

Helena Motta Monaco

**TODA DESENHADA À MÃO:
ETNOGRAFIA DO FISCULTURISMO FEMININO EM SANTA
CATARINA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Ciências Sociais, departamento de Sociologia e Ciência Política, do Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito parcial para obtenção do grau de bacharela em Ciências Sociais.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Miriam Pillar Grossi

Florianópolis
2016

Monaco, Helena

Toda desenhada à mão : Etnografia do fisiculturismo
feminino em Santa Catarina / Helena Monaco ; orientadora,
Miriam Grossi - Florianópolis, SC, 2016.
119 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de
Filosofia e Ciências Humanas. Graduação em Ciências Sociais.

Inclui referências

1. Ciências Sociais. 2. Fisiculturismo. 3. Gênero. 4.
Mulheres nos esportes. I. Grossi, Miriam. II.
Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em
Ciências Sociais. III. Título.

Helena Motta Monaco

**TODA DESENHADA À MÃO: ETNOGRAFIA DO
FISICULTURISMO FEMININO EM SANTA CATARINA**

Este trabalho de conclusão de curso foi julgado adequado para obtenção do Título de Bacharel em Ciências Sociais e aprovado em sua forma final pela Comissão examinadora e pelo Curso de Graduação em Ciências Sociais da Universidade Federal de Santa Catarina.

Florianópolis, 14 de dezembro de 2016.

Prof.Dr. Tiago Bahia Losso
Coordenador do Curso

Banca Examinadora:

Prof.^a Dr.^a Miriam Pillar Grossi
Orientadora
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Dr.^a Lígia Helena Hahn Luchmann
Universidade Federal de Santa Catarina

M.^a Anahi Guedes de Mello
Universidade Federal de Santa Catarina

À memória de Hilda Mattos, minha avó.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos departamentos Antropologia e de Sociologia e Ciência Política da Universidade Federal de Santa Catarina, aos colegas de curso e às professoras e professores, especialmente à minha orientadora, Prof.^a Dr.^a Miriam Pillar Grossi e ao Prof. Dr. Gabriel Coutinho Barbosa, que assumiu a orientação durante a licença de minha orientadora.

Agradeço também à minha mãe, Prof.^a Dr.^a Flávia de Mattos Motta, que também teve um papel muito importante na orientação deste trabalho e que, desde que me lembro, me inspirou a falar sobre “masculino, feminino, blá-blá-blá”.

A Anahi Guedes de Mello, por suas contribuições na qualificação de meu projeto de pesquisa.

Às colegas do Núcleo de Identidades de Gênero e Subjetividades (NIGS) do Departamento de Antropologia, pelas oportunidades de aprendizado e compartilhamento.

Ao Programa de Bolsas de Extensão – PROBOLSAS da Universidade Federal de Santa Catarina, por minha bolsa de extensão vinculada ao projeto Papo Sério do NIGS.

Ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica – PIBIC/CNPq.

Ao Programa Institucional de Bolsas Estágio Não Obrigatório – PIBE, através do qual pude estagiar no Serviço de Educação Infantil do Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina (SEI-HU).

Às colegas e, especialmente, às crianças do SEI-HU, que, sem saber, ajudaram muito.

Ao André, que ajudou mesmo sabendo.

Às minhas amigas, meus irmãos e meu pai.

Às atletas que me concederam entrevistas e se interessaram pela pesquisa, tornando este trabalho possível.

RESUMO

Ao longo dos anos, as mulheres adentraram espaços profissionais anteriormente ocupados exclusivamente por homens. O século XX trouxe um avanço importante na inserção de mulheres tanto no mercado de trabalho quanto na atuação em esportes. A pesquisa que deu origem a este trabalho teve o objetivo de identificar, a partir de uma abordagem etnográfica, como se dá a inserção e a vivência das atletas no fisiculturismo em Santa Catarina e como elas constroem ou desconstroem percepções de feminilidade em relação com o esporte. As mulheres atletas, e especialmente as do fisiculturismo, são vistas como desafiadoras das noções de feminilidade normativa devido à prática de esportes; porém, atributos como feminilidade, graciosidade e delicadeza são critérios de avaliação das atletas nas competições organizadas pelas federações de fisiculturismo, sendo, portanto, constitutivas do esporte nas categorias femininas. Por ser um espaço marcado pelo gênero, o esporte é um âmbito de difícil inserção para as mulheres, que foram historicamente impedidas de participar de competições esportivas a partir de justificativas biológicas que entendem o corpo feminino como frágil. O fisiculturismo é um esporte puramente estético, que visa a potencialização muscular em volume, definição e simetria. As categorias de competição possuem diferentes critérios de avaliação das atletas, que moldam seus corpos através de exercícios físicos, dietas rígidas, e, frequentemente, anabolizantes. O crescente envolvimento das mulheres no fisiculturismo abala justificativas biológicas na medida em que cria corpos femininos que não correspondem a uma suposta fragilidade. Entretanto, as mulheres praticantes deste esporte sofrem diversas repressões que partem tanto das federações de fisiculturismo, que tentam impedi-las de desenvolver grandes medidas musculares, quanto de pessoas externas ao fisiculturismo que consideram a musculatura volumosa como masculinizante e contrária a uma feminilidade normativa. Apesar das críticas constantes e dificuldades com a baixa premiação e falta de patrocínio, as fisiculturistas permanecem se afirmando como atletas e tecem suas próprias concepções de feminilidade.

Palavras-chave: Gênero. Fisiculturismo. Mulheres nos esportes.

ABSTRACT

Over the years, women have entered professional spaces previously occupied exclusively by men. The twentieth century brought a major advance towards the integration of women both in the labor market and in sports. The objective of the research that originated this work was to identify, from an ethnographic approach, how the insertion of female athletes in bodybuilding occurs in Santa Catarina; how they experience the sport and how they construct or deconstruct perceptions of femininity in relation to the sport. Women athletes, and especially bodybuilders, are often seen as challenging the normative notions of femininity due to the practice of sports; however, attributes such as femininity, grace and delicacy are part of the criteria for the evaluation of athletes in competitions organized by the federations of bodybuilding, and therefore constitute an integral part of the sport in women's categories. As a gendered space, sports are an area of difficult insertion for women, who historically suffered interdictions to participating in sports competitions through biological justifications that consider the female body as fragile. Bodybuilding is a purely aesthetic sport, with the aim of muscle potentiation in terms of volume, definition and symmetry. The competition categories have different criteria for evaluating the athletes, who shape their bodies through exercise, strict diets, and often steroids. The increasing involvement of women in bodybuilding undermines the biological justifications against women competing in sports by creating female bodies that do not match the idea of a supposed weakness. However, female bodybuilders suffer various repressions both by the bodybuilding federations, trying to prevent them from developing large muscle sizes, as well as people external to the sport, who consider bulky muscles as masculinizing and contrary to a normative femininity. Despite the constant criticism and difficulties, with few awards and lack of sponsorship, female bodybuilders continue to assert themselves as athletes and develop their own concepts of femininity.

Keywords: Gender. Bodybuilding. Women in sports.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 – SELMA LABAT COMO JESSICA “MUSCLE” RABBIT	84
FIGURA 2 – MULHER MUSCULOSA É FEIA?	93
FIGURA 3 – MÚSCULO É COISA DE HOMEM.....	95
FIGURA 4 – 8 DE MARÇO	106

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – CATEGORIAS DE COMPETIÇÃO.....	52
QUADRO 2 – ATLETAS ENTREVISTADAS.....	55

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

- CBC – Confederação Brasileira de Culturismo
CBMFF ou IFBB Brasil – Confederação Brasileira de Musculação,
Fisiculturismo e Fitness
IFBB – Federação Internacional de Fisiculturismo e Fitness, ou
International Federation of Body Building and Fitness
IFBB-PRO – Fisiculturismo Profissional
IFBB-SC – Federação Catarinense de Culturismo
NPC – *National Physique Committee*
WADA-AMA – Agência Mundial Antidopagem
WADA – *World Anti-Doping Agency*

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	21
1.1. MÉTODO.....	23
1.2. ESTRUTURA DO TRABALHO	24
2. FEMINISMO, GÊNERO E ESPORTES	27
2.1. FEMINISMOS E ESTUDOS DE GÊNERO	27
2.2. MULHERES E O MERCADO DE TRABALHO	29
2.3. MULHERES E ESPORTES	32
2.4. FISCULTURISMO FEMININO	36
3. CULTURA DO CORPO.....	47
3.1. ATLETAS ENTREVISTADAS	53
3.2. “AMOR PELA DOR”.....	56
3.3. MANIPULAÇÕES DO CORPO.....	59
3.4. “ESTILO DE VIDA”: A ROTINA DE ATLETA	63
3.5. ANABOLIZANTES ESTEROIDES.....	71
3.6. “MUITO LINDAS, MENINAS”: OS CAMPEONATOS	74
4. GÊNERO, BELEZA E ABJEÇÃO.....	83
4.1. “TU VAIS VIRAR UM MONSTRO”: ESTIGMA, MUSCULOSIDADE E ABJEÇÃO	87
4.2. “MAS O QUE TU COMES MESMO?”: FEMINILIDADE, BELEZA E INVEJA.....	92
4.3. CONFLITOS ENTRE CATEGORIAS.....	101
4.4. “PARA A MULHER, BONITO É O QUE ELA QUISER”: “MACHISMOS” E “FEMINISMOS” NO ESPORTE .	104
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	109
REFERÊNCIAS	113

1. INTRODUÇÃO

A pesquisa que dá origem a este trabalho teve como objetivo identificar como se dá a inserção e vivência de mulheres atletas no fisiculturismo em Santa Catarina. Até o início do século XX, as mulheres eram impedidas de praticar esportes profissional ou competitivamente, especialmente aqueles que envolvem grande esforço físico, por serem vistas como frágeis e incapazes. Pouco reconhecido no Brasil, o fisiculturismo é um esporte puramente estético – que visa à adequação das formas corporais a padrões de competição e à apresentação da aparência dos corpos – pautando-se na potencialização muscular em volume, definição, proporção e simetria (JAEGER, 2009). As categorias de competição possuem diferentes critérios de avaliação das atletas, que moldam seus corpos através de exercícios físicos, dietas rígidas, e, frequentemente, anabolizantes. Por ser muito relacionado à força física, o fisiculturismo foi e ainda é um espaço de resistência para as mulheres que o praticam, que precisam lidar com a desvalorização de seu esforço, carência de patrocínios e menor premiação em dinheiro do que as categorias masculinas.

As confederações de fisiculturismo nacionais e internacionais têm tomado medidas limitadoras em relação às categorias femininas, solicitando que as atletas diminuam seus volumes musculares, contrariando, assim, o objetivo original do esporte (JAEGER, 2009). Utilizando o método etnográfico através de entrevistas, observação participante e acompanhamento de campeonatos, observei que estas medidas são recebidas com desgosto pelas atletas que, como os homens, desejam desenvolver sua musculatura até o limite. Além disso, as mulheres são usadas pelas confederações como instrumento para atrair público e patrocínio, com a criação de categorias que devem se apresentar como “bonitas”, ‘femininas’ e “sem volume muscular excessivo”, mas que são tratadas como atletas de segunda categoria.

O fisiculturismo feminino no Brasil é um tema pouco abordado nas Ciências Sociais, sendo estudado principalmente por autoras da área da Educação Física (JAEGER, 2009; 2011; LEÃO, 2015). Este trabalho contribui para a compreensão das feminilidades resistentes, bem como para estudos relacionados às mulheres nos esportes e o culto ao corpo.

Segundo Miriam Grossi (2004), há algumas décadas era comum que o salão de beleza fosse um espaço importante para a reafirmação da feminilidade, onde muitas mulheres passavam uma tarde inteira, pelo menos uma vez por semana, fazendo penteados, unhas, depilação etc. Ainda segundo a autora, atualmente as academias de musculação

frequentemente realizam este papel, onde as mulheres passam algumas horas por dia construindo seus corpos.

A beleza é um dos elementos centrais da constituição da feminilidade no modelo ocidental moderno, pois é ela que permitirá à mulher se sentir desejada pelo homem. A cada momento histórico são constituídos modelos específicos de beleza. [...] Apesar da beleza ser vista como um dom natural, os tratados e conselhos dados às mulheres sugerem que ela deve ser preservada através de muito esforço e autocontrole. Se antes as horas passadas nos salões de beleza bastavam para produzir esta beleza, hoje é necessário um esforço cotidiano em esteiras e aparelhos de musculação, mas também no recurso regular a regimes e cirurgias plásticas, nas quais se acrescenta um pouco de silicone ou se retira através de lipoaspiração excessos em partes do corpo. (GROSSI, 2004, p.11)

Ao contrário da beleza feminina descrita por Grossi, a particularidade da estética fisiculturista é o fato de ser vista pelas próprias atletas como “contrária à natureza”. Nesta perspectiva, o corpo deve ser ainda mais controlado e deve passar por ainda mais sacrifícios, pois pretende-se contrariar a natureza. Nas palavras de uma fisiculturista da categoria *Bikini Fitness*: “Se a gente for pensar, mulher não é para ter músculo. É para ter gordura”. Esta estética vista como antinatural é acompanhada, nos momentos de competições, pelos artifícios descritos: os implantes de silicone (permitidos apenas nos seios) e horas gastas não só nas academias, mas também nos salões de beleza, com penteados e maquiagens – incluindo tinturas corporais para realçar a musculatura – elaborados.

Além disso, este trabalho contribui para debates realizados na Conferência Nacional de Esportes. O Ministério do Esporte foi criado em 2003 e, segundo a Política Nacional de Esportes (2004),

Sua tarefa é assegurar e facilitar o acesso de todos a atividades esportivas e de lazer, que quando orientadas, sejam por trabalhadores qualificados, como parte do compromisso do governo de reverter o quadro de injustiças, exclusão e vulnerabilidade social que aflige a maioria da população brasileira. Leva em conta, para isso, que o esporte e o lazer são direitos sociais e, por isso, interessam à sociedade civil organizada, devendo ser tratados como questões de Estado, ao qual cabe promover

sua democratização, colaborando para a construção da cidadania.

Pretendo, assim, evidenciar as especificidades do fisiculturismo, esporte ainda pouco reconhecido no âmbito nacional, de forma a chamar atenção para as necessidades de suas atletas. O fisiculturismo é um esporte muito caro, exigindo gastos com suplementação alimentar, acompanhamento médico constante, acompanhamento de nutricionista, *personal trainer*, e, para as mulheres, roupas e acessórios específicos para as competições. Sendo assim, muitas e muitos atletas que não possuem uma renda alta são impedidos de permanecer no esporte, ou negligenciam o acompanhamento médico, atitude que pode ser extremamente prejudicial à sua saúde. Por esse motivo faz-se necessário um incentivo à permanência no esporte, especialmente para as mulheres que recebem menores prêmios em dinheiro e menos patrocínio.

1.1. MÉTODO

Para apreender as práticas culturais relacionadas ao fisiculturismo praticado por mulheres, nesta utilizei o método etnográfico dado pela Antropologia, através de entrevistas semiestruturadas com sete atletas do Fisiculturismo Feminino de categorias diferentes: *Bikini Fitness*, *Wellness*, *BodyFitness* e *Women's Physique*. Observei o treino técnico de duas atletas da categoria *Wellness* e um atleta da categoria *Men's Physique*, entrevistando seu treinador, que também é fisiculturista, na mesma ocasião. Além disso, realizei observação participante em dois eventos do esporte promovidos pela Federação Catarinense de Culturismo (IFBB-SC), sendo eles o Campeonato Estadual de Estreantes e o Campeonato Estadual, em Blumenau (SC) e em Camboriú (SC), respectivamente. Os campeonatos promovidos pela IFBB-SC são amadores, sendo este tipo de competição o enfoque da pesquisa. Existem as competições profissionais, destinadas a atletas de grande destaque internacional. Para alcançar o título de profissional são necessários muitos anos de treino para conseguir classificações internacionais.

O foco principal da pesquisa foi nas diferenças de gênero observadas nos campeonatos, bem como nas falas das atletas a respeito das feminilidades de mulheres fisiculturistas. Para isso, observei também a interação das atletas e fãs ou aspirantes a atletas na *internet*¹,

¹ Para uma discussão sobre etnografia em ambientes *on-line*, ver Jean Segata (2014).

principalmente através da rede social *Facebook*, que é um espaço onde ocorrem conversas e são compartilhadas fotos, vídeos, notícias, incluindo conversas informais e dicas de treino e dieta. Utilizei como fontes, também, *blogs* relacionados ao esporte e vídeos de competições compartilhados no *Youtube*, onde pude aprofundar minha análise para além dos campeonatos de Santa Catarina aos quais pude assistir presencialmente.

O trabalho etnográfico envolve um processo de descrição e tradução, se não de uma língua para outra, ao menos dos sentidos de práticas e termos êmicos. Mesmo em pesquisas realizadas dentro da cultura ou do idioma da pesquisadora, certa tradução se faz necessária para dar conta das relações e significados específicos ao contexto de determinado grupo pesquisado, mas em diálogo com o contexto das discussões acadêmicas. Assim, colocam-se desafios de traduzir e descrever tanto expressões quanto relações, sem subordiná-las às nossas categorias (BARBOSA, 2007, p. 153). Por esse motivo, dei prioridade às concepções das atletas entrevistadas e relatos de suas experiências pessoais.

Como fonte de informações oficiais, consultei os *sites* das confederações, principalmente da IFBB-Brasil (Confederação Brasileira de Musculação, Fisiculturismo e Fitness) e IFBB-SC, a fim de apreender a estrutura das competições e os critérios oficiais de julgamento das (os) atletas. Nesses *sites* são divulgadas as datas, preços e locais de cada campeonato, as características e regras de cada categoria de competição, eventuais mudanças que podem ocorrer nas poses que devem ser realizadas no palco e nos critérios de julgamento e uma descrição das vestimentas a serem utilizadas e das poses de palco. É lá também que se realizam as inscrições de atletas para o campeonato através de um formulário, onde é possível verificar os preços de inscrição e de filiação.

1.2. ESTRUTURA DO TRABALHO

O trabalho está estruturado em três capítulos principais. No primeiro, Feminismo, Gênero e Esportes, discorro brevemente sobre a entrada das mulheres no mercado de trabalho, os estudos de gênero, as mulheres nos esportes e a história do fisiculturismo feminino no Brasil. No capítulo seguinte, Cultura do Corpo, exploro a estrutura das competições e a rotina das atletas do fisiculturismo feminino, suas estratégias de construção corporal e fases de preparação para os campeonatos. No último capítulo, Gênero, Beleza e Abjeção, analiso os

aspectos relacionados a gênero, processos de abjeção e estigmatização dos corpos, além das concepções das atletas sobre beleza, feminilidade e preconceitos enfrentados na vivência do esporte.

2. FEMINISMO, GÊNERO E ESPORTES

2.1. FEMINISMOS E ESTUDOS DE GÊNERO

Os estudos de gênero são consequência das lutas libertárias dos anos 1960, que buscaram mais igualdade e justiça. As mulheres que militavam nos movimentos libertários perceberam que, mesmo lutando em pé de igualdade com os homens, tinham papéis secundários (GROSSI, 1998). Inicialmente estimulado pelo movimento dos Direitos Civis e pelas políticas de governo que tinham como objetivo levar o potencial feminino ao encontro da expansão econômica, o feminismo ressurgiu com mais força nos anos 1960, criando uma nova identidade coletiva de mulheres: indivíduos do sexo feminino unidos por interesses compartilhados, como o fim da subordinação e a criação da igualdade (SCOTT, 1992)

Durante a década de 1960 ocorrem amplos questionamentos sobre sexualidade, com a comercialização da pílula anticoncepcional, o questionamento do valor essencial da virgindade das mulheres para o casamento, pensamento do sexo como fonte de prazer e não apenas reprodução. O movimento feminista e o movimento *gay* questionam as relações afetivo-sexuais na esfera das relações íntimas do espaço privado. Nos anos 1970/1980 surge o campo de estudos de gênero, como chamamos hoje, que se preocupava com a problemática da questão feminina. Pensava-se que havia um problema da mulher que deveria ser pensado apenas pelas mulheres, e nesse período foram realizados muitos estudos com relação a mulheres em condição de dupla opressão: de sexo e classe. Nos anos 1980 se iniciam os estudos sobre as mulheres, não mais da condição feminina. Não se vê mais como possível falar de uma condição única das mulheres brasileiras, pois existem muitas diferenças entre as mulheres no país. Apesar disso, permanece a referência à unidade biológica das mulheres. O que os estudos de gênero vêm problematizar é essa determinação biológica (GROSSI, 1998).

Também enfatizaram o aspecto relacionado do gênero: não se pode conceber mulheres, exceto se elas forem definidas em relação aos homens, nem homens, exceto quando eles forem diferenciados das mulheres. Além disso, uma vez que o gênero foi definido como relativo aos contextos social e cultural, foi possível pensar em termos de diferentes sistemas de gênero e nas relações daqueles com outras categorias como raça,

classe ou etnia, assim como em levar em conta a mudança. (SCOTT, 1992, p.86-87).

Este termo (“gênero”) foi usado a partir da década de 1980 pelas feministas para teorizar a questão da diferença sexual, enfatizando as suas conotações sociais em contraste com as conotações físicas de sexo.

O conceito de gênero chegou até nós através das pesquisadoras norte-americanas que passaram a usar a categoria "*gender*" para falar das "origens exclusivamente sociais das identidades subjetivas de homens e mulheres". A ênfase colocada na "origem social das identidades subjetivas" não é gratuita. De fato, não existe uma determinação natural dos comportamentos de homens e de mulheres, apesar das inúmeras regras sociais calcadas numa suposta determinação biológica diferencial dos sexos usadas nos exemplos mais corriqueiros, como “mulher não pode levantar peso” ou “homem não tem jeito para cuidar de criança”. (GROSSI, 1998, p.04).

A Antropologia Feminista tem mostrado que a explicação de ordem natural é uma formulação ideológica que serve para justificar os comportamentos sociais de homens e mulheres em determinada sociedade.

Gênero serve, portanto, para determinar tudo que é social, cultural e historicamente determinado. No entanto, como veremos, nenhum indivíduo existe sem relações sociais, isto desde que se nasce. Portanto, sempre que estamos referindo-nos ao sexo, já estamos agindo de acordo com o gênero associado ao sexo daquele indivíduo com o qual estamos interagindo. (GROSSI, 1998, p.05)

A palavra “gênero” começou a ser utilizada mais amplamente pelas feministas, como forma de se referir à organização social da relação entre os sexos. Seu sentido mais atual surgiu provavelmente entre as feministas estadunidenses que buscavam evidenciar o caráter fundamentalmente social das distinções baseadas no sexo, rejeitando com essa palavra o determinismo biológico a que faz referência o termo “sexo”, por exemplo, e sublinhando o aspecto relacional das definições normativas de feminilidades (SCOTT, 1995).

Com a proliferação dos estudos do sexo e da sexualidade, o gênero se tornou uma palavra particularmente útil, porque ele oferece um meio de

distinguir a prática sexual dos papéis atribuídos às mulheres e aos homens. [...] O uso do “gênero” coloca a ênfase sobre todo um sistema de relações que pode incluir o sexo, mas que não é diretamente determinado pelo sexo nem determina diretamente a sexualidade. (SCOTT, 1995, p.07)

2.2. MULHERES E O MERCADO DE TRABALHO

Conforme Roy Porter (1992), os médicos, teólogos e filósofos tradicionais atribuíam a subordinação das mulheres a uma condição biológica que seria inferior à dos homens. Aristóteles e seus seguidores viam as mulheres como machos defeituosos, nos quais a genitália, que deveria ser do lado exterior do corpo, ficou contida internamente por falta de calor ou força. Por sua natureza fria e fraca, as mulheres eram equipadas não para a vida pública, mas para o privado, na criação dos filhos. Por volta do final do século XVIII essa conceituação é substituída por outra que considerava as mulheres como essencialmente diferentes, porém complementares aos homens. A descoberta das funções dos ovários e do ciclo menstrual pelos fisiologistas indicava que não havia razão para que as mulheres fossem ativamente sexuais, pois não era necessário nenhum estímulo para a concepção: bastava que recebessem o sêmen.

Dessexualizada, a esposa tornou-se o anjo da casa, dócil, frágil, desapaixonada; e por isso seu relato encaixa bem com a recente análise da emergência de “esferas separadas” para os papéis domésticos masculino e feminino. (PORTER, 1992, p.317)

Segundo Maria Izilda de Matos e Andrea Borelli (2012), sempre existiram mulheres que trabalharam, no sentido de realizar atividades produtivas remuneradas, ainda que muitas vezes este trabalho se confundisse com as atividades domésticas e familiares. Entretanto, necessidades e condicionamentos diversos levaram as mulheres a assumir brechas no mundo do trabalho e assumir funções produtivas mais ativamente. Essa incorporação foi mais fácil quando tais ocupações eram consideradas adequadas às mulheres (funções como fiar, tecer, costurar e cuidar), enfrentando maior resistência quando foi necessário enfrentar preconceitos, em setores conservadores considerados masculinos.

Após o final da Primeira Grande Guerra (1918), ganhou força, por toda a sociedade, a ideia

de que a mulher deveria dedicar-se exclusivamente às tarefas do lar e à maternidade. O trabalho feminino passou a encontrar maior oposição por parte de diferentes grupos sociais e instituições, revestida de preocupações morais que se somavam a argumentos religiosos, jurídicos e higienistas. Profissões como operária, costureira, lavadeira, doceira, florista, artista (figurante de teatro, atriz, bailarina, cantora) foram estigmatizadas e associadas à “perdição moral” e até à prostituição. (MATOS e BORELLI, 2012, p.133)

Até mesmo as diferentes vertentes da imprensa operária (anarquista, socialista e comunista) passam a condenar o labor das mulheres fora do lar, que passa a ser visto como uma atividade transitória que deve ser interrompida com o advento do casamento ou nascimento de um filho.

“Aos poucos começou a ser condenado pelo senso comum como um desperdício das energias femininas, fator de dissolução da saúde e da capacidade de desempenho das funções prioritárias de dona de casa, esposa e mãe” (MATOS e BORELLI, 2012, p.134)

Com as guerras mundiais as mulheres tiveram que assumir a posição dos homens no mercado de trabalho e os negócios da família. Com seu fim, muitos homens morrem ou voltam para casa mutilados, de forma que elas precisaram levar adiante o trabalho que antes era realizado pelo marido. Além disso, a consolidação do capitalismo no século XIX fez com que algumas leis passassem a beneficiar as mulheres, pois com o desenvolvimento tecnológico e o crescimento da maquinaria, grande parte da mão-de-obra feminina foi transferida para as fábricas. (PROBST, 2003).

