

AS PRÁTICAS CORPORAIS NAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA:

UM OLHAR DO PROFESSOR SOBRE O CORPO FLUMINENSE

GRAD. DIEGO COSTA FREITAS

Mestrando em Educação Física – EEFD/UFRJ; Núcleo de Estudos Sociocorporais e
Pedagógicos em Educação Física e Esportes (NESPEFE/EEFD/UFRJ)
(Rio de Janeiro - Rio de Janeiro - Brasil)
E-mail: diego.costafreitas@hotmail.com

ESP. FERNANDA AZEVEDO GOMES DA SILVA

Mestranda em Educação Física pela Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal
do Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ). Núcleo de Estudos Sociocorporais e Pedagógicos em Educação Física
e Esportes (NESPEFE/EEFD/UFRJ) (Rio de Janeiro - Rio de Janeiro - Brasil)
E-mail: fernanda.ef@ig.com.br

MS. ALAN CAMARGO SILVA

Mestre em Educação Física pela Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do
Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ). Núcleo de Estudos Sociocorporais e Pedagógicos em Educação Física e
Esportes (NESPEFE/EEFD/UFRJ) (Rio de Janeiro - Rio de Janeiro - Brasil)
E-mail: alan10@zipmail.com.br

DR^a. SÍLVIA MARIA AGATTI LÜDORF

Professora Adjunta da Escola de Educação Física e Desportos (EEFD) da Universidade Federal
do Rio de Janeiro (UFRJ); Doutorado em Educação na Universidade Federal do Rio de Janeiro.
Coordenadora do Núcleo de Estudos Sociocorporais e Pedagógicos em Educação Física e Esportes
(NESPEFE/EEFD/UFRJ) (Rio de Janeiro - Rio de Janeiro - Brasil)
E-mail: sagatti@ufrj.br

RESUMO

O presente estudo tem por objetivo investigar as concepções dos professores de Educação Física, atuantes em academias de ginástica da Baixada Fluminense, sobre sua prática profissional e o trato com o corpo. Os dados foram obtidos por meio de entrevistas semiestruturadas, observação e anotações de diário de campo. Os investigados demonstram preocupação em atender aos anseios do aluno e preservar a sua integridade física. Contudo, características socioeconômicas da região parecem colaborar para uma prática laboral que privilegie a rotina de exercícios exaustivos, sendo detectada uma tensão entre o que seria ideal em nível de discurso e a realidade dos usuários que desejam resultados rápidos.

PALAVRAS-CHAVE: Academias de ginástica; corpo; educação física; saúde.

INTRODUÇÃO

Um corpo escultural com músculos arquitetados é mais que um desejo pessoal, é quase que uma imposição da atual sociedade, sendo considerado, por muitos, um importante elemento para o sucesso nas relações interpessoais (CROSSLEY, 2006; LÜDORF, 2009).

Em um contexto no qual são valorizadas a juventude e a aparência do corpo, não é de admirar que a gordura passe a ser vista quase como uma doença (GOLDENBERG; RAMOS, 2002) e que sejam travadas batalhas a fim de retardar ou camuflar as marcas do envelhecimento. De acordo com Cheek (2008), as pessoas não querem mais somente aumentar a expectativa de vida, como também continuar jovens, pois a velhice deve ser remediada por ser considerada fora da normalidade. Parecer jovem é peça-chave no conjunto de atributos obrigatórios nessa estética corporal contemporânea bastante excludente e pouco maleável (LE BRETON, 2003).

Diante deste panorama, as práticas corporais e, também, um dos principais locais direcionados a essas práticas, como a academia de ginástica, ganham cada vez mais visibilidade na sociedade contemporânea. Segundo Hansen e Vaz (2006), estes locais possuem seus próprios costumes e hierarquias, levando o corpo a alcançar “centralidade máxima”. Para alguns autores, a academia torna-se local especializado para a “produção” desses almeçados corpos (SASSATELLI, 1999), ou, na visão de Malysse (2002), uma “usina de corpos”. No entanto, as academias atualmente transcendem os objetivos puramente estéticos, pois se constituem em centros de lazer e convivência (MARCELLINO, 2003), ou ainda, em espaços consagrados à prática de atividade física, para fins de melhora da aptidão física, saúde e qualidade de vida (LIZ et al., 2010).

