XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

PRÁTICA DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS EXCLUSIVAMENTE FEMININAS

Carlos Alberto de Andrade Coelho Filho
Deimersom Pereira Frazão

RESUMO

O estudo objetivou uma aproximação das questões de gênero que permeiam a opção de mulheres pela prática de ginástica em academias exclusivamente femininas. Informações provenientes da literatura permitiram situar a mulher no universo da prática da ginástica feminina a partir da primeira metade do século XX. Setenta e cinco mulheres selecionadas aleatoriamente em duas academias responderam a um questionário contendo dez questões. Os resultados nos levam a considerar que o fenômeno de proliferação das academias exclusivamente femininas está vinculado à sutileza das relações que a mulher estabelece com o seu companheiro, com o olhar masculino em geral e com outras mulheres, na sociedade contemporânea.

Palavras-chave: *Ginástica feminina; gênero; mulher.*

PHYSICAL EDUCATION PRACTICES AT WOMEN-ONLY GYMS

ABSTRACT

The objective of this study is to question women's choice to work out at gyms that are exclusive for women. Information from literature allows us to find women working out at women-only gyms since the first half of the 20th century. Seventy-five women were randomly selected in two gyms to answer a ten-question questionnaire. The results make us consider that the proliferation phenomenon of all-women gyms is tied with the type of relations that women establish with their partners, with the masculine look in general and with other women, in the contemporary society.

Keywords: *Female gyms; gender; woman.*

PRÁCTICA DE GIMNASIA EN ACADEMIAS EXCLUSIVAMENTE FEMENINAS

RESUMEN

Este estudio tuvo por finalidad aproximar las cuestiones de género de la opción de mujeres por la práctica de gimnasia en academias exclusivamente femeninas. Informaciones provenientes de la

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

literatura permitieron situar la mujer en el universo de la práctica de la gimnasia femenina partiendo de la primera mitad del siglo XX. Setenta y cinco mujeres seleccionadas aleatoriamente en dos academias respondieron a un cuestionario con diez cuestiones. Los resultados nos lleva a considerar que el fenómeno de la proliferación de las academias exclusivamente femeninas se vincula a la sutileza de las relaciones que las mujeres estabelecen con sus compañeros, con la mirada masculina en general y con otras mujeres, en la sociedad contemporánea.

Palabras-clave: *Gimnasia femenina; gênero; mujer.*

Introdução

As academias de ginástica só para mulheres despertam interesse no contexto social atraindo atualmente numerosa clientela. Um exemplo desse movimento é a rede de academias femininas *Curves*. Essa franquia vem se mostrando como um fenômeno internacional (MASCARENHAS *et al*., 2007) no "mundo do *fitness*".

O fenômeno de proliferação e de valorização das academias femininas é visualizado nos grandes centros urbanos do nosso país, mas também em cidades menores como Juiz de Fora, MG. Nesta cidade, no momento, além da franquia *Curves*, existem outras duas academias direcionadas exclusivamente para esse público. Destas, uma se encontra em funcionamento há 16 anos, oferecendo o mesmo serviço. A outra, com uma história de 20 anos na cidade, tornou-se exclusivamente feminina há pouco mais de um ano.

É evidente que, além da economia de mercado, o fenômeno acima indicado enlaça-se à subjetividade feminina, isto é, ao movimento psicossocial da mulher (e do homem), ou, em outros termos, a questões de gênero.

Parece-nos prudente também acreditar que as questões de gênero que hoje perpassam o movimento de proliferação de academias exclusivamente femininas são diferentes das vinculadas ao patriarcado, que contribuíram para o advento da ginástica para mulheres a partir da primeira metade do século XX (COELHO FILHO, 2000). Contudo, no momento mesmo em que, atrelados às inúmeras conquistas feministas, os papéis de dona de casa, de mãe, de esposa, de mulher bonita e atraente para o marido etc. voltam à baila, as academias exclusivamente femininas podem estar indicando certo *(re)posicionamento* da mulher na sociedade.

Esse *(re)posicionamento* se encontra, obviamente, na pauta de discussão dos mais de 200 núcleos e grupos de pesquisa sobre gênero em nosso país.[1] A história de inserção das mulheres nas academias de ginástica mostra à Educação Física seu dever de interessar-se (profissional e empresarialmente) por esse debate, para efetiva contribuição com o mesmo.

No presente estudo objetivamos uma aproximação das questões de gênero que permeiam a opção de mulheres pela prática de ginástica em academias exclusivamente femininas.

Metodologia

[1] Cf. Encontro Nacional Pensando Gênero e Ciências - Núcleo e Grupos de Pesquisa. Brasília: Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres, 2006.

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

Este estudo tem caráter exploratório e pode ser classificado como uma pesquisa descritiva (THOMAS; NELSON, 2002) porque coleta e descreve dados relativos à opção de mulheres pela prática de ginástica em academias exclusivamente femininas.

Como forma de situar a mulher no universo da prática da *ginástica feminina* a partir da primeira metade do século XX, trabalhamos com informações provenientes da literatura. Esse procedimento inicial de descoberta permitiu maior familiaridade com o problema, tornando-o mais explícito (GONÇALVES, 2005). Para a coleta de dados empíricos utilizamos um questionário contendo dez questões fechadas. Este instrumento foi previamente validado por especialistas, tendo sido realizado um estudo-piloto no qual se verificou a adequação do mesmo, conforme recomendam Thomas e Nelson (2002).

