

ENTRE LÓGICAS CUMULATIVAS: CONSIDERAÇÕES SOBRE O TRABALHO CORPORAL DE FISCULTURISTAS¹

Caio Tavares Arraes,

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE)

Roberta de Sousa Mélo,

Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)

RESUMO

O objetivo deste estudo foi compreender as aproximações entre os projetos corporais de fisiculturistas e as dinâmicas de reconhecimento individual características das configurações sociais atuais. As análises, referenciadas pelas leituras de Byung-Chul Han e Anthony Giddens, propõem problematizações em torno das representações do corpo e de seus lugares nos modos de existência atuais que carecem de maior destaque campo da Educação Física.

PALAVRAS-CHAVE: Fisiculturismo; Projetos corporais; Sociedade do desempenho.

INTRODUÇÃO

O estudo centra-se nos projetos corporais de um grupo de atletas de fisiculturismo, modalidade marcada pela valorização da hipertrofia muscular e por um trabalho contínuo de aperfeiçoamento corporal, cujo êxito se revela por parâmetros de volume, simetria e definição da musculatura (JAEGER, 2009). Estas referências são adaptadas aos objetivos da prática, constituindo modelos de autogerenciamento que julgam aceitável a extrapolação de limites fisiológicos do corpo (ARRAES; MÉLO, 2020), bem como hábitos de consumo questionados por discursos hegemônicos sobre saúde e cuidados corporais.

Em razão das apropriações de saberes especializados sobre corpo, atividade física e saúde, os fisiculturistas entrevistados se assumem constantemente confrontados pelo fato de pessoas não integradas à modalidade interpretarem suas práticas como desmedidas, exageradas e arriscadas. Aqui, propomos, inicialmente, que as práticas corporais em questão sejam refletidas para além da perspectiva patologizante reproduzida na classificação dos hábitos dos fisiculturistas. Pretendemos pensá-las a partir do que são capazes de revelar

¹ O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES).

acerca das atuais dinâmicas de existência e dos repertórios estetizantes pelos quais têm se edificado as representações recentes do corpo.

Assim, reconhecendo as experiências descritas como traços dos valores culturais que têm orientado nossas performances corporais e subjetivas, objetivou-se compreender as aproximações entre os projetos corporais dos fisiculturistas e as dinâmicas de reconhecimento individual características das configurações sociais atuais, aqui pensadas enquanto manifestações de um regime de vida neoliberal.

Nossas reflexões dialogam com as leituras de Han (2017) acerca dos modos de vida contemporâneos, problematizados a partir do que o autor nomeia de “sociedade do desempenho” e do sentido da auto exploração a ela intrínseco. Além disso, as gestões de si e do corpo realizadas pelos atletas, lidas naquilo que eles trazem como respostas singulares aos estímulos culturais, foram pensadas a partir do quadro social apresentado por Giddens (2002), fundamentado na monitoração reflexiva das ações cotidianas e, portanto, fortemente orientado pelo planejamento individual da vida.

METODOLOGIA

Após anuência de comitê de ética, foi realizada uma pesquisa qualitativa, utilizando como técnicas de coleta de dados a entrevista semiestruturada e a observação participante.

A definição da amostra foi norteada pelos seguintes critérios: homens e mulheres fisiculturistas, federados e não federados, maiores de 18 anos, residentes em Petrolina-PE e Juazeiro-BA. Ponderou-se, ainda, que os participantes deveriam possuir, no mínimo, um ano de prática na modalidade e ter disputado pelo menos uma competição. Esses critérios possibilitaram reunir um grupo de atletas com experiência suficiente para uma melhor compreensão acerca da realidade do fisiculturismo.

O recrutamento dos participantes se deu por meio de convite divulgado em redes sociais e também pelo uso da técnica da bola de neve. Destarte, colaboraram com o estudo 10 atletas de fisiculturismo, uma mulher e nove homens, com idades entre 19 a 36 anos. As entrevistas ocorreram entre os meses de abril e junho de 2019. A observação participante se deu ao longo de uma competição de fisiculturismo realizada na cidade de Petrolina-PE.

A análise das informações foi realizada sob a ótica da Antropologia Interpretativa de Geertz (2008), em diálogo com o referencial teórico adotado. Os voluntários foram identificados por pseudônimos.

RESULTADOS

Para fins de análise, organizamos os trechos de relatos representativos do enfoque aqui pretendido. Eles explicitam experiências que emergiram ao longo do desenvolvimento do trabalho corporal dos interlocutores para a apresentação nas competições.

Segundo os atletas, os ciclos de preparação dividem-se em duas etapas principais: A fase de *Bulking/Off* e *Cutting/Pré-contest*. Cada uma destas é marcada por lógicas distintas e orientam, sobretudo, seu consumo e alimentar e a rotina de treino, dimensões centrais ao trabalho corporal destes sujeitos.