Diante da crescente relevância da academia de ginástica, considerada como um meio de grande valor social (SASSATELLI, 1999), é imperioso investigar os fenômenos socioculturais que permeiam as práticas corporais vivenciadas nesse ambiente ainda pouco explorado.

A incursão na literatura indica que as academias de ginástica vêm se constituindo em objeto de estudo, com enfoques bastante diferenciados. Hansen e Vaz (2004), exemplarmente, identificaram nas academias que os princípios do treinamento desportivo são incorporados na modelação dos corpos pela prática do exercício físico. Sabino (2000), por sua vez, deteve-se a analisar o uso de esteroides anabolizantes em academias frequentadas por “marombeiros”. Já Coelho Filho e Votre (2010) examinaram questões relacionadas ao gênero em academias de ginástica de uso exclusivamente feminino. Furtado (2007), por sua vez, considera as academias um próspero negócio, alavancado com o aumento da indústria da

beleza. Contudo, ainda são esparsos os estudos que analisem o trabalho de um dos principais atores desse cenário e, principalmente, a partir da sua própria ótica: o professor de Educação Física.

Dentre outros aspectos, a riqueza de estudos realizados sobre as academias reside na tentativa de compreensão e interpretação de realidades culturalmente distintas, decorrentes, dentre outros fatores, de localização, porte, público atendido, perfil dos professores e atividades oferecidas etc, que permeiam e moldam a existência e o funcionamento das mesmas, bem como o trabalho dos profissionais. Há indícios na literatura de que existem peculiaridades nos significados atribuídos às práticas corporais em academias de pequeno e de grande porte (SASSATELLI, 1999; HANSEN; VAZ, 2006).

Nesse sentido, o presente estudo foi realizado no Rio de Janeiro, local onde há, reconhecidamente, uma espécie de exaltação de alguns aspectos relacionados ao corpo, principalmente por suas características culturais e de cidade balneária. Malysse (2002) argumenta que, no Rio de Janeiro, o corpo é visual e culturalmente muito presente e que as academias se assemelham a instituições de aprendizagem de práticas do corpo. Contudo, essa visão não pode ser generalizada, uma vez que estudos de caráter antropológico, como os reunidos na obra de Goldenberg (2002), demonstram haver singularidades nas diferentes regiões do Estado em questão e, até mesmo, em localidades da própria capital. Gontijo (2002) se refere à diversidade cultural e social existente entre os habitantes das diferentes localidades do Rio de Janeiro, que geram diferenciadas imagens identitárias, ou seja, imagens baseadas nas aparências corporais, que são construídas e reconstruídas conforme as situações de interação.

Na tentativa de deslindar algumas dessas peculiaridades, esse estudo está direcionado a investigar as concepções dos professores de Educação Física, atuantes em academias de ginástica de pequeno porte de uma determinada região do Rio de Janeiro, denominada de Baixada Fluminense¹, sobre como se desenvolve sua prática profissional, a partir do trato com o corpo de seus alunos.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A presente pesquisa é de natureza qualitativa, pois busca compreender e interpretar uma determinada realidade, envolvendo a descrição de dados relativos ao ambiente e aos sujeitos, com o intuito de identificar os significados ali presentes (CRESWELL, 2003).

