em um primeiro momento, agrupadas em torno de temáticas mais amplas a partir dos critérios de repetição e de relevância (TURATO, 2003). A seguir, foi realizada a interpretação dos sentidos atribuídos a cada temática, o que deu origem a categorias de análise, respaldadas tanto na empiria, quanto no referencial teórico utilizado.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS

Com relação ao primeiro objetivo, analisar se o professor de Educação Física atuante em academia acredita interferir, e de que maneira, na visão de corpo dos alunos, percebe-se que grande parte dos professores se remete à questão técnica do exercício. As prescrições de exercícios e orientações na realização do treinamento emergiram como fatores de maior influência na relação com os alunos. Tais recomendações incluem, além de aspectos técnicos, indicações sobre alimentação.

Percebe-se que o foco central dessas orientações é basicamente voltado a um melhor resultado estético³ do treinamento, o que leva a cogitar a hipótese de que esses profissionais poderiam estar associando a visão de corpo à estética.

A importância da estética corporal no âmbito da academia de ginástica não é recente, Novaes (2001) já havia confirmado a estética como principal atrativo das academias de ginástica, desde que começaram a proliferar no cenário nacional. Para Palma (2001), mesmo que algumas vezes os discursos tendam a focar outros fatores como a saúde, a busca por uma estética corporal padronizada é o grande desejo dos

² A validação do roteiro foi efetuada a partir da avaliação do roteiro de questões por cinco professores Doutores, além da realização de uma pesquisa-piloto.

³ A utilização da palavra estética (ou estético) nesse trabalho está voltada ao seu sentido usual, associado à beleza física, plástica e aparência, conforme Ferreira (2004).

freqüentadores das academias de ginástica. Monaghan (2001), ao pesquisar fisiculturistas, relata que tanto para estes quanto para praticantes de musculação e outros engajados na prática de exercícios vigorosos, o simples fato de aprovarem sua forma corporal é o suficiente para se sentirem bem, justificando o árduo treinamento e muitas das vezes o risco causado por substâncias ingeridas para otimizar os resultados e melhorarem a forma corporal com que se apresentam. Lüdorf (2004) identificou a estética como o aspecto mais valorizado em relação ao corpo na atualidade, conforme a visão de professores de educação física universitários.

Apenas uma pequena parte dos entrevistados respondeu a questão (item *a* do objetivo) demonstrando uma preocupação para além da estética, na tentativa de interferir de alguma maneira, diferentemente da orientação para o treinamento, como anteriormente mencionado. Por exemplo, informando aos alunos a importância da busca de atributos como saúde e qualidade de vida, e direcionando o treinamento para atender objetivos mais globais.

Em que pesem os estudos desenvolvidos nessa área, parece que os professores, ao utilizarem termos como saúde e qualidade de vida, o fazem com um significado mais coloquial ou informal, associado à vertente detectada por Seidl e Zannon (2004), utilizada mais “na linguagem cotidiana, por pessoas da população em geral, jornalistas, políticos, profissionais de diversas áreas e gestores ligados às políticas públicas” (p. 580). Percebe-se, nos discursos, um reducionismo quanto ao sentido expresso pelo uso da palavra saúde, onde ter saúde, basicamente, passa a ser não estar doente. Entretanto, é preciso tomar cuidado ao se interpretar saúde como uma consequência direta da prática de exercícios físicos, pois deste modo se estabelece uma relação simplista, longe da complexidade que envolve o tema. Quanto à qualidade de vida, de um modo geral, é vista de modo a englobar a saúde, bem estar e condicionamento físico.

Há que se destacar o pequeno número de professores que demonstrou, em seu discurso, uma real preocupação em levar o aluno a outros enfoques além da forma corporal, que também deveriam ser abordados no trato com a atividade física. Em um estudo realizado por Freitas *et al.* (2008), professores de academias de ginástica afirmaram ser a estética o aspecto mais valorizado no corpo atualmente, e ressaltaram que seu trabalho diante desse corpo deveria ser na intenção de contrabalançar esse grande interesse dos alunos pela estética, com informações técnicas, voltadas para a qualidade de vida. Porém, no presente estudo, quando relatam a maneira como essa interferência na visão de corpo dos alunos é realizada, a qualidade de vida não aparece de forma tão evidente como no discurso sobre como deveria ser essa interferência.