A partir da década de 1970 as mulheres começam a conquistar um espaço maior no mercado de trabalho. (PROBST, 2003; KANAN, 2010). Segundo Elisiana Probst (2003), na década de 1990, ocorreu um fortalecimento da participação das mulheres no mercado de trabalho e o aumento de sua responsabilidade no comando das famílias. Seu poder aquisitivo aumentou em conjunto com o nível de escolaridade, contribuindo para a redução da diferença salarial em relação aos homens. A queda da taxa de fecundidade e o aumento no nível de instrução feminina são dois fatores importantes para a crescente inserção da mulher no mercado de trabalho e elevação da renda, contrariando o ideal do início

do século, segundo o qual o homem era o provedor da casa e a mulher não deveria ganhar dinheiro.

De acordo com Lília Kanan (2010), no Brasil, a industrialização e a consolidação do sistema capitalista fizeram com que a mulher passasse a questionar sua posição e suposta fragilidade. Anteriormente, sua identidade social correspondia às práticas sociais destinadas ao papel de esposa, dona de casa e mãe. “Como consequência, passou a marcar presença nas organizações e conquistou alguns espaços que antes eram territórios demarcados exclusivamente pelos homens.” (KANAN 2010 p.245). Entretanto, Paula Chies (2010) argumenta que a entrada das mulheres não representa uma transformação total das diferenças de espaços entre homens e mulheres. Existe um elemento cultural que impõe a subordinação e a inferioridade às mulheres, vendo-as como frágeis, emotivas e irracionais, ao passo que os homens seriam racionais e fortes.

O preconceito em relação às mulheres é introjetado por medo de que a estrutura social, por mais tempo presente em nossa sociedade como pilar da dominação entre os gêneros, se desmantele como um “castelo de areia”. A transformação dos papéis sociais das mulheres leva à reformulação das relações sociais na família, no trabalho, na política etc. Os pilares da esfera pública e privada devem ser repensados como construções arcaicas e inapropriadas pelas novas funções que essas passam a abrigar. (CHIES, 2010, p.512)

Em uma pesquisa de campo com amostra de duas grandes empresas industriais em São Carlos – SP, Rachel Benze e Edmundo Filho (2003) identificaram que a suposta fragilidade feminina ainda é usada como justificativa para a não contratação de mulheres no nível operacional, pois elas não teriam força suficiente para determinadas tarefas.

Interpretações biológicas buscaram legitimar a divisão sexual do trabalho, argumentando que a distinção entre trabalho masculino e feminino seria consequência de fatores inerentes à "natureza" dos homens e das mulheres. O homem, idealizado como provedor da família, foi designado para o trabalho da produção e a mulher, designada para o trabalho de reprodução, ocorrendo uma separação entre o público (masculino) e o privado (feminino). As delimitações de espaço laboral masculino e feminino, entretanto, não são fixas, pois sociedades

e épocas diferenciadas podem ter concepções distintas daquilo que é mais "apropriado" para homens e mulheres. (STANCKI, 2003, p.02-03)

Helena Hirata e Danièle Kergoat (2007) definem a divisão sexual do trabalho como a forma de divisão social do trabalho que decorre das relações entre os sexos, designando os homens à esfera produtiva e as mulheres à esfera reprodutiva. Esta divisão é modulada histórica e socialmente, agindo como fator prioritário para a sobrevivência da relação entre os sexos.

Essa forma particular da divisão social do trabalho tem dois princípios organizadores: o princípio de separação (existem trabalhos de homens e trabalhos de mulheres) e o princípio hierárquico (um trabalho de homem "vale" mais que um trabalho de mulher). (HIRATA e KERGOAT, 2007, p.599)

Segundo Nanci Stancki (2003), masculinização e a feminização das tarefas estão relacionadas às representações sociais do masculino e do feminino, sendo as primeiras relacionadas à força física, raciocínio lógico e outras características tidas como masculinas. Já as atividades femininas estão relacionadas a atributos como paciência, minúcia, destrezas, entre outros atributos entendidos como femininos.

Ângela Reis (2013) realizou um estudo da escolha de mulheres por carreiras culturalmente definidas como masculinas, entrevistando alunas de um curso de Engenharia. A autora constatou que as mulheres encontram dificuldades não só para entrar, mas também para permanecer em cargos dominados pelo universo masculino. Apesar disso, a busca de mulheres por tais profissões antes ocupadas quase exclusivamente por homens tem influenciado na adoção de políticas públicas, ampliando as possibilidades no mercado de trabalho.

2.3. MULHERES E ESPORTES

Assim como no mundo do trabalho, a inserção das mulheres nos esportes envolveu e envolve muitas dificuldades e preconceitos, sofrendo repressões pautadas muitas vezes nas mesmas justificativas biológicas que consideram tais práticas – produtivas ou esportivas – como masculinizantes e incompatíveis com as funções que seriam apropriadas às mulheres.

Segundo posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte, a prática esportiva de mulheres foi motivo de

preconceito desde a Grécia Antiga, quando elas eram proibidas de assistir aos Jogos Olímpicos. Impedidas de praticar esportes pela justificativa de que o exercício seria prejudicial à sua saúde, as mulheres só foram admitidas a participar ativamente de competições oficiais de maratonas e outros eventos de maior intensidade e duração em 1972. (LEITÃO et al, 2000).

A inserção das mulheres brasileiras no mundo do esporte data de meados do século XIX. No entanto, é a partir das primeiras décadas do século XX que a participação se amplia adquirindo, portanto, maior visibilidade. Vale lembrar que nos primeiros anos desse século, o Brasil desperta ansioso por civilizar-se. O desenvolvimento industrial, as novas tecnologias, a urbanização das cidades, a mão-de-obra imigrante, o fortalecimento do Estado, as manifestações operárias e os movimentos grevistas formam o tecido das novas demandas sociais, no qual circulam valores conservadores e revolucionários que tanto promovem a legitimação do já instituído, quanto procuram a experimentação de novas possibilidades culturais. (GOELLNER, 2005, p.86)

Segundo Silvana Goellner (2005), os primeiros anos do século XX nas cidades brasileiras são marcadas pela modernização e urbanização. Neste contexto, a energia física dos indivíduos é vista como potencializadora e a educação do corpo reconhecida como essencial ao fortalecimento da nação. Até meados do século XIX, a estrutura extremamente conservadora da sociedade brasileira não permitia às mulheres grande participação nos esportes, devendo se dedicar exclusivamente às tarefas de mãe e esposa. Existia, entretanto, uma preocupação no país para ser reconhecido pelas grandes nações do mundo. A influência das tendências inovadoras provenientes da Europa e das lutas feministas trazem novas perspectivas para as mulheres brasileiras, dentre elas o maior cuidado com o corpo, a aparência e a maior presença na vida social das cidades.

Nesse sentido, é possível afirmar que a presença da mulher no mundo do esporte representa, ao mesmo tempo, ameaça e complementaridade: ameaça porque chama para si a atenção de homens e mulheres, dentro de um universo construído e dominado por valores masculinos e porque põe em perigo algumas

características tidas como constitutivas da sua feminilidade. Complementaridade porque parceira do homem em atitudes e hábitos sociais, cujo exercício simboliza um modo moderno e civilizado de ser. (GOELLNER, 2005, p.89)

No século XIX, a dança era a única prática corporal permitida às mulheres, atividade que posteriormente veio influenciar muito a ginástica feminina, considerada particularmente apropriada às mulheres por não exigir equipamentos, companhia, ser desprovida de competitividade e poder ser realizada em casa. (MATHIAS e RUBIO, 2010).

O suor excessivo, o esforço físico, as emoções fortes, as competições, a rivalidade consentida, os músculos delineados, os gestos espetacularizados do corpo, a liberdade de movimentos, a leveza das roupas e a seminudez, práticas comuns ao universo da cultura física, quando relacionadas à mulher, despertavam suspeitas porque pareciam abrandar certos limites que contornavam uma imagem ideal de ser feminina. Pareciam, ainda, desestabilizar o terreno criado e mantido sob domínio masculino cuja justificativa, assentada na biologia do corpo e do sexo, deveria atestar a superioridade deles em relação a elas. (GOELLNER, 2005, p.92)

Conforme Denize Sant'Anna (2012), entre 1930 e 1950 era comum que as revistas femininas aconselhassem a “manter a linha”, prescrevendo exercícios destinados a afinar a cintura e endireitar a postura.

Para as mulheres, ainda que outras atividades sejam possíveis, a ginástica será sempre indicada: monótona, repetitiva, contrária à espontaneidade, controladora das “técnicas corporais e psíquicas”, ela apresenta vantagens significativas. Pois sendo uma prática individual, que não exige obrigatoriamente equipamentos especiais, grandes espaços ou a companhia de outros praticantes, ela permite que as mulheres se exercitem em casa, sem se afastarem do lar, conciliando assim obrigações domésticas e forma física. (SCHPUN, 1997, p.48-49)

De acordo com Sant'Anna (2012), vai ganhando importância nos manuais de beleza feminina a ênfase à ginástica e aos regimes para “manter a linha”. Surgem reportagens com fotografias de mulheres que realizam algum exercício em casa para manter o corpo elegante e, com o crescimento das cidades brasileiras e a integração das mulheres ao

mercado de trabalho, os conselhos de beleza passam a incluir recomendações comportamentais, como a forma de andar, sentar, dançar, descer escadas, sair de um automóvel, conversar, etc.

Ora, a partir da década de 1950, os conselhos de beleza e inúmeras publicidades declararam sem hesitação que “toda mulher tem o direito de se tornar bela e tão sedutora quanto suas artistas prediletas”. Tratava-se não apenas de uma promessa. Era um aviso, um alerta, algo que mudaria o modo de ser feminino. Menos do que um dom, glamour e beleza, mostrava a imprensa, são os resultados de uma conquista individual e de um trabalho que não tem hora para acabar. “Hoje é feita somente quem quer”. (SANT’ANNA, 2012, p.115)

Percebe-se, portanto, que a beleza feminina já não era considerada um dom natural, mas antes o resultado de um esforço intencional no sentido de produzir beleza e juventude. Conforme Sant’Anna (2012), a partir de 1980 surgem as primeiras revistas voltadas especificamente para a boa forma, que difundem o fascínio pelo corpo considerado “performático”.

O estímulo da atividade física, com disciplina e constância, exigia uma verdadeira *conversão*, uma mudança profunda no modo de vida. Progressivamente, a atividade física ganhou um novo direito de cidadania. Com o aumento da expectativa de vida ocorrido no final do último século, as mulheres até então consideradas “maduras” foram convidadas a ser sempre jovens. Muitos anúncios publicitários enfatizaram que a velhice é um estado de espírito, pois não há mais idade para o cultivo da beleza e da boa forma.” (SANT’ANNA, 2012, p.122)

De acordo com Silvana Goellner (2005), a inserção das brasileiras nos esportes ocorre de forma mais ativa nas primeiras décadas do século XX. A primeira atleta brasileira a competir em uma Olimpíada foi a nadadora Maria Lenk, em 1932. Sua participação foi de suma importância pois difundiu a imagem de mulher atleta de competição. A partir de meados do século XX modalidades como voleibol, basquetebol, natação, tênis e atletismo são cada vez mais praticadas, permitindo que as mulheres participem também mais ativamente em competições nacionais e internacionais.

Nos Jogos Olímpicos, a participação das mulheres brasileiras teve crescimento significativo a partir da década de 1970, ocorrendo, em 1996,

a primeira premiação com ouro olímpico no voleibol de praia em dupla. Nesta mesma olimpíada, que ocorreu em Atlanta, atletas brasileiras conquistaram também a medalha de prata no basquetebol e de bronze no voleibol. A participação das mulheres em esportes considerados violentos se intensifica nos anos 1980 e 1990, como é o caso do judô, pólo aquático, handebol e futebol (GOELLNER, 2005, p.94).

2.4. FISICULTURISMO FEMININO

A vertente feminina do fisiculturismo só desponta nos anos 1980 (JAEGER, 2009). Segundo Bolin (apud JAEGER, 2009), a introdução do treinamento de resistência para mulheres atletas nos anos 1950, em conjunto com a visibilidade das ações do movimento feminista nos anos 1960 e a popularidade do *fitness* na década seguinte foram elementos que possibilitaram o interesse das mulheres na construção da potencialização muscular, tornando possível também a organização de competições de fisiculturismo feminino. No Brasil, o esporte é praticado pelos homens desde os anos 1940, entretanto, é só em 1980 que o país passa a sediar eventos internacionais e apenas no final dessa década as mulheres começam a integrar essas disputas. Os registros sobre as brasileiras protagonistas do esporte são escassos (JAEGER, 2009).

Na década de 1990 as atletas do fisiculturismo começaram a construir medidas musculares agigantadas e uma maior definição muscular. Em 1992 os árbitros foram orientados a deixar de valorizar grandes volumes musculares e priorizar atletas que exibissem uma aparência “mais feminina” (WEIK apud JAEGER, 2009). O aumento dos volumes musculares das atletas causou o desinteresse da mídia e a diminuição dos espectadores do esporte, levando à redução drástica nos investimentos financeiros. A IFBB criou as categorias *lightweight* e *heavyweight*² com o propósito de receber, na primeira, atletas com um físico menos volumoso, que fosse considerado mais atraente. Como essa divisão não surtiu efeito nos investimentos, foi eliminada, e a IFBB enviou um comunicado, em 2004, solicitando que as atletas diminuíssem 20% de seu volume muscular, alegando que essa determinação foi movida por questões estéticas e preocupações com a saúde (JAEGER, 2009).

Este esporte, segundo Angelita Jaeger (2011), é um lugar de afirmação das masculinidades, constituído por homens e para homens, motivo pelo qual é caracterizado como um espaço de lutas e resistências

² Literalmente, “peso-leve” e “peso-pesado”.

para as mulheres. Seguindo esta mesma linha, Patrícia Lessa (2012) identifica uma condenação do fisiculturismo praticado por mulheres, devido ao excesso de volume muscular normalmente associado à masculinidade. Isso faz com que o esporte seja limitado para as mulheres, com a escassez de patrocínio e a premiação em dinheiro que, muitas vezes, corresponde a um quarto do que é oferecido aos atletas homens (LESSA, 2012). As atletas do fisiculturismo seriam frequentemente chamadas a investir em atributos que garantam a feminilidade normalizada que seus corpos musculosos tendem a desestabilizar (JAEGER, 2011; JAEGER E GOELLNER, 2011).

A partir de 2005, as atletas são convocadas a fazer sobressair, afirmar e reafirmar em seus corpos os códigos convencionais de uma dada feminilidade. [...] Nesse processo, potencializam a definição dos contornos de cada músculo e, sobretudo, investem no requinte da toalete para exibição pública, que a cada ano se produz mais sofisticada e abrangente. Isso porque os cuidados meticulosos com a aparência atingem todas as modalidades femininas do fisiculturismo, exigindo que as atletas se esmerem mais e mais em apagar a ambiguidade dos seus corpos, acentuando os atributos que constituem uma feminilidade normalizada (JAEGER, 2011, p.09).

Jaeger (2011) atribui o crescente investimento das atletas fisiculturistas no refinamento das vestimentas nas competições a uma exigência de que elas apaguem a ambiguidade de seus corpos com estes artifícios. Entretanto, pode-se observar que na *Women's Physique*, categoria com maior volume e definição muscular – que causariam esta ambiguidade – são utilizados menos artifícios feminilizantes: não são permitidos sapatos de salto alto (as atletas competem descalças), nem alguns tipos de joias. Isso indica que talvez estes artifícios não sejam uma simples compensação de corpos considerados excessivamente masculinizados, uma vez que são mais utilizados pelas atletas de categorias já consideradas mais femininas – e, conseqüentemente, menos ambíguas. A proibição destes artifícios para a categoria *Women's Physique* assinala que o foco da avaliação dessas atletas recai mais sobre o desenvolvimento muscular e menos sobre atributos como beleza facial, graciosidade e aparência geral, que são importantes em outras categorias femininas.

No contexto das Ciências Sociais, é importante considerar a concepção de corpo como capital desenvolvida por Mirian Goldenberg

(2010) a partir do conceito de capital de Pierre Bourdieu, que agriria como um veículo de ascensão social. Como capital econômico, simbólico e social, um determinado tipo de corpo seria uma das riquezas mais desejadas nas camadas médias, uma vez que “distingue como superior aquele que o possui; um corpo conquistado por meio de muito investimento financeiro, trabalho e sacrifício” (GOLDENBERG, 2010, p.193). O corpo da fisiculturista pode ser entendido como um capital na medida em que permite ascensão social para algumas atletas, especialmente aquelas que competem em categorias consideradas mais femininas, e que proporciona o reconhecimento de um esforço investido, muito valorizado no esporte.

O corpo humano nunca é puramente natural, na medida em que sua fabricação se faz necessária em todas as culturas. Nos povos indígenas, Eduardo Viveiros de Castro (1987) assinala que, no pensamento Yalawapíti o corpo humano precisa ser submetido a processos de fabricação periódicos e intencionais. “O social não se deposita sobre o corpo Yawalapíti como sobre um suporte inerte: ele cria este corpo”. (VIVEIROS DE CASTRO, 1978, p.41). Esta fabricação é feita através de intervenções sobre fluidos corporais, alimentos, tabaco, etc. A natureza humana é, portanto, modelada pela cultura.

As mudanças corporais assim produzidas são a causa e o instrumento de transformações em termos de identidade social. Isso significa que não é possível uma distinção ontológica – tal como o fazemos, entre processos fisiológicos e processos sociológicos, ao nível do indivíduo. As mudanças corporais não podem ser consideradas como índices, nem como símbolos, das mudanças de identidade social. Para os Yawalapíti, transformações do corpo e da posição social são uma e a mesma coisa. Dessa forma, a natureza humana é literalmente fabricada, modelada, pela cultura. O corpo é *imaginado*, em vários sentidos, pela sociedade. (VIVEIROS DE CASTRO, 1978, p.41)

Por outro lado, na perspectiva de Marcel Mauss (1974), vemos que o corpo não pode ser classificado como natural ou cultural. Ele seria, ao mesmo tempo, as duas coisas e, ainda, nem uma, nem outra. Se, conforme Mauss, o corpo o é primeiro objeto técnico do ser humano, significa que não há corpo anterior e independente do meio em que se desenvolve.

Como todos os corpos, aqueles de fisiculturistas são também fabricados, e isso intencionalmente: o cotidiano é meticulosamente

regrado e calculado de modo a produzir um corpo apto à competição, não só em suas formas, mas também na gestualidade e numa determinada concepção de saúde. Cada fase de preparação tem uma rotina de treino, alimentação e descanso específicas, bem como as diferentes categorias de competição. Muitas vezes essa construção do corpo é caracterizada como árdua, como indica Andreza Souza (2012) em sua pesquisa com fisiculturistas homens do Sergipe:

[...] o construtor do corpo enfrenta uma série de restrições sociais, emocionais e físicas, as quais compreendem: abdicar de saídas noturnas, festas, feriados e de comer qualquer alimentação que fuja a regulamentação da sua dieta, além de seguir o imperativo do descanso, isto é, devem-se evitar, ao máximo, situações de estresses físicos, pois o descanso é crucial ao rendimento muscular. Essas restrições são significadas por eles como dedicação e disciplina, características que peneiram quem é capaz ou não de ser um atleta desse esporte” (SOUZA, 2012, p.06)

O corpo do fisiculturista é resultado de seu investimento individual permeado de sentidos e significados. Sua musculosidade representa o saber vivo da produção do corpo ideal, pois é sua evidência física. O atleta fisiculturista é, pois, visto nas academias de musculação como soberano em matéria de corpo (SOUZA, 2012).

O fisiculturismo é um esporte que lida com o âmbito social, o corpo. Nas competições não é julgada a habilidade esportiva do atleta como nos demais esportes, mas sim a estética do seu próprio corpo, o quão belo ele possa apresentar-se ao Outro. O belo e o ideal do fisiculturista é significado singularmente dentro do próprio esporte, onde o corpo belo e ideal é aquele que atinge o máximo de volume muscular com o mínimo de massa gorda possível, além de ser extremamente definido e simetria. (SOUZA, 2012, p.02)

Segundo Sabino e Luz (2007), no Brasil ainda é rara a profissionalização de atletas fisiculturistas, ao contrário, por exemplo, dos Estados Unidos. O fisiculturismo não é um esporte olímpico, ao contrário do halterofilismo, esporte aparentemente semelhante, mas muito diferente, que constitui no levantamento competitivo de peso, ou seja, vence quem levantar mais peso através das técnicas aceitas mundialmente (SABINO e LUZ, 2007). Já no fisiculturismo avalia-se apenas a aparência

física através de posicionamentos no palco. Tal diferença é enfatizada pelos praticantes de fisiculturismo, que argumentam não ser seu objetivo levantar o maior peso possível, mas utilizar uma combinação de peso e técnica com potencial para transformar seu corpo da forma desejada. Para fisiculturistas, o levantamento de peso é um meio, não um fim.

A imagem de força, beleza e juventude é, nesses lugares de interação [academias], sinônimo de saúde, ou melhor, a saúde está subsumida à estética, o que significa que estar fora dos padrões de beleza do grupo e de suas práticas, é estar sem saúde e excluído de sua convivência, principalmente porque a construção da pessoa fisiculturista está relacionada à construção e manutenção de sua forma física. (SABINO e LUZ, 2007, p.65)

A compreensão destes aspectos do fisiculturismo pode se beneficiar das discussões de outros autores sobre as relações entre a construção do corpo e outros fatores, como aspectos históricos e sociais.

Segundo Miriam Adelman e Lennita Ruggi (2007), valores e atributos como beleza, força física, aparência e ser considerado sexualmente atraente devem ser compreendidos como parte de um sistema de relações sociais e culturais e não como características universalmente valorizadas ou desvalorizadas. Seria necessário buscar uma interpretação e uma compreensão mais aprofundadas acerca do fenômeno da valorização da estética.

Para nós, como cientistas sociais, fica a tarefa de ir além dos diversos 'sentidos comuns' e indagar sobre a evolução histórica da importância social e cultural exacerbada da beleza e do “corpo perfeito” no Brasil. Embora o “olhar masculino/masculinista” e noções patriarcais de feminilidade estejam claramente em jogo aqui, também precisamos considerar como e por que as mulheres aparentemente obtêm tanto prazer e satisfação (assim como também, frustração e angústia) através do investimento no corpo perfeito/passível de se aperfeiçoar. Como Bordo (1999) sugere em relação ao culto da magreza para meninas e mulheres – histórica e socialmente afastadas de acesso ao poder ou controle sobre outros aspectos das suas vidas – a capacidade de controlar o tamanho ou as formas do próprio corpo parece ser algo (ou talvez a *única* coisa) sobre o

qual deteriam 'controle', além de possivelmente poder lhes garantir algum grau de status social, valor ou prestígio. (ADELMAN e RUGGI, 2007, p.285)

Entre as atletas do fisiculturismo, o controle do corpo aparece como um dos principais motivos para a permanência no esporte. Durante as entrevistas, elas dizem que no momento em que sobem ao palco todo o sacrifício e as privações necessários para moldar o corpo passam a valer a pena.

De acordo com Pierre Bourdieu (1983), as diferentes classes sociais divergem em suas concepções sobre os efeitos externos esperados do exercício corporal. As variações das práticas de acordo com as classes devem-se não somente às condições econômicas e culturais necessárias à prática de um esporte, mas também de acordo com a percepção de lucros que se considera que tal prática proporcione. Segundo o autor, o levantamento de peso (halterofilismo) era o esporte favorito das classes populares da França, tardando para ser reconhecido oficialmente como esporte olímpico justamente porque simbolizava a brutalidade das classes populares. A probabilidade de se praticar os diferentes esportes depende do capital econômico e, de forma secundária, do capital cultural e do tempo livre, além da afinidade ética e estética com o esporte. Desse modo, as classes populares, tendo uma relação instrumental com o próprio corpo, escolhem esportes que demandam grandes investimentos de esforços, às vezes dor e sofrimento ou mesmo que colocam o corpo em risco. Por sua vez, as classes privilegiadas tendem a tratar o corpo com um fim, levando a um culto higienista da forma e da aparência. Isso se torna evidente na dedicação intensiva das classes médias à ginástica, caracterizada como um treinamento pelo treinamento, composto por uma série de exercícios abstratos organizados com referência a um fim específico.

Assim, podemos compreender que estas atividades reencontram e preenchem as expectativas ascéticas dos indivíduos em ascensão, preparados para encontrar satisfação no próprio esforço e aceitar – é o próprio sentido de toda sua existência – gratificações posteriores em função de seu sacrifício presente. As funções higiênicas tendem cada vez mais a se associar, e mesmo a se subordinar, a funções que se pode chamar de estéticas, à medida em que se sobe na hierarquia social (principalmente, sendo todas as outras variáveis iguais, entre as mulheres, mais fortemente inclinadas à submissão às normas que

definem o que deve ser o corpo, não apenas em sua configuração perceptível mas também em seu jeito, seu modo de andar, etc.) Enfim, é sem dúvida entre as profissões liberais e a burguesia de negócios da velha estirpe que as funções higiênicas e estéticas são acrescidas mais claramente de funções sociais, os esportes se inscrevendo, da mesma forma que os jogos ou as trocas mundanas (recepções, jantares, etc.) às numerosas atividades "gratuitas" e "desinteressadas" que permitem acumular capital social. (BOURDIEU, 1983, p. 18)

Segundo Bourdieu (2002), a divisão entre os sexos está presente tanto em estado objetivado das coisas em todo o mundo social quanto em estado incorporado, nos corpos e nos *habitus* dos agentes, de forma que parece estar inscrita “na ordem das coisas”, passando a servir como justificativa natural da diferença socialmente construída entre os gêneros. “O mundo social constrói o corpo como realidade sexuada e como depositário de princípios de visão e de divisão sexualizantes” (BOURDIEU, 2002, p.24). Os sexos são pensados segundo a oposição entre o grande e o pequeno, que constitui um dos princípios básicos da experiência dos agentes com seu corpo. Segundo esta oposição, o masculino corresponde ao “grande” e o feminino ao “pequeno”. Por isso, “os homens tendem a se mostrar insatisfeitos com as partes de seu corpo que consideram ‘pequenas demais’, ao passo que as mulheres dirigem suas críticas sobretudo às regiões de seu corpo que lhes parecem ‘demasiado grandes’” (BOURDIEU, 2002, p.96).