A fase de *Bulking/Off*, categorizada pelos entrevistados como “pré-competição”, demanda uma ingestão calórica excedente e um treino mais intensificado, com vistas ao aumento do peso e da massa muscular, estruturando-se, portanto, numa noção de “excesso”. O *Cutting*, por sua vez, caracteriza-se pela restrição do consumo alimentar e de água, do que decorre a diminuição da intensidade dos treinos. Ambos os processos sugerem, portanto, uma racionalização rigorosa e um cálculo rígido para que não haja prejuízos ao resultado exibido no palco (ARRAES; MÉLO, 2020).

Assim, o momento da apresentação constitui a consagração do comprometimento com os processos de autogestão que envolvem não apenas o controle do corpo, mas também o manejo das emoções:

É estressante. Bem estressante. Começa a diminuir a ingestão de água, você começa a ficar mais fraco por causa da quantidade de carboidratos que já tá bem reduzida. O nível de gordura já está bem mais baixo, então não tem mais de onde puxar muita energia. A alimentação fica mais regrada ainda. Os treinos não podem ficar tão intensos, porque você já não tem mais tanta energia (Luke Cage, 24 anos).

Na síntese de suas motivações para a aderência ao fisiculturismo, a interlocutora Carol Danvers, 36 anos, é categórica: “Se você não amar, não adianta. É só pra quem gosta de verdade”. Há, nesse sentido, uma valorização do disciplinamento de si e da autodeterminação

que muito fala das premissas do capitalismo em suas expressões mais recentes. Outros entrevistados também se veem vinculados a este aspecto:

Eu vejo muita gente falando que nós somos loucos. Mas, assim, eles não entendem a loucura da gente. A gente faz uma loucura porque a gente gosta do esporte. Nós estamos colocando o nosso corpo em jogo. Então, assim, muita gente fala que somos loucos porque fazemos dieta e restringimos muito. Porque não saímos no final de semana (Pietro, 26 anos).

Se o comprometimento individual é uma marca já destacada na própria história do fisiculturismo, parece-nos que, aqui, o fundamento da produção da aparência é correlato a um “empreendimento do eu” em que o indivíduo vê a si mesmo como instância de uma gratificação a ser atingida. Percebemos, assim, aproximações com o valor do desempenho enaltecido pela lógica neoliberal, traduzida por Han (2017). Também identificamos, nas falas acerca de suas rotinas, alguns indícios do projeto de autorreflexividade destrinchado por Giddens (2002) ao referir-se às formas de gestão da vida das sociedades atuais, em que o controle do corpo é colocado como primordial no processo de construção identitária (ARRAES; MÉLO, 2020).

As apropriações e adaptações estabelecidas pelos entrevistados em função da sua identidade fisiculturista, bem como de sua imersão no que classifica como o “estilo de vida” próprio da modalidade, com as escolhas e opções que lhes são inerentes, evidenciam um significativo suporte dos saberes e conhecimentos especializados, a que Giddens (2002) denomina “sistemas abstratos”. Nas vivências dos interlocutores, é marcante o recurso a informações oriundas da medicina, nutrição esportiva (importantes referências para a gestão da vida e da saúde na contemporaneidade), além de submissões periódicas a exames laboratoriais para a realização de *check-ups*, sobretudo no caso daqueles que fazem uso de esteroides anabolizantes e se dedicam a monitorar suas respostas fisiológicas para prevenção de riscos.

Vê-se, então, que, ainda que para fins distintos, o senso de pertencimento ao universo do fisiculturismo dialoga com referências que mobilizam as dinâmicas sociais num sentido mais geral e abrangente, em especial no que diz respeito ao corpo e seus usos.

Nota-se, em outros relatos, o impacto das dinâmicas consumistas que também regem as formas contemporâneas mais amplas de afirmação da existência. Desde calçados tidos

como mais apropriados a equipamentos de treino, orientações profissionais, consumo de suplementos e de dietas específicas, vê-se a necessidade de investimentos contínuos:

Ou seja, você tem que gostar pra fazer esse esporte, e tem que ter renda, tem que ter dinheiro. É tentador, mas ao mesmo tempo é custoso (Bruce Banner, 33 anos).