Já referente ao item *b* do objetivo, investigar a forma como esse professor trabalha com o corpo do aluno, parte considerável dos entrevistados aborda esse tema demonstrando que norteiam o trabalho no intuito de evitar ao máximo o risco de lesões em seus alunos. Procuram manter a integridade física, respeitando a individualidade e preocupando-se com a forma correta de se realizar os exercícios. Caracteriza-se, assim, novamente uma abordagem voltada à técnica.

Essa categoria aparenta ser um resquício da tendência tecnicista que permeia a Educação Física (CASTELLANI FILHO, 1988). Percebe-se que os professores acreditam ser a correta execução do exercício um importante fator na prevenção de lesões dos alunos. Porém, com menor incidência, alguns professores demonstraram preocupação em trabalhar com a qualidade de vida e a saúde do aluno. Esse pequeno número de professores, ao se preocuparem com a qualidade de vida e saúde de seus alunos, se encaixam no ponto de vista de Toscano (2001), a partir do qual as academias de ginástica podem ser consideradas serviços de saúde preventiva. Para os professores

entrevistados, o foco do trabalho seria o bem estar do aluno, que englobaria saúde e qualidade de vida, já a estética e a prevenção de lesões seria uma consequência de trabalho consciente e paciente.

Sobre o item *c* do objetivo, verificar e discutir quais aspectos o professor mais valoriza em relação ao seu próprio corpo, os professores ressaltaram, principalmente, aspectos funcionais, relativos ao desempenho e às capacidades necessárias ao trabalho realizado no cotidiano da academia, preponderantemente prático.

Diante do resultado encontrado, vale resgatar o estudo realizado por Palma et al. (2006), onde os autores inferem que os professores de educação física, que atuam com atividades aquáticas, possuem em sua atividade profissional uma ampla carga horária de trabalho com um elevado esforço físico em condições, talvez, inadequadas, o que pode gerar queixas de dores e doenças. Ao valorizarem os aspectos funcionais, observa-se uma preocupação com a própria integridade física e com a saúde.

Uma pequena parcela de professores destacou partes de seu próprio corpo como as mais admiradas, com foco voltado à aparência corporal (como) nessa questão. A importância da estética para esse grupo de professores pode ser entendida a partir da idéia de Le Breton (2006), que compara o corpo a um “cartão de visitas” vivo, tornando-se o maior trunfo nas relações sociais nos tempos contemporâneos. Relações estas vividas intensamente na atuação profissional de um professor de educação física atuante em academia de ginástica.

Ao trabalhar com os corpos de seus alunos, a estética parece ser elemento central para a maior parte dos entrevistados, contudo, em relação ao seu próprio corpo, ela não recebe o mesmo grau de importância. Uma possível interpretação é a de que na prática cotidiana, a estética exigida pelos alunos é respondida pelas informações de caráter técnico e, no corpo do professor, o que parece importar é o quão pronto e apto ele está para poder desenvolver o trabalho, ou seja, uma perspectiva ligada mais ao aspecto funcional do corpo.

CONCLUSÃO

Conclui-se que na atuação profissional desses professores, em sua maior parte, impera uma visão técnica, de modo a buscar maneiras de corresponder aos objetivos estéticos dos alunos, tendo a preocupação, contudo, de não causar lesões. Quanto ao seu próprio corpo, a valorização de aspectos funcionais demonstra relação com a natureza do trabalho do professor de academia de ginástica, essencialmente prática e desgastante, ainda mais se tratando das de pequeno porte.