1. Região periférica ao Grande Rio, composta por 13 municípios (SILVA, 2007).

A realidade em foco, nesse caso, foi a das academias da Baixada Fluminense. Gontijo (2002) se refere à Baixada Fluminense como extensão da Zona Norte, ou cidades-dormitório precárias, ocupadas em boa parte por emigrantes vindos de outros estados. Além disso, a região apresenta cenário de baixo desenvolvimento econômico, devido à precariedade de oferta de serviços sociais em setores considerados básicos, como educação, habitação, saúde etc (SILVA, 2007; SOUZA, 2002). Foram, então, selecionados dois dos principais municípios da Baixada Fluminense, Duque de Caxias e São João de Meriti (SILVA, 2007), por serem representativos da localidade mencionada. Em visitas aos municípios e feita a sondagem inicial, observou-se que sobressaíam as academias de ginástica consideradas de pequeno porte, conforme classificação de Bertevello (2005), ou seja, que operam com poucos professores e funcionários, possuem cerca de 350 frequentadores e oferecem normalmente atividades básicas como ginástica localizada e musculação, a preços mais acessíveis. Neste sentido, optou-se por delimitar o estudo a esse tipo de academia, freqüente na região.

Dado o interesse em conhecer aquele determinado ambiente e, na medida das possibilidades, o trabalho do professor nesse contexto, o estudo foi desenvolvido, então, em cinco academias de pequeno porte. A estrutura física era semelhante a descrita por Hansen e Vaz (2006), possuindo geralmente uma recepção, um salão com aparelhos específicos para exercícios contrarresistidos e treinos aeróbios, uma sala destinada à avaliação física e outra, às atividades coletivas como ginástica. Nos estabelecimentos, o contato inicial foi feito com os respectivos coordenadores na intenção de solicitar autorização para a realização da pesquisa. A pesquisa foi realizada somente com aqueles professores que se disponibilizaram e consentiram em participar do presente estudo, além de satisfazerem aos requisitos previstos.

Os critérios para seleção dos sujeitos compreendiam:

- a) atuar com modalidades ligadas ao *fitness* (ginásticas, musculação etc) há pelo menos um ano, com o intuito de captar professores com um mínimo de experiência no mercado e vivência no ambiente de trabalho de academias;
- b) ser formado em Educação Física.

Houve certa dificuldade em se encontrar profissionais formados em algumas academias, ainda que trabalhassem há anos nas mesmas, o que se observou ser uma característica peculiar das academias de pequeno porte da região. Como se pretendia justamente reportar a realidade encontrada, optou-se por incorporar tais profissionais ao estudo. Participaram do estudo doze professores de Educação Física, por meio de entrevistas semiestruturadas², que possuíam idade entre 24 e 37 anos

2. O roteiro da entrevista compreendia as seguintes questões: 1. Na sua opinião, que aspecto tem sido mais valorizado no corpo atualmente? 2. Diante das características mencionadas, como deve ser o trabalho do professor de Educação Física? 3. O que você considera de positivo e de negativo

e um a doze anos de atuação em academias. Dois professores eram Especialistas na área, oito eram graduados em Educação Física e dois ainda cursavam a graduação, embora atuassem com todas as atribuições de um profissional formado. O quadro abaixo se refere ao perfil dos professores:

Quadro I - Perfil dos professores entrevistados

Prof.	Idade	Sexo	Experiência em academias	Tempo de graduado	Academia
P1	26	Fem.	1 ano	1 ano	A ³
P2	27	Masc.	1 ano e 8 meses	6º período da graduação	C
P3	24	Masc.	1 ano e 6 meses	1 ano	B
P4	26	Masc.	3 anos	1 ano	B
P5	37	Masc.	4 anos	3º período da graduação	C
P6	31	Masc.	4 anos	1 ano	A
P7	27	Masc.	2 anos	1 ano / Especialista em Marketing Esportivo	B
P8	28	Masc.	9 anos	2 anos / Especialista em Avaliação Morfofuncional	B
P9	28	Masc.	8 anos	2 anos	C
P10	33	Masc.	5 anos	5 anos	B
P11	27	Masc.	1 ano e 9 meses	1 ano	D
P12	29	Masc.	1 ano	1 ano	E