As atletas fisiculturistas são muitas vezes consideradas pouco femininas, ou mesmo masculinas, por contradizerem este princípio por meio da potencialização muscular. De fato, as categorias de competição descritas como “mais femininas” pela IFBB costumam ser justamente aquelas em que existe menos volume muscular.

Em sua etnografia sobre mulheres piloto de avião, Giovana Pansera (2014) descreve uma relação semelhante à das diferentes categorias de fisiculturismo ao falar sobre as comissárias de bordo e as pilotos:

No ambiente da aeronave, duas figuras femininas convivem no mesmo espaço: a comissária de bordo, que possui uma posição consolidada, já que não está competindo diretamente com os homens, pois executa funções nos moldes de uma dona de casa, e fica restrita a

parte de trás do avião. A outra é a piloto, que aos poucos vem inserindo-se na cabine de comando, espaço este dominado pelos homens, ocupando então, a parte dianteira da aeronave. (PANSERA, 2014, p.72).

Pansera assinala ainda que o uniforme das comissárias transmite feminilidade e graciosidade, enquanto o uniforme das mulheres comandantes é igual ao dos seus colegas homens. Algo semelhante ocorre entre as fisiculturistas. Enquanto as categorias de competição consideradas mais femininas, como *Bikini Fitness* e *Wellness*, competem com biquínis brilhantes, joias e saltos altos, as categorias consideradas menos femininas, porém com um físico mais parecido com o dos atletas homens, como a categoria *Women's Physique*, não utilizam tantos artifícios, sendo proibido o uso de salto alto e joias muito volumosas. Nestes dois exemplos vemos que, quando ultrapassam os limites dos estereótipos de gênero – seja pilotando, seja sugerindo força física com volumes musculares –, as mulheres externam isso simbolicamente no vestuário e adereços.

Miriam Adelman (2003; 2011) estudando mulheres nos esportes (hipismo e vôlei), buscou identificar mudanças nas representações do corpo feminino decorrentes da prática esportiva. Segundo a autora, a crescente participação das mulheres em esportes questiona o monopólio masculino sobre os espaços públicos. As atletas do hipismo desafiam noções de feminilidade normativa com seu envolvimento no esporte e

“tornam-se exemplares de novas formas de construção identitária/subjetiva, desbravando caminhos num terreno onde ainda prevalecem o preconceito e as noções objetificadas e domesticadas de “ser mulher”” (ADELMAN, 2011, p. 951).

Segundo a autora, a cultura da beleza feminina atualizou-se com a ênfase na mulher ativa, desenvolvendo novos padrões pautados na ideia de *fitness*. Atualmente, o corpo ideal seria magro e firme, mas sem músculos “em excesso”, de forma que condiz com as categorias mais novas do fisiculturismo, consideradas as mais femininas.

A pesquisa sobre gênero na história do esporte se iniciou na Europa e Estados Unidos em meados da década de 1970 e, no Brasil, na década de 1980 (GOELLNER, 2012). Os estudos de gênero “inauguraram a identificação do esporte como um importante espaço na construção e incorporação de masculinidades e feminilidades” (GOELLNER, 2012, p.47) e romperam com a naturalização das diferentes experiências vividas por homens e mulheres e sua justificativa biológica. Silvana Goellner

(2012) identifica uma dupla marginalização dos estudos de gênero no esporte: por um lado, os feminismos pouco se voltam à prática esportiva; por outro, os estudos do esporte ignoram a generificação que o estrutura. Mesmo assim, os estudos feministas e de gênero permitiram e permitem um novo olhar sobre o esporte, identificando, por exemplo, que os corpos, as gestualidades e a saúde são construções históricas que foram associados a homens ou mulheres em diferentes tempos e espaços. “Com isso, evidenciou-se que a naturalizada aceitação do esporte como um campo de “reserva masculina” justifica-se não pela distinta biologia dos corpos de homens e mulheres, mas por aspectos sociais, culturais e históricos.” (GOELLNER, 2012, p.48).

A prática de esportes de força como halterofilismo e fisiculturismo era condenada para as mulheres até o final dos anos 1970, devido ao fato de elas serem vistas como frágeis e vulneráveis (LESSA et al., 2007). “Houve momentos de grande repressão com relação às práticas desportivas femininas, repressão que ainda se reflete no pouco investimento, na profissionalização ou mesmo na formação de estereótipos da mulher masculinizada.” (LESSA et al, 2007, p. 110). A inserção das mulheres na musculação se deu muito depois dos homens e até hoje elas sofrem com a clara distinção de gêneros no esporte profissional, com dificuldades como falta de patrocínios, investimentos e campeonatos.

Existe uma tradição de controle sobre o corpo e o comportamento das mulheres, de um imaginário coletivo no qual a passividade, o sacrifício, a submissão e a maternidade seriam dons privilegiados das mulheres, dons esses que não combinam com a performance exigida pelas práticas de esportes. Embora a história das mulheres atletas demonstre a conquista de um lugar de destaque na instituição desportiva, quando falamos das mulheres praticantes de lutas, de futebol, de fisiculturismo ou de halterofilismo, existe um preconceito ainda hoje. (LESSA et al., 2007, p.112)

Flávia Botelho (2009) realizou uma pesquisa de cunho etnográfico com atletas do fisiculturismo feminino no *cyberespaço*, especialmente através da rede social *Orkut*, que saiu do ar em setembro de 2014. Entrevistou duas atletas por e-mail e pelo chat instantâneo do *Orkut*, perguntando sobre seu cotidiano no esporte e representações sobre ele. As atletas declaram que:

Seus treinos e as restrições alimentares se intensificam à medida que as competições se aproximam. As fases de treinamento são divididas em duas. A fase *Off*, que acontece após alguma competição ou quando se está longe do período em que esta vai ser realizada. F. [atleta entrevistada da categoria *BodyFitness*] considera essa como a melhor fase, ela explica que “pode comer, sair da dieta nos finais de semana, podemos comer o que temos vontade, enfim, podemos abusar e até comer doces”. Nesse período se dá ênfase à hipertrofia muscular e não se dá muita atenção para a definição. A outra fase é a de Pré Contest, quando se está a quatro ou cinco meses da competição. Nesse momento, a ênfase recai sobre a definição muscular, “secar”, na linguagem de quem faz parte desse universo. Nesse momento, a dieta fica bem restrita e se come praticamente a mesma coisa todos os dias, chegando ao ponto de zerar os carboidratos e tirar todo o sal da comida. (BOTELHO, 2009, p. 10-11).

Entre as atletas que entrevistei a fase *off* também aparece como a preferida: é descrita como mais saudável, com alimentação diversificada e sem muito sacrifício. A fase *on*, por outro lado, é descrita como sofrida e sacrificiosa. As atletas declaram que ficam fracas e com a saúde prejudicada. A atleta F. entrevistada por Botelho (2009) disse ficar de mau humor devido à dieta restrita em que come a mesma coisa todos os dias.

Flávia Botelho (2009) identifica uma diferença entre o padrão estético mais corrente na sociedade e aquele almejado pelas fisiculturistas. No entanto, argumenta que a procura da hiperdefinição está associada ao ódio e à aversão à gordura cultivados pela sociedade atualmente. Sendo assim, o esporte seria uma forma de criar um status de diferenciação decorrente das formas corporais que as destacam. Essas atletas sofrem preconceitos por suas formas hipertrofiadas e recorrem a estratégias para se afirmar femininas em contraposição ao corpo forte, mantendo, por exemplo, as unhas sempre pintadas, usando sapatos de salto alto e roupas consideradas femininas como saias e blusas justas.

Por outro lado, para Viviane Silveira (2013), o esporte constitui uma possibilidade para a emancipação das mulheres do feminino. Dessa forma, multiplicam-se as feminilidades e masculinidades, questionando o binarismo e o determinismo biológico, ao mesmo tempo que se permeabilizam as fronteiras corporais.

É sobre a natureza biológica das mulheres que se constrói o mito da fragilidade feminina e é nesse processo de proibições e recomendações para os sexos que o território do esporte se constitui. Os corpos e as imagens de algumas atletas rompem com esses padrões de feminilidade, fundamentalmente por suas aparências. O “ser feminina” quer dizer que a mulher é frequentemente reduzida a ser percebida como tal. (SILVEIRA, 2013, p.14)

Por esse motivo, ainda segundo Silveira (2013), o esporte pode ser entendido como um espaço tanto de manutenção da ordem de gênero, quanto de resistência e subversão dessa ordem.

3. CULTURA DO CORPO

O fisiculturismo, ou *bodybuilding*, é um esporte que visa o desenvolvimento muscular em tamanho, definição, proporção e simetria (JAEGER, 2009). Tamanho diz respeito ao volume muscular propriamente dito, à hipertrofia muscular. Definição é a marcação muscular, controlada principalmente pelo percentual de gordura corporal (que é sempre baixo, mas varia segundo os critérios de cada categoria) e retenção de líquido, fatores que podem mascarar a definição por criarem uma camada entre a pele e o músculo, de forma que suas marcações não aparecem. A proporção diz respeito às diferentes partes do corpo: braços, pernas, ombros, peitoral, costas etc., que também possuem diferentes critérios para cada categoria – algumas apresentam partes maiores ou menores, enquanto outras prezam pela proporcionalidade entre todos os membros. Simetria, às vezes confundida com proporção, diz respeito aos mesmos grupos musculares em relação a cada lado do corpo. Em todas as categorias, o corpo deve ser simétrico, ou seja, o lado direito do corpo deve ser o mais parecido possível com o lado esquerdo.

Nos campeonatos, as atletas se apresentam no palco fazendo poses ou coreografias que permitem exibir a definição muscular, e são julgadas segundo os critérios de cada categoria. A *International Federation of Body Building and Fitness* (IFBB), ou Federação Internacional de Fisiculturismo e *Fitness*, é a principal responsável pela organização das competições de fisiculturismo internacionais e determina os critérios de avaliação para cada categoria. Para os campeonatos nacionais, existe a Confederação Brasileira de Musculação, Fisiculturismo e *Fitness* (CBMFF ou, mais comumente, IFBB-Brasil), além das Federações Estaduais. A IFBB-Brasil, antes chamada Confederação Brasileira de Culturismo (CBC) foi reconhecida pelo Conselho Nacional de Desportos em 1976 e filiou-se à IFBB em 1978 (FURTADO, 2009).³

Existem vários níveis de campeonatos de fisiculturismo. O primeiro deles é o Campeonato Estadual de Estreantes, destinado a atletas que estão iniciando sua carreira esportiva. A Federação Estadual é responsável pelo critério de classificação de atletas, podendo definir quais serão autorizadas para a participação no Campeonato Estadual. No Campeonato Estadual, participam atletas que se classificaram no Campeonato Estreantes ou que já competem no Estadual. São

³ As características gerais dos campeonatos aqui apresentadas são válidas para atletas homens e mulheres. Escrevo apenas no feminino para facilitar a leitura e porque as mulheres são o foco deste trabalho.

classificadas para o Campeonato Brasileiro atletas que obtiverem 1º, 2º e 3º lugar em cada categoria no nível anterior, além da atleta, de cada categoria, que for campeã brasileira do ano anterior, sem que precise passar pelo Campeonato Estadual. Cada Federação Nacional pode inscrever, então, uma atleta de cada categoria para o Campeonato Sulamericano, podendo este ser o 1º, 2º ou 3º lugar no Campeonato Brasileiro, segundo seus critérios. Para o Campeonato Mundial, cada Federação Nacional pode inscrever duas atletas de cada categoria, podendo ser, também, 1º, 2º ou 3º lugar no Campeonato Brasileiro.

Nos meses de maio e junho de 2015, assisti a dois campeonatos promovidos pela Federação Catarinense de Culturismo (IFBB-SC), nos quais competiram quatro categorias femininas: *Bikini Fitness*, *Wellness*, *Women's Physique* e *BodyFitness*. As categorias masculinas foram também quatro: Fisiculturismo Júnior, Culturismo Clássico, Fisiculturismo Sênior e *Men's Physique*. No site da IFBB-Brasil, são descritas todas essas categorias, além da *Fitness* Coreográfico masculina e feminina, que competem nacionalmente. Procederei abaixo com uma breve descrição das categorias observadas, feita com base no que vi nos campeonatos e nas descrições oficiais da IFBB-Brasil e IFBB-SC.

Bikini Fitness: Esta categoria foi reconhecida como modalidade esportiva em 2002. A definição e o volume muscular não são permitidos. A atleta deve apresentar um corpo simétrico, com baixo percentual de gordura. Beleza facial, simpatia, cabelo e maquiagem “de bom gosto” e graciosidade são levados em consideração na pontuação, segundo consta nas regras da categoria. São utilizados sapatos de salto alto, biquínis brilhantes e coloridos e joias grandes. As atletas estão sempre maquiadas e utilizam os cabelos soltos e longos. Desfilam no palco sorrindo constantemente, movendo muito os quadris e curvando as costas. Fazem movimentos suaves e ondulações com os braços. As poses para avaliação são todas relaxadas, sem flexionar os músculos. Em um momento da apresentação, é solicitado que as atletas caminhem até o fundo do palco e voltem novamente à frente, como um desfile. Esta categoria é usualmente descrita por atletas e árbitros como muito feminina e bonita.

Wellness: Categoria criada no Brasil em 2005, não sendo ainda reconhecida em competições internacionais. Foi criada para abarcar a maioria das mulheres frequentadoras de academias que não encontravam nas demais categorias um espaço para competir, por possuírem certa desproporção entre os membros superiores (que seriam menos hipertrofiados) e inferiores (mais volumosos). A atleta deve apresentar baixo percentual de gordura e tônus muscular moderado. Os músculos devem ter uma forma considerada “natural” e firme, priorizando a “beleza

estética e feminina” (entendidas como “curvas”). Também é considerada a desenvoltura no palco, sensualidade e carisma. A atleta desta categoria possui um físico parecido com a anterior, mas com os músculos inferiores mais desenvolvidos. A apresentação também é semelhante, tanto no desfile quanto nas poses, caminhada ao fundo do palco, joias, cabelo, biquíni, sapato e maquiagem. Esta categoria é muitas vezes descrita como uma alternativa à *Bikini Fitness*, por ser considerada feminina, mas mais condizente com os padrões brasileiros. Argumenta-se que a mulher brasileira possui pernas e glúteos naturalmente maiores e também uma disposição ou desejo maior para desenvolvê-los, tornando difícil enquadrá-la na categoria *Bikini*, que é caracterizada por pernas finas. No site da IFBB-Brasil, descreve-se o físico da atleta *Wellness* como voluptuoso e seguindo a “forma feminina natural”.

BodyFitness: Criada em 2002, a essa categoria apresenta volume muscular moderado, definição sem marcações, músculos firmes, baixo percentual de gordura e um corpo longilíneo em forma de “V”. O físico, segundo as regras da categoria, deve ter aparência considerada saudável e atlética. São avaliados cabelo, beleza facial, autoconfiança, equilíbrio e graça. São utilizados sapatos de salto alto, biquínis brilhantes e coloridos e joias grandes. As atletas usam maquiagem marcada e cabelos normalmente soltos, longos e estilizados. As poses são semirrelaxadas e não há poses compulsórias com flexão de músculos, nem rotina individual, apenas o quarto de voltas, no qual as atletas giram o corpo em quatro poses para mostrar cada lado do corpo, a frente e as costas. O número de atletas inscritas nessa categoria é menor que nas anteriores e seu volume muscular é maior.

Women's Physique: Oficialmente reconhecida como uma nova categoria em 2012, a *Women's Physique* apresenta baixo percentual de gordura corporal, simetria e definição muscular. Os músculos devem apresentar uma forma arredondada e firme, com volume moderado, mas “sem exagero”, segundo as regras da IFBB. Ainda assim, é a categoria que apresenta maior volume muscular entre as femininas. Entende-se que esta categoria quer ser musculosa, mas não quer “perder a feminilidade”. Também é considerada a desenvoltura e a personalidade na avaliação. As atletas se apresentam com biquínis sem brilho ou ornamentação (babados, renda, etc.), sem calçado e com poucas joias ou acessórios. Utilizam maquiagem, tintura corporal e cabelos longos e soltos. Os músculos superiores são mais desenvolvidos nesta categoria do que nas demais. Assim como a maioria das categorias masculinas e ao contrário das demais femininas, a *Women's Physique* possui poses compulsórias com flexão de músculos, além de uma rotina individual na qual a atleta

apresenta-se coreograficamente mostrando o máximo de músculos que puder ao som de uma música de sua escolha, que deve durar trinta segundos (metade do tempo das categorias masculinas). Esta categoria surgiu como substituta à Culturismo Feminino, que visava o desenvolvimento muscular ilimitado e que foi abolida, levando suas atletas a diminuir seu volume muscular para se enquadrarem na *Women's Physique*.

Culturismo Feminino: Categoria que originou o esporte, a Culturismo Feminino foi extinta nas competições promovidas pela IFBB. Destinada ao máximo desenvolvimento da musculatura, esta era a categoria feminina que mais se assemelhava às masculinas e ao objetivo tradicional do esporte (desenvolvimento muscular ilimitado). Suas atletas deveriam apresentar grande volume e definição muscular, atentando para proporção e simetria, sem “pontos fracos”, ou seja, sem grupos musculares subdesenvolvidos. Também se recomendava que as atletas preservassem a beleza e feminilidade “apesar dos volumes musculares”. O corpo deveria ter forma de “X”, com braços e pernas hipertrofiados e cintura fina. De acordo com Cintia Leão (2015), em 2012 a *National Physique Committee* (NPC)⁴ anunciou, em um seminário em Colorado (EUA) que a categoria Culturismo Feminino seria excluída das competições e, aos poucos, substituída pela *Women's Physique*. Ainda neste ano a IFBB excluiu e substituiu a categoria, seguindo os critérios da NPC de menor volume muscular e menos definição. As últimas competições profissionais (IFBB-PRO) da categoria Culturismo Feminino foram realizadas em 2014.

Como pode-se observar a partir da descrição das categorias, a mulher fisiculturista nem sempre corresponde ao estereótipo de grande volume e definição muscular. Trata-se de um esporte complexo e muito heterogêneo. As categorias apresentam diferentes valorizações dentro do esporte, sendo a *Women's Physique* e a *BodyFitness* consideradas mais sérias e mais respeitadas pelas confederações e atletas filiadas a elas, por possuírem maior volume e definição muscular. Por outro lado, as categorias *Bikini* e *Wellness* são mais admiradas, consideradas bonitas e femininas, tanto no contexto do esporte quanto fora dele. No decorrer deste trabalho identificarei possíveis diferenças e semelhanças no que diz respeito às noções de feminilidade das atletas de diferentes categorias, assim como as desigualdades existentes entre homens e mulheres no

⁴ A NPC é uma organização amadora de fisiculturismo dos Estados Unidos, reconhecida pela IFBB.

esporte. Para tal, descrevo abaixo as categorias masculinas de competição.

Fisiculturismo ou Culturismo Masculino: A categoria Culturismo, que, nos campeonatos, além do peso, costuma ser separada por idade – Fisiculturismo Júnior, Fisiculturismo Sênior, Fisiculturismo Master – é quase idêntica à correspondente feminina extinta, diferenciando-se apenas pela necessidade, na feminina, de apresentar-se “bonita”. Com a musculatura desenvolvida ao máximo em volume e definição, os atletas devem apresentar um corpo em forma de “X”. Competem de sunga, descalços e fazem poses compulsórias e rotina individual com a duração de sessenta segundos.

Culturismo Clássico: A categoria Culturismo Clássico é destinada a atletas que não desejam desenvolver a musculatura ao máximo, como na categoria anterior, mantendo um físico considerado mais “clássico”. Dessa forma, o peso dos concorrentes é limitado de acordo com sua altura, visando manter certa proporcionalidade do corpo⁵. Nessa categoria também há rotina individual e poses compulsórias. Também competem de sunga e descalços.

Men’s Physique: Reconhecida oficialmente em 2012, a categoria *Men’s Physique* tem objetivos semelhantes aos da *Bikini Fitness e Wellness*, sendo destinada a atletas que querem desenvolver a musculatura, mas sem construir medidas agigantadas, segundo a IFBB-Brasil, mantendo um aspecto atlético e “esteticamente agradável”. Como as categorias *fitness* femininas citadas, tem o objetivo de atrair novos atletas, mais público e patrocínio, trazendo visibilidade ao esporte. Ainda

⁵ Por exemplo, a relação entre peso e altura, com base nas regras do Campeonato Brasileiro de Fisiculturismo de 2016, promovido pela IFBB-Brasil, para o Fisiculturismo Clássico Júnior (até 23 anos):

- Até e incluindo 168 cm: (altura em cm – 100) + 0kg, totalizando 68kg no máximo;
- Até e incluindo 171 cm: (altura em cm – 100) + 1kg, totalizando 72kg no máximo;
- Até e incluindo 175 cm: (altura em cm – 100) + 2kg, totalizando 77kg no máximo;
- Até e incluindo 180 cm: (altura em cm – 100) + 3kg, totalizando 83kg no máximo;
- Acima de 180 cm até e incluindo 190 cm: (altura em cm – 100) + 4kg, totalizando 94kg no máximo;
- Acima de 190 cm e até e incluindo 198 cm: (altura em cm – 100) + 4,5kg, totalizando 102,5kg no máximo;
- Acima de 198 cm: (altura em cm – 100) + 5kg.

como nas categorias femininas, é avaliada a aparência, a personalidade e a desenvoltura no palco. Não há poses compulsórias ou rotina individual e os atletas competem descalços vestindo calção de banho, sendo que a musculatura das pernas não é avaliada.

O quadro abaixo apresenta uma comparação entre algumas das características de cada categoria que se mostram mais relevantes em suas aproximações e distanciamentos. Foram consideradas as visões predominantes sobre cada categoria dentro do contexto do esporte, levando em consideração as falas das atletas e árbitros, bem como posicionamentos oficiais das confederações.

QUADRO 1 – Categorias de competição

	Volume e definição	Avaliação da beleza	Considerada feminina	Considerada masculina	Valorização no esporte	Valorização fora do esporte
<i>Bikini Fitness</i>	--	++++	++++	----	--	+++
<i>Wellness</i>	-	++++	++++	---	--	+++
<i>Body Fitness</i>	+	+++	++	+	+	-
<i>Women's Physique</i>	++	++	+	++	++	---
Culturismo Feminino (extinta)	+++	+	-	+++	+++	----

Culturismo (masculino)	++++	-	----	++++	++++	-
Culturismo Clássico	+++	-	---	+++	+++	-
<i>Men's Physique</i>	+	++	+	-	--	+++

A partir do quadro, pode-se observar que o volume e a definição são inversamente proporcionais à avaliação da beleza das(os) atletas e à feminilidade atribuída a elas(es). Portanto, quanto maior o volume e a definição, menor a importância da “beleza” – segundo critérios dos árbitros – e menos feminina é considerada a categoria, tanto no esporte quanto no senso comum. Ao mesmo tempo, quanto maior o volume/definição, mais masculina é considerada a categoria e mais valorizada ela é no esporte. Temos, assim, três oposições básicas que parecem valer tanto para as categorias masculinas quanto para as femininas:

Volume e definição	Beleza
Masculinidade	Feminilidade
Valorização no esporte	Valorização fora do esporte

Dessa forma, categorias volumosas e definidas são consideradas masculinas e valorizadas no esporte (Culturismo masculino e feminino, Culturismo Clássico), enquanto categorias cuja beleza é analisada são consideradas femininas e (relativamente) mais valorizadas fora do esporte (*Bikini Fitness*, *Wellness* e *Men's Physique*).

3.1. ATLETAS ENTREVISTADAS

Foram entrevistadas sete atletas de diferentes categorias do fisiculturismo feminino. Apresento abaixo uma breve descrição das

atletas e, em seguida, uma tabela com algumas características de cada uma. Todos os nomes utilizados são pseudônimos para preservar suas identidades⁶. Os dados são referentes ao momento da entrevista.

Alessandra: Tem 34 anos, é branca, católica, está cursando mestrado e é professora de estética e cosmetologia. Casada há 14 anos, tem um filho de 13. Nasceu no Paraná e mora em Florianópolis há 7 anos. Sua categoria de competição é a *Bikini Fitness*.

Gabriela: Tem 30 anos, é branca, católica, tem ensino técnico e é gerente de marketing. Casada, sem filhos, nasceu e vive em um município da região do Vale do Itajaí em Santa Catarina. Sua Categoria de competição é a *Bikini Fitness*.

Isadora: Tem 23 anos, é parda, formada em educação física, trabalha como *personal trainer* e não tem religião. Mora junto com seu noivo e não tem filhos. Nasceu e sempre morou em Santa Catarina, tendo passado por três cidades diferentes. Atualmente mora em um município no Vale do Itajaí e trabalha em outro. Já competiu na categoria *Bikini Fitness*, mas mudou para a *BodyFitness*.

Lara: Tem 32 anos, é parda, está fazendo curso superior, é católica e trabalha como sub-gerente em uma loja de roupas e acessórios de praia e esportivos. É solteira, sem filhos, nasceu na região nordeste do país e mora em Santa Catarina há 14 anos. Compete na categoria *Bikini Fitness*.

Letícia: Tem 36 anos, é branca, tem ensino superior incompleto, é atea e trabalha como analista de recursos humanos. É casada e tem um filho. Nasceu no Rio Grande do Sul e mora em Santa Catarina. Compete na categoria *BodyFitness* e pretende mudar para a *Woman's Physique* dentro de um ano.

Maria: Tem 33 anos, é caucasiana, tem duas graduações, não tem religião, é educadora física e nutricionista do esporte e trabalha como preparadora física e nutricional para o esporte. É solteira e não tem filhos. Mora em Brasília. Competia na categoria Culturismo Feminino, mas, com a exclusão desta pela IFBB, teve que mudar para a *Woman's Physique* e diminuir suas medidas musculares para competir.

Milena: Tem 29 anos, é branca, graduada em *design* e trabalha na área. É católica, mas não frequenta nenhuma igreja. Mora com o namorado e não tem filhos. Nasceu em Florianópolis, onde ainda vive. No momento da entrevista, estava treinando para sua primeira competição, na categoria *Wellness* do Campeonato Estadual de Estreantes da IFBB-SC.