O questionário foi respondido por 75 (setenta e cinco) mulheres, em duas academias exclusivamente femininas que se encontram em funcionamento na cidade de Juiz de Fora, que não a da franquia *Curves*. O número de respondentes correspondeu a aproximadamente 7% do total de fequentadoras das duas instituições, que oscila em torno de 1.000. A aplicação do questionário ocorreu no espaço físico das academias, após prévia autorização dos proprietários. Todas as participantes foram esclarecidas sobre os propósitos do estudo e se prontificaram livremente a dele participar. As informações por elas fornecidas foram organizadas de acordo com procedimentos próprios da pesquisa descritiva (THOMAS; NELSON, 2002), os resultados sendo descritos e mostrados em tabelas na seção relativa à análise dos resultados.

A opção pelas duas academias em que os dados empíricos foram coletados se deu em função de as mesmas apresentarem uma metodologia de trabalho semelhante à encontrada nas academias mistas, o que nos pareceu mais coerente com o nosso objetivo. Isso porque um atrativo divulgado como diferencial da *Curves* é a sua metodologia de treinamento aeróbio combinado ao de força muscular, numa única sessão de apenas 30 minutos, três vezes por semana.

> Trata-se de um sistema, rápido, eficiente e eficaz, ideal tanto para a mulher moderna e independente, com uma agenda sempre cheia de compromissos, como para a dona de casa, repleta de afazeres domésticos e obrigações familiares, conforme propagandeia a própria academia (MASCARENHAS *et al*., 2007, p. 244).

Assim, se concordarmos que, na superficialidade das respostas a um questionário, a especificidade desse programa pudesse ser determinante no que diz respeito à opção pela escolha da instituição, as questões de gênero por nós objetivadas emergiriam com menor representatividade do que num contexto onde não houvesse tal diferencial.

Ginástica feminina a partir da primeira metade do século xx

Para melhor compreender a importância que as mulheres hoje atribuem à prática da ginástica[2] devemos analisar a evolução dos conceitos de acuidade pessoal, correlacionando-os com as transformações advindas do processo histórico.

[2] A ginástica pode ser entendida como "um sistema de formas específicas de movimentos e de suas respectivas técnicas de execução, destinadas ao desenvolvimento físico que envolve as formas e funções corporais e as ações motoras. A ginástica se constituiu, assim, em ferramenta didática da formação física. Essa ferramenta ganha forma a partir de exercícios especialmente construídos ou ao sistematizar ações de movimentos naturais do homem. Desses dois processos resultam os denominados exercícios ginásticos" (DALLO, 2007, p. 25).
Vale observar, também, que a prática da ginástica "proporciona ao sujeito a constituição de efetivas possibilidades de sublimação e de criação, pela energia ligada a um campo de objetos interiores de satisfação, pelas imagens que afloram na consciência e que renovam conteúdos inconscientes" (COELHO FILHO, 2007, p. 262).

A busca pelo cuidado do corpo feminino se dá em contextos historicamente modificados e possui traços tanto supérfluos quanto indispensáveis para a formação de diretrizes e regras de comportamento que influem nos setores econômico, social e cultural de uma sociedade. Esse é o caso das práticas físicas que contribuíram para o advento das academias de ginástica.

Traçando um paralelo entre as práticas corporais femininas e seu contexto histórico, observamos, a partir da primeira metade do século XX, a difusão do esporte entre os jovens operários. Essa difusão é possibilitada pela maior acessibilidade ao lazer, com o advento da redução da jornada de trabalho semanal (DUMAZEDIER, 1994) e dos albergues da juventude, onde eram oferecidas opções de ocupação do tempo livre; dentre elas a prática esportiva.

Ainda que a difusão da prática esportiva estivesse em curso, havia, nessa ocasião, a concepção de que práticas comuns ao universo da cultura física, como o suor excessivo, o esforço físico, as emoções fortes, os músculos delineados, os gestos espetacularizados do corpo, a leveza das roupas e a seminudez, quando relacionadas à mulher, abrandariam os limites que contornavam uma imagem ideal de ser feminina (GOELLNER, 2005).

Contudo, esse "ideal de ser feminina", que obviamente transcende o universo da prática esportiva, gradativamente vai sendo abalado. Esse movimento pode ser observado nos novos hábitos de asseio corporal, que passam a ser incorporados, vale notar, por indivíduos de ambos os sexos.

Verifica-se, ainda durante a primeira metade do século XX, a divulgação, principalmente pela "mídia da beleza", de certo padrão de aparência física feminina, pregando uma forma mais esguia. Com esse novo padrão, as curvas corpóreas delineadas pela gordura passam a ser inimigas, e o ideal de mulher é apresentado sob a forma de "divas do cinema" (SANT'ANNA, 1995).

Ainda de acordo com Sant'Anna (1995), no Brasil, entre os anos 1900 e 1930, a publicidade estimulou o cuidado com a aparência feminina através de produtos ditos medicamentosos, como pomadas para "afinar a cintura", "branquear a pele" e "tirar pelos". Esta versão médica da beleza se via atrelada a um discurso elaborado por grupos de "especialistas da beleza", que na época eram formados por indivíduos do sexo masculino. Para esses especialistas, a beleza possuía um caráter divino, visto que sua presença ou ausência não poderia ser modificada, a não ser através de medicamentos.