Além da entrevista, foram realizadas observações dos ambientes das academias e coletados depoimentos informais de funcionários e coordenadores, relativos à infraestrutura e ao funcionamento das mesmas. Como medida de auxílio ao principal instrumento de coleta de dados, fatos que pudessem contribuir para a interpretação dessa determinada realidade foram devidamente anotados no diário de campo (FONTANELLA; CAMPOS; TURATO, 2006). Os dados foram analisados com base na análise de conteúdo, a partir dos critérios de repetição e de relevância (TURATO, 2003), com vistas a identificar categorias emergentes e eventuais tendências.

Os procedimentos empregados na pesquisa estão de acordo com os critérios éticos estabelecidos nos termos das Resoluções 196/96 e 251/97 do Conselho Nacional de Saúde.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS

As academias de pequeno porte visitadas possuem nomes, normalmente, vinculados à identificação do proprietário, sendo conhecida como “Academia do Fula-

no atual culto ao corpo? 4. Você acha que interfere na visão que os alunos têm ou deveriam ter do corpo? De que maneira? 5. De que forma você trabalha com o corpo dos seus alunos? 6. Que aspectos você mais valoriza em relação ao seu próprio corpo?

3. Os nomes das academias são fictícios.

no”, diferentemente do que é visto nas academias de porte maior, que apresentam, em geral, nomes genéricos⁴, tais como: Companhia do Corpo, Estação *Fitness* etc. Outra característica comum a esse tipo de estabelecimento foi a localização, em ruas de comércio ou em últimos andares de prédios, aparentemente em espaços não tão apropriados ou improvisados para a prática de atividades físicas. Estão situadas em bairros distantes da costa litorânea do Rio de Janeiro, que apresentam normalmente temperatura elevada, independente da época do ano. Esse fato pode ser observado na forma de se vestir das pessoas que transitam nas ruas, uma vez que parece haver certo favorecimento do corpo menos coberto, ou seja, a utilização de trajes mais diminutos. Talvez essas particularidades ajudem a compreender o trato com o corpo nas academias estudadas, já que a cultura de exposição do corpo parece ser ainda mais proeminente na região.

Nesse contexto, os discursos dos professores revelaram que a forma de lidar com o corpo dos alunos é pautada, sobretudo, por orientações técnicas, direcionadas a aspectos como prescrições e orientações de exercícios e recomendações sobre alimentação e hábitos de vida:

Os exercícios são passados, as atividades, e tudo no seu tempo porque as séries são mudadas em determinado tempo, são mudadas e vão mudando sempre. Nós fazemos muitas variações pra nunca ficar repetitivo o exercício, então tem alguns que não fazem o que é colocado. (P1)

Conversando com ele, orientando da melhor forma possível e pelo método de observação e demonstração. Você demonstra a posição correta que deve ser feito o exercício e o aluno vai fazer. [...]. Às vezes você explica, demonstra, depois ele faz, não faz corretamente, você orienta novamente até ele aprender o exercício. (P4)

Eu acho legal o professor que conversa. O professor que não só vem e aplica aquilo que ele aprendeu, mas ele explica de forma correta fazendo com que o aluno entenda o que ele está fazendo. Fazendo o aluno compreender a importância que aquilo ali tem, e a importância dele dar uma continuidade daquilo pro bem-estar dele mais pra frente. (P8)

Tais orientações fornecidas pelos professores têm como um dos objetivos centrais um melhor resultado estético do treinamento. A evidente importância dada à estética pode se justificar pelo fato de ser, segundo os professores, o principal ou até mesmo o único objetivo da maioria dos alunos que entram em uma academia da região em questão:

4. Os nomes das academias são fictícios.

Podem dizer que não, mas a estética vai estar sempre em primeiro lugar. A minoria, infelizmente, que vem em busca de qualidade de vida, de recuperação de lesão ou alguma coisa assim, mas a grande maioria está em busca da pura estética mesmo. O mundo gira em torno disso agora. (P5)