⁶ Sobre o anonimato nas pesquisas antropológicas ver Cláudia Fonseca (2008).

QUADRO 2 – Atletas Entrevistadas

Nome	Idade	Cor da pele	Grau de instrução	Estado civil	Filhos	Profissão	Categoria
Alessandra	34	Branca	Superior, mestranda	Casada	1	Professora de estética e cosmetologia	<i>Bikini Fitness</i>
Gabriela	30	Branca	Técnico	Casada	Não	Gerente de marketing	<i>Bikini Fitness</i>
Isadora	23	Parda	Superior	Noiva (morando junto)	Não	Personal trainer	<i>Body Fitness</i>
Lara	32	Parda	Superior (curso)	Solteira	Não	Subgerente de loja	<i>Bikini Fitness</i>
Letícia	36	Branca	Superior incompleto	Casada	1	Analista de RH	<i>Body Fitness</i>
Maria	33	Branca	Superior (duas graduações)	Solteira	Não	Educatradora física e nutricionista do esporte	<i>Women's Physique</i>
Milena	29	Branca	Superior	Morando junto	Não	Designer industrial	<i>Wellness</i>

A maioria das atletas entrevistadas é de classe média, branca, tem curso superior e não tem filhos. Nenhuma delas se autodeclarou negra e

todas se identificaram como heterossexuais. Quase todas são filiadas à IFBB-SC, com a exceção de Maria, a única da categoria *Women's Physique*, pois não foi possível entrevistar nenhuma atleta do estado em sua categoria. Isadora e Maria são as únicas atletas com profissões diretamente relacionadas ao esporte, enquanto as demais têm profissões diversas. Entretanto, outros tipos de trabalho, que não a preparação física, podem ter relação com o esporte, como no caso de Alessandra, que dá aulas sobre estética e cosmetologia, e disse que sua participação em um evento de fisiculturismo trouxe inúmeras oportunidades profissionais, além de parceria com empresas de suplementação.

3.2. “AMOR PELA DOR”

Durante as entrevistas, as atletas deram diferentes visões sobre o que seria o fisiculturismo, quando pedi a elas uma definição desse esporte. A maioria falou sobre sacrifício e esforço individuais, colocando o fisiculturismo como estilo de vida, como nos trechos a seguir:

Fisiculturismo para mim, significa um esporte onde exige muita dedicação, esforço físico e mental, coragem para enfrentar os desafios, um esporte que exige paciência e persistência. Onde você é desafiado a todo momento e que a única pessoa responsável pelo resultado é você. É um esporte que mexe com todos os seus sentidos e que faz com que você tenha um crescimento espiritual, pessoal e mental muito grande, mas que por incrível que pareça, no final tudo vale a pena. Fisiculturismo não precisa necessariamente subir aos palcos, mas sim, levar esse esporte como estilo de vida. (GABRIELA)

Para mim é um esporte onde cada atleta busca superação... Está em busca do melhor para si mesmo! (ISADORA)

Acima de tudo é um estilo de vida, pois trata-se de um esporte que muda toda sua rotina, seu corpo, sua mente. (LARA)

É um estilo de vida, que visa aumento da massa muscular, definição corporal, regras, disciplina, amor pela “dor”. (LETÍCIA)

Eu não tenho como falar muito agora porque eu estou começando. É um esporte como qualquer outro, mas é um esporte que depende muito de ti. Não é como um esporte de grupo que tu pode colocar a culpa no outro. É um chocolatinho que tu comeu que tá ali, é tudo em ti. (MILENA)

O fisiculturismo é entendido pelas atletas como uma forma de melhorar a si mesma e superar desafios. É um modo de inscrever no corpo os sinais da privação, do sacrifício e do esforço individual. Nenhuma das atletas entrevistadas coloca as competições como centrais na definição do esporte: é dada mais importância à construção e controle do corpo em primeiro lugar e à estética em segundo. Nesse sentido, na concepção de algumas atletas, o esporte pode existir independentemente das competições:

Eu tenho lido algumas coisas a respeito do fisiculturismo e teve um praticante que falou o seguinte: quem joga tênis, amadoramente, de forma amadora, é considerado um tenista. Quem joga um futebol, tem o seu grupinho, é considerado um jogador. E ele falou: quem pratica musculação diariamente poderia ser considerado um fisiculturista e não só aquele que vai pra campeonato, porque aquele que vivencia o esporte musculação diariamente, cuida da dieta, ele compreende tudo que um fisiculturista vive, que cuida da dieta, toma suplementação, né, pratica o esporte diariamente, esse seria o fisiculturista amador. E não aquele que participa de campeonatos. Então achei isso muito interessante. Porque eu conheço pessoas que não participam de campeonatos. Mas vivenciam fisiculturismo na sua rotina. Carregam suas marmitas, né, que isso faz parte, né. Toma sua suplementação diariamente, então eu vejo isso hoje. Fisiculturista não é aquele que participa de campeonato, mas é aquele que vive a filosofia, né. (ALESSANDRA)

A fala de Alessandra reforça a caracterização do fisiculturismo como estilo de vida, na medida em que ele é feito na rotina e no dia-a-dia, afastando a definição do esporte pelos campeonatos. Para ela, ser fisiculturista é ter uma rotina de construção do corpo por meio de exercícios e dieta, não tendo necessariamente relação com competições.

Quando questionadas sobre as qualidades necessárias para se tornar fisiculturista, as atletas respondem:

A pessoa deve ser dedicada, focada, esforçada e otimista (GABRIELA)

Primeiramente disciplina. Muita força de vontade (ISADORA)

Força de vontade, persistência e paciência. (LARA)

Garra, determinação, disciplina, o fato de não estar satisfeita nunca, sempre querer mais, procurar o melhor de si mesma. (LETÍCIA)

Eu acho que se a pessoa quiser ela consegue. Mas é sofridinho. (MILENA)

Assim, são destacadas características como disciplina, força de vontade e determinação. É um esporte “sofrido” que só pessoas muito determinadas, com gosto pela superação pessoal, conseguem praticar e permanecer nele.

Além do “estilo de vida”, outras definições de fisiculturismo são pautadas na centralidade da estética, como nas falas a seguir:

[Como você definiria fisiculturismo?]
Como único e exclusivamente o culto ao corpo. Culto ao corpo. E muitas vezes, é, o culto ao corpo na sua maior profundidade da estética. E muitas vezes sem nenhum olhar para a saúde. É o culto e a estética absoluta ao corpo, né, porque às vezes as pessoas fazem um culto ao corpo mas pensam um pouco na saúde, no bem-estar, no fisiculturismo não: é 100% o culto ao corpo. A estética do corpo em primeiro lugar. (ALESSANDRA)

Esporte cuja finalidade é a evolução máxima do físico. Tendo em vista o objetivo da categoria como padrão. (MARIA)

Segundo essas visões de Alessandra e Maria, o fisiculturismo consiste na adequação do corpo a uma estética específica. Na fala de Alessandra, porém, aparece uma crítica: o esporte nem sempre corresponde ao ideal de saúde dessa atleta. Pelo contrário, ela considera que pode até mesmo ser prejudicial nesse sentido. Entretanto, apenas o treinamento pré-competição (fase *on*) é visto como não saudável,

enquanto a rotina de atleta é saudável, contanto que se faça acompanhamento médico.

3.3. MANIPULAÇÕES DO CORPO

Segundo José Carlos Rodrigues (1983), as pessoas lançam mão dos mais variados recursos para se aproximarem do ideal de estética corporal socialmente definido. Assim, destacam, definem e atenuam determinadas características de sua aparência através de dietas, exercícios, pinturas e cirurgias.

De acordo com Le Breton (2006), a apresentação física parece valer socialmente pela apresentação moral. As aparências são classificadas num sistema implícito, que fundamenta um código moral das aparências, tornando impossíveis quaisquer incoerências. A apreciação da aparência do outro coloca-o numa categoria social ou moral de acordo com suas marcações, como vestimentas, forma do corpo, do rosto e adornos. Os atores manipulam sua própria aparência, renovando as marcas em busca de uma maior valorização através de roupas, cosméticos, práticas esportivas etc. No caso do fisiculturismo, o corpo hipertrofiado sinaliza força de vontade, dedicação e disciplina.

Lugar privilegiado do bem-estar e do parecer bem através da manutenção da juventude (frequência nas academias, ginástica, *bodybuilding*, cosméticos, dietética, etc.), o corpo é o objeto de constante preocupação. Trata-se de satisfazer a mínima característica social fundada na sedução, que dizer, no olhar dos outros. O homem mantém com o corpo, visto como seu melhor trunfo, uma relação de terna proteção, extremamente maternal, da qual retira um benefício ao mesmo tempo narcíseo e social, pois sabe que, em certos meios, é a partir dele que são estabelecidos os julgamentos dos outros. Na modernidade, a única extensão do outro é frequentemente a do olhar: o que resta quando as relações sociais se tornam mais distantes, mais medidas.” (LE BRETON, 2006, p.78)

As sociedades de tipo individualista, nas quais os atores estão separados uns dos outros, caracterizam o corpo como elemento isolável da pessoa a quem dá fisionomia, funcionando como uma fronteira para delimitar a soberania da pessoa em relação aos outros. Em sociedades

tradicionais e comunitárias cada ator representa a singularidade na unidade diferencial do grupo, ninguém se distingue do grupo e, portanto, o corpo não existe como elemento de individuação (LE BRETON, 2006).

O ser humano possui uma imensa plasticidade de seu organismo, tornando-o capaz de se adaptar a diversas situações. Nenhum outro animal transforma o próprio corpo voluntariamente como o homem, com remoção, perfuração ou deformação de órgãos, derramamento de sangue, extração de dentes. Diferentes povos consomem alimentos completamente diferentes uns dos outros, utilizam diferentemente a energia muscular, as partes do corpo. “A respiração, os gestos, a voz, a fome, apresentam-se com fisionomias particulares em cada povo.” (RODRIGUES, 1983, p.95). Assim, as modificações e marcas corporais são diferentes em cada sociedade e, com elas, os atores são integrados simbolicamente no interior de sua comunidade, separando-o das pessoas de outras comunidades e da natureza. Elas são elemento de humanização da pessoa. Retratam valores da sociedade e o lugar ocupado por cada um na estrutura social (LE BRETON, 2006, p.60).⁷

No fisiculturismo, o corpo é produto e produtor de uma estrutura simbólica específica, voltada para o controle total de suas formas físicas. São necessários processos contínuos de produção dessas formas, movidos por uma vontade de se enquadrar em um padrão estético e de “estilo de vida” observado e admirado em outras pessoas, que sugere autocontrole.

A maioria das atletas relata que seu interesse pelo fisiculturismo surge a partir de incentivos de amigos ou conhecidos que já têm contato com o esporte. Entretanto, todas elas praticavam exercícios físicos anteriormente à preparação para as competições.

Assim, eu já treino desde os 18 anos, porém há um ano atrás eu percebi algumas alterações estéticas no meu corpo. E eu decidi então buscar um nutricionista para que eu me alimentasse adequadamente. A gente sempre acha que se alimenta direito, né. Mas nós não somos profissionais da área da alimentação. Aí busquei um nutricionista e comecei um treino mais regrado, um treino diário, né. Um treino feito por um *personal trainer*, e comecei isso há um ano atrás. Quando completou 6 meses de dieta, de treino, 6 meses de dieta e treino, eu percebi que meu corpo havia mudado muito. E como eu comecei a me

⁷ Para uma breve revisão das abordagens antropológicas sobre corpo e corporalidade, ver Sônia Maluf (2002).

envolver com treino, estudar o processo de treino, estudar um pouco mais a dieta, eu comecei a buscar isso na internet. E descobri os campeonatos. E quando eu descobri os campeonatos, como eu te falei, os campeonatos estreados são acessíveis. A todos. E depois de 6 meses eu pensei: por que não? Né, se eu estou... se eu me vi próximo da categoria *fitness*. (ALESSANDRA)

Iniciei no esporte exclusivamente para competir em janeiro de 2014, participei de 3 campeonatos no mesmo ano, mas hoje sou apenas praticante, não sou mais atleta de palco. Tudo começou através do meu primo [...]. Fui assistir ele em um campeonato e me apaixonei pela categoria *Bikini*, foi aí que tudo começou... na época fazia *Personal* com ele, então por incentivo dele, em janeiro comecei minha preparação. (GABRIELA)

Sempre fui atleta. Jogava vôlei, handebol. E com 18 anos comecei na academia e desde então não parei mais. (ISADORA)

Em 2011 quando acompanhava a Alice Matos, eu ficava encantada com o corpo dela, olhava as fotos que ela fazia para sua marca e aquilo me inspirou a voltar a treinar, quando descobri que ela ia participar do seu primeiro campeonato, acompanhei tudo até chegar no internacional para entender como funcionava o esporte. Daí em diante o amor só cresceu, assistia todos os campeonatos, pesquisava muito e na época não encontrava muita coisa, até chegar a hoje. [Já praticava outra atividade física antes? Quando começou a treinar?] Sempre fui apaixonada por esporte e era atleta de vôlei quando morava na Bahia, aqui com toda a mudança de rotina e tudo mais fiquei muito tempo parada. Em 2011 comecei a malhar apenas e somente em 2014 comecei a treinar de verdade. (LARA)

Me interessei faz seis anos, depois de começar a pegar gosto pela musculação e ver mudanças significativas no meu corpo, tendo como

ícones pessoas que seguem esse padrão. [Já praticava outra atividade física antes? Quando começou a treinar?] Praticava *Pump*, RPM e *Jump*. Não mudavam o corpo. Musculação comecei uns dois anos depois. (LETÍCIA)

Desde sempre... pratico musculação e nutrição apropriada há 15 anos, muitos anos antes de ser competitiva. Então um dia entendi que eu sou Fisiculturista e comecei a competir. Aí eu entendi que entre simplesmente treinar pra ter uma boa forma é *completamente* diferente de esporte. (MARIA)

Eu sempre pratiquei esportes e fiz academia, né, musculação. Eu comecei a gostar da musculação quando eu comecei a ver resultado. Aí as pessoas começaram a me perguntar se eu ia competir e eu falava que não, eu não sabia que competição era essa. Aí eu fui perguntar que competição é essa e não fiquei com muita vontade, mas meu namorado acabou me convencendo a competir. [Teu namorado é fisiculturista?] Não. Aí o Raul [treinador] me mostrou as categorias e eu decidi participar. (MILENA)

Em uma pesquisa com homens e mulheres fisiculturistas de categorias hipertrofiadas dos Estados Unidos, Jennifer Wesely (2001) identificou que, entre os atletas homens, as motivações para a prática do fisiculturismo tinham raízes em construções sociais dominantes de gênero. Quando crianças, estes atletas foram zombados ou sentiam-se inseguros e sem poder, vendo no corpo masculino musculoso uma possibilidade de poder. Em contrapartida, as mulheres diziam ter iniciado o esporte como alternativa para outras versões mais admiradas socialmente de corpos femininos às quais era difícil se adequar, como ser magra, por exemplo. Enquanto os homens viam o corpo musculoso como símbolo de poder masculino e repúdio à fraqueza feminina, as mulheres, mesmo não reconhecendo o corpo hipertrofiado como ideal, ainda viam nessa estética a possibilidade de controle do corpo e atenção masculina. (WESELY, 2001). A especificidade brasileira que resulta na criação da categoria Wellness é que existe um ideal de corpo feminino diferente daquele relacionado à magreza e à fragilidade e voltado ao volume muscular nos membros inferiores. Por esse motivo, a musculosidade

pode, para aspirantes à categoria *Wellness* significar a adequação a ideais estéticos considerados adequados e desejáveis a um ideal de feminino.

Segundo Wesely (2001), um grande motivador para homens e mulheres iniciarem a prática do fisiculturismo é que este esporte os faz se sentirem poderosos. Letícia, Milena, Lara e Alessandra identificam o controle do corpo e a construção estética do mesmo como importantes fatores para a prática do fisiculturismo - seja para se sentirem bonitas, seja para se sentirem poderosas.

3.4. “ESTILO DE VIDA”: A ROTINA DE ATLETA

Eu por exemplo acordo 6 horas da manhã todos os dias, né. Pratico meu esporte das 7 às 8 da manhã. Então o que me faz levantar 6 horas, né. Preparar o meu café da manhã. É o desafio. O desafio comigo mesma, é eu me sentir bem com aquilo, né. Agora que eu não estou na fase de campeonato eu percebo que a minha alimentação está muito mais saudável porque não faço grandes restrições. Tirar muito carboidrato não é saudável, mas eu me alimento de carboidrato saudável, eu gosto de me alimentar com frutas, eu gosto de comer frutas. E eu percebo poxa, o fisiculturismo dentro desse momento, a gente chama o pré-campeonato, antes do campeonato. Como ele é mais saudável. Eu pratico o esporte e consigo me alimentar bem. Agora a partir do momento que eu vou para um campeonato muda tudo. Inclusive eu fui classificada para o [Campeonato] Catarinense, eu nem imaginava que isso ia acontecer.... E eu desisti do Catarinense. Desisti. Porque me preparar de novo é muito cansativo. Existe um outro campeonato que é o Sul Brasileiro que é em novembro, aí até lá se eu estiver bem-disposta, como é que vai estar a minha agenda, né que eu estou agora em fase de estudo. E como eu te falei: muitos de nós não vivemos do esporte. Nós temos nossas profissões, nosso trabalho, nossa vida. Então conciliar uma dieta muito restrita com tudo isso é muito difícil. Porque você vai ficando fraco. Você vai ficando cansado, ficando fraco, ficando fraco. E daí precisa de um momento específico para essa preparação. Mas acabei desistindo, até pensei

que meu preparador físico ia ficar chateado, mas daí ele compreende, ele fala “ai, Alessandra... tu já é uma vencedora” porque eu fui a mais... não vou dizer mais velha. A mais madura de todas da minha categoria, né. Então foi muito legal também eu me ver na idade que eu estou, 34 anos, com um filho, né, conseguir construir o meu corpo de uma forma, pode-se dizer saudável, sem anabólicos, e competir num campeonato de fisiculturismo. E eu vou te dizer uma coisa, Helena, eu tive uma repercussão... aí eu percebi. Primeiro assim, primeiro eu fiquei realmente espantada. Com tudo que aconteceu. Pós campeonato. Eu tive mais de 7 mil visualizações. Nas redes sociais. Eu recebi mensagens que até hoje eu não consegui responder. De tanto que eu recebi. Então eu percebi o quanto as pessoas admiram isso. Mas admiram mais pela estética. Aham bonito. Porque elas não fazem ideia do universo que é, da preparação, né, para ti ter uma ideia eu fiquei 36 horas sem beber uma gota de líquido. Para secar o corpo. Mas isso são coisas que eu não divulgo muito para as pessoas porque eu tenho medo que as pessoas façam certas coisas, né. Ah então vou ficar sem beber água para ficar assim, né. Então, mas eu acho que isso me deixou muito cansada também. Eu fiquei exausta depois disso. Exausta. Para ti ter uma ideia hoje completa 30 dias, eu estou até agora, tu vê, né, vivendo aquilo que eu vivi. Aqui com você eu estou vivendo uma história. Daquilo que eu vivi. Mas assim, ó, empresas de suplemento entraram em contato comigo. Pessoas que eu não conheço. Nossa, como é que você conseguiu? Com trinta e... o que chamou muita atenção foi a idade. Né. Não existe idade, tá? No fisiculturismo não existe idade. (ALESSANDRA)

A construção do corpo no fisiculturismo é dividida em duas fases principais. A fase *off*, *bulk* ou pré-campeonato é a maior parte da vida de atleta. É quando não há um campeonato próximo e se está apenas mantendo a forma ou aumentando a massa muscular. A segunda fase, *on*, *cut* ou fase de campeonato tem o objetivo de secar o corpo - literalmente. Cerca de um mês antes do campeonato, tudo se volta para diminuir a gordura corporal, e a retenção de líquido para definir os músculos. Ela se intensifica à medida que se aproxima o dia do campeonato e só termina

depois de descer do palco. Depois, volta-se para a fase *off*. Essa separação se pauta na ideia de que é muito difícil produzir massa muscular e perder gordura ao mesmo tempo, pois para o primeiro seria necessário um excedente calórico e, para o segundo, um déficit.

Eu tive que perder seis quilos. Para me enquadrar na categoria. Seis quilos de... tentar reduzir o máximo da gordura para ficar a musculatura mais exposta. E com isso precisei reduzir três quilos, mas existe uma preparação. Até aquele momento eu estava ganhando peso, ganhando massa e vem gordura, seis meses. Aí quando completou uns oito meses que eu fui participar do campeonato. Então precisei reduzir o máximo de gordura possível para ressaltar a musculatura. (ALESSANDRA)

Mesmo nas categorias com menos volume muscular as duas fases se fazem presentes, como conta Alessandra, da categoria *Bikini Fitness*. Sua categoria caracteriza-se pela magreza e pouco volume muscular, mas ainda assim tem a musculatura minuciosamente desenvolvida - tomando cuidado para não ultrapassar os limites da categoria. A citação a seguir, retirada de um *post* sobre as fases de alimentação esportiva, explica o princípio da fase *bulk*:

A dieta da fase de *Bulk* é a que você vai ingerir mais comida do que normalmente necessita. Geralmente, as refeições são divididas em seis e em todas elas devem estar presentes porções de proteínas, carboidratos de baixo índice glicêmico e gorduras vindas de boas fontes. A única exceção em relação aos carboidratos é na refeição pós-treino, em que eles devem ser de alto índice glicêmico.⁸

A alimentação com excedente calórico é combinada com exercícios de musculação com carga pesada. O intenso desgaste muscular e o consumo de macronutrientes específicos em cada momento (por exemplo, carboidratos e proteínas de rápida absorção logo após o exercício) são necessários para a regeneração muscular, resultando no crescimento. Além disso, o descanso também é de suma importância. Atletas e treinadores argumentam que os músculos se recuperam e, conseqüentemente, crescem, no momento do repouso e não durante o

⁸ Bulk e Cut: Crescer e só depois definir. Disponível em: <<http://mude.nu/bulk-e-cut-crescer-o-corpo-e-so-depois-definir/>>. Acesso em 25 de maio de 2016.

exercício físico. Todas essas práticas da fase *bulk* são vistas como saudáveis:

É um esporte saudável! A gente come frutas. Entendeu? Outra: o fisiculturismo cultiva muito uma boa noite de sono. Dormir bem. Acordar cedo, dormir cedo. (ALESSANDRA)

A rotina de exercícios difere de acordo com a categoria e aspectos individuais da atleta. Milena, por exemplo, que compete na categoria *Wellness*, relata que precisou diminuir seus volumes musculares nos braços, pois eles eram muito hipertrofiados para a categoria - já que ela praticava musculação anteriormente, sem intenções de competir. Para isso, precisou parar de exercitar os braços:

Mas eu tive que diminuir, eu parei de treinar braço porque estava muito forte para a categoria. (MILENA)

O mesmo pode acontecer com qualquer outro grupo muscular, dependendo da categoria. Na categoria *Bikini* não se pode ter os músculos muito desenvolvidos em nenhuma parte do corpo. Na *BodyFitness*, deve-se manter um formato de V, sendo os membros superiores mais desenvolvidos do que os inferiores. De acordo com o corpo de cada atleta, o treinador ou treinadora monta seu treino - rotina de exercícios físicos, com o número séries (quantas vezes se faz o exercício), de repetições (quantas vezes se repete o mesmo movimento por série), intervalo entre as séries (tempo de repouso entre uma série e outra) e sequência dos exercícios. Normalmente são feitos treinos diferentes para cada dia da semana, separando por grupos musculares – com o objetivo de moldar cada parte do corpo para adequá-lo ao padrão da categoria, seja aumentando ou diminuindo a musculatura, e ajustar proporção e simetria. Mais do que o exercício, porém, a dieta é apontada como o fator mais importante e, ao mesmo tempo, mais difícil para o sucesso no fisiculturismo:

Eu digo que o exercício é uma das coisas mais fáceis e prazerosa. O exercício é fácil e prazeroso. O que é mais difícil é a dieta. Não que seja restrita. Eu me alimento a cada três horas, como carboidrato de boa qualidade, proteína de boa qualidade. As pessoas que às vezes passam o dia comigo... “Nossa, Alessandra, eu pensava que tu não comia, tu come mais que eu!”. Mas é, a alimentação adequada, mas a gente vive hoje num período da industrialização dos alimentos. Tudo é industrializado. E tudo é gostoso. As bolachas são

gostosas. Os pães são gostosos. O açúcar é gostoso... né? Então, você quando se torna um fisiculturista amador você não vive mais dessa dieta. E tudo que você se alimenta você faz. Porque senão tudo é industrializado. Então isso é o maior desafio. Isso é a maior disciplina. Que é você preparar as suas refeições. Que é você carregar as suas refeições. Que é você viver as tentações de uma pizza. Né. De um cachorro-quente. Eu como já estou há mais de um ano e pouco seguindo uma outra dieta longe desses conceitos a minha gula já... a minha vontade já se passou. Mas o desafio maior é a dieta. E quando a gente vê um corpo desenvolvido... Eu tenho algumas fotos que eu mostro para algumas pessoas e eles falam “meu deus! Quanto tempo você passa na academia por dia?” Eu fico 45 minutos por dia na academia. Mas aquilo é a dieta. Aquilo é a alimentação. O fisiculturismo, ele é baseado na alimentação. Alimentação e suplementação. Porque a gente não consegue buscar tudo na dieta. Precisa de uma suplementação também. Mas acredito que a maior disciplina, o maior foco é a alimentação. Sem dúvida, o maior desafio. Porque se você parar para pensar tudo é a comida hoje em dia. Tudo é comida. Né, você vai visitar alguém... as pessoas te servem uma comida. Você está triste você come, você está feliz você come, você comemora você come. Então... e a vida social daí se torna difícil. Mas eu sou muito discreta, eu vou, consigo me dar bem nessa situação. (ALESSANDRA)

A dieta aparece nas falas das atletas como um dos pontos de maior sacrifício, porque instrumentaliza-se a alimentação, que antes correspondia ao prazer e à sociabilidade em suas vidas. A comida passa a ser combustível e matéria prima para a construção do corpo. Segundo Rodrigues (1983, p.65), o que define o que é ou não é alimento, o que deve ou não deve, e quando deve ser consumido e por quem deve ser consumido como alimento, são as convenções sociais. Nesse sentido, para o autor, é ilusório pensar que o sistema gastro-intestinal é aquele por meio do qual o corpo se relaciona fundamentalmente com objetos. Essa relação é particularmente clara no fisiculturismo. A alimentação é completamente instrumentalizada e só se come o que é conscientemente definido como permitido, normalmente pelo treinador ou treinadora, ou nutricionista. Alguns alimentos são permitidos em algumas fases e proibidos em outras.