Assim, dificilmente a beleza era aceita como sendo fruto de um trabalho, individual e cotidiano, da mulher sobre o seu corpo.

> Numa época em que a "Natureza" se escreve em maiúsculo, que sua obra é considerada da ordem do prodígio divino, é perigoso intervir no próprio corpo em nome de objetivos pessoais e dos caprichos da moda (SANT'ANNA, 1995, p.126).

Vale ressaltar também, ainda nesse período, a adoção do discurso eugênico por higienistas e médicos sociais. Esse discurso vinculava-se à ideia de uma raça superior e pregava que apenas os mais aptos deveriam reproduzir-se e gerar seres humanos. As mulheres, para adquirirem a condição necessária a essa procriação geneticamente perfeita, eram estimuladas a adotar certas práticas, entre elas a ginástica, que emergia assim como aliada para o fortalecimento da condição de mãe. Todo esse estímulo médico-higienista para incorporação de cuidados pessoais pelas mulheres se ancorava, única e exclusivamente, no dever de elas se tornarem o ventre forte onde nasceria o futuro do país e da moral familiar (ANDRADE, 2002).

Nesse contexto, métodos de enquadramento aos padrões de aparência física desvinculados da "ordem médica" poderiam levar a mulher à situação de risco de difamação pública, pois a sociedade sofria forte influência da moral patriarcal e católica.

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

No patriarcado, o papel da mulher vinculava-se à obrigação de colocar-se bela para a família, mantendo-se sob os olhares e a admiração do marido no espaço privado do lar. Toda e qualquer exposição extradomiciliar de intimidade e cuidado pessoal possuía um valor pejorativo. A frase "a mulher que mais a cara pinta é a de mais má pinta" (SANT'ANNA 1995, p. 125) representa o quanto o embelezamento punha em risco a moral das "moças de boa família" e a pureza de suas "almas".

Retornando a Goellner (2005), essa peculiaridade da exposição extradomiciliar pode ser observada pelo viés "da cultura física". É quando relacionamos a necessidade de enquadramento aos padrões de aparência física feminina à prática da ginástica.

No final dos anos 1930, aproximadamente, as revistas femininas citavam a importância da ginástica para o cuidado e/ou embelezamento do corpo. Como indicam Prost e Vincent (1992), "a explosão publicitária acelera bruscamente, entre a população, a adoção de práticas físicas preconizadas por médicos e moralistas burgueses, em alguns casos desde o começo do século XX" (p. 98). A *ginástica feminina*, portanto, sofrendo influência da publicidade (indústria da beleza), pode ser interpretada, em certo sentido, como um método, desvinculado da "ordem médica", de enquadramento aos padrões corporais.

Nessa ocasião, informam os mesmos autores, as academias de dança e ginástica passam por um período de prosperidade. Tanto mais, frente ao dever de manutenção da figura pública feminina, as mulheres se viam determinadas a praticar sua ginástica em grupos exclusivamente femininos, isto é, em academias que ofereciam uma ginástica orientada por mulheres, para mulheres (sob forte influência da dança).

Esse movimento pode ser constatado quando nos aproximamos da gênese das academias de ginástica, por exemplo, na cidade do Rio de Janeiro. Esses estabelecimentos se fundaram atrelados, também, à necessidade de espaços adequados para a prática da *ginástica feminina*. A professora Grete Hillefeld, que foi uma das precursoras da prática da ginástica no Brasil, iniciou seu trabalho em 1931, em sua própria casa, em Niterói, para um grupo de amigas. Posteriormente, foi convidada a dar aulas em uma academia em Copacabana, no ano de 1939, para uma turma especificamente feminina (NOVAES, 1991).

É interessante também destacar a divulgação, na França, da prática da "ginástica invisível" entre as mulheres.

> *Votre Beauté* sugere, em 1938, um programa de "ginástica invisível", realizado nos momentos perdidos, "esperando o ônibus", "no metrô", sem ninguém saber, mas com uma extrema concentração mental: "para fortificar os músculos dos joelhos e das coxas, das nádegas, contraia e relaxe alternadamente cada um deles [...], durante alguns minutos você pode fazer toda uma série de movimentos perfeitamente invisíveis" (VIGARELLO, 2006 p. 164).

Ou seja, podemos perceber que toda essa invisibilidade e discrição estavam associadas a uma moral patriarcal correspondente àquele tempo histórico.

Especialmente no Brasil, na ocasião do Decreto-lei nº. 3.199, de 14 de abril de 1941 (que estabeleceu as bases de organização dos desportos em todo o país), a prática de atividades como boxe, salto com vara, salto triplo, decatlo e pentatlo, além das lutas, eram restritas às mulheres, devido à ideia de masculinização e de exposição indevida no espaço público (GOELLNER, 2005).

No artigo 54, capítulo IX do referido decreto, encontramos:

> Às mulheres não se permitirá a prática de desportos incompatíveis com as condições de sua natureza, devendo, para este efeito, o Conselho Nacional de Desportos baixar as

necessárias instruções às entidades desportivas do país (BRASIL, Decreto-lei nº. 3.199, 1941).

Esse tipo de política, além de reforçar o papel doméstico da mulher, favoreceu a expansão da *ginástica feminina* na perspectiva anteriormente indicada. Mas, se de um lado essa política refletia certo imaginário patriarcal, de outro a mulher trilhava o caminho da "emancipação".

