



A EMERGÊNCIA DE UMA CONDIÇÃO EXERCITANTE PARA CORPOS DE MULHERES

Caterine de Moura Brachtvogel¹
Maria Simone Vione Schwengber²
Lisiane Goettens³

RESUMO

No artigo partimos do entendimento de que há um crescente movimento de discursividade cultural para estimulação da exercitação física das mulheres. Buscamos compreender como o meme relacionado à cultura do fitness, retirado do Instagram, em 2016, posiciona os corpos de mulheres nas redes sociais digitais. Do enunciado do meme analisado localizamos um movimento que instiga as mulheres à exercitação, via treinamento corporal, numa cultura de produção de corpos ativos-exercitantes.

PALAVRAS-CHAVE: Cultura do fitness; memes; treinamento.

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Essa escrita, desdobramento da dissertação de mestrado⁴ reflete sobre a emergência dos corpos ativos de mulheres, constituídos via treinamento corporal. Interessa-nos desenvolver reflexão acerca de um *meme fitness* e sua relação com a produção da condição exercitante de mulheres, vinculada a máxima da produção de estilo de vida ativo.

Meme é uma expressão cunhada pelo biólogo darwinista Richard Dawkins que o associou aos genes humanos, agindo como uma “transmissão cultural, numa espécie de memória das pessoas, podendo ser associada à imitação” (CORREIA et al., 2009, p. 214), viralizando certas informações. Para Toledo (2009), os *memes* ajudam a produzir padrões de comportamentos (2009, p. 142), modos de ser que nos educam., por meio de ambientes virtuais ou concretos.

Os desafios dos novos tempos apresentam claro esforço, a partir dos *memes*, de estímulos ao treinamento físico. Tem-se afirmado “uma cultura do exercício

1 UNIJUÍ, cati-mb@hotmail.com

2 UNIJUÍ, simone@unijui.edu.br

3 UNIJUÍ, lisiane.goettens@iffarroupilha.edu.br

4 Desenvolvida no Programa de Pós- Graduação em Educação nas Ciências- UNIJUI, no período de 2015-2016, defendida em março de 2017, denominada “Os *memes* e a cultura do *fitness*: uma performance de gênero”, ainda não publicada. Os *memes* selecionados para o estudo da dissertação, assim como do presente estudo, foram retirados das redes sociais digitais, sendo as publicações em rede livres de autoria, podendo ser utilizadas desde o ato de publicação em rede, podendo as imagens serem excluídas da rede ou não.

físico”, sustentada pela ciência e pela tecnologia, sobrepondo-se aos indivíduos, aos grupos, às diferentes classes. A expressão “treinamento” antes recomendado para homens – o investimento viril e quase artesanal dos treinamentos esportivos – atinge agora, com mais força, as mulheres.

Nesse contexto cultural, pelo menos em parte, se modificam as posições de homens e mulheres, quando se observa a emergência das prescrições de treinamentos corporais e exercícios físicos posicionando elas como ativas. Dessa maneira, o conceito de gênero nos ajuda a pensar a condição de ser/estar uma mulher ativa:

[...] o gênero não é uma propriedade dos indivíduos, uma essência refletida em seus atos e corpos, mas algo que se faz em nossas ações cotidianas, um efeito pragmático de um amálgama de recursos semióticos (língua, entonação, tom de voz, o que/com se fala, roupas, cores, texturas, cortes de cabelos, posições corporais, etc.) usados localmente para este/a interlocutor/a aqui e agora (BORBA, 2013, p. 448).

O gênero é algo que se constitui nas ações cotidianas e repetidas. Para Butler (2016, p.246) a “[...] repetição é a um só tempo reencenação e nova experiência de um conjunto de significados já estabelecidos socialmente; e também é uma forma mundana e ritualizada de sua legitimação”. Assim, a constituição de corpos ativos de mulheres, via treinamento corporal, se dá por uma performance repetida, na qual a sociedade de consumo (BAUMAN, 2001) instaura o que é ser uma mulher ativa, com um corpo ativo, como argumenta Borba (2013).

Nesse sentido, Prado Filho e Trisotto (2008) sinalizam que os sujeitos, aqui pensando as mulheres, têm acesso aos seus corpos por meio da corporeidade. É a partir das práticas discursivas e não-discursivas que, no caso os *memes* inseridos na cultura do *fitness* se relacionam com os corpos. As mulheres são incentivadas a associar-se a certos cuidados, os quais implicam adequação a determinadas performances que vão de produtores a consumidores, empreendedores de si, na sociedade de consumo (BAUMAN, 2001).

Observa-se então, a emergência social que instala foco em construir corpos: educados, saudáveis, regulados, controlados, ativos, por conseguinte, consumidores. Esses focos serão desdobrados em análise, a partir do *meme fitness*, a seguir.