Atletas consideram que, enquanto outras pessoas cedem a vontades entendidas como mais ou menos fisiológicas, elas compreendem e manipulam suas necessidades para produzir formas corporais.

À medida que se aproxima a data do campeonato, a dieta e o treino mudam, intensificando-se.

Treino eu faço todo dia. A dieta eu sigo todo dia. Então eu estou sempre semi-preparada. Semi-preparada. A partir do momento, 30 dias antes eu tenho que decidir. Se eu vou ou não vou. Aí 30 dias antes eu decido, muda todo processo. Aí muda a dieta. Mas tem pessoas que dizem ai, não sei, vou competir ano que vem, aí muda a dieta, come qualquer coisa. Como eu estou sempre semi-preparada, decidir é fácil. Só vai a questão de tempo. (ALESSANDRA)

Começa, então a fase *on*, que para Alessandra é 30 dias antes do campeonato, mas pode variar de acordo com a categoria e especificidades da atleta. Nessa fase, o objetivo é colocar em evidência a musculatura que já foi trabalhada antes. Para isso, é necessário diminuir o percentual de gordura corporal, já que a gordura fica localizada acima da musculatura. Diminuindo essa camada, a musculatura se torna mais visível. Além disso, a retenção de líquido é um fator importante para a definição muscular:

A dieta de um fisiculturista ela é muito baseada em alimentos que não retenham líquido. Porque se você incha a musculatura não aparece, né, então ela é baseada nesse conceito. (ALESSANDRA)

O consumo de carboidratos diminui, assim como o total de calorias. A ideia, nessa fase, é consumir menos do que o organismo gasta, utilizando a gordura corporal como fonte de energia. Junto com a gordura, perde-se também alguma massa muscular, motivo pelo qual o treino de força continua, mas agora combinado com mais exercícios aeróbicos (corrida ou ciclismo, por exemplo) para aumentar o gasto calórico. A última semana é ainda mais intensa, restringindo muito a dieta. As atletas relatam que, nessa fase, sentem-se fracas, sensíveis e de mau humor. As horas que antecedem o campeonato são as mais extremas: não só se evita a retenção de líquidos, mas desidrata-se o corpo propositalmente para deixar a musculatura mais marcada possível:

Aquela semana [que antecede a competição] é uma semana de apenas peito de frango e folhas verdes. São sete dias. Peito de

frango, folhas verdes e 36 horas sem colocar uma gota d'água na boca. (ALESSANDRA)

Para complementar a alimentação e ingerir mais nutrientes considerados importantes para o desenvolvimento muscular, são utilizados diferentes suplementos alimentares.

Os suplementos são utilizados quando há deficiência de algum alimento na dieta ou quando a atleta necessita de absorção rápida em seu organismo. Eles são importantes alternativas para complementar a alimentação, pois seus efeitos anabólicos são considerados normais do organismo humano. Estes são instrumentos legais e de fácil acesso, dentre os mais utilizados podem-se destacar o carboidrato, a proteína (ou complexo de aminoácidos), a cafeína e as anfetaminas. (LEÃO, 2015, p.25)

O suplemento mais conhecido é o *Whey Protein*, proteína isolada do soro do leite, que garante uma absorção rápida das proteínas e é utilizado principalmente no pós-treino (imediatamente depois do exercício físico). Além do *Whey Protein* existem outros suplementos de proteína, que é um macronutriente essencial para o reparo muscular. São utilizados também suplementos de ácidos graxos ômega 3, BCAAs (*Branched Chain Amino Acid*), maltodextrina, dextrose e outros tipos de carboidratos, creatina, glutamina, HMB (*hydroxy beta-methylbutyrate*), óxido nítrico (NO₂), vitaminas e sais minerais. Estes suplementos são normalmente encontrados em forma de cápsulas ou em pó, mas existem também outros produtos como barras de proteína e alimentos como biscoitos preparados com suplementos, que prometem oferecer alto valor nutricional.⁹

Para a preparação para os campeonatos, além do treino usual, com exercícios físicos, e da alimentação regrada, faz-se necessário um treino das poses de competição, chamado de treino técnico. Existem cursos de poses promovidos pela IFBB, no qual atletas, filiadas(os) à Federação, ensinam os inscritos a se posicionar no palco. Em 2016, um curso de poses da IFBB-SC custava 150 reais por inscrito, incluindo material. Entretanto,

⁹ Existem diversos textos em blogs que explicam a função dos suplementos alimentares na alimentação de fisiculturistas. Por exemplo: Os Melhores Suplementos Alimentares para Praticantes de Musculação. Disponível em: <<https://fisiculturismo.com.br/mat%C3%A9rias/suplementos/os-melhores-suplementos-alimentares-para-praticantes-de-muscul%C3%A7%C3%A3o-r18/>> . Acesso em 29 de maio de 2016.

tal curso não é obrigatório, e o próprio treinador da(o) atleta pode ensinar as poses.

Mas o treinador, ele também te orienta com relação a esses posicionamentos, que são muito importantes. Às vezes você não está com uma boa musculatura. Mas as poses, as tuas poses são tão bem-feitas, ressaltam tão bem a tua musculatura que você acaba tendo uma boa pontuação pelo teu desenvolvimento no palco. (ALESSANDRA)

Assim, o treino técnico pode ser realizado em cursos de poses, ou em treinos com o *personal trainer*. Nele, as atletas utilizam biquíni (podendo ser o de competição ou não) e o calçado que vão utilizar, pois o salto alto influencia o resultado das poses. Assim, a atleta treina as poses e também a desenvoltura, enquanto o treinador dá dicas comportamentais, como nos exemplos a seguir, que são falas de Raul, treinador de Milena, durante o treino técnico:

Uma olhadela despretensiosa [para a plateia] vale bastante. (RAUL)

Inclina o ombro para a frente. Dá uma insinuada com o ombro, uma seduzida. (RAUL)

Aparentemente tu ficas mais tranquila, mais natural com a mão direita na cintura. (RAUL)

A pose não é estática, é fluida, dinâmica. (RAUL)

Fica rindo o tempo inteiro. Conta muito o sorriso. Até porque, quando ri, o abdômen trinca. (RAUL)

Vemos, assim, que o treino técnico envolve tanto os posicionamentos quanto aspectos relacionados ao carisma, simpatia e beleza. Como foi dito anteriormente na descrição das categorias, os árbitros avaliam não só as formas físicas, mas também estes atributos e as atletas devem mostrar-se simpáticas, sedutoras, femininas e sensuais. Tais características não são, portanto, intrinsecamente presentes nas mulheres, mas precisam, ao contrário, ser treinadas através da repetição.

Durante o treino técnico, a atleta Luiza, da categoria *Wellness*, que não quis ser entrevistada, comentou que a rotina de poses “já está no automático”, que não precisava mais pensar para fazê-la. O treino das poses consiste na inscrição de uma técnica corporal (MAUSS, 1974)

específica do esporte e da categoria de competição no corpo. Este corpo é educado com o exercício repetitivo, até que a atitude corporal desejada seja naturalizada, ou, como para Luiza, automatizada. Essa naturalização das poses é entendida pelos atletas como uma “memória muscular”, por meio da qual os músculos se acostuariam a ficar na mesma posição e contração.

3.5. ANABOLIZANTES ESTEROIDES

Aí é muito engraçado, porque assim: o fisiculturista não usa drogas. Porque tem que cuidar do corpo. Mas o anabólico não deixa de ser uma droga. Né? Entendeu? [...] Né, tu percebe que o anabólico ele tá tão internalizado, ele não é visto como droga. Entendeu? Ele não é visto como droga. Só que a gente tem que ver assim, ó. Não é todo praticante de fisiculturismo que vai tomar o anabólico. Né, é aquele que quer gerar um volume muscular enorme. É aquele que vai participar de um campeonato de uma categoria que tem que ter volumes enormes. Mas aquele que vive os princípios, como eu que vive o dia-a-dia, que vive a cultura, que vive a dieta, que vive o exercício, não precisa. (ALESSANDRA)

Entre as atletas entrevistadas por Wesely (2001), as competições *fitness*, que correspondem às categorias *Wellness* e *Bikini Fitness* da IFBB, aparecem como uma alternativa ao uso de drogas para as mulheres – que, nas categorias de *bodybuilding*, seria inevitável – ao passo que não são vistas como apropriadas para os homens, por serem consideradas feminilizantes. Entende-se, portanto, que o uso de drogas é apropriado para homens e indesejável para mulheres. No Brasil, as competições *fitness* e de fisiculturismo são realizadas em conjunto e não há uma separação marcante entre elas. Aqui, as atletas *fitness* também se consideram fisiculturistas.

A IFBB é signatária do Código Mundial Antidopagem e tem seu próprio manual de regras antidopagem aprovadas pela Agência Mundial Antidopagem (WADA-AMA), ou *World Anti-Doping Agency* (WADA). O Código se fundamenta na preservação do “espírito desportivo” e “jogo limpo”, indicando que a dopagem seria contrária a esses valores. De acordo com ele, cada organização deve estabelecer normas e procedimentos que garantam que todos sob a sua autoridade e de suas

organizações filiadas sejam informados acerca dos regulamentos antidopagem e em vigor (AGÊNCIA MUNDIAL ANTIDOPING, 2015). A IFBB segue a Lista de Substâncias e Métodos Proibidos do Código, não sendo, portanto, permitida a dopagem no esporte, definida como a violação de uma ou mais normas enunciadas no Código. A proibição do uso de substâncias e métodos é dividida entre Em Competição e Fora de Competição, não sendo considerada uma violação a utilização de substâncias proibidas Em Competição em circunstâncias fora de competição.

São proibidos em ambos os casos agentes anabólicos, hormônios peptídicos, fatores de crescimento, substâncias relacionadas e miméticos, beta-2 agonistas, moduladores hormonais e metabólicos, diuréticos e agentes mascarantes, manipulação de sangue e componentes do sangue, manipulação física e química e dopagem genética. São proibidos apenas Em Competição estimulantes, narcóticos, canabinóides e glicocorticóides.¹⁰

A conformidade da IFBB com a proibição de substâncias, entretanto, não parece muito clara para algumas atletas:

É permitido. Eu acho que é a única, um dos poucos esportes que se faz o *doping* e isso eu vou te dizer que foi uma das coisas assim que me deixou um pouco desmotivada até, né, eu não faço uso dos anabólicos. Até porque a categoria na qual eu vou competir é uma categoria de uma mulher magra, mas a musculatura definida. Então o que tu consegues só reduzindo a dieta, uma dieta restrita. Com a dieta e o exercício tu consegues chegar nesse corpo. Só que mesmo assim existe o uso dos anabólicos, né, então é um esporte que se você não se enquadra neste perfil de droga você não consegue, por exemplo, ser uma campeã. Então eu quando fui participar do campeonato eu quis muito viver aquele momento, então mesmo sem o uso das drogas eu percebia que eu estava bem, né, até fiquei numa boa colocação. Mas é como se o uso das drogas fosse algo que faz parte. Faz parte. Ser fisiculturista é como se o uso das drogas fizesse parte. [...] Mas é difícil a gente encontrar hoje um

¹⁰ A descrição e os efeitos de cada uma dessas substâncias e métodos escapa aos interesses deste trabalho. Para mais detalhamento ver a A Lista Proibida de 2016. Disponível em: <<http://www.bestswim.com.br/wp-content/uploads/2016/01/lista2016.pdf>>.

atleta que faz parte disso que não use elas. Até porque gerar massa muscular é uma das coisas mais difíceis que existe, né. Então... E existe o uso dos anabólicos indiscriminado, né, e existe o uso dos anabólicos de uma forma mais controlada. Tem pessoas que compram esses anabólicos através da *internet*, né, tem pessoas que fazem acompanhamento médico, né, então existe também, assim, uma padronização para o uso dessas medicações. Alguns com acompanhamento e outras pessoas amadoras não. Isso gera problemas de saúde, a longo prazo, terríveis. (ALESSANDRA)

A diferença entre o que chamam de uso indiscriminado de anabolizantes e uso com acompanhamento médico é considerada importante entre atletas do fisiculturismo. O primeiro tipo de uso é considerado prejudicial ao atleta e ao esporte como um todo.

Depende, muitas pessoas ainda usam os AES [Anabolizantes Esteroides] indiscriminadamente, criando uma barreira, e preconceito acerca disso, o uso deve ser racional e com acompanhamento médico. (LETÍCIA)

O acompanhamento médico, por outro lado, é visto como garantia de saúde, tornando o uso dessas substâncias aceitável dentro do esporte:

É comum o uso de anabólicos não hormonais e hormonais também, com devido acompanhamento e orientação de várias especialidades dentro do esporte; como médicos, nutricionistas e técnicos. Cada um na sua função. (MARIA)

O uso de anabolizantes é, em geral, visto como normal e constituinte do esporte, mas nenhuma das atletas entrevistadas admitiu fazer uso dessas substâncias.¹¹ O uso indiscriminado é criticado tanto por ser prejudicial à saúde quanto por criar e reforçar um estereótipo que, segundo elas, não corresponde à realidade do esporte.

Eu vejo como um esporte como qualquer outro. Mas a sociedade acha que é um monte de “bombado”, que só porque tu estás lá tu usas anabolizante, e não pode. Eu tive que assinar uma declaração dizendo que eu não uso nenhum anabolizante. (MILENA)

¹¹ Sobre o uso de esteroides anabolizantes e suas funções de acordo com os usuários fisiculturistas, ver Sabino (2004).

3.6. “MUITO LINDAS, MENINAS”: OS CAMPEONATOS

Os campeonatos de fisiculturismo promovidos pela IFBB-SC ocorrem em centros de eventos em cidades de Santa Catarina. O Campeonato Estadual de Estreantes de 2015 aconteceu nos pavilhões da Oktoberfest, em Blumenau (SC) no dia 9 de maio de 2015. O Campeonato Catarinense de Fisiculturismo aconteceu no Maria's Shows e Eventos em Camboriú (SC) no dia 27 de junho de 2015. Os campeonatos duraram, respectivamente, sete e oito horas.

As apresentações acontecem em um palco elevado, em cujo fundo é exibido um grande painel com o logotipo da IFBB, o nome do campeonato e as marcas patrocinadoras. No canto esquerdo são exibidos os troféus que serão entregues aos três primeiros colocados de cada categoria. No canto direito um representante da IFBB-SC posiciona-se atrás de uma mesa de discurso, com microfone, de onde apresenta o campeonato. Em frente ao palco e virados para ele sentam-se os árbitros. No Campeonato Catarinense eram sete árbitros, sendo a maioria (cinco) homens. Os árbitros são quaisquer pessoas que façam curso de arbitragem, normalmente atletas. A IFBB-SC costuma oferecer cursos de árbitros em datas próximas às competições. Os cursos são pagos e ministrados por atletas com experiência em arbitragem.

Atrás dos árbitros encontram-se as cadeiras para o público. No Campeonato Estreantes eram trinta fileiras de cinquenta cadeiras de plástico cada, totalizando cerca de 1500 lugares. No Campeonato Catarinense eram vinte fileiras de quarenta cadeiras de acrílico, com assento estofado, totalizando oitocentos lugares. Cada cadeira tinha panfletos com propaganda de academias, suplementos, lojas de moda fitness, clínicas de estética e outros produtos e serviços relacionados ao esporte. Ao redor das cadeiras, em todo o perímetro do ambiente, havia barraquinhas de suplementos, roupas para academia e comidas tipicamente consumidas por atletas. Durante os intervalos, o apresentador do evento incentiva a plateia a consumir os produtos que são vendidos lá.

Pouco antes do início do Campeonato Catarinense, um homem forte na frente do palco levantava a camiseta e mostrava a barriga para outros homens, puxando a pele da região abdominal, como também vi um atleta da categoria *Men's Physique* fazendo em seu treino técnico. É frequente que tanto homens quanto mulheres façam isso, para mostrar que estão “secos” e com “a pele fina”, ou seja, que atingiram um percentual baixo de gordura corporal. Várias atletas famosas postam fotos puxando

a pele da barriga tanto no Facebook quanto Instagram. A visualização da “pele fina” comprova o trabalho e esforço investido no corpo, funcionando como um parâmetro para medir a dedicação.

As pessoas do público comem constantemente. Coisas compradas nos stands, como tigelas de açaí, *shakes*, salgadinhos assados, e também marmittas levadas de casa, com peito de frango, batata doce, claras de ovos. Também são consumidos chocolates e salgadinhos – principalmente por atletas depois de subirem ao palco. Os cheiros se misturam no ambiente. Cada atleta tem horários rígidos para fazer suas refeições e, para eles, é absolutamente normal carregar um pote com 20 claras cozidas e comer enquanto assistem ao campeonato. Muitos carregam garrafas de água de 1,5 ou 5 litros e bebem constantemente. Às vezes, é possível ver, nos bastidores, atletas fazendo exercícios com pesos minutos antes de subirem ao palco.

Há crianças, filhos de atletas, mães, pais, esposas, maridos, namoradas e namorados. Muitas pessoas fotografavam a si mesmas com o palco de fundo. Homens de sunga andavam ao lado do palco, nos bastidores, onde só atletas e treinadores entram. Algumas pessoas tinham halteres ao lado das cadeiras. Durante as apresentações, a plateia torce e grita. “Estoura, Edu!”, “Cresce, Maicon!”, “Vamos, Edu”, “Vai, amor!”. “Número 6!!!”, “Vai, Tiago!!!”, “Vamos, maromba!”, “Vai, monstro”, “Gigante”, “Lindo, lindo!. Às vezes, também levam vuvuzelas para a torcida. Além disso, são feitos muitos comentários sobre a aparência das(os) atletas e seu condicionamento físico.

Para a competição, as categorias são divididas por peso ou altura e entram no palco em ordem crescente (do menor para o maior peso, da menor para a maior altura). Nos campeonatos aos quais assisti¹², eram elas: Fisiculturismo Junior (até 23 anos) até 75kg, Fisiculturismo Junior acima de 75kg, *BodyFitness* até 158cm, *BodyFitness* até 163cm, *BodyFitness* até 168cm, *BodyFitness* acima de 168cm, Culturismo Clássico até 168cm, Culturismo Clássico até 171cm, Culturismo Clássico até 175cm, Culturismo Clássico até 180cm, Culturismo Clássico acima de 180cm, Fisiculturismo Sênior até 70kg, Fisiculturismo Sênior até 75kg, Fisiculturismo Sênior até 80kg, Fisiculturismo Sênior até 85kg,

¹² O Campeonato Brasileiro de Fisiculturismo tem outras categorias de competição, como a Fisiculturismo Máster I, de 40 a 49 anos; a Máster II, de 50 a 59 anos; a Máster III, acima de 60 anos, Bikini Fitness Máster (acima de 35 anos), Wellness Máster (acima de 35 anos), Men’s Physique Máster (acima de 40 anos), Fitness Coreográfico Feminino, Fitness Coreográfico Masculino e Categoria Especial (Cadeirantes).

Fisiculturismo Sênior até 90kg, Fisiculturismo Sênior até 95kg, Fisiculturismo Sênior até 100kg, Fisiculturismo Sênior acima de 100kg, *Women's Physique* até 163cm, *Women's Physique* acima de 163cm, *Bikini Fitness* até 160cm, *Bikini Fitness* até 163cm, *Bikini Fitness* até 166cm, *Bikini Fitness* até 169cm, *Bikini Fitness* até 172cm, *Bikini Fitness* acima de 172cm, *Wellness* até 158cm, *Wellness* até 163cm, *Wellness* até 168cm, *Wellness* acima de 168cm, *Men's Physique* até 170cm, *Men's Physique* até 174cm, *Men's Physique* até 178cm, *Men's Physique* acima de 178cm.

Algumas categorias possuem muitos atletas inscritos por divisão de peso, mas outras têm só um. Nesses casos, “ele ganha, mas sobe uma categoria para competir e, se ganhar dos outros, os outros ficam como primeiro lugar também para o Brasileiro” (Apresentador do Campeonato Estadual). Ou seja, se só houver um atleta inscrito na divisão por peso ou altura da categoria ele é automaticamente classificado para o campeonato brasileiro, mas, para não subir ao palco sozinho, ele entra com a categoria acima. Se for melhor classificado que os outros, ele recebe a premiação, mas não tira seu lugar no Campeonato Brasileiro. Por exemplo: a atleta X é a única inscrita para a categoria *BodyFitness* até 163cm. Assim, ela já está classificada para o Campeonato Brasileiro. Porém, na hora da competição, ela subirá ao palco com as atletas Y, Z e W da categoria *BodyFitness* até 168cm. Se X ficar em primeiro lugar, ela recebe o troféu, mas todas as outras três também se classificarão para o Brasileiro, mesmo a que ficar em 4º lugar, pois pela divisão de altura ela seria a 3ª da categoria.

A primeira categoria a competir é a Fisiculturismo Júnior até 75kg. Esta categoria é até 23 anos. Passada essa idade, compete-se no Fisiculturismo Sênior. Quase todas as categorias masculinas – com exceção da *Men's Physique* – têm uma postura séria e concentrada no palco, sem sorrir. Quando a divisão por peso é muito numerosa, os atletas são divididos em dois grupos para fazer as poses compulsórias. A pose é uma forma de posicionar o corpo de acordo com regras gerais que devem ser seguidas por todos os atletas, de forma a poder comparar a todos em posições exatamente iguais. As poses compulsórias, presentes nas categorias de fisiculturismo masculino – de novo, exceto a *Men's Physique*, que é considerada uma categoria *fitness* – e incluindo também a categoria feminina *Women's Physique*, envolvem flexão total de músculos específicos. Além das poses compulsórias, há também o quarto de voltas, que consiste no posicionamento do corpo, para os árbitros, de quatro formas diferentes, para que eles visualizem os lados do corpo.

Para as categorias de Fisiculturismo Masculino (Junior e Sênior) e Culturismo Clássico, são realizadas as mesmas poses. No quarto de volta, os atletas posicionam-se de frente, com as pernas abertas e cotovelos afastados do corpo, de lado (direito ou esquerdo), com as pernas retas e o peito levemente voltado para os árbitros e de costas, com as pernas abertas e cotovelos afastados do corpo. Essas categorias têm também sete poses compulsórias. São elas: Duplo Bíceps Frontal, Expansão de Dorsais Frontal, Peitoral Melhor Lado, Duplo Bíceps de Costas, Expansão de Dorsais de Costas, Tríceps Melhor Lado e Abdominais e Coxas.

No Campeonato de Estreantes, o apresentador do evento disse que os árbitros não seriam tão criteriosos por se tratar de um campeonato de estreantes. Por sua vez, no Campeonato Catarinense, foram um pouco mais rigorosos, pois travava-se de atletas que já haviam competido pelo menos uma vez. No Campeonato de Estreantes, o apresentador dá dicas aos atletas: “Não esqueçam de forçar”. A expressão facial dos atletas é de quem está fazendo muito esforço físico durante as poses compulsórias. Depois das poses, os atletas saem e o apresentador faz algum comentário, como: “parabéns, estou bem satisfeito”. Então, chama a próxima categoria, que no Campeonato de Estreantes, depois da Fisiculturismo Junior, foi a *Women’s Physique*.

O apresentador começou explicando que “a *Women’s Physique* é uma categoria que quer ser musculosa, mas não quer perder a feminilidade”. Só uma atleta se inscreveu para essa categoria no Campeonato de Estreantes, e nenhuma no Catarinense. Ela usava um biquíni azul com detalhes brilhantes e seus cabelos loiros estavam soltos. Seus pés estavam descalços, como é próprio da categoria. Foi chamada a fazer as poses compulsórias e depois a rotina individual: uma espécie de coreografia, com música da escolha da atleta, onde ela deve tentar mostrar seu trabalho muscular. A atleta parecia cansada e sem vontade. A música que escolheu era lenta e suave. Nessa categoria, existem apenas quatro poses compulsórias: Bíceps Frontal, Peitoral Melhor Lado, Bíceps de Costas e Tríceps Melhor Lado.

No Campeonato Catarinense, a segunda categoria foi a *BodyFitness*, considerada a categoria intermediária da IFBB, ou seja, a meio caminho entre a hipertrofiada *Women’s Physique* e as categorias *fitness* com menos volume muscular. Essa categoria se pretende muito esbelta, feminina e bonita, e ainda assim é bastante forte. Não é um físico comum. Como descrito anteriormente, os ombros e braços dessas atletas são muito trabalhados e as pernas são relativamente finas, criando uma forma de “V”. Elas usavam muito brilho, tanto nos biquínis e sapatos quanto na maquiagem pesada e nos acessórios – grandes brincos e

pulseiras grossas. Usavam muita maquiagem e cabelos longos e soltos descendo pelas costas. Ao contrário do que ocorre nas categorias *Bikini* e *Wellness*, as próteses de silicone nos seios não se fazem presentes na maioria das atletas *BodyFitness*. Essa categoria não faz rotina individual, e não tem poses compulsórias. As poses das categorias *fitness* são o quarto de volta: posicionamentos em relação aos árbitros, mas sem a flexão total de músculos, sendo igualmente regradas e seguidas pelas atletas, mas semirelaxadas. Ao mudar de posição, elas fazem uma espécie de *plié*. Não deve ser demonstrado esforço físico na expressão facial. Assim, as atletas de categorias femininas e os da *Men's Physique* sorriem o tempo todo.

Ao término das apresentações, é comum que o apresentador faça comentários como: “parabéns, estão muito lindas”, ou: “muito lindas, meninas”, marcando uma diferença significativa com relação aos atletas homens, a quem ele parabeniza com expressões como: “o *shape* está ótimo”, “estão muito bem”, sem recorrer a categorias como “beleza”. Ao mesmo tempo, as mulheres são chamadas de meninas, mostrando uma infantilização das atletas muito relacionada a associações entre feminilidade, fragilidade e beleza.