Um acontecimento que contribuiu determinantemente para essa "emancipação" foi a Segunda Guerra Mundial (1939-1945). Com a necessidade de os homens estarem nos campos de batalha, coube às mulheres a manutenção da produção industrial, passando, consequentemente, a marcar presença não apenas na esfera privada, mas também na pública.

Mesmo após o final da Guerra, devido aos óbitos e às mutilações físicas e mentais, as linhas de produção se viram subtraídas da presença masculina. Esse cenário transformou a mulher em uma importante peça para a reestruturação dos países e da sociedade, assumindo, efetivamente, um papel interventor na economia e política mundiais. Em certo sentido, o que se vê, a partir de então, é uma transferência do poder do *pai* para o da *mãe*, que passa também a exercer a função de "chefe de família" (PROST; VINCENT, 1992).

Ao mesmo tempo, e com maior vigor a partir da segunda metade do século XX, a ocorrência de novos cuidados higienistas (por exemplo, a descoberta do banheiro como um ambiente salubre e íntimo), junto com os discursos sobre beleza das atrizes de Hollywood, impulsionou a adoção de práticas dirigidas ao asseio pessoal. A partir de então, a preocupação da mulher já não segue mais no sentido de se cuidar apenas para o seu marido e sua família, mas também para sua própria satisfação (SANT'ANNA, 1995).

Pari passu a esses acontecimentos, assim como à diminuição do poder de influência da Igreja (laicização da sociedade) e à conquista de direitos femininos nas áreas médica, judiciária e de ensino, o patriarcado entra em declínio.

A estrutura de poder que dá sua forma à família patriarcal como unidade social básica sofrerá, ainda, os efeitos da modernização da sociedade associada à vigência do discurso científico e à descentralização da autoridade resultante dos processos de democratização. Todos esses fatores conduzem ao que se conhece como "declínio do pai" (FUKS, 2005).

Com o patriarcado em queda, com as novas conquistas feministas, a mulher se vê com maior possibilidade de transferência de sua figura privada para a esfera pública. Mesmo assim, essa transposição ainda é tímida no início da segunda metade do século XX. Como dizem Prost e Vincent (1992), a exposição pública da mulher se dá somente em lugares ditos femininos, como supermercados e lavanderias.

Nesse cenário de mudanças, a mulher vai se deslocando para uma esfera onde o *arquétipo* de felicidade individual passa a se basear também na manipulação e na moldura de um corpo influenciado pela mídia e por uma indústria que gradualmente se moderniza.

Com o fim da Segunda Grande Guerra, a figura feminina, tida antes da laicização da sociedade como um símbolo único de pureza e servidão patriarcal, expõe-se publicamente e se impõe enquanto sujeito desejante. Isso acarreta consequências importantes no campo da ginástica. No Brasil, por exemplo, sobretudo nos grandes centros urbanos, há uma proliferação de academias de ginástica nos anos 1970 (COELHO FILHO, 2000). Nessas instituições as mulheres já não mais se viam determinadas a praticar uma ginástica orientada por mulheres, para mulheres. Elas passam a se exercitar em ambientes e em atividades na interação com os homens, mesmo que muitas dessas academias continuassem a oferecer a *ginástica feminina*.

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

Com o decorrer dos anos, até mesmo a prática da musculação, considerada uma atividade "masculinizante" (HANSEN; VAZ, 2007), passa a ser comum entre as mulheres. Como dizem Fleck e Kraemer (2006), "mais e mais mulheres estão realizando treinamento de força como parte da totalidade de seus programas de condicionamento físico" (p.269).

Paralelamente ao crescimento de ofertas de modalidades de ginástica e de espaços para sua prática, as academias exclusivamente femininas ganham força a partir da segunda metade da década de 1990, nos Estados Unidos, e dos anos 2000, no Brasil. A franquia *Curves*, por exemplo, no início de 2007 possuía em nosso país 136 unidades em funcionamento, e continuava em expansão (NEIVA *et al*., 2007). Como já foi indicado, acreditamos que o fenômeno de proliferação dessas instituições esteja ancorado ao processo mais contemporâneo de emancipação da mulher, ao seu *(re)posicionamento* psicossocial.

Para melhor visualizar esse movimento apresentamos, a seguir, uma aproximação das questões de gênero que permeiam a opção de mulheres pela prática de ginástica em academias exclusivamente femininas.

Análise dos resultados

As 75 mulheres que responderam ao questionário têm idade entre 18 e 60 anos, com média de 39 anos. Como vemos na Tabela 1, o predomínio é de mulheres solteiras, que totalizam 56% da amostra.

Tabela 1. Estado civil

Alternativas	Quantidade	%
Solteira	42	56
Casada	22	29
Divorciada	6	8
União estável	5	7
Viúva	0	0
Total	75	100

A Tabela 2 indica o tempo de prática em academia exclusivamente feminina. Quando consideramos o total de mulheres que assinalaram frequentar a instituição por "mais de seis meses" (ou seja, de "6 meses a 1 ano" até "acima de 5 anos", o que totaliza 64% da amostra), percebemos certa retenção de consumidoras. Destacamos essa retenção em termos relativos porque se a análise partir das que frequentam a instituição "há mais de um ano" o percentual cai para 39%, já que 25% das respondentes se enquadram na faixa de "seis meses a um ano". Ou seja, esses 39% podem nos remeter para os 61% de mulheres que frequentam a instituição "há menos de um ano". Tanto mais, ao considerarmos a alternativa "menos de seis meses" como a mais assinalada (36% do total), constatamos a presença de um público que se encontra ainda em fase de avaliação e possível adaptação.