Se eles estão atrás de uma academia, atrás de um corpo perfeito é isso que nós temos que buscar, mas sempre respeitando seus limites, então, através de avaliações e gradativamente ir progredindo o trabalho, nós vamos buscar esse objetivo deles que é busca do corpo perfeito. (P11)

O interesse voltado à estética no âmbito da academia de ginástica não é recente. Novaes (2001) já havia confirmado a estética como principal atrativo das academias de ginástica, desde que começaram a proliferar no cenário nacional a partir da década de 70. Mesmo que outros fatores sejam apontados, como a saúde e melhora de condicionamento físico, a busca por uma estética corporal padronizada é um desejo bastante frequente dos usuários das academias de ginástica (PALMA, 2001). Furtado (2009) alerta para o lado negativo da busca por esse padrão corporal, ao citar casos extremos, como mortes, problemas de saúde por consumo de anabolizantes e anorexia.

Alguns elementos oriundos das observações e de depoimentos informais coletados durante as visitas às academias podem emoldurar as características das academias de pequeno porte da região estudada. Normalmente, as academias eram decoradas com fotos de corpos musculosos, por vezes aqueles exibidos em competições de fisiculturismo, o que sugere, dentre outros aspectos, que o apelo comercial junto aos frequentadores parece ser mesmo a valorização da aparência corporal com o intuito de exaltar o produto a ser vendido, ou seja, a possibilidade do aluno em supostamente alcançar determinado padrão de corpo. Ratificando tal perspectiva, um dos professores relata sua dificuldade em estimular os alunos ao treinamento aeróbio nessa região em particular:

Aqui na Baixada (Fluminense) não tem esse hábito de fazer esteira, a esteira é um importante trabalho cardiorespiratório e de aquecimento. Muitos chegam aqui já querendo malhar, não dão ênfase a isso, não alongam. Porque aqui, a galera não tem o hábito de utilizar a esteira, gostam só de malhar, puxar ferro [...] Já na Zona Sul não, como passa os comerciais de televisão em academia, você vê muita gente na esteira, entendeu? (P12)

A aparente dicotomia entre a Baixada Fluminense e a Zona Sul do Rio de Janeiro foi evidenciada também por Gontijo (2002, p. 49), ao ressaltar que na Zona Sul “vive uma parte das classes média e da burguesia em geral, onde o clima é suave em razão da presença das montanhas e da brisa marinha”. Como a diversidade cultural molda também as manifestações ligadas ao corpo, tanto as de ordem física

(aparência, vestimentas etc) como as mais subjetivas, como comportamento e valores, é possível compreender e contextualizar os hábitos e desejos relacionados às práticas corporais dos moradores da Baixada que, nesse caso, parecem valorizar a “malhação pesada”.

Outros elementos emergiram dos discursos que reforçam a necessidade da orientação técnica, por parte dos professores, atendendo ao desejo dos frequentadores de melhorar a aparência do corpo, tais como as diferentes aspirações de homens e de mulheres na busca pelo corpo perfeito:

Feminino é sempre aquela mesma coisa 'quero perder barriga, quero ganhar bumbum, quero ganhar coxa', 'olha, é para o verão, o verão está chegando!'. Para o masculino, os homens se preocupam com a parte superior, quer ganhar mais braço, quer ficar mais definidinho, quer perder aquela gordurinha localizada. (P8)

O pessoal chega aqui já falando isso: 'eu quero perder barriga, eu estou com um pneuzinho aqui', praticamente as mulheres...e os homens ficam naquela visão de[...] comentam até na parte de anabolizante, eles chegam (e falam) 'poxa, eu sou tão franzino (magérrimo)'. (P10)

O padrão de corpo é aquele ali: mulher geralmente quer ficar bunduda, pernuda, quer malhar mais isso. Homem não dá muita ênfase na perna, quer malhar mais parte superior, peito, quer ficar com o peito grande, braço, querem mais isso os homens. (P12)

Tais achados se coadunam com a literatura, na qual está presente a ideia de que os homens teriam uma preocupação mais acentuada com o desenvolvimento do tórax e dos membros superiores, enquanto que as mulheres, com o abdômen, glúteos e membros inferiores (SABINO, 2000; HANSEN; VAZ, 2004).