Uma das atletas *BodyFitness* do Campeonato de Estreantes fazia as poses muito mal perante os árbitros. Mesmo sem o olhar treinado dos árbitros ou dos participantes deste esporte, pude ver como a má execução dessa técnica prejudicava a visualização da musculatura. Nesse momento fica evidente como é importante saber posar, como as atletas relataram também em entrevistas. No fisiculturismo também há, portanto, técnica e performance no momento da apresentação. Ele não consiste apenas em mostrar o corpo que foi construído anteriormente, porque as poses também são a própria construção e reconstrução do corpo. Além disso, o corpo nunca está pronto, não só porque não está perfeito, mas porque a forma corporal das fisiculturistas é dinâmica. Momentos antes de subir no palco elas levantam pesos, comem coisas específicas de forma a ajustar o corpo em cada mínimo detalhe. Depois, posiciona-se o mesmo de forma a realçar tudo aquilo. Tudo é calculado e instrumentalizado em função da forma corporal. Uma das particularidades do Campeonato Estreantes é que muitas das pessoas ali nunca haviam competido antes e estavam vendo seu corpo de competição pela primeira vez, assim como o público, pois o corpo só está pronto para o palco no momento exato de subir nele.

Depois é chamada a categoria Fisiculturismo Clássico. O apresentador explicou, no Campeonato de Estreantes, que essa é a categoria clássica da IFBB, que quer parecer com os fisiculturistas antigos como Arnold Schwarzenegger. Como foi dito, eles fazem poses compulsórias, não sorriem e expressam dor e esforço. Durante a

apresentação dessa categoria, o árbitro comentou: “não quero ver ninguém com físico melhor não levar porque não sabe posar”, mais uma vez frisando muito a importância de saber fazer as poses.

Depois das poses compulsórias, os atletas fazem um minuto de *posedown*. O *posedown* é o momento em que os atletas posam livremente para mostrar o desenvolvimento muscular. A plateia grita e aplaude muito: é a etapa com mais apelo ao público. Eles se juntam no palco e fazem caretas enquanto contraem os músculos, fazendo diversas poses. Algumas são iguais às compulsórias, mas outras são diferentes, apesar de se repetirem entre os atletas. Muitas poses lembram filmes e imagens de super-heróis. Nesse momento, sua expressão facial tem certa dose de “selvageria”. Ao final de um minuto, porém, sorriem simpáticos e acenam para o público.

A partir desse momento, as divisões por peso e altura das categorias Fisiculturismo Clássico, Fisiculturismo Júnior e *BodyFitness* vão sendo intercaladas com a premiação e comparação das outras. Às vezes, são separados alguns finalistas e chamados ao palco novamente, conforme o que os árbitros achem necessário. Frequentemente são chamados representantes de empresas patrocinadoras ou atletas famosos filiados à IFBB para fazer a entrega da premiação. Nas categorias femininas, o apresentador beijava o rosto das atletas ao entregar o troféu. Nas masculinas, entregava com um aperto de mão.

Depois dessas premiações, são intercaladas as categorias *Men's Physique* e *Bikini Fitness*, ambas separadas por altura. Na *Men's Physique* os atletas competem de bermuda, ao contrário das outras categorias, em que se compete de sunga. Não há poses compulsórias nem rotina individual, apenas o quarto de volta.

No Campeonato de Estreantes, o apresentador explicou que esta categoria não é fisiculturismo. Disse ser um perfil de garoto que poderia fazer uma propaganda, que conta a “harmonia da face”, não só o físico. É uma categoria muito numerosa, contando frequentemente com mais de vinte atletas na divisão por altura. Nesses casos, eles são divididos em grupos menores para avaliar e depois reduzir a quinze antes da classificação. Quando acabou a avaliação, neste campeonato, o árbitro disse:

Não gosto do conflito entre *Men's* e fisiculturistas. *Men's* não é um fisiculturista que ficou no meio do caminho. Se você acha que vai ser julgado só pelo físico você está enganado. Não adianta ter *shape* e não sorrir. Está no lugar errado.

Durante a apresentação e avaliação da categoria *Men's Physique*, são feitos muitos comentários, tanto sobre atletas quanto sobre a categoria em normalmente em tom de zombaria, como nas falas a seguir, de homens da plateia: “Passam mais tempo escolhendo a bermuda do que fazendo dieta”; “Sou bem por fora dessa categoria. Só sei cabelo e bigode. E tem que vir de salto alto também”; “Esse aí cortou o cabelo demais... porque não classificou.” É notável que esta categoria seja deslegitimada ao ser comparada com as femininas, como na piada do salto alto. Tanto a categoria *Bikini Fitness* quanto a *Men's Physique* são destinadas a atletas que poderiam trabalhar como modelos, aparecer em comerciais, capas de revista, etc. Por esse motivo é que são consideradas as características faciais e a beleza geral tanto na categoria feminina quanto na masculina. Entretanto, diversas falas, tanto em entrevistas quanto comentários do público nos campeonatos e em redes sociais, demonstram que essas categorias menos hipertrofiadas, tanto masculinas quanto femininas, são relativamente desvalorizadas no esporte e não são levadas a sério. Apesar de se enquadrarem melhor nos padrões estéticos do público geral, elas não correspondem à estética do esporte.

Ilustrando este intuito comercial, no início da competição da categoria *Bikini Fitness* do Campeonato de Estreantes, o apresentador disse que essa é a categoria de acesso da IFBB, que tem intuito publicitário.

A *Bikini* poderia ser capa de revista ou fazer propaganda de biquíni. A gente vê essas modelos flácidas e anoréxicas aí. Então a *Bikini* tem essa intenção, ela não é musculosa, mas é levemente atlética. (APRESENTADOR, no Campeonato Estadual de Estreantes)

As atletas usavam muito brilho, cabelos com aplique enrolados com bobes, maquiagem pesada e salto alto. Rebolavam muito no palco e se mexiam de forma caricaturalmente graciosa. Além do quarto de volta, as atletas caminham até o fundo do palco e, novamente, para frente. Em sua maioria, as atletas da *Bikini Fitness* possuem próteses de silicone nos seios. Enquanto elas deixavam o palco, o apresentador disse: “Muito obrigado. Parabéns, estão lindas. O que elas não têm que desenvolver de músculo elas têm que fazer [de] *make*, têm que ficar bonitas”. Esta última frase coloca em evidência uma importante diferença de gênero no fisiculturismo. Enquanto o objetivo dos atletas homens é desenvolver a musculatura e apresentá-la no palco, entende-se que as mulheres, desenvolvendo menos os músculos, devem também esmerar-se em construir uma aparência considerada feminina e atraente, como parte

constitutiva do esporte. No fisiculturismo feminino não basta ser atleta, há que ser também bonita, marcadamente nesta categoria, mas também em todas as outras – de forma menos acentuada, mas ainda presente, na *Women's Physique* e até mesmo na extinta Culturismo Feminino, em que a beleza era levada em consideração na pontuação.

Em seguida são intercaladas as categorias de Fisiculturismo Sênior e *Wellness*. A *Wellness*, segundo o apresentador do Campeonato de Estreantes,

É uma categoria que não existe internacionalmente, mas vai ser exportada. As brasileiras têm uma questão peculiar, principalmente os glúteos e coxas. Essa categoria seria da maioria das mulheres de academia, uma categoria mais de praia que não exigiria tanta preparação para estar aqui.

A categoria *Wellness*, assim como a *Bikini Fitness*, faz o quarto de volta durante sua apresentação. Elas são chamadas a andar até o fundo do palco e voltar, como uma espécie de desfile, também como na *Bikini Fitness*. Durante a avaliação da categoria Sênior no Campeonato de Estreantes, o apresentador fez uma piada: “Precisa dar uma caminhadinha até atrás também ou não?”, fazendo referência à apresentação das atletas *Wellness* e *Bikini Fitness* e reafirmando a diferença: elas não são a mesma coisa que eles. A apresentação deles é considerada séria, enquanto a delas, não. Por isso, é considerado cômico pensar em um atleta Sênior realizando uma apresentação semelhante à das categorias femininas *fitness*. Apesar de se encontrarem no mesmo campeonato e competirem no mesmo momento (intercalados), as atletas *Wellness* não têm o mesmo reconhecimento no esporte que os Sênior, sendo estes valorizados como os representantes verdadeiros do esporte e aquelas um acessório para ornamentar o campeonato, ao qual seria ridículo se assemelhar.

Na apresentação da última categoria Sênior do Campeonato Estadual, o apresentador voltou a chamar a atenção para as poses: “Uma salva de palmas. Os dois estão excelentes. É mais uma questão de aprender a posar melhor porque de *shape* está perfeito”. Mais uma vez, vemos que o fisiculturismo envolve também performance. Uma forma física considerada perfeita não é suficiente sem a técnica adequada de posicionamento corporal. “O fisiculturismo é muito palco. Não adianta você ser forte, OK, você é o cara forte da academia. O fisiculturismo é você saber exibir esse corpo” (Apresentador do Campeonato Estadual de Estreantes).

Depois da premiação de todas as categorias, é premiado o Campeão Overall Sênior, campeão geral de todas as categorias de Fisiculturismo Sênior, considerada a mais importante do campeonato. Ao final do Campeonato de Estreantes, o apresentador falou um pouco sobre a Federação Catarinense, dizendo que ela foi a única a dar um carro, e da atleta Ângela Borges, filiada à IFBB-SC, que é referência nacional na categoria *Wellness*. No Campeonato Catarinense, o campeão Overall Sênior foi premiado pelos patrocinadores com quinhentos reais em roupas e uma máquina de supino. As outras categorias também têm Overall, mas apenas a Sênior – exclusivamente masculina – recebe este tipo de premiação. Para as outras, existem apenas troféus e potes de suplementos dos patrocinadores do evento. Muitos choram na premiação de categoria ou de Overall, tanto homens quanto mulheres. Alguns se ajoelham e estendem os braços para cima, agradecendo, emocionados.

A premiação desagradava tanto atletas quanto o público. No Catarinense, ouvi uma pessoa perto de mim dizendo: “se fode seis meses pra ganhar umas sacolinha”, e outra, concordando: “é foda, né...”. Isso porque os três primeiros colocados ganham, além do troféu de 1º, 2º e 3º lugar, algumas sacolas de patrocinadores, principalmente com suplementos dentro. Em entrevista, Alessandra, comentou que as atletas fazem piadas entre si sobre a premiação ser apenas um pote de whey protein. Elas se mostram insatisfeitas com a falta de valorização e reconhecimento do esporte, que se evidencia nessas premiações que nem de longe cobrem os custos da participação em um campeonato, mesmo para o primeiro lugar.

4. GÊNERO, BELEZA E ABJEÇÃO

Neste capítulo, analiso as concepções sobre beleza e feminilidade das atletas do fisiculturismo, bem como as críticas que sofrem devido à prática do esporte e suas opiniões acerca de machismos e desigualdades nesse meio. Para iniciar a discussão, descrevo a seguir uma apresentação da atleta Selma Labat¹³, atleta brasileira profissional, que permite identificar as percepções sobre o corpo fisiculturista e a manipulação de códigos considerados masculinos ou femininos. Tal apresentação está disponível online em um vídeo chamado “Selma Labat - III Troféu Praia Grande 2014”¹⁴ e foi realizada em 2014, em evento promovido pela IFBB.

O vídeo começa com o som de palmas e assovios e Selma no palco, com seus cabelos castanhos e lisos descendo pelas costas até a cintura, um vestido vermelho e longo de alças finas, com uma fenda que deixa toda extensão de sua perna direita à mostra, sapatos vermelhos de salto alto, batom vermelho, longos brincos prateados e luvas lilás até os cotovelos. Ela está apoiada na perna esquerda, deixando a direita levemente flexionada, exposta através da fenda, tocando levemente o chão com a ponta do pé. Sua mão esquerda apoiada na cintura e o braço direito esticado. Seu quadril está de lado para o público e os ombros levemente rotacionados. Ela olha a plateia sorrindo graciosamente. Atrás de Selma vemos cortinas pretas, uma estrutura de metal e um fundo branco com o nome do evento (3º Troféu Praia Grande de Musculação e *Fitness* 2014), e logotipos de patrocinadores, principalmente marcas de suplementos.

Após alguns segundos de aplausos, começa a tocar a música “*Why Don't You Do Right*”, na versão do filme *Who Framed Roger Rabbit* (1988) interpretada pela personagem animada Jessica Rabbit¹⁵, que é a inspiração da coreografia e figurino de Selma. Com o início da música, ela dá três passos à frente, fazendo movimentos de ondulação com os braços. Mexe os quadris de um lado para o outro, coloca a mão na cintura e começa a se mover pelo palco. Passa a mão no cabelo, expõe a perna através da fenda e passa a mão nela, de cima para baixo, curvando seu corpo para baixo, e para cima novamente. Ela olha para o público com sensualidade e faz movimentos circulares com seus ombros hipertrofiados, movendo-se delicadamente. Vira-se de costas, rebola

¹³ Nome real da atleta.

¹⁴ Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=5E5Zdcx44I0>>.

¹⁵ Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=yy5THitqPBw>>.

suavemente, depois volta a mirar o público, tirando lentamente a luva do braço esquerdo. Ela joga a luva para o lado e passa a despir o outro braço.

FIGURA 1 – Selma Labat como Jessica “Muscle” Rabbit¹⁶



Fonte: < <http://selmalabat.com.br/>>.

A apresentação de Selma mobiliza as categorias de “sexo” e “gênero”, pois contrasta o comportamento feminino esperado com um corpo comumente associado à masculinidade. Nesse sentido, as ideias de Judith Butler (2001) podem ser úteis para a análise deste contraste. De acordo com a autora, a diferença sexual nunca é uma simples função de diferenças materiais; é sempre marcada por práticas discursivas. A categoria “sexo” funciona como norma e é parte de uma prática

¹⁶ Jessica “Muscle” Rabbit é o título do ensaio fotográfico de Selma com o figurino da apresentação, do qual foi retirada a imagem. Disponível em seu *site* oficial: < <http://selmalabat.com.br/site/fotos/?album=1&gallery=7>>.

regulatória que produz os corpos que controla. Tais normas regulatórias trabalham de forma performativa para construir a materialidade do corpo e do sexo no corpo, materializando a diferença sexual e consolidando o imperativo heterossexual. O “sexo”, portanto, não é apenas o que alguém tem ou a descrição do que alguém é; ele é uma das normas que tornam o sujeito viável, pois qualifica o corpo no domínio da inteligibilidade cultural. Segundo Butler (1993) a demarcação no discurso da materialidade do “sexo” – que, para a autora, não é uma característica corporal dada sobre a qual se constrói socialmente o gênero, mas um conjunto de normas culturais que governam a materialização dos corpos (BUTLER, 1993; 2000; 2016) - produz um domínio de “sexos” excluídos e deslegitimados. Dessa forma, o sujeito é constituído pela força da exclusão e da abjeção, por meio da produção de um exterior abjeto ao mesmo. A formação de um sujeito requer, portanto, a identificação com um “sexo” que ocorre por meio do repúdio e cria um domínio de abjeção (BUTLER, 1993). Demonstrarei nas próximas seções que, ao construírem medidas agigantadas, as fisiculturistas desafiam as normas sexuais, saindo do domínio da inteligibilidade e adentrando o domínio da abjeção.

A apresentação de Selma, do ponto de vista fisiculturista, pode ser vista como modelar. Porém, no contexto de um modelo de feminilidade hegemônico, ou seja, fora do contexto da estética do esporte, o corpo extremamente musculoso de Selma parece não condizer com a performance que está sendo realizada no palco. Seus movimentos leves e fluidos parecem pesados e a delicadeza que transparece se choca com a rigidez dos músculos minuciosamente trabalhados. Os comentários do vídeo, se dividem entre os que a consideram “*sexy*”, hipersexualizando a performance (“a deusa me excita de formas que ainda não inventaram palavras para dizer”; “se eu estivesse perto assim dela, teria gozado nas calças”) e os que a rejeitam, abominam e debocham, sublinhando a masculinidade de sua figura (“se não for sapa ... não sei mais que é sapa [risos]”). Apresentações como a da “Jessica Rabbit musculosa” podem, para pessoas externas ao contexto do fisiculturismo, causar certo incômodo, que se assemelha aos os processos de abjeção do corpo descritos pela teoria *crip*¹⁷. A partir das formulações de teóricas *queer*

¹⁷ A palavra *crip* é uma abreviação de *cripple*, que pode ser traduzida como aleijado(a) ou defeituoso(a). Segundo Gaverio (2015), Robert McRuer faz uma analogia ao uso ressignificado do termo pejorativo *queer* ao utilizar a palavra *crip* para problematizar a “corponormatividade” (*able-bodiedness*), de forma semelhante à que a teoria *queer* problematiza a “normalidade”, geralmente das sexualidades não hegemônicas. (GAVÉRIO, 2015, p.111)

como Judith Butler (1993), a teoria *crip* descreve processos de abjeção pelos quais se vê o corpo deficiente como perturbador e asqueroso. A deficiência, nesse sentido, é entendida não como uma característica do corpo, mas como um processo que se encerra

“na produção social e cultural que define determinadas variações corporais como inferiores, incompletas ou passíveis de reparação/reabilitação quando situadas em relação à corponormatividade, isto é, aos padrões hegemônicos funcionais/corporais” (MELLO E NUERBERG, 2012 p.636).

Para além da deficiência, a perspectiva *crip* permite pensar outras vivências de corporalidades não-normativas, desviantes dos papéis tradicionais de gênero (NOVO, 2015 p.115). Tal como os corpos das pessoas com deficiência, os corpos de mulheres fisiculturistas são frequentemente caracterizados como “nojentos” e “deformados”.

Muitas vezes, ao contar sobre minha pesquisa e mostrar fotos das categorias para colegas e amigos, recebi comentários sobre a aparência das atletas: “assim eu acho feio”, “parece um homem”, “que estranho”; comumente acompanhados de expressões de nojo ou desaprovação. Algumas vezes fui questionada, com certa desconfiança: “mas você não quer ficar assim, né?”. Nas redes sociais, em páginas e grupos relacionados a musculação, são frequentes os comentários desse tipo em fotos de mulheres com a musculatura marcada, como este, a respeito de uma foto em que uma mulher mostrava a barriga com músculos definidos: “Não curto muito. Mulher precisa ser feminina.”; ou este outro comentário, feito por um homem, sobre a mesma foto: “Tira o rosto, vira homem.”.

No vídeo da apresentação, depois de retirar as luvas, Selma abre o zíper na lateral de seu vestido, vira-se de costas, tira os sapatos e desliza o vestido suavemente por seu corpo, retirando-o e revelando o traje de competição: um biquíni vermelho [01:20]. Liso atrás, bordado em prata e com pedras brilhantes na frente, com duas tiras vermelhas finas desenhando um X em suas costas, ligadas à parte inferior do traje. Ela joga o vestido no chão e a música muda com um repentino “*Everybody dance now!*”, saindo da sensualidade de *Why Don't You Do Right* de Peggy Lee para mostrar seus músculos com *Rock This Party* de Bob Sinclar. Selma muda de uma pose compulsória para outra no ritmo da música. Ela caminha, ainda graciosamente, para a frente do palco e começa a mostrar os bíceps flexionando os braços, ao som dos gritos de comemoração e assovios da plateia que antes assistia quieta. A flexão dos

músculos é o auge do espetáculo. Depois de fazer as poses necessárias para mostrar todos os músculos que trabalhou, Selma se solta: joga o cabelo de um lado para o outro e dança de forma aparentemente espontânea ao som da música. Desce do palco se aproximando do público (que aplaude e grita) e flexiona mais uma vez seus músculos.

Se a realidade do gênero é criada por performances sociais contínuas, ou seja, se é uma identidade constituída no tempo por meio de uma “repetição estilizada de atos” (BUTLER, 2016), a apresentação de Selma parece brincar com a contradição entre o ideal feminino - materializado em sua gestualidade e suas roupas, na primeira parte do vídeo - e seu corpo hipertrofiado, que apresenta características associadas a uma suposta natureza masculina. Ela cria uma ruptura entre o primeiro momento de demonstração de extrema feminilidade e sedução e o segundo em que mostra o volume e definição musculares com as poses compulsórias. É quase uma revolução musical e de atitude, uma separação entre o esporte em si e a feminilidade normativa que, segundo os critérios da IFBB, é necessário representar na vertente feminina. As duas performances não são completamente compatíveis – é necessário que haja uma ruptura entre as duas –, mas também não são incompatíveis, pois, entre uma pose e outra e na jogada de cabelos os movimentos ainda são suaves e ondulantes. “Se os atributos e atos do gênero, as várias maneiras como o corpo mostra ou produz sua significação cultural, são *performativos*, então não há identidade preexistente pela qual um ato ou atributo possa ser medido [...] (BUTLER, 2016, p.243, grifos da autora)”. Não há, portanto, uma identidade “verdadeira” de Selma independente de seus atos. Ao contrário, são os próprios atos que criam seu gênero. Na medida em que age como mulher, Selma não exterioriza sua identidade verdadeira, mas faz-se continuamente mulher com um corpo delicado e hipertrofiado.

4.1. “TU VAIS VIRAR UM MONSTRO”: ESTIGMA, MUSCULOSIDADE E ABJEÇÃO

De acordo com Erving Goffman (1988), as pessoas são socialmente categorizadas e são atribuídas características consideradas comuns e naturais para os membros de cada categoria. Dessa forma, a “identidade social” de um indivíduo é prevista a partir de seus aspectos mais aparentes e, a partir disso, criam-se expectativas normativas. Essa primeira categorização, bem como as exigências que dela resultam, são chamadas, por Goffman (1988), de “identidade social virtual” do

indivíduo, ao passo que os atributos que ele prova possuir são sua “identidade social real”. Quando o indivíduo apresenta um ou mais atributos que o tornam diferente de outros que se enquadram em uma categoria na qual ele poderia estar incluído, ele passa a ser considerado defeituoso. Tal atributo é, portanto, um estigma, pois é uma discrepância entre a identidade social virtual e a identidade social real.

Entendido como um atributo profundamente depreciativo, o estigma faz referência à relação com o atributo, e não ao atributo em si. Assim, um atributo que estigmatiza um indivíduo pode confirmar a normalidade de outro. A musculosidade é um estigma em mulheres justamente por ser um atributo não esperado para a categoria “mulher”, de cujos membros espera-se fraqueza, fragilidade e proporções físicas pequenas. O estigma não é o músculo em si, que em homens pode confirmar a normalidade, mas o músculo onde não é esperado, ou seja, em uma mulher.

Durante as entrevistas, as atletas relataram experiências deste estigma, presentes em críticas ao excesso de musculosidade por parte de pessoas que não vivenciam o esporte. Tais críticas apontam, em geral, para uma masculinização que seria causada pelo aumento da musculatura.

Minha irmã disse que eu estou horrível, que eu pareço homem. Me criticou, me chamou de ridícula e agora vai entrar para a academia. Eu falei para a minha irmã: Tu acha mesmo que eu estou ridícula? Porque bonito é ser gorda né? Falei. Aí ela: Não, gorda não... (MILENA)

Essa crítica agressiva torna evidente uma concepção de feminilidade que se opõe à musculatura evidente. Ela parece incomodada com o corpo da irmã. Concomitantemente, Milena mostra conformidade a certos padrões estéticos correntes ao perguntar se “bonito é ser gorda”, gerando concordância de opiniões com sua irmã. Assim, as duas valorizam um corpo com baixo percentual de gordura, mas para a irmã de Milena isso não deve ser acompanhado de uma musculatura desenvolvida. Este padrão estético é relatado também por Alessandra:

Existem categorias como o *BodyFitness* e outras categorias no qual as mulheres são mais fortes e eu conheço essas meninas, né. Eu percebo que o olhar do outro é sempre um olhar masculino. Nossa, que feio. Nossa, parece um homem. Agora, dentro da minha categoria [*Bikini Fitness*] não se tem esse olhar porque nós somos mais finas. Mais delicadas. Mas sim, uma mulher com um volume maior, pela sociedade ela é muito discriminada.

Muito, uma mulher com o ombro bem definido. Principalmente os braços, né. Os braços bem definidos. Ela é muito criticada e discriminada pela sociedade, sim. (ALESSANDRA)

Aqui, a feminilidade está muito atrelada à fraqueza, ao corpo pequeno, entendido como delicado. Por esse motivo, as atletas mais “finas” não sofreriam o mesmo tipo de repreensão externa: elas continuam pequenas e frágeis, portanto, femininas. O estigma surge quando o volume muscular é considerado inadequado para uma mulher:

[Te incomoda essa associação (entre músculo e masculinidade)? Já sofreu alguma discriminação por isso?]

Não me incomoda, mas já sofri isso sim, com meu irmão, e meus familiares, falam que sou muito mais forte que qualquer menino. (LETÍCIA)

Na fala de Letícia, não é o músculo em si que a torna masculina, mas o fato de ser considerada mais forte que os homens. Para as mulheres, há um limite de força aceitável. É necessário que elas se mantenham relativamente fracas de forma que os homens continuem (mais) fortes.

Críticas eu nunca recebi, só um amigo que me fez prometer que eu nunca ficaria muito forte. Sempre foram elogios e admiração e isso é muito legal, só dá mais forças ainda para continuar. (LARA)

As pessoas acham que a gente vai ficar forte a qualquer momento, né! Eu dou muita risada! Agora todo mundo assim: Alessandra, agora tu não vais te deformar hein, tu não vais te empolgar e te deformar! Gente! Para mim conseguir uma grama de músculo é uma das coisas mais... eu dou risada realmente disso. E eu vejo assim, aí eu percebo o quanto o fisiculturismo é um universo isolado. Porque ninguém faz ideia do quanto é difícil. Meu deus, nós somos cheias de estrogênio. A nossa testosterona é baixíssima. Né. Então para conseguir uma transformação, eu posso dizer que eu levei um ano de dieta, treino diário pra ter o corpo que eu tenho hoje. Um ano. E ainda é um ganho bem pequenininho que eu tive em um ano. Bem pequenininho. Né, então, eu dou muita risada dessa... Meu deus, não vai virar um monstro. Meu deus, tu estás ficando louca! Eles acham que

amanhã eu vou acordar enorme. Mas isso não é possível. (ALESSANDRA)

Na fala de Alessandra fica clara a relação entre músculo e abjeção em corpos femininos, que se tornam “monstruosos” com a hipertrofia. A aversão à musculosidade em mulheres é tão grande que fisiculturistas são consideradas deformadas por quem não faz parte do esporte e o medo da deformação, ou seja, o medo do estigma, pode ser motivo de sofrimento para pessoas próximas da atleta, como na fala de Alessandra a seguir.