Tabela 2. Tempo de prática em academia exclusivamente feminina

Alternativas	Quantidade	%
Menos de 6 meses	27	36
6 meses a 1 ano	19	25
1 ano a 2 anos	10	14
2 anos a 5 anos	13	17
Acima de 5 anos	6	8
Total	75	100

Disponível em: http://www.rbceonline.org.br/congressos/index.php/XVII_CONBRACE/2011/index
ISSN 2175-5930

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

De todo modo, quando pensamos na prática regular da ginástica, os 64% de frequência superior a seis meses nos permitem vislumbrar *algo* otimista associado à especificidade das academias exclusivamente femininas (ou à *ginástica feminina*). Consideremos de onde provém, por hora, nosso otimismo. De um lado, ao fazermos um paralelo com o que diz Betti (1996) a propósito das academias de ginástica, temos um índice de evasão próximo a 70% entre os frequentadores dessas instituições, dado que se confirma no estudo de Rojas (2003) sobre aderência a programas de ginástica em academias mistas, com 63,8% de desistência e média de participação de 11,8 semanas. De outro, constatamos que o problema da baixa adesão às *atividades físicas*, enquanto hábito ou prática regular, segue desafiando cientistas e planejadores sociais (NOGUEIRA; PALMA, 2003).

Vemos na Tabela 3 que 72% das respondentes frequentaram academias mistas antes de optarem pelas exclusivamente femininas. O valor, representativo, nos leva a uma reflexão sobre os motivos da mudança. Uma aproximação desses motivos aparece na análise da Tabela 4. Não podemos deixar de apontar, contudo, para as 21 mulheres (representando 28% do total da amostra) que nunca praticaram ginástica em academias mistas. Essa opção nos instiga a saber o que essas mulheres teriam a nos dizer sobre isso. Quais as imagens que elas formam das academias mistas?

Tabela 3. Praticou ginástica em academia mista

Alternativas	Quantidade	%
Sim	54	72
Não	21	28
Total	75	100

No que se refere à mudança da academia mista para a exclusivamente feminina (Tabela 4), 39% das 54 mulheres que haviam praticado ginástica em academia mista alegam motivos[3] associados a questões de gênero, quais sejam, o fato de a instituição ser um "espaço frequentado apenas por mulheres" (24%) e "influência do companheiro" (15%). Esses motivos nos remetem, em certo sentido, para a sociedade patriarcal, já que nesta (como anteriormente assinalado neste trabalho) as decisões tomadas pelas mulheres sofriam grande influência da família e do cônjuge, tempo em que a exposição feminina frente ao olhar masculino era objeto de severas restrições, sobretudo nos espaços públicos.

Tabela 4. Principal motivo para mudança da academia mista para a exclusivamente feminina

Alternativas	Quantidade	%
Espaço frequentado somente por mulheres	13	24
Oferta de serviços	10	19
Localização	10	18
Influência do companheiro	8	15
Outros motivos pessoais	6	11
Espaço físico e equipamentos	4	7
Valor da mensalidade	2	4
Orientação médica	1	2
Influência familiar	0	0

[3] Tanto na Tabela 4 quanto na Tabela 5 estão registrados os motivos que foram representados como de maior importância, já que nas questões correspondentes havia a opção de se assinalar mais de um motivo, hierarquizados com a utilização de números.

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

Influência de amigos(as)	0	0
Total	54	100

Mas se, de um lado, podemos questionar qual o nível e/ou poder de "influência do companheiro"[4] na decisão de mudança, de outro, quando consideramos os 24% de mulheres que assinalaram a opção "espaço frequentado somente por mulheres" nos cabe perguntar quais os motivos que as levaram a optar por praticar ginástica distantes do olhar masculino.

Quando comparamos solteiras e casadas (respectivamente, 28 e 18 do total de 54 mulheres que haviam praticado ginástica em academia mista), observamos que 45% das solteiras e 22% das casadas assinalaram a opção "espaço frequentado somente por mulheres". Ou seja, parece que as solteiras se apresentam menos propensas do que as casadas à interação com homens nesse espaço (público) destinado a cuidados corporais. Retomamos essa reflexão na análise da Tabela 5.

Vale observar, neste ponto, que as duas academias investigadas utilizam em seus quadros de trabalho profissionais de Educação Física do sexo masculino; portanto, há o olhar masculino profissional, diferentemente da franquia *Curves*, que só trabalha com mulheres. Ainda assim, perguntamos: quais as relações de gênero que se estabelecem nas academias mistas que as diferem das exclusivamente femininas?

Devemos destacar, também, que a oferta de serviços e a localização da academia perfazem 37% do total de respostas assinaladas (Tabela 4).

No que concerne à oferta de serviços, não temos subsídios para postular algum motivo que justifique o índice de 19% (Tabela 4), já que os serviços oferecidos nas academias exclusivamente femininas investigadas assemelham-se aos oferecidos nas mistas. Esta é uma questão que também merece aprofundamento.

Quanto aos índices referentes à localização (18% na Tabela 4 e 21% na Tabela 5), estariam ligados ao fato de as duas academias investigadas estarem situadas em áreas centrais da cidade de Juiz de Fora, onde se concentram muitas empresas e prédios residenciais, com grande fluxo populacional em suas imediações. Em nossa análise, portanto, tal condição pode estar determinando a relevância da opção.