Ocorre, ainda, que os ciclos de preparação e os resultados da apresentação se realizam como projetos “inacabados”, considerando-se que há, entre os atletas, “uma inquietação por uma contínua superação de si que, no entanto, deve ser guiada pela conscientização de que nunca se chegará ao corpo ideal” (ARRAES; MÉLO, 2020, p.82). Desse modo, percebe-se o sentido de uma “falta” que se sabe irremediável, mas que serve para a reavaliação dos hábitos e atitudes, com vistas ao aprimoramento:

Não tem um atleta de fisiculturismo que se sinta satisfeito com seu corpo . Toda vez que olho no espelho eu fico “porra, tô magro ainda!” “porra, tô fraco ainda!” “porra, tô frango ainda!”. Eu acho que não existe esse atleta que se olhe no espelho e fale “tá massa”. Não! Porque a gente sempre quer o mais. Sempre podemos ir além. Sempre posso tá mais rasgado e mais volumoso (Logan, 28 anos).

A premissa de um “complemento” que motiva o consumo de determinadas substâncias, tal como realizado por alguns entrevistados, parece também figurativa da necessidade ininterrupta de investimento. Assim, “jamais se alcança um ponto de repouso da gratificação” (HAN, 2017, p.84). Seja na dinâmica do desempenho fisiculturista ou na performatividade neoliberal, vemos sobressair o retrato do corpo-sujeito que, paradoxalmente, busca no cansaço a sua realização (HAN, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É sempre urgente refletirmos sobre os sentidos da adesão aos conteúdos, saberes e práticas a que recorremos para a realização de projetos pessoais, bem como a ampliação de nossa compreensão crítica a respeito das instâncias que legitimam os princípios norteadores dos nossos modos de vida. Vimos que os regimes de produção corporal aqui refletidos se fundamentam em conteúdos com que o campo da Educação Física encontra-se diretamente implicado. Sendo assim, faz-se pertinente revisar, constantemente, as vinculações de suas premissas aos modelos de existência em que se dão as manifestações da cultura corporal.

Se as vivências aqui relatadas convergem na valorização do corpo como testemunho das competências individuais, vimos que elas também ultrapassam limites culturalmente impostos acerca da manipulação corporal. Mas, qual o teor de “excesso” é identificado nas práticas dos fisiculturistas? Arriscamos dizer que, qualquer que seja o sentido dessa transgressão, ela reflete mecanismos que, a um só tempo, a desaprovam, mas também a incitam. Como exemplo, tem-se o hiper dimensionamento cultural de determinadas potencialidades do corpo, estrategicamente enaltecidas, como forma de nos interpelar a certas formas de consumo.

Logo, as experiências dos interlocutores não se realizam num vazio cultural e existencial. Elas comungam de atributos exigidos no plano de manifestações da cultura corporal mais global. A esse respeito, Neira e Borges (2018) problematizam a tendência ainda marcante de uma Educação Física ocupada em reproduzir uma perspectiva “prescritiva e funcional” e, portanto, totalizante, por vezes alheia às consequências de seus próprios embasamentos nas trajetórias de vida.

BETWEEN CUMULATIVE LOGICALS: CONSIDERATIONS ABOUT BODYBUILDERS BODYWORK

ABSTRACT

The aim of this study was to understand the approximations between bodybuilders' body projects and the dynamics of individual recognition characteristic of current social configurations. The analyses, referenced by the readings of Byung-Chul Han and Anthony Giddens, propose problematizations around the representations of the body and its places in the current modes of existence that need greater prominence in the field of Physical Education.

KEYWORDS: *Bodybuilding; Body projects; Performance society.*



CONBRACE
CONICE 2021
DE 12/09 A 17/12

Educação Física e
Ciências do Esporte
no tempo presente:

Defender Vidas,
Afirmar as Ciências

ENTRE LÓGICAS ACUMULATIVAS: CONSIDERACIONES SOBRE EL TRABAJO CORPORAL DE LOS CULTURISTAS

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue comprender las aproximaciones entre los proyectos corporales de los culturistas y la dinámica de reconocimiento individual característica de las configuraciones sociales actuales. Los análisis, referenciados por las lecturas de Byung-Chul Han y Anthony Giddens, proponen problematizaciones en torno a las representaciones del cuerpo y sus lugares en los modos de existencia actuales que necesitan un mayor protagonismo en el campo de la Educación Física.

PALABRAS CLAVES: Culturismo; Proyectos corporales; Sociedad del rendimiento.

REFERÊNCIAS

ARRAES, C.; MÉLO, R. Negociando limites, manejando excessos: vivências cotidianas de um grupo de fisiculturistas. **Movimento**, v. 26, e26051, 2020.

GEERTZ, C. **Uma Descrição Densa: Por Uma Teoria Interpretativa da cultura**. In: A Interpretação das culturas. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

GIDDENS, A. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

HAN, B. **Sociedade do cansaço**. 2. ed. ampl. Petrópolis, RJ: Vozes, 2017

NEIRA, M. G; BORGES, C.C.O. Esquadrinhar e Governar: análise das recomendações do CONFEF para a Educação Física escolar. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 43, n. 2, p. 571-590, abr./jun. 2018.