E a família nesse momento [fase *on*], nossa, minha mãe chorou. Não faz isso contigo, tu vais virar um monstro. Achando que eu ia ficar enorme de volume. Então tem muito pré-conceito porque, como a gente falou é um universo fechado. As pessoas não conhecem. (ALESSANDRA)

Milena, por sua vez, escondeu da família suas intenções de competir para evitar críticas e confrontos:

Minha família nem sabe que eu vou competir. Se soubessem ficariam loucos. (MILENA)

As atletas entrevistadas argumentam que existe muito preconceito contra praticantes do fisiculturismo e que este fato se justifica pela falta de informação e pelo pouco conhecimento que se tem do esporte no Brasil.

Eu vejo preconceito. Às vezes eu falo que vou competir e as pessoas fazem uma cara assim... [torcendo o nariz] fala que eu tô bem, mas não pra competir. Porque acha que fisiculturista tem que ser enorme. (MILENA)

Hoje o fisiculturismo é mais popular... mesmo assim muito mal compreendido pelos leigos. Existe preconceito. (MARIA)

[Como você vê o fisiculturismo hoje no Brasil?]

Pouco Valorizado, muito preconceito pelas pessoas que optam por esse estilo de vida. (LETÍCIA)

Apesar da fala das atletas indicar que em geral a crítica à masculinização surge de pessoas que não conhecem o esporte, a preocupação de manter a feminilidade se faz presente também dentro dele. Nas regras de competição de cada categoria está sempre indicada a necessidade de manter a feminilidade da atleta, que também é lembrada

pelos árbitros durante os campeonatos. Além disso, nas redes sociais este discurso é muito presente. Um exemplo disso é um texto de um blog sobre o esporte, chamado Agenda do Culturismo, que foi publicado em um grupo de fisiculturismo do Facebook. O texto, dedicado a mulheres, intitula-se Esteroides e Virilização¹⁸. Nele, o autor recomenda que as atletas tenham cuidado ao fazer uso de anabolizante devido ao “risco de virilização”. Ele fala dos efeitos dos esteroides, dando muita ênfase ao fato de que eles “mutilam” os seios e que por isso mesmo a maioria das fisiculturistas faz uso do silicone, além do “risco” de engrossar a voz, aumentar o clitóris e fazer crescer pelos. Ele escreve: “Mulheres, o que os árbitros e público querem ver no palco são mulheres, e não alguém com aparência de travesti, então ao usar esteroides androgênicos tenham muita cautela [...]”. E conclui: “Mesmo nas categorias como *Bodybuilding* feminino e *Physique* a feminilidade da atleta é avaliada, afinal de contas são mulheres, e *devem se parecer o máximo possível com sua natureza*” (grifos meus).

Reflexões sobre o risco de masculinização estão presentes inclusive nas falas das atletas. Em geral considera-se que o risco está no exagero:

Algumas meninas mesmo musculosas conseguem manter-se muito lindas e femininas, já outras acabam exagerando um pouco e passam de um corpo escultural para mais masculinos do que bonito. (ISADORA)

As mulheres são julgadas o tempo todo, infelizmente. Hoje existem categorias que pedem um corpo mais forte para mulheres e muitas acabam exagerando nas doses, masculinizando suas formas, o que faz com que as pessoas vejam todas as categorias desta forma, e criticando o esporte.... Pessoas que estão por dentro do assunto, tem respeito, mas quem está de fora, critica muito. (GABRIELA)

Assim, mesmo entre as atletas, existe a associação entre musculosidade e masculinidade. Entretanto, a masculina é sempre a *outra*. Cada atleta considera-se feminina e o afastamento da

18

Disponível

em:

<

<http://www.agendadoculturismo.com/2015/03/esteroides-e-virilizacao-por-dudu-haluch.html>>.

masculinidade se faz também pela crítica ao exagero de atletas mais musculosas que elas.

4.2. “MAS O QUE TU COMES MESMO?”: FEMINILIDADE, BELEZA E INVEJA

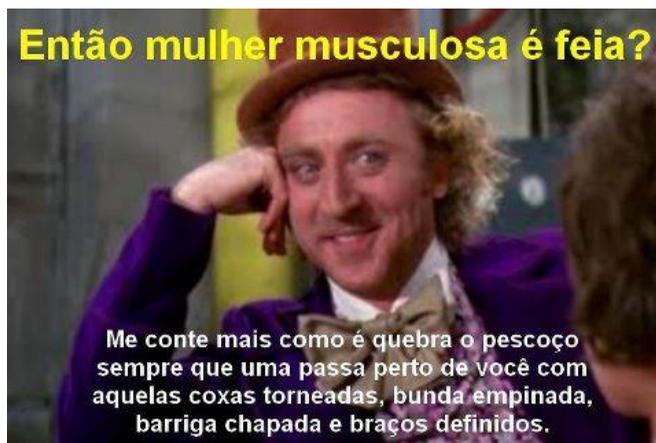
Eu estava dentro da minha natureza. Eu fiz 33 anos. Eu ia completar 34, esse ano eu completo 35. Minha pele já estava mais flácida. Eu comecei a acumular mais gordura. Eu comecei a reter mais líquido. Aí eu quis mudar esse processo, eu quis ir contra a minha natureza. Porque se aproximando dos quarenta anos é mais difícil gerar o ganho muscular. Quando eu busquei o endocrinologista e falei com ele sobre essa preocupação sabe o que que ele falou para mim? Ele falou assim, Alessandra, você já veio tarde. Eu estava com 33 anos. Então, você já está se preocupando com isso tarde. Porque a tendência da mulher é o acúmulo da gordura. E a flacidez da pele. Pela ação do estrogênio. Agora o homem já é mais difícil, o homem tem mais testosterona. Retém menos líquido. Não é para ele reservar tanta gordura como ele reserva hoje. Pela dieta hoje. Mais força, mais volume. Então a gente vai totalmente contra... totalmente contra a natureza. (ALESSANDRA)

A fala de Alessandra ilustra uma percepção de beleza e feminilidade que não está pautada numa suposta naturalidade, mas, pelo contrário, deve ser fabricada. Se para os críticos do fisiculturismo feminino é desejável que as mulheres mantenham essa “naturalidade” – entendida como fragilidade, proporções reduzidas e formas arredondadas – atendendo para supostos riscos de masculinização e perda da “essência feminina”, para Alessandra a prática do fisiculturismo é uma forma desejável de transformar o corpo, controlá-lo e mantê-lo jovem e bonito. Já para Maria, a beleza é secundária no esporte:

O Fisiculturismo é que nos escolhe. O esporte está para além da beleza, mas claro que ser bonita também é importante e desejável! O importante quanto a estética para nós é volume muscular de qualidade, boa simetria e proporção. Que são esses os critérios que julgam um bom trabalho. (MARIA)

Nos grupos do *Facebook* muitas vezes são compartilhadas fotos de mulheres com músculos definidos, que recebem tanto comentários positivos quanto críticas e ofensas. Quando são homens dizendo que elas são feias ou masculinas, outras pessoas defendem a atleta e respondem e que eles só não gostam de mulheres musculosas pois são mais fracos que elas, ou que, na verdade, eles sentem atração por elas, mas não admitem. Por exemplo, um comentário em uma foto de uma mulher musculosa de biquíni, dizendo que ela é feia e parece um homem, seguido de uma risada, recebeu as seguintes respostas: “já se olhou no espelho, barrigudo...?”, “e você é gordo, pelota”, “Está com recalque, porque ela é mais forte que você? [risos] Demente”, “Diz que é feia, mas se visse ela pessoalmente ficava de queixo no chão!!!”, entre outras seguindo a mesma linha. A imagem a seguir foi compartilhada em um grupo sobre fisiculturismo do Facebook e retrata bem essa perspectiva.

FIGURA 2 – Mulher musculosa é feia?



Fonte: grupo de fisiculturismo no *Facebook*.

A crítica proveniente de mulheres é sempre interpretada como inveja e incapacidade de alcançar os mesmos resultados, como no comentário a seguir, de uma mulher, também extraído de um grupo do *Facebook*: “Eu prefiro ficar ‘masculina’ e não ter aquelas pelancas que toda mulher tem. Acho deveriam exterminar pessoas invejosas da terra”. Este discurso sobre a inveja feminina e o olhar masculino também aparece nas entrevistas com atletas:

Os homens acho que acham bonito, as mulheres olham meio assim... não sei se achando feio ou se é inveja. Vou te contar uma coisa que aconteceu. Outro dia eu saí da academia, estava de top, ia encontrar meu namorado e entrei numa loja, fui olhar umas roupas. Aí passava homem e olhava. As mulheres olhavam com cara feia e depois iam olhar a mesma roupa que eu estava olhando. Parece que nunca viu [risos]. (MILENA)

Existe uma crítica muito grande das mulheres, né. Das mulheres do senso comum para as mulheres do fisiculturismo. Mas é impressionante, apesar da crítica, o quanto há curiosidade. Né, “tá, mas o que que tu comes mesmo?” Entendeu? [risos] Então assim, ó, existe uma crítica pelo pré-conceito. E existe uma crítica também que eu vejo porque a pessoa que critica muitas vezes ela não tem coragem para mudança. Para mudar. Não precisa chegar até ali. Mas mudar o estilo de vida para saúde, não consegue. Não consegue fazer isso. Então a crítica vai desde o senso comum, que ela faz parte do senso comum, como algo também... mais fácil criticar que enaltecer porque eu não consigo isso. Hoje eu enalteço porque eu sei o quanto é difícil. Chegar no meu padrão, quem tem um biótipo magro é fácil. Mas quando eu vejo uma mulher com volume muscular, eu também não acho muito bonito, mas eu admiro e respeito. Eu não gostaria de ter volumes grandes. Eu não acho bonito para mim. Mas eu admiro muito, porque para ela gerar aquele volume foram anos. (ALESSANDRA)

Nesse sentido, parece que as críticas são quase sempre interpretadas pelas fisiculturistas e praticantes de musculação como sinal de sua superioridade. Na visão delas, os homens as desejam e as mulheres as invejam e, se as criticam, é porque, respectivamente, não podem tê-las ou não conseguem ser iguais a elas. Frequentemente, quando algum homem diz, nas redes sociais, que músculo é coisa de homem, ele recebe como resposta das atletas, a pergunta: “Então por que você não tem?”.

FIGURA 3 – Músculo é coisa de homem.



Fonte: grupo de fisiculturismo no *Facebook*.

A imagem acima, retirada de um grupo do *Facebook*, retrata tanto discriminações sofridas por essas mulheres quanto como sua resistência ao questionar as associações entre musculosidade e masculinidade. A resposta em forma de pergunta “então por que você não tem (músculos)?” retira a hipertrofia muscular do âmbito da natureza ao passo que tenta também ofender e diminuir a masculinidade de quem critica o esporte, utilizando sua própria lógica como argumento: músculos volumosos não são só para homens, mas quem as critica é, de certa forma, considerado menos homem se não os possui.

Para ajudar a entender as concepções de feminilidade e beleza próprias deste esporte, trago a seguir a letra da música Ela é outro nível de Cifraão, que é um rap/hip hop “maromba”¹⁹. Conheci esta música

¹⁹ Marombeiro ou marombeira é quem pratica musculação com o objetivo de aumentar a massa muscular. “Maromba” pode fazer referência tanto à prática de musculação quanto ao praticante e aos produtos destinados a esse público. Música “maromba”, assim, é uma música destinada a atletas do fisiculturismo ou

quando ela tocou no Campeonato Estadual de Estreantes de Santa Catarina, durante a apresentação da categoria Culturismo Clássico. Segue a letra:

Dieta, treinos, descanso, disciplina...
 Aí... a rotina dela é foda parcero,
 Ela não é qualquer mulher, tá ligado?
 Ela á top
 Ela é outro nível
 Cifrão.
 Não atrapalha não
 Deixa ela treinar
 Ela tá focada, sabe onde quer chegar!
 É siliconada, barriga trincada
 Bunda e perna grande, grande...
 E ela é top
 Ela é a perfeição
 Amante do esporte
 Toda desenhada a mão
 Treino e dieta
 Ela segue a regra
 É disciplinada, ela tem vida de atleta.
 Ela é marrenta
 Não dá moral pra frango
 Corpo escultural
 Ela segue o plano
 BF lá embaixo
 Ela é atração
 Na praia ou no clube
 Ela arrasa coração
 E a perna tá trincada
 E o glúteo desenhado
 Agachamento livre, ela treina pesado
 E segue a cartilha como qualquer mutante
 Um ciclo de alto nível que é prá ficar
 gigante
 Tatuagem, silicone
 Marombeira de ofício
 Estilo de vida que prá ela já virou vício
 Então pode aplaudir
 Ela é melhor do que você
 12 meses por ano focada em crescer

praticantes de musculação, que trata, em suas letras, de temas relacionados ao esporte.

Tá por amor ao esporte
 E não por curtição
 Faz as franga chorar, escutando Cifraão
 Não é um mês nem dois
 Ela treina há um bom tempo
 Sucesso traz inveja
 Todas querem o segredo
 Então respira, concentra, aumenta a carga e
 já era
 Mantenha a postura de dama junto a de
 atleta
 Você é parte do seu sonho
 Depende só de ti
 Genética é um detalhe prá fraça desistir
 Se não tá fácil pra ti, não tá fácil pra
 ninguém
 É um projeto de vida, aceita isso meu bem
 Então foca nessa porra, vamo crescer de
 verdade
 Dieta, suplementação e um toque de
 vaidade.²⁰

Nessa música, como na fala de Alessandra citada anteriormente, é possível perceber a recusa à natureza (“genética é um detalhe pras fraça desistir”) e a valorização da construção do corpo por outros meios (“tatuagem, silicone”). Além disso, é evidente a concepção de mérito pessoal relacionada ao corpo modelado com o esporte, que seria motivo de inveja para as pessoas que, por serem “fracas” não conseguem alcançar seu objetivo. “Ela é outro nível” porque as outras são de um nível inferior. “Ela é melhor do que você” porque ela é “focada”, porque está por “amor ao esporte”, porque “treina há um bom tempo”. A valorização do “corpo escultural” não se dá apenas por critérios de beleza, mas porque entende-se que a construção desse corpo é sacrificiosa e difícil. Um corpo bonito, portanto, só é conquistado por quem merece pois se esforçou para isso. Nesse sentido, beleza pode ser sinal de caráter.

Na descrição de Norbert Elias (1992) sobre a sociedade grega do período clássico, é possível identificar aspectos semelhantes aos do contexto do fisiculturismo na importância dada à força e à beleza física, que agiam também como determinantes da posição social. Naquele contexto, era praticamente impossível para alguém de corpo débil ou deformado alcançar uma posição de elevado poder social ou político.

²⁰ Fonte: <<https://www.lettras.mus.br/cifrao/ela-e-outro-nivel/>>.

Devido ao facto de a “imagem corporal” ou a aparência física se classificar a um nível relativamente baixo –, bastante inferior, por exemplo, ao que a “inteligência” ou o “caráter moral” ocupam na escala de valores que, nas nossas sociedades, determina a posição social de um homem e a imagem global que formamos dele –, falta-nos com frequência a chave para a compreensão de outras sociedades onde a aparência física representa um papel muito mais determinante na formação da imagem pública de um homem. (ELIAS, 1992, p.208)

Analogamente, no fisiculturismo a aparência física é de extrema importância, pois entende-se que ela retrata características morais do indivíduo. Na perspectiva das atletas e simpatizantes do esporte, quem possui o corpo fraco ou com excesso de gordura é quem cede aos prazeres da comida, é preguiçoso demais para praticar exercícios ou não tem força de vontade para manter a rotina de atleta, o “estilo de vida”. Pela falta de controle do próprio corpo, essas pessoas tornar-se-iam feias, invejosas e sem saúde.

A grande valorização da estética se faz presente também nas redes sociais. Em um grupo do *Facebook* sobre fisiculturismo um homem postou a seguinte pergunta: “Nunca namorei uma mulher marombeira MESMO. Qual o lado bom e o lado ruim? Elas peidam muito?²¹”. Foram muitas risadas e piadas nos comentários e algumas respostas mais sérias dizendo que sim ou contando como é conviver com mulheres marombeiras. Mas um comentário, de uma mulher, é particularmente revelador do que é considerado positivo em uma marombeira (não obstante aspectos negativos da dieta): “Peida muito e fedorento, mas é melhor sentir o peido de uma gostosa, do que o perfume de uma escrota [risos].”. Esse comentário mostra a importância de ter um corpo que ela imagina atraente aos homens, a ponto de não haver constrangimento em falar que “peida fedorento”. Ao mesmo tempo, mostra que, nessa concepção, quem não é “gostosa” é automaticamente considerada uma “escrota”, uma pessoa que, além de feia, tem menor valorização moral.

A beleza da mulher musculosa vai além da musculatura desenvolvida. Um artifício utilizado pela maioria das atletas são as próteses de silicone nos seios. Ao serem questionadas, durante as

²¹ Nas redes sociais é comum o relato de que o excesso de proteínas consumido na alimentação e suplementação (especialmente com Albumina e *Whey Protein*) causa gases intestinais.

entrevistas, sobre o porquê deste uso tão comum, algumas atletas o explicaram como uma consequência lógica quase direta da diminuição do seio causada pela perda de gordura:

Isso vai além do estético, o que acontece que o seio é preenchido por gordura e com dieta e treino pesado ele tende a secar, assim como a gordura das outras regiões o que faz com que a atleta perca a simetria, por isso do uso desse artifício que é o único permitido pela federação. (LARA)

Porque o seio some, devido à baixa taxa de gordura corporal. (LETÍCIA)

Elas entendem, portanto, que o volume dos seios é algo importante para a estética do corpo feminino, mesmo hipertrofiado, e que a perda deste volume – considerada uma consequência negativa da construção do corpo fisiculturista – pode ser compensada cirurgicamente para resgatar a beleza e a feminilidade:

Daqui a um mês eu vou colocar, graças a deus! Eu não vejo a hora, não vale, não pode! Olha aqui! [se reclina na cadeira e alisa a blusa sobre os seios]. Olha aqui! [risos] Com certeza, tu tiveste uma observação muito boa. Por quê? Que que acontece? Todo fisiculturista ele é um baixo percentual de gordura. E a mama tem muita gordura. Então, eu sempre gostei da minha mama. Eu nunca pensei em colocar um silicone. Só que neste um ano de dieta e treino eu simplesmente fiquei sem mama. Porque tudo que eu tinha foi embora, porque meu percentual baixou muito. Então se eu não colocar o silicone meu casamento simplesmente termina. [risos] (ALESSANDRA)

Acho que por vaidade, mesmo. Não ganha pontos nem nada. Eu quero colocar para ficar mais bonita, me sentir melhor. (MILENA)

Hoje todo muito usa prótese de silicone, as atletas também; em busca de melhorar harmonia do físico. No fisiculturismo não se admite nenhum outro tipo de prótese além da prótese mamaria. Não se admite qualquer tipo de preenchimento em nenhum lugar do corpo, por descaracterizar o trabalho muscular. (MARIA)

Outros preenchimentos são proibidos pelas federações porque podem mascarar a falta de volume muscular (como, por exemplo, silicone nos glúteos, que deveriam ser trabalhados e avaliados). Ao mesmo tempo, na concepção das atletas, a possibilidade de fazer uso dessas próteses mamárias assegura a feminilidade das atletas e afasta sua aparência da masculinidade. Conforme Wesely (2001), alterações artificiais do corpo por meio tecnologias corporais são frequentemente consideradas naturais quando utilizadas para adaptar-se a expectativas de corpos marcados por gênero. Dessa forma, o silicone nos seios é uma forma de tornar a aparência do corpo mais natural, porque seios grandes são atributos esperados e desejados em corpos de mulheres.

Em pesquisa com mulheres de um grupo de convivência para idosos do Rio Grande do Sul, Flávia de Mattos Motta (1998) identificou que, para elas, a beleza é principalmente a excelência no uso de adereços, roupas, gestualidade e simpatia. A roupa, segundo a autora, pode expressar uma identidade e subjetividade do indivíduo, especialmente no contexto de uma sociedade individualista. No fisiculturismo, as roupas e artifícios utilizados nas competições são também considerados importantes criadores de feminilidade e beleza:

Você vai ver uma grande feminilidade das mulheres [no campeonato]. Primeiro, a gente se apresenta de salto alto. Salto bem alto. Então já é um artifício muito feminino o salto alto. Segundo, os biquínis são todos cravejados de pedra. Os brincos, as pulseiras, os anéis, os acessórios, o cabelo, a maquiagem. Então a mulher do fisiculturismo hoje ela é extremamente feminina. Apesar dos volumes musculares. Então quem se insere, a mulher que se insere, acaba se sentindo muito feminina. Muito feminina. E outra coisa: o que que a deixa muito feminina? Hoje a moda fitness está muito forte. As roupas fitness. E elas trabalham hoje dentro do vestuário uma feminilidade enorme. Então, independente da categoria, a mulher fisiculturista ela se sente muito feminina. Muito feminina. E outra: ela se sente feminina e ela se sente muito poderosa.[risos] Muito engraçado isso. Porque ela consegue, isso é uma vaidade muito grande, ela consegue o que poucas mulheres conseguem. Que é ir contra a natureza. Isso te dá assim uma... eu me sinto assim, eu me sinto... às vezes poxa, eu domino, eu consigo dominar minha natureza. Olha só, eu consigo ser

maior do que o meu pensamento. Muitas vezes a vontade de comer uma bobagem. Não, não vou comer isso. Porque você consegue dominar literalmente o seu corpo. Tanto mentalmente quanto fisicamente. O fisiculturismo é isso. Você domina o corpo mentalmente e fisicamente. (ALESSANDRA)

Ao contrário de masculinizar a mulher, para Alessandra, o fisiculturismo a torna mais feminina, principalmente pelas roupas e acessórios utilizados.

Analisando o uso da cor nas roupas, Motta (1998) argumenta que, enquanto as cores vibrantes são associadas às crianças/jovens e às mulheres, os homens e as “velhas” optam por cores neutras na vestimenta. Dessa forma, percebe-se uma associação entre velhice e masculinidade semelhante à que ocorre com a musculatura hipertrofiada. Conforme Motta, comparando as “velhas faceiras” e as não (ou pouco) faceiras no uso das cores, “umas dizem que são mulheres, outras dizem que são velhas” (MOTTA, 1998, p.58). Como velhas faceiras e em oposição aos fisiculturistas homens, as fisiculturistas, através de seus adereços – e aqui inclui não só as roupas de competição, cabelo, maquiagem e moda fitness, mas, também, o silicone – estão também dizendo que são mulheres.

4.3. CONFLITOS ENTRE CATEGORIAS

Helena, a ideia de ter um belo físico não chega nem perto de esporte! O Atleta tem objetivos muito além da beleza, isso é uma consequência do trabalho. Trabalhamos a estética, o que nem sempre tem relação com ser bonito. Claro que nos achamos lindos! Porém a estética do atleta não agrada a todos, quando o volume muscular começa a sair do padrão dos saradinhos. Hoje se confunde muito isso! Você tem competidores (as) que não são Atletas nunca serão. Mas estão lá... é fácil para o público comum confundir um esporte que se trabalha a estética e se compete de biquíni ou sunga com vulgaridade. Aí é que está o lado ruim [da popularização do fisiculturismo]. Esses competidores que não são Atletas e estão ali só para se expor e ganhar dinheiro mostrando a bunda... isso só se vê nas categorias do *fitness*, porque no

Bodybuilding mesmo, aí somente atletas alcançam. O problema é que estão misturando as estações. Esses tipos emporcalham a imagem de um Esporte sério e muito exigente. (MARIA).

Nessa fala, pode-se perceber que a atleta, da categoria *Women's Physique*, considera que as categorias com menos volume muscular não fazem parte do esporte e que seus competidores não são atletas “verdadeiros”. Durante a entrevista ela demonstrou um descontentamento com essas categorias e com o fato de que a categoria Culturismo Feminino, na qual competia, não existe mais no Brasil. Maria considera esta categoria a mãe do esporte.

Como dito antes, ao longo da história do fisiculturismo feminino, as federações tomaram diversas medidas para tentar reduzir o volume muscular das atletas. Nesse contexto, a abolição da categoria Culturismo Feminino se mostra como mais uma medida para combater o agigantamento muscular das atletas do fisiculturismo. Avaliada a partir dos mesmos critérios que as categorias masculinas de culturismo, a essa categoria visava a máxima hipertrofia e definição muscular, características que desinteressam ao público e aos patrocinadores quando em uma mulher. Paralelamente, são criadas as categorias *Bikini Fitness* e, no Brasil, *Wellness*, com o intuito de popularizar o esporte, atraindo público, patrocínio e atletas novas. As atletas da *Bikini Fitness* são extremamente magras e têm pontos descontados se possuem músculos volumosos. As *Wellness*, com um físico semelhante ao das famosas “Panicats” (assistentes de palco do programa televisivo Pânico na Band), têm coxas grossas e glúteos volumosos, mas membros superiores de proporções reduzidas. Ambas as categorias são consideradas muito belas e sensuais, têm mais fãs e mais chances de receber patrocínio porque sua aparência é mais aceita e desejada pelo público em geral.

Entretanto, categorias mais “atraentes” não foram criadas apenas para mulheres. A categoria *Men's Physique* também tem o intuito de abarcar possíveis modelos, atletas menos hipertrofiados e mais condizentes com os padrões estéticos do público em geral. Como observado, os atletas da *Men's Physique* são alvo de zombaria, talvez justamente por fazerem o mesmo papel que as categorias femininas mais novas, ou seja, de enfeitar literalmente o campeonato, atraindo público e patrocínio.

Em primeiro lugar vou esclarecer que Fisiculturismo é Esporte, Fitness não é fisiculturismo. Embora estejam associados... Na

minha opinião e na de qualquer atleta de verdade, penso que não deviam se misturar, por uma questão de identidade. Esporte e muito diferente de concurso de beleza. (MARIA)

Quanto às demais categorias, acho que só a *Wellness* não deveria ser considerada como *bodybuilder*, o restante acho fantástico. (LETÍCIA)

Enquanto as categorias *fitness*, com pouco volume muscular, são consideradas menos sérias não esportivas (“concurso de beleza”), as categorias femininas hipertrofiadas são relativamente desvalorizadas por serem vistas como menos bonitas e femininas. De acordo com Jennifer Wesely (2001), se o fisiculturismo enfatiza identidades dominantes de gênero em detrimento de outras manifestações desviantes, ele é visto como uma tecnologia natural de masculinidade para homens e feminilidade para mulheres. Contrariamente, é visto como antinatural quando desafia interpretações dominantes de identidade de gênero, o que pode ocorrer quando fisiculturistas são acusadas de construir proporções musculares além do aceitável para mulheres (p.167).