Os dados que aparecem na Tabela 5 reforçam o que foi analisado anteriormente. Ou seja, uma vez mais encontramos a "influência do companheiro" e o "espaço frequentado somente por mulheres" como motivos determinantes para a escolha da academia exclusivamente feminina, com índice de 52%. Tanto mais, este índice pode ser considerado significativo quando consideramos que eram dez as opções de resposta.

Tabela 5. Principal motivo de frequentar uma academia exclusivamente feminina

Alternativas	Quantidade	%
Espaço frequentado somente por mulheres	27	36
Localização	16	21
Influência do companheiro	12	16
Oferta de serviços	8	11
Espaço físico e equipamentos	6	8
Influência de amigos(as)	2	3
Outros motivos pessoais	2	3

[4] Vale observar que as solteiras também têm companheiros (namorados, noivos etc.).

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

Valor da mensalidade	1	1
Orientação médica	1	1
Influência familiar	0	0
Total	75	100

Quando comparamos solteiras e casadas (respectivamente, 42 e 22 do total de 75 mulheres), observamos que 45% das solteiras e 27% das casadas assinalaram a opção "espaço frequentado somente por mulheres". Confirma-se assim um dado já levantado na análise da Tabela 4: no ambiente das academias de ginástica, as solteiras se mostram mais vulneráveis ao olhar masculino do que as casadas. Mas, por quê? Em quais sentidos?

Vemos na Tabela 6 que para 79% das mulheres o maior incentivo para a prática da ginástica é a relação com elas mesmas.

Quanto à representatividade desta opção, embora reconheçamos os aspectos alienantes do narcisismo, não podemos deixar de pensar em "um narcisismo 'normal', que se engrandece com a realização amorosa e social de cada ser humano, e que se vivencia como aumento da autoestima" (MAYER, 1989, p. 12).

Assim, embora a opção "relação consigo mesma" remeta para dimensões que no âmbito deste estudo podem ser consideradas demasiadamente abstratas (portanto, com reduzidas possibilidades de desdobramento), ela nos permite entrever, de um lado, a relação corporal dialética entre interior e exterior que determina a atitude de autoestima (ou, em outros termos, a relação corporal dialética entre interior e exterior que determina os aspectos edificantes e/ou positivos do narcisismo); e, de outro, a relação de *Narciso* com sua imagem (nesse sentido, os aspectos nefastos do narcisismo).

Tabela 6. Maior incentivo para a prática de ginástica

Alternativas	Quantidade	%
Relação consigo mesma	59	79
Relação com o companheiro	9	12
Relação médica	4	5
Outra relação	2	3
Relação de amizade	1	1
Relação com a família	0	0
Total	75	100

Dentre as demais opções, que de alguma forma evidenciam a *alteridade*, a "relação com o companheiro" aparece com índice de 12%. Vale postular, neste lugar, o tipo de relação em que a mulher busca manter-se bela para a apreciação do *outro*, seja ele o companheiro ou não. Mas manter-se bela para a apreciação do companheiro segue hoje em sentido diverso daquele de preservar a relação no passado patriarcal? Em quais sentidos? E se pensarmos nesse *outro* como sendo uma mulher? Que tipo de interação se estabelece nas academias exclusivamente femininas que possam favorecer a reflexão sobre a necessidade (narcísica) de a mulher manter-se bela para a apreciação de outra mulher?

Corroborando, em certo sentido, análises realizadas anteriormente, a Tabela 7 nos mostra o companheiro como maior incentivador para a prática da ginástica, com índice de 39%.

Tabela 7. Maior incentivador para a prática de ginástica

Alternativas	Quantidade	%
Companheiro	29	39
Família	9	12

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

Amigo(a)	4	5
Médico(a)	6	8
Sociedade em geral	11	15
Outro	16	21
Total	75	100

Quando comparamos solteiras e casadas, observamos que 43% das solteiras e 32% das casadas assinalaram "companheiro". Contudo, a opção "outro" aparece assinalada por 9% das solteiras e 36% das casadas, enquanto que "família" surge com índice de 19% e de 4% para solteiras e para casadas, respectivamente. Estes números nos indicam que as casadas, além de incentivadas pelos companheiros, estão mais vulneráveis do que as solteiras a "outros" determinantes (no que esse "outro" possa representar), ao passo que as solteiras demonstram o que pode ser considerado natural, ou mesmo esperado: a representatividade do incentivo familiar.

Parece-nos importante destacar a diferença (embora haja também semelhança) entre a especificidade das indagações que subsistem nos enunciados das Tabelas 6 e 7. A indagação da Tabela 6 está associada, principalmente, a *algo interno* (ou, em outros termos, a *algo intrínseco*). A indagação da Tabela 7 remete para uma *figura institucional externa*, se assim podemos analisar. Contudo, como já indicamos, não podemos perder de vista que esse *algo interno* se encontra em constante relação dialética com o *exterior*.

Na Tabela 8 encontramos a opção "relação consigo mesma" como a mais assinalada, com índice de 55%. Este resultado é semelhante ao encontrado na Tabela 6, diferenciando-se no índice percentual (que lá aparece com 79%) e na objetividade da própria indagação associada à instituição.