REFERÊNCIAS:

BERTEVELLO, G. Academias de ginástica e condicionamento físico: sindicatos e associações. In: DACOSTA, L. P. (org) Atlas do esporte no Brasil: Atlas do esporte, educação física e atividades físicas de saúde e lazer no Brasil. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

CASTELLANI FILHO, L. Educação física de Brasil: a história que não se conta. São Paulo: Papirus, 1988.

CHEEK, J. Healthism: a new conservatism? *Qualitative Health Research*, v.18, n.7, p.974-982, jun. 2008.

COELHO FILHO, C. A de A. (1997). Competências básicas necessárias ao profissional de ginástica em academia In: Costa, V. L. de M. Formação profissional universitária em educação física. Rio de Janeiro: UGF. p. 127-160.

FERREIRA, A. B. H. Novo dicionário Aurélio – versão 5.1.1. 3.ed. rev. e atual. Positivo Informática, CD-Rom, 2004.

FREITAS, D. C.; SILVA, F. A. G.; LÜDORF, S. M. A. O corpo e a pratica dos professores de academias de ginástica de pequeno porte do Rio de Janeiro. EFDeportes.com, Revista Digital, Buenos Aires, a.13, n.124, set. 2008.

GASKELL, G. Entrevistas individuais e grupais. In: BAUER, M. W.; GASKEL, G. (Editors). Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático. 2. ed. Trad. Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003, p. 64-89.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M. S. A civilização das formas: o corpo como valor. In: GOLDENBERG, M. (org.) Nu & Vestido: Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record, 2002, p. 19-40.

LE BRETON, D. Adeus ao corpo. São Paulo: Papyrus, 2003.

_____. Sociologia do Corpo. Petrópolis: Editora Vozes, 2006.

LÜDORF, S. M. A. Do corpo design à educação sociocorporal: o corpo na formação de professores de Educação Física. Tese de Doutorado. Faculdade de Educação da UFRJ. Setembro, 2004.

_____. Metodologia da pesquisa: do projeto à monografia. Rio de Janeiro: Shape, 2004a.

MALYSSE, S. Em busca do (h)alteres-ego: olhares franceses nos bastidores da corpolatria carioca. In: GOLDENBERG, M. (org.) Nu & Vestido: Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record, 2002, p. 79-138.

MONAGHAN, F. L. Looking good, feeling good: the embodied pleasures of vibrant physicality. *Sociology of Health & Illness*, London, v.23, n.3, p. 330-356, 2001.

NOVAES, J. Estética: o corpo na academia. Rio de Janeiro: Shape, 2001.

PALMA A.; AZEVEDO, A. P. G.; RIBEIRO, S. S. M.; SANTOS, T. F.; NOGUEIRA, L. Saúde e trabalho dos professores de educação física que atuam com atividades aquáticas. *Arquivos em Movimento*, Rio de Janeiro, v.2, n.2, p.81-101, jul./dez., 2006.

PALMA A. Educação Física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*, Campinas, v.22, n.2, p.23-39, jan. 2001.

SASSATELLI, R. Interaction order and beyond: A field analysis of body culture within fitness gyms. *Body & Society*, London, v.5, n.2-3, p.227-248, 1999.

SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C. M. L. de C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. *Caderno de Saúde Pública*. Rio de Janeiro, v.20, n. 2, p. 580-588, mar./abril. 2004.

TOSCANO, J. J. O. Academia de ginástica: um serviço de saúde latente. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília, v. 9, n. 1, p.40-42, jan. 2001.

TURATO, E. R. Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas. 2.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

Parte deste trabalho foi apresentado na XXIX Jornada Giulio Massarani de Iniciação Científica, Artística e Cultural da UFRJ, 2007, Rio de Janeiro – RJ.

Escola de Educação Física e Desportos, UFRJ
Núcleo de Estudos Sociocorporais e Pedagógicos em Educação Física e Esportes
NESPEFE – EEFD/UFRJ

Endereço:

Rua das Marrecas, nº13, Apt. 303, Centro, Rio de Janeiro, RJ

diego.costafreitas@hotmail.com