Gosto da forma que me tratam, mas a minha categoria é diferenciada por exemplo de uma “*Wellness*” onde o padrão é mulheres “gostasas” minha categoria [*BodyFitness*] é tida como “masculinizada” não sou o tipo de mulher que desperta olhares maliciosos. (LETÍCIA)

[Por que você escolheu a *Wellness*?] Porque é a mais feminina, né. É aquela que as pessoas dizem que parecem as panicas. (MILENA)

O par beleza/feminilidade opõe-se ao par volume/definição no espectro das categorias, tanto femininas quanto masculinas, indo do extremo feminino e frágil da *Bikini Fitness* para o extremo forte e masculino da Fisiculturismo Sênior e passando por todas as outras. Situadas no centro do espectro estão a *Men's Physique* e a *Woman's Physique*, equivalentes por serem, respectivamente, a categoria masculina menos hipertrofiada e a feminina mais hipertrofiada.

A abolição da categoria Culturismo Feminino em competições amadoras impede as mulheres de se igualarem aos homens nas categorias mais volumosas. Por outro lado, isso permite que elas continuem podendo ser consideradas femininas, na medida em que feminilidade e masculinidade são relacionais. Uma mulher, por mais forte e musculosa que seja, pode ser considerada frágil e feminina enquanto existir um

homem mais forte e musculoso que ela. Talvez por esse motivo seja mais frequente que mulheres atletas se relacionem romanticamente com homens atletas, enquanto para homens atletas é comum se relacionar com mulheres não atletas.

4.4. “PARA A MULHER, BONITO É O QUE ELA QUISER”: “MACHISMOS” E “FEMINISMOS” NO ESPORTE

No *backstage* as mulheres não se falam, são mais competitivas. É aquilo que dizem, né, mulher não se arruma para ela mesma, ela se arruma para ficar mais bonita que a outra. Se arrumam para o parceiro não olhar para outra. Os homens têm comportamento de boteco, de ficar implicando com o outro. [As mulheres não?] Não. Teve umas que seguiram a outra para intimidar no banheiro. Eu acho que é uma coisa até hormonal. Porque homem tem testosterona que gera agressividade, então ele sabe lidar com isso. Já a mulher não. Teve uma atleta que estava lá sozinha e precisava de ajuda pra pintar as costas e pediu pra outra. Daí a outra foi lá e fez tudo mal feito. É mulher, né. Vaidade é um componente de comportamento que está muito mais evidente nas mulheres. Tanto que é muito mais comum homem embarangar depois de casar, e mulher não, mulher quer ficar bonita. A gente aqui é exceção. O cara cobra que a mulher dele seja a gostosa e ele é o chinelão. A mulher não aceita que a outra seja mais bonita. (RAUL, treinador de Milena).

Quando questionadas sobre a existência de machismo no esporte, as atletas em geral respondem que não – apenas uma (Letícia) afirmou que existe, sim, muito machismo.

Somos todos atletas e nos respeitamos como tal. Quanto a diferença de tratamento (se é isso que você quis dizer) entre homem e mulher... é também como em qualquer lugar, só que melhor, não há machismo entre os atletas. Todos são Atletas. (MARIA)

De forma alguma, o machismo existe apenas fora de tudo isso, exatamente por aqueles

que não fazem questão de entender do que se trata.
(LARA)

Entende-se, pois, que o machismo existe apenas fora do esporte e que, entre atletas, as relações são mantidas na base da igualdade e do respeito:

Não vejo diferença por ser mulher, ou pelo menos nunca vi, todos são iguais e se respeitam muito, pois independente do sexo e categoria, todos passam pelas mesmas situações para chegar ali.
(LARA)

Entretanto, algumas falas denotam incômodo com as desigualdades no esporte, que, ainda assim, não são entendidas como machismo, mas apenas como injustiça:

Atletas do sexo feminino no Fisiculturismo profissional, recebem premiações em dinheiro, de menor valor. A *Miss Olympia* recebe um terço do valor que o *Mr. Olympia* recebe. E isso certamente é injusto. (MARIA)

Quando perguntei às atletas se elas se consideram feministas, a resposta foi unânime: não.

Não existe isso, ali todos são iguais e se respeitam. Não sou feminista, independente da causa irei defender aquilo que acho certo. Sou contra os radicalismos e o vitimismo que existe hoje em dia. (LARA)

Não sou feminista, aliás, não gosto de feministas [risos]. (LETÍCIA)

O feminismo é visto pelas atletas como um machismo às avessas. Elas criticam o feminismo, argumentando que não são vitimistas, não odeiam homens e são femininas. Tais críticas resultam em elogios e aprovação de homens, que dizem que elas são “mulheres de verdade”. Parece que a crítica ao feminismo provém, além do desconhecimento sobre o movimento, de trabalharem com o estereótipo de feminista como mulher masculinizada e de uma vontade de ser reconhecida como mulher, feminina e heterossexual. Apesar disso, as atletas têm alguns posicionamentos que sob certos aspectos podem ser considerados feministas.

FIGURA 4 – 8 de março



Fonte: Imagem compartilhada por atletas no Facebook

A imagem acima foi compartilhada por atletas no *Facebook* no dia 8 de março de 2016 em comemoração ao Dia Internacional das Mulheres. Fazendo referência à música Pagu de Rita Lee, a imagem brinca com o estereótipo de masculinização pela hipertrofia muscular, retratando mulheres extremamente musculosas, mas que são claramente consideradas femininas, com os cabelos longos, biquínis e próteses de silicone. A musculatura volumosa e a demonstração de força no levantamento de peso as tornariam mais “macho” que muitos homens, porque são mais fortes que muitos homens, mas nem por isso perdem a feminilidade e a sensualidade.

Eu não acho que músculos e força são direitos só de homens, acho bonito uma mulher ser tonificada, mas tudo na medida certa, claro.
(GABRIELA)

Não existe isso de para mulher [barriga] lisa é muito mais bonita [do que barriga definida]. Para a mulher, é bonito o que ela quiser. Essa história de para mulher é mais bonito isso ou aquilo sinceramente não tem fundamento.
(COMENTÁRIO DE UMA MULHER EM GRUPO DE MUSCULAÇÃO DO *FACEBOOK*)

Mesmo não se considerando feministas, as fisiculturistas reivindicam seu espaço nesse ambiente dominado por homens, no qual enfrentam inúmeras dificuldades, tanto pelas críticas externas quanto internas. Elas defendem seu direito de possuir uma musculatura desenvolvida, de competir em pé de igualdade com os homens e ter a mesma valorização no esporte. Nesse sentido, talvez a negação do feminismo seja um mecanismo de defesa que pretende mostrar que a muscularização não causa necessariamente uma masculinização (comumente associada ao feminismo), mostrando, assim, que é possível ser musculosa e ser mulher, sem desejar ser homem e sem odiar os homens. Dessa forma, o fisiculturismo feminino pode existir sem que seja uma cópia idêntica do fisiculturismo masculino. Não é apenas o fisiculturismo praticado por mulheres: é um fisiculturismo feminino.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise do fisiculturismo levanta questões de gênero que dizem respeito não apenas à(o)s atletas envolvidas(os), mas a concepções de masculinidade e feminilidade presentes na sociedade brasileira em geral. Por ser um esporte historicamente dominado por homens, e envolver atividades consideradas impróprias às mulheres em determinados momentos históricos, como o levantamento de peso e o uso de trajes de banho nas competições, as atletas femininas vêm, desde o princípio, enfrentando dificuldades para conseguir seu espaço. Quando competem como os homens, nas categorias como a antiga Culturismo Feminino e a *Women's Physique* atualmente, argumenta-se, dentro e fora de contextos esportivos, que elas são pouco femininas, esteticamente desagradáveis e que a musculatura exacerbada não é saudável ou natural em mulheres. Dessa forma, sofrem diversas repressões, desde a falta de patrocínio até a exigência de que diminuam suas proporções.

Enquanto para as categorias masculinas o objetivo é aumentar a musculatura indefinidamente, até o limite, para as femininas é imposto que controlem seu crescimento para que não se pareçam com homens. O corpo hipertrofiado e definido – que não se encontra em homens que não são atletas – é considerado masculino e contrário à natureza das mulheres, até mesmo por atletas e pelas confederações. Entretanto, estes corpos não são alcançados, por homens ou mulheres, exceto se houver um treinamento e dieta intensos, direcionados a este objetivo. Não estando baseada em uma potencialidade diferenciada para homens e mulheres, essa suposta natureza feminina está antes ligada a um ideal feminino de fragilidade. De fato, o corpo hipertrofiado é um corpo de fisiculturista, um corpo de atleta, e não um corpo de homem. A questão aqui é que não se parece admitir que mulheres possam ser atletas. O fisiculturista é entendido como necessariamente homem, em um tempo em que é possível que mulheres alcancem o mesmo desenvolvimento muscular.

Paralelamente, as categorias femininas com menor volume muscular são deixadas em segundo plano, não são levadas a sério pelas confederações e demais atletas, e nem consideradas “atletas de verdade” dentro do contexto esportivo. Criadas com intuito comercial, elas devem ser bonitas e atraentes ao público e aos patrocinadores, como uma tentativa de salvar o esporte da aversão causada pelas atletas hipertrofiadas. Em maior conformidade com padrões estéticos externos ao fisiculturismo, não correspondem à estética própria do esporte. A categoria masculina *Men's Physique*, criada com o mesmo intuito comercial, é desdenhada pelos demais atletas, sendo comparada às

femininas, pois seus competidores devem ser bonitos, cuidar dos cabelos, sorrir no palco. Nesse contexto, ser comparado com as mulheres atletas é visto como algo degradante. É ser rebaixado para um patamar de inferioridade no esporte, de atletas que não têm o mesmo reconhecimento ou credibilidade.

Desde o seu princípio, no final do século passado, e até a atualidade, o fisiculturismo feminino é um espaço de resistência para as mulheres. Consideradas demasiado frágeis para praticar esportes, adentraram as competições de fisiculturismo e passaram a construir medidas musculares volumosas, que desafiam concepções normativas de feminilidade e a própria divisão binária em sexos pautada em uma suposta naturalidade biológica. Na literatura sobre o tema, entretanto, as mulheres fisiculturistas são tratadas ora como vítimas, ora como um arremedo mal feito da masculinidade. De fato, mesmo no âmbito acadêmico, a construção de corpos musculosos por parte das mulheres é frequentemente entendida como sinal de masculinidade. Por outro lado, as demais produções a respeito do fisiculturismo feminino retratam as dificuldades enfrentadas pelas atletas, numa descrição das limitações sofridas, mas sem descrever os processos de resistência dessas mulheres frente a essas medidas.

Minha proposta neste trabalho foi de dar visibilidade às dificuldades que existem no fisiculturismo feminino, mas também às falas das mulheres que praticam este esporte tão estigmatizado, suas próprias percepções de beleza e feminilidade e, em suma, sua forma de ser mulher, de ser feminina, de ser fisiculturista. Mostrei, assim, que as atletas conciliam todas essas identidades que, no senso comum, são contraditórias, mas que, para elas, são complementares. Para elas, o fisiculturismo não é contrário à beleza e à feminilidade, mas uma forma de produzi-las.

A prática do esporte proporciona uma sensação de controle das formas corporais e mesmo de reversão e prevenção do envelhecimento. Mesmo relatando preconceitos sofridos, as atletas afirmam que se sentem femininas, poderosas e bonitas, rompendo com a dicotomia corrente que opõe músculo a feminilidade. Para elas, a feminilidade está muito mais associada à gestualidade e aos acessórios utilizados. Longe de serem apenas artifícios feminilizantes impostos pelas confederações para combater a ambiguidade dos corpos, estes acessórios, roupas e maquiagem são valorizados pelas atletas, que anseiam por seu uso. Além disso, as críticas recebidas pelas atletas a respeito de sua aparência são quase sempre significadas como inveja, confirmando suas concepções de beleza ligadas à musculatura definida. Nesse sentido, entendem que, se as

pessoas as criticam, é porque não têm capacidade para fazer o mesmo que elas.

Mesmo enfrentando inúmeras dificuldades no esporte, como falta de patrocínio, preconceitos, estigmas e premiação desigual, as mulheres permanecem no fisiculturismo, reivindicando seu espaço apesar das críticas internas e externas, assim como em outros esportes tradicionalmente praticados por homens, como o *rugby* (ALMEIDA, 2008), o *skate* (GOELLNER et al) e o futebol (ALMEIDA et al, 2013; RIAL, 2015). Elas defendem seu direito de possuir uma musculatura desenvolvida, de competir em pé de igualdade com os homens e ter a mesma valorização no esporte.

O esporte cria novas possibilidades de produção de corpos e relações de gênero, flexibilizando noções de masculinidade e feminilidade. Espaço de reprodução e controle de expressões de gênero e sexualidade, ele se faz também, e por outro lado, um espaço de criação de novas possibilidades e de dúvida acerca destas ideias (SILVEIRA, 2013), na medida em que, pela criação de corpos alternativos e conflitantes com noções dominantes de feminilidade, no fisiculturismo, tensiona a naturalização do binarismo sexual biologizante.

REFERÊNCIAS

ADELMAN, Miriam; RUGGI, Lennita. Corpo, Identidade e a Política da Beleza: algumas reflexões teóricas. In: ASSIS, Gláucia de Oliveira; KAMITA, Rosana C.; SILVA, Cristiani Bereta da (Orgs). **Gênero em Movimento: Novos olhares, muitos lugares**. Ilha de Santa Catarina: Editora Mulheres, 2007.

ADELMAN, Miriam. As mulheres no mundo equestre: forjando corporalidades e subjetividades 'diferentes'. **Rev. Estud. Fem.**, Florianópolis, v. 19, n. 3, Dec. 2011. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-026X2011000300015&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 05 Abr. 2014.

_____. Mulheres atletas: re-significações da corporalidade feminina. **Rev. Estud. Fem.**, Florianópolis, v. 11, n. 2, Dez. 2003. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104026X2003000200006&lng=en&nrm=iso>. acesso em 05 Apr. 2014.

AGÊNCIA MUNDIAL ANTIDOPAGEM. **Código Mundial Antidopagem**. Disponível em: <https://wada-main-prod.s3.amazonaws.com/resources/files/codigo_mundial_antidopagem_2015.pdf> Acesso em 29 de maio de 2016.

_____. **A Lista Proibida de 2016**. Código Mundial Antidopagem. Disponível em: <<http://www.bestswim.com.br/wp-content/uploads/2016/01/lista2016.pdf>> Acesso em 29 de maio de 2016.

ALMEIDA, Caroline et al. Adrenalina Futebol Clube: sobre amizade e rivalidade no futebol praticado por mulheres. **Revista de Ciências Humanas**, Florianópolis, v. 46, n. 2, p. 481-498, mar. 2013. ISSN 2178-4582. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/28283>>.

ALMEIDA, Thaís Rodrigues de. **Fortes, aguerridas e femininas: um olhar etnográfico sobre as mulheres praticantes de rugby em um clube de Porto Alegre**. 2008. 140f. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008.

BARBOSA, Gabriel Coutinho. **Os Aparai e Wayana e suas Redes de**

Intercâmbio. 2007. 228 f. Tese (Doutorado) - Curso de Programa de Pós-graduação em Antropologia Social, Departamento de Antropologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007.

BENZE, Rachel P.; FILHO, Edmundo E. As mulheres em cargos gerenciais: aspirações e realização profissional, **remuneração e cargos ocupados.** In: **XXIII Encontro Nac. de Eng. de Produção** – Ouro Preto, MG, 2003.

BOTELHO, Flávia Mestriner. Corpo, risco e consumo: uma etnografia das atletas de fisiculturismo. **Revista Habitus:** revista eletrônica dos alunos de graduação em Ciências Sociais - IFCS/UFRJ, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 104-119, jul. 2009. Semestral. Disponível em: <www.habitus.ifcs.ufrj.br>. Acesso em: 15 Abr. 2015.

BOURDIEU, Pierre. **A dominação masculina.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.

_____. Como é possível ser esportivo? In: _____. **Questões de sociologia.** Rio de Janeiro: Marco Zero, 1983, p. 136-163.

BRASIL. **Documento final da conferência nacional do esporte.** Brasília: Ministério do esporte, 2004.

BUTLER, Judith. **Bodies That Matter: On the Discursive Limits of Sex.** New York: Routledge, 1993.

_____. "Corpos que pesam: sobre os limites discursivos do sexo". In: LOURO, Guacira Lopes (Org.). **O corpo educado.** Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2001. p. 151-172.

_____. **Problemas de gênero: Feminismo e subversão da identidade.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2016.

_____. Regulações de gênero. **Cadernos Pagu,** Campinas, n. 42, p. 249-274, June 2014. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-83332014000100249&lng=en&nrm=iso>. access on 29 June 2016.

CHIES, Paula V. Identidade de gênero e identidade profissional no campo de trabalho. **Estudos Feministas,** Florianópolis, 18(2): 352, maio-

agosto/2010.

ELIAS, Norbert. **A busca da excitação**. Lisboa: DIFEL, 1992.

FONSECA, Claudia. O anonimato e o texto antropológico: dilemas éticos e políticos da etnografia 'em casa'. **Teoria e Cultura**, v.2, n.1 e 2, p. 39-53, 2008.

FURTADO, Roberto Pereira. Do Fitness ao Wellnes: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Pensar a Prática**. Jan./Abr. 2009.

GAVERIO, Marco A. Medo de um Planeta Aleijado? Notas Para Possíveis Aleijamentos Da Sexualidade. **Áskesis - Revista dos Discentes do Programa de Pós Graduação em Sociologia da UFSCar**, v. 4, p. 103-117, 2015.

GOELLNER, Silvana Vilodre. Gênero e esporte na historiografia brasileira: balanços e potencialidades. **Revista Tempo**, v. 19, n. 34, 2012.

_____. Mulher e esporte no Brasil: entre incentivos e interdições elas fazem histórias. **Pensar a Prática**, Goiás, v. 8, n.1, p. 85-100, jan./jun. 2005.

GOELLNER, S. JAEGER, A. A.; FIGUEIRA, M. L. M. Invisibilidade não significa ausência: imagens de mulheres em obras referenciais do skate e do fisiculturismo no brasil. **Ex æquo**, n.º 24, 2011, pp. 135-148. 2011

GOFFMAN, Erving. **Estigma**: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 1988.

GOLDENBERG, Mirian. O Corpo como Capital: gênero, casamento e envelhecimento na cultura brasileira. **REDIGE**. v. 1, n.1, 2010.

GROSSI, Miriam Pillar. Identidade de Gênero e Sexualidade. **Antropologia em Primeira Mão**. n. 24, p. 1-18. Florianópolis, 1998.

_____. Miriam Pillar. Masculinidades: Uma Revisão Teórica. **Antropologia em Primeira Mão**, Florianópolis, 2004.

HIRATA, Helena; KERGOAT, Danièle. Novas configurações da divisão sexual do trabalho. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 37, n. 132, Dec. 2007. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-15742007000300005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 14 fev. 2015.

JAEGER, Angelita Alice; GOELLNER, Silvana Vilodre. O músculo estraga a mulher? a produção de feminilidades no fisiculturismo. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 19, n. 3, Dec. 2011. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104026X2011000300016&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 05 Abr. 2014.

JAEGER, Angelita Alice. Corpos, músculos e feminilidades. **Anais do XVII Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e IV Congresso Internacional de Ciências do Esporte de Porto Alegre**, Porto Alegre, set 2011.

w_____. **Mulheres atletas da potencialização muscular e a construção de arquiteturas corporais no fisiculturismo**. 2009. 240 f. Tese (Doutorado) - Curso de Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano, Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.

KANAN, Lilia A. Poder e liderança de mulheres nas organizações de trabalho. In: **Revista O&S**, Salvador, v. 17, n. 53, abril/junho – 2010.

LEÃO, Cintia Vianna. **A exclusão da categoria bodybuilding feminina nos campeonatos de fisiculturismo**: Uma análise inicial. 2015. 48 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/133184/000983766.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 5 ago. 2016.

LE BRETON, David. **A Sociologia do corpo**. Petropolis: Vozes, 2006

LEITÃO, Marcelo Bichels et al. Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde na mulher. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v.6, n.6, Dec.2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-

8692200000600001&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 21 Mar. 2015.

LESSA, Patrícia. Copos Blindados: a desconstrução de gênero no fisiculturismo feminino. **Revista Ártemis**, v.13. Jan/Jul 2012, p.210-221.

LESSA, P.; OSHITA, T.A.D.; VALEZZI, M. Quando as mulheres invadem as salas de musculação: aspectos biossociais da musculação e da nutrição para mulheres. **Iniciação Científica CESUMAR**, 2007.

MALUF, Sônia Weidner. Corpo e corporalidade nas culturas contemporâneas: abordagens antropológicas ISSN 1414-722X. **Esboços** (UFSC), PPGHistória/UFSC Florianópolis, v. 9, p. 87-101, 2002.

MATHIAS, Milena Bushatsky; RUBIO, Kátia. As práticas corporais femininas em clubes paulistas do início do século XX. **Rev. bras. educ. fis. esporte** (Impr.), São Paulo , v. 24, n. 2, June 2010 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092010000200010&lng=en&nrm=iso>. access on 23 Mar. 2015.

MATOS, Maria Izilda de. e BORELLI, Andrea. Espaço Feminino no Mercado Produtivo. In: PINSKY, Carla B.; PEDRO, Joana M. (Orgs). **Nova História das Mulheres**. São Paulo: Contexto, 2012.

MAUSS, Marcel. **Sociologia e Antrpologia**. São Paulo: EPU, 1974, v.02.

MELLO, Anahi G.; NUERNBERG, Adriano H. Gênero e Deficiência: interseções e perspectivas. **Revista Estudos Feministas**, v. 20, n. 3, 2012, p. 635-655.

MOTTA, Flávia de Mattos. **Velha é a vovozinha**: Identidade feminina na velhice. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, 1998.

NOVO, Arthur Leonardo Costa. **O armário na escola**: Regimes de visibilidade de professoras lésbicas e gays. 2015. 201 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Programa de Pós-graduação em Antropologia Social, Departamento de Antropologia Social, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2015.

PANSERA, Giovana Cristina. **Senhores passageiros, aqui quem fala é a comandante...**: Os desafios das mulheres pilotos na aviação brasileira. 2014. 134 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em

Ciências Sociais). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

RODRIGUES, José Carlos. **Tabu do Corpo**. Rio de Janeiro: Achiamé, 1983.

PORTER, Roy. História do Corpo. In: BURKE, P (org.). **A escrita da História: novas perspectivas**. São Paulo: UNESP, 1992.

PROBST, Elisiana R. **A evolução da mulher no mercado de trabalho**. 2003. Disponível em <<http://www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev02-05.pdf>> Acesso em: 08 fev. 2015.

REIS, Ângela C. P. de R. A influência do feminismo na escolha das mulheres por carreiras tradicionalmente masculinas. In: **Anais do Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia**. 2013.

RIAL, Carmen S. “Marta is better than Kaká”: the invisible women’s football in Brazil. **Labrys**, v. 28, p. eletrônica, 2015. Disponível em <<http://www.labrys.net.br/labrys28/sport/carmen.htm>>.

SABINO, C.; LUZ, M.T. Ritos da forma: A construção da identidade fisiculturista em academias de musculação na cidade do Rio de Janeiro. **Arquivos em Movimento** (Revista Eletrônica da Escola de Educação Física e Desportos - UFRJ). Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 51-68, jan.-jun. 2007.

SABINO, Cesar. **O peso da forma: cotidiano e uso de drogas entre fisiculturistas cariocas**. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-graduação em Sociologia e Antropologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. 2004.

SANT’ANNA, Denize Bernuzi de. Sempre Bela. In: PINSKY, Carla B.; PEDRO, Joana M. (Orgs). **Nova História das Mulheres**. São Paulo: Contexto, 2012.

SCHPUN, Mônica Raisa . Códigos sexuados e vida urbana : as práticas esportivas da oligarquia paulista nos anos vinte . In: SCHPUN, Mônica Raisa. (Org.). **Gênero sem fronteiras: oito olhares sobre mulheres e relações de gênero**. Florianópolis: Mulheres, 1997, v. , p. 45-71.

SCOTT, Joan. História das Mulheres. In: BURKE, P (org.). **A escrita da**

História: novas perspectivas. São Paulo: UNESP, 1992.

_____. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. **Educação & Realidade**. Porto Alegre, vol. 20, nº 2, jul./dez. 1995, pp. 71-99.

SEGATA, Jean. A Etnografia como Promessa e o “Efeito Latour” no Campo da Cibercultura. **Ilha Revista de Antropologia**, Florianópolis, v. 16, n. 2, p. 069-087, dez. 2014. ISSN 2175-8034. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/ilha/article/view/2175-8034.2014v16n2p69/29166>>. Acesso em: 27 set. 2016. doi:<http://dx.doi.org/10.5007/2175-8034.2014v16n2p69>.

SILVEIRA, Viviane. **Tecnologias e a mulher atleta:** novas possibilidades de corpos e sexualidades no esporte contemporâneo. (Tese de Doutorado). Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Ciências Humanas. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

STANCKI, Nanci. **Divisão sexual do trabalho: a sua constante reprodução.** São Paulo, 2003. Disponível em: <http://www.pucsp.br/eitt/downloads/eitt2003_nancistancki.pdf>. Acesso em: 13 fev 2015.

SOUZA, Andreza Conceição de. A representação do corpo: um estudo mediado por atletas fisiculturistas do estado de Sergipe. **VI Colóquio Internacional “Educação e Contemporaneidade”**, São Cristóvão, Set. 2012.

VIVEIROS DE CASTRO, E. A Fabricação do corpo na sociedade xinguana. In: OLIVEIRA FILHO, J. P. (Org.). **Sociedades indígenas e indigenismo no Brasil**. São Paulo: Marco Zero; Rio de Janeiro: UFRJ, p. 31-41, 1987.

WESELY, Jennifer. Negotiating gender: Bodybuilding and the natural/unnatural continuum. **Sociology of Sport Journal**, Toronto, Human Kinetics, v. 18, n. 2, pp.162-180, jun. 2001.