Tabela 8. Maior incentivo para a prática de ginástica em academia exclusivamente feminina

Alternativas	Quantidade	%
Relação consigo mesma	41	55
Relação com o companheiro	16	21
Outra relação	8	11
Relação de amizade	7	9
Relação com a família	2	3
Relação médica	1	1
Total	75	100

Mesmo considerando essas diferenças, o índice de 55% constante na Tabela 8 nos permite recuperar a análise realizada, tempo em que a "relação consigo mesma" é explorada (muito superficialmente) atrelada à dialética interior/exterior constituinte do *corpo*, dialética que determina, de um lado, o narcisismo "normal" e a atitude de autoestima, e de outro, sua dimensão problemática.

Vale notar que, em termos percentuais, a "relação com o companheiro" aparece na Tabela 8 com maior representatividade (21%) do que na Tabela 6 (12%). Essa diferença está relacionada à especificidade da indagação associada ao incentivo para a prática de ginástica em academia exclusivamente feminina. Ou seja, enquanto na Tabela 6 se segue no sentido de descobrir o maior incentivo para a prática da ginástica em geral, na Tabela 8 o incentivo se relaciona especificamente com a prática da ginástica em academia exclusivamente feminina.

Recuperemos aqui alguns elementos da nossa análise: 1) a "relação consigo mesma" (a autoestima) se engrandece com a realização amorosa e social; 2) esta relação, atrelada que está à dialética

interior/exterior, abarca a "relação com o companheiro"; 3) muitas mulheres, especialmente as solteiras, optam por praticar ginástica distantes do olhar masculino.

Acrescentemos então um elemento derradeiro à análise.

A complexidade que envolve a autoestima da mulher e o *olhar masculino* (e feminino) *manifestado* no espaço exclusivamente feminino está relacionada a um ideal abstrato que é *enriquecido* na experiência corpórea cotidiana. Nesse sentido, as academias exclusivamente femininas (ou os espaços exclusivamente femininos) dialetizam possibilidades no encontro de corpos (de mulheres) que, ao mesmo tempo, se aproximam e se rivalizam, segundo parâmetros abstratos que se baseiam em certa concretude imaginada, e supostamente idealizada pelo olhar masculino. Assim,

> [...] estas academias podem ser espaços para as mulheres que não se percebem dentro de um padrão de corpo belo e saudável, e procuram alternativas para a prática de atividades físicas. Não querem sentir-se incomodadas com a presença de mulheres mais belas ou olhares críticos masculinos nas academias convencionais (NEIVA *et al*., 2007, p. 8).

Considerações finais

Tendo em vista as informações provenientes da literatura e a análise dos dados coletados no presente estudo, podemos concluir que o fenômeno de proliferação das academias exclusivamente femininas está vinculado à sutileza das relações que a mulher estabelece na sociedade contemporânea com o seu companheiro, com o *olhar* masculino em geral e com outras mulheres. Esse complexo relacional determina, por sua vez, a sutileza das relações que a mulher estabelece com ela mesma, isto é, seu *(re)posicionamento* psicossocial.

Constata-se, portanto, que as questões de gênero continuam a orientar a existência da mulher, produzindo sensibilidades e determinando caminhos.

As mulheres que frequentam as academias exclusivamente femininas "dizem", sem problemas e/ou constrangimentos, que a opção pela prática de ginástica nesses locais se deve em parte à influência dos companheiros, e mais especialmente ao fato de essas instituições serem frequentadas somente por mulheres. Deliberadamente, portanto, muitas mulheres hoje, especialmente as solteiras (conforme ficou evidenciado nesta pesquisa), preferem praticar ginástica distantes do olhar masculino.

A opção da mulher pela prática da ginástica em espaços exclusivamente femininos nos remete, então, para a ideia de liberdade, para o poder de se governar, para a possibilidade de transitar *despreocupadamente* entre a "independência feminista" e o resgate de certos valores da tradição familiar.

Contudo, precisamos difundir a urgente necessidade de transformação nos valores de gênero para, de fato, vivermos relações de gênero que se organizem em bases efetivamente democráticas (MATOS, 2006).

As mulheres que frequentam as academias de ginástica exclusivamente femininas podem nos fornecer informações preciosas para que possamos aprofundar essas reflexões. Nesse sentido, sugerimos a realização de novos trabalhos que abordem a temática e, para o desdobramento qualitativo do presente estudo, indicamos profícuas questões, surgidas a partir da análise dos resultados da pesquisa aqui desenvolvida:

- Quais as relações de gênero que se estabelecem nas academias mistas que as diferem das academias exclusivamente femininas?

- Que tipo de relação se estabelece nas academias exclusivamente femininas que possam favorecer a reflexão sobre a necessidade de a mulher manter-se bela para a apreciação de outra mulher?

- Como a mulher tem lidado com o seu narcisismo (um narcisismo que se engrandece na realização amorosa e social de cada ser humano, e que se vivencia como aumento da autoestima)?

Por fim, assinalamos que a *ginástica feminina*, *(re)significada*, pode estar oferecendo uma importante referência para a Educação Física atual, com o contraponto de se postular, inclusive, a possibilidade de uma *ginástica masculina*, ou, em outras palavras, o *resgate* de uma ginástica (Educação Física) para homens (meninos) e para mulheres (meninas), separadamente.

Referências

ANDRADE, S. dos S. *Uma Boa Forma de ser feliz* - representações de corpo feminino na revista Boa Forma. 2002. 139f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2002. Disponível em: http://hdl.handle.net/10183/1623. Acesso em 23/06/2009.