Aliado a essa busca por um modelo de corpo desejado, foi manifestada uma preocupação com o alcance desse objetivo em um curto espaço de tempo, o que dificulta o trabalho, no ponto de vista dos professores:

O aluno iniciante, ele chega, quer que aconteça uma resposta rápida, o que não pode acontecer, ele pensa que vai chegar na academia e ficar dois meses e já vai ter um resultado. (P1)

Muitas das pessoas não vêm (para a academia) com o intuito de melhorar o condicionamento físico e até mesmo de aptidão física e a saúde, vem mais com intuito de manter o corpo bonito, sempre pensando no verão. (P2)

A academia visa muito a parte estética. O pessoal chega aqui, principalmente mulheres, de uma hora para a outra e diz 'eu quero perder isso, e quero ganhar aquilo, eu quero ficar igual fulano eu quero ficar igual ciclano'. (P4)

O aluno só entra (na academia) no verão [...] chega Dezembro, quer em um mês, dois meses, ter um resultado. Impossível! (P8)

Como ressalta Coelho Filho (2000/2001), os praticantes de exercícios nas academias, muitas das vezes, almejam resultados em curto prazo, normalmente para o verão, fato esse peculiar da região estudada – Rio de Janeiro. Coelho Filho (2000/2001) ainda afirma que, na medida do possível, os professores acabam se adaptando e correspondendo a esses anseios dos alunos.

Na busca desse imediatismo no sentido de alcançar um corpo considerado ideal nas academias da Baixada Fluminense, emergiu uma realidade, aparentemente rotineira, em que o professor vivencia e lida no seu cotidiano com a grande procura dos alunos por recursos que acelerem os resultados provindos da atividade física:

(Sobre anabolizantes) os alunos falam pra gente a respeito para ver se a gente indica, consegue para eles utilizarem, pedem, eles chegam para gente e falam o que ele pode usar para perder gordura mais rápido, para ficar sequinho, se a gente consegue alguma bomba para usar. (P1)

Agora o prejudicial é que as pessoas ficam tão fissuradas nisso (estética) que já recorre a outros meios não tão agradáveis. Principalmente anabolizantes. Isso está se tornando uma prática muito comum. (P6)

Aí a gente passa suplementação (e fala) 'procura uma nutricionista para ver uma dieta mais completa para você, ela pode passar uma suplementação', a gente até indica suplementos, mas a gente vai muito pelo perfil da pessoa [...] até as próprias mulheres mesmo falam de anabolizante e que querem tomar isso, querem tomar aquilo, sem uma prescrição médica. (P10)

Anabolizante é isso [...] tem muita gente na academia que procura esse método de ficar bonitinho usando drogas, eu posso falar assim para você: aqui na academia tem! Toda academia tem! Tem um que toma bomba, outra que não, um que não acha legal, outro que acha maneiro. (P12)

A utilização de substâncias farmacológicas para emagrecimento ou fortalecimento, bem como as demais práticas de modificação corporal, como cirurgias estéticas etc, podem ser algumas das consequências de uma sensação de insatisfação com o próprio corpo ou ainda, de "incompletude do corpo" (LE BRETON, 2003). Para Wiefferink et al. (2008), os professores atuantes em academias deveriam ter algum tipo de formação específica para estarem preparados para dar suporte aos alunos a alcançarem seus objetivos sem o auxílio de recursos ilícitos como os anabolizantes. No caso do presente estudo, a afirmativa de Martins e Altmann (2007, p. 33) que "Os esteróides são normalmente adquiridos dentro das academias de ginástica, sendo, muitas vezes, o próprio instrutor quem estimula o aluno a consumir essas substâncias a fim de que se obtenha um melhor resultado", não ficou tão evidente nos achados.