MEMES: A PRODUÇÃO DA CONDIÇÃO EXERCITANTE

O enunciado do *meme fitness*- seu corpo é reflexo do seu estilo de vida destaca a emergência de um novo elemento dos corpos: a corporeidade ativa. O *meme* abaixo apresenta uma mulher “posicionada” num ideal ativo: condição exercitante, num corpo delineado, produzido, exercitado.



Figura 1 - *Meme fitness* retirado da rede social digital *Instagram*
Fonte: PSFITNESS (<https://www.instagram.com/p/BKamcNQBPM3/?taken-by=psfitnes26>)

Treinar é um elemento que se apresenta com ênfase na constituição da exercitação. Vigarello (2008, p. 198) toma como treinamento, a busca por “[...] um domínio sempre maior, mas também de um conhecimento mais interiorizado. Daí essa constatação, sobretudo, de um treinamento físico e de um desenvolvimento pessoal que se acentua com a própria imagem do corpo [...]”. No caso do *meme* em questão, os corpos trabalhados em treinamento carregam a marca de corpos ativos de mulheres.

O enunciado do *meme*, ainda relaciona a construção de um corpo esculpido, planejado por meio de um treinamento, se cola a um estilo de *vida ativo*, intimamente vinculado a prática de exercícios físicos, para mulheres determinadas. O *meme* apresenta uma mulher, de músculos definidos, usando *top e short*, realizando um abdominal- *prancha* que, posiciona essa mulher, como assídua ao treinamento.

No caso, a mulher nesse *meme* exposto, convida a todas as mulheres a tornarem-se responsáveis por si mesmas. O movimentar-se, exercitar-se, associado a um estilo de vida ativo, do qual cada um/ cada uma terá que ser potencialmente responsável. E, sendo a centralidade do treinamento o movimento em repetição, o limite terá que aparecer e fixar presença na vida ativa vinculando outro fator: o da persistência.

Iniciado no século XIX o treinamento é uma pedagogia de formação física, em condições de constantes repetições e, em alguns casos, de esgotamento corporal. Os treinamentos instalam performances corporais, como índices de aperfeiçoamento dos sujeitos, num amplo projeto de ajustamento dos corpos. Voltados para a condição do trabalho ativo e performático os corpos tornam-se objetos:

A experiência do corpo, por conseguinte, seria mediada por atividades que contribuíssem para um melhor funcionamento do organismo, visando ao adestramento corporal. A sensibilidade do ser humano deveria ser controlada para suportar a carga de trabalho que compete a cada um nas relações de produção do capitalismo, tornando o corpo dócil e útil [...] (ALMEIDA et al, 2014, p. 966).

Nesse sentido de objetificação dos corpos, destaca a posição de sujeito do *meme fitness*: corpos ativos, treinados, trabalhados em exercício com postura e pose, num movimento de construção de si que demonstra virilidade, força, controle.

Assim, no exercitar-se adentra a ideia de resistência corporal, numa manifestação de luta, de ultrapassar o próprio limite de si. Marín-Díaz (2015) define o conceito de exercitação como o ato de criar uma “condição exercitante”, a qual faz associação ao conjunto de elementos da cultura do *fitness*: a roupa, a alimentação, os acessórios, presentes num contínuo que se estende e ultrapassa o ato de exercitar. Os adereços, somados ao movimentar-se do sujeito o colocam numa posição de exercitante, de ser *fitness*, mesmo estando fora do ambiente da academia e longe do movimento propriamente dito.

Além dos elementos da cultura do *fitness*, temos no *meme* as características comuns aos elementos das redes sociais digitais. O *meme* um filtro de imagem que realça as curvas da musculatura da mulher, ao mesmo tempo, em que esconde alguma imperfeição do corpo em exposição. Além do que, os sujeitos têm várias possibilidades de edição de imagens, que podem auxiliar a “maquiar” a foto, o *meme*.

Assim, é importante ver o que o *meme* apresenta, mas também, interessa entender o que o *meme* esconde. Como destacamos anteriormente, a ideia do treinamento vincula-se a uma luta do sujeito com seu corpo, tempo, idade, limite. Nesse sentido, o *meme* intenciona apagar os vestígios de luta ou resistência para a realização do exercício *prancha*, maneira estratégica para mostrar apenas fatores positivos do treinamento.

No *meme*, seu corpo é reflexo do seu estilo de vida as mulheres são convocadas a terem corpos ativos, treinados. Mais uma vez o olhar volta-se para si e ao mesmo tempo para os outros. A palavra reflexo parece intencionar para os outros, uma resposta individual do estilo de vida ativo da mulher presente no *meme* analisado. O treino posiciona;

[...] mudar a conduta do indivíduo para além da simples mudança do pensamento e/ou da condição física do corpo. Esses exercícios são entendidos como técnicas - ou operam como técnicas - na transformação da existência, na conversão do olhar de si e dos outros (MARÍN-DÍAZ, 2015, p. 140).