BETTI, M. Por uma teoria da prática. *Motus Corporis: Revista de Divulgação Científica do Mestrado e Doutorado em Educação Física*. Rio de Janeiro: UGF. v. 3, n. 2, 1996, p. 73-127.

BRASIL. *Conselho Nacional de Desportos. Decreto-lei no. 3199.* Rio de Janeiro: Imprensa Oficial, 1941. Disponível em: http://www6.senado.gov.br/legislacao/ListaPublicacoes.action?id=152593. Acesso em 27/06//2009.

COELHO FILHO, C. A. de A. O discurso do profissional de ginástica em academia no Rio de Janeiro. *Movimento*, Porto Alegre, Ano VI - Nº. 12 - 2000/1, p. 14-25. Disponível em: http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/2496/1140.Acesso em 23/06/2009.

COELHO FILHO, C. A. de A. *Metamorfose de um corpo andarilho:* busca e reencontro do *algo* melhor. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.

DALLO, A. R**.** *A ginástica como ferramenta pedagógica***:** o movimento como agente de formação. Trad.: José Geraldo Massucato. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2007.

DUMAZEDIER, J. *A revolução cultural do tempo livre*. São Paulo: Studio Nobel − SESC, 1994.

FLECK, J, S; KRAEMER, J, W. *Fundamentos do treinamento de força muscular*. 3. ed. Tradução de Jerri Luiz Ribeiro. Porto Alegre, 2006.

FUKS, L. B. Diferentes momentos da evolução feminina. In. *Anais do IV Encontro Latino Americano dos Estados Gerais da Psicanálise.* São Paulo, 2005. Disponível em: http://www.estadosgerais.org/encontro/IV/PT/trabalhos/Lucia_Barbero_Fuks.pdf Acesso em: 23/06/2009.

GOELLNER, S. V. Mulheres e futebol no Brasil: entre sombras e visibilidades. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 143-151, 2005. Disponível em: http://www.usp.br/eef/rbefe/v19n22005/v19n2p143.pdf. Acesso em: 23/06/2009.

GONÇALVES, H. de A. *Manual de metodologia da pesquisa científica*. São Paulo: Avercamp, 2005.

HANSEN, R; VAZ, A. F. "Sarados" e "gostosas" entre alguns outros: aspectos da educação de corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação. *Movimento*, Porto Alegre, v. 12, p. 133-152, 2006. Disponível em: http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/2894/1530. Acesso em: 23/06/2009.

MASCARENHAS, F. et al. Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness: o caso curves Brasil. *Pensar a Prática*, (UFG), 10/2: 237-259, jul./dez. 2007. Disponível em: http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/1070/1671. Acesso em: 23/06/2009.

MATOS, M. A institucionalização do feminismo no Brasil. Os núcleos de estudos de relações de gênero e o feminismo como produtores de conhecimento: a experiência da RedeFem. In: *Encontro Nacional Pensando Gênero e Ciências - Núcleo e Grupos de Pesquisa*. Brasília: Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres, 2006. v. 1. p. 65-75. Disponível em: http://200.130.7.5/spmu/docs/Encontro_recomendacoes.pdf. Acesso em: 23/06/2009.

MAYER, H. *"Voltar a Freud: da teoria do narcisismo à clínica psicanalítica".* Tradução de Francisco Franke Settineri. Porto Alegre. Artes Médicas, 1989.

NEIVA, G. et al. Academias de Ginástica só para Mulheres: inovação ou tradição?. In: *XV Congresso Brasileiro De Ciências Do Esporte – II Congresso Internacional De Ciências Do Esporte*, Recife/Olinda – PE, 2007. Disponível em: http://www.cbce.org.br/cd/resumos/215.pdf. Acesso em: 23/06/2009.

NOGUEIRA, L.; PALMA, A. Reflexões acerca das políticas de promoção de atividade física e saúde: uma questão teórica. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Campinas: Autores Associados, v. 24, n. 3, p. 103-120, 2003.

NOVAES, J. da S. *Ginástica em Academia no Rio de Janeiro*. 1. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1991.

PROST, A.; VINCENT, G. *História da vida privada* – vol. 5 –: da Primeira Guerra aos nossos dias. São Paulo: Companhia das letras, 1992.

ROJAS, P. N. C. *Aderência aos programas de exercícios físicos em academias de ginástica na cidade de Curitiba-PR*. 2003. 112f. Dissertação (Mestrado em Atividade Física Relacionada à Saúde) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2003. Disponível em: http://www.tede.ufsc.br/teses/PGEF0066.pdf. Acesso em 30 jun. 2007.

SANT'ANNA, D. B. Cuidados de si e embelezamento feminino: fragmentos para uma história do corpo no Brasil. In: SANT'ANNA, D. B. *Políticas do Corpo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 121-140.

THOMAS, J. R; NELSON, J. K. *Manual de pesquisa em atividade física*. Trad.: Ricardo Petersen... [et al.]. – 3 ed. – Porto Alegre: Artmed, 2002.

VIGARELLO, G. *História da beleza*. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

Contato:
Deimersom Pereira Frazão
Rua Dimas Bergo Xisto, 195
Juiz de Fora, MG, Brasil
CEP 36037-510
Email: dp.frazao@bol.com.br
Recurso tecnológico: projetor multimídia