Por outro lado, a palavra reflexo pode representar um espelho que se reflete em corpos ativos, trabalhados, treinados. O espelho ganha destaque em quase todas as academias de ginástica:

O espelho [...] parece servir como um comparativo estético, como uma espécie de ferramenta que ajuda o frequentador da academia de ginástica a adestrar seu corpo a determinados parâmetros, a observar o quanto esse corpo pode ou não se encaixar em determinado padrão. Diante do espelho, além de assistir ao desenvolvimento da sua massa muscular, é possível ao praticante de exercícios físicos observar a postura corporal [...] Não obstante é, também, o espelho responsável por refletir a imagem de um corpo modificado pelo treinamento (ROSSI, 2014, p. 126).

O enunciado seu corpo é reflexo do seu estilo de vida trata de referências às ações que conduzem as mulheres ao treinamento. Dá a entender que, treinando, o sujeito cria uma relação de cuidar de si, remetendo à constituição de uma corporeidade construída. Cria-se o que Bauman (2001) demarca como um relacionamento de si para si mesmo.

Longe de concluir, mas a pequenos passos para traçar um pensamento, compreendemos que a constituição de corpos ativos de mulheres se dá por meio de

treinamentos (musculação e funcionais), entrando na ordem do dia. A construção de um corpo ativo por meio do treinamento e da exercitação é um componente importante para pensar as condições que as mulheres se colocam para chegar a determinados posições.

THE EMERGENCE OF AN EXERCISING CONDITION FOR BODIES OF WOMEN

ABSTRACT: *In the article we start from the understanding that there is a growing movement of cultural discursiveness to stimulate the physical exercise of women. We seek to understand how the meme related to the fitness culture, taken from Instagram in 2016, positions the bodies of women in digital social networks. From the statement of the analyzed meme we find a movement that instigates women to exercise, through body training, in a culture of production of active-exercising bodies.*

KEYWORDS: *Culture of fitness; Meme; training.*

ESTADO DE EMERGENCIA EJERCITADOR CUERPOS DE LAS MUJERES

RESUMEN: *El artículo parte de la comprensión que hay un movimiento creciente de discurso cultural para la estimulación de la perforación física de las mujeres. Buscamos entender meme relacionado con la cultura de lo fitness, tomada de Instagram en 2016, posiciona a los cuerpos de las mujeres en las redes sociales digitales. La declaración del meme analizado localizar un movimiento que insta a las mujeres a través de la perforación de entrenamiento corporal, una cultura de producción de cuerpos activos.*

PALABRAS CLAVE: *Cultura de lo fitness; memes; entrenamiento.*

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Z. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

BORBA, Rodrigo. A linguagem importa? Sobre performance, performatividade e peregrinações conceituais. **Cad. Pagu[online]**. 2014, n.43, pp.441-474. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-83332014000200441&script=sci_abstract&tlng=pt.

BUTLER, Judith. **Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2016.

CORRÊA, E. S.; SOUSA, A. A.; RAMOS, D. O. O estudo das redes sociais na comunicação digital: é preciso usar metáforas. Universidade de São Paulo (USP). **Estudos em Comunicação**, n. 6, p. 201-225, 2009. Disponível em: <http://www.ec.ubi.pt/ec/06/pdf/elizabeth-correa-redes-sociais.pdf>.

MARÍN-DÍAZ, Dora Lilia. **Autoajuda, educação e práticas de si: genealogia de uma antropotécnica**. Belo Horizonte: Autêntica, 2015. (Coleção Estudos Foucaultianos).

PRADO FILHO, K; TRISOTTO, S. O corpo problematizado de uma perspectiva histórico-política. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 115-121, jan./mar. 2008.

PSFITNESS. Seu corpo é reflexo do seu estilo de vida. **Postagem da Rede Social Digital Instagram**. Set. 2016. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/BKamcNQBPM3/?taken-by=psfitnes26>. Acesso em: set. 2016.

ROSSI, V. J. **Corpos reverberantes: novas (re)configurações de fitness e wellness nas academias de ginástica**. São Carlos: UFSCar, 2014, 150 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de São Carlos, 2014.

TOLEDO, G.L. **Controvérsias Meméticas: a ciência dos memes e o darwinismo universal em Dawkins, Dennett e Blackmore**. Tese (Doutorado em Filosofia) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.

VIGARELLO, Georges. Treinar. In: CORBIN, A; COURTINE, J. J; VIGARELLO, G. **História do Corpo: As mutações do olhar: O século XX**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008.