Ainda outro aspecto associado à orientação técnica é representado pela preocupação demonstrada pelos entrevistados em evitar ao máximo a ocorrência de lesões em seus alunos:

De evitar lesões. Muito cuidado, muito. Tenho a preocupação com todos de estarem fazendo corretamente, alunos que vêm de fora com vícios (de execução incorreta dos exercícios). (P1)

A maior preocupação é evitar lesões. A princípio, como eu trabalho só na musculação, a maior preocupação é passar conhecimentos que os levem a fazer os exercícios de forma correta, e que tenham com isso também um resultado satisfatório. (P5)

Minha maior preocupação é que eles não tenham nenhuma lesão, procurar fazer os exercícios certos, postura, não ter nenhuma lesão no decorrer da aula. Então minha visão é essa, essa é a maior preocupação. (P10)

Para Palma et al. (2007), a Educação Física em diferentes âmbitos de atuação tem sido frequentemente associada à promoção de saúde, bem como a ideia de que exercícios físicos se relacionam com saúde de maneira simplista cresce na população em geral. É dever do profissional de Educação Física, conforme o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física⁵, oferecer orientação segura sobre a execução das atividades e exercícios recomendados. Desse modo, sugere-se que nas academias analisadas os professores estão constantemente atentos a qualquer aspecto que possa vulnerabilizar fisicamente os alunos, pois em caso de eventuais lesões, os objetivos não seriam alcançados, bem como a adesão seria prejudicada.

Observou-se que a prescrição e correção de exercícios com foco na aparência corporal, bem como a preocupação com a integridade física sobressaíram no depoimento dos professores. No entanto, aliada a esse discurso, emerge a menção à saúde, o que merece olhar mais acurado. Em que pese o direcionamento do treinamento para a aquisição das formas corporais, ou para o delineamento do corpo *design* (LÜDORF, 2004), foi manifestada pelos professores a importância de ampliar o escopo das atividades desenvolvidas na academia, em busca de atributos como saúde, qualidade de vida e bem-estar do aluno.

Desta maneira, a forma ideal (ou idealizada) do corpo não necessariamente seria um objetivo alcançado de imediato, mas resultado de um trabalho apropriado:

É bom você sempre comunicar, no caso ao cliente, no caso ao aluno, a importância de ele ter assim, a importância de ele praticar a atividade física não só perante buscar a beleza do corpo, mas sim, a sua saúde. (P2)

5. Mais especificamente, Capítulo III: Das Responsabilidades e Deveres, Art. 6º. (CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 1ª REGIÃO, 2009).

Eu acho que a gente deve trabalhar em cima do objetivo da pessoa, mas sempre tentando orientá-la quanto ao aspecto global do fitness, porque se não for feito um trabalho de conscientização, e às vezes até de esclarecimento, as pessoas não se ligam que o mais importante não é só atingir a estética desejada, mas estar bem fisicamente no geral, no aspecto global. (P5)

Então, eu acho que o biotipo, o corpo em si cultuado, o que a mídia hoje oferece, o que ela mostra, eu não apóio e tento fazer com que os alunos não apóiem também, que eles consigam ver que a saúde deles tem que estar em primeiro lugar. (P10)

No ponto de vista de Toscano (2001), as academias de ginástica podem ser consideradas serviços de saúde preventiva, e deveriam assumir, juntamente com seus profissionais, seu papel perante a sociedade. O fato de emergir, na fala dos professores, a preocupação de não se prender restritamente ao discurso voltado para a estética, enraizado nas academias, pode ser considerada uma ampliação das possibilidades de intervenção do professor de Educação Física.

Entretanto, cabe observar que, em alguns casos, os termos saúde e qualidade de vida, parecem ser empregados em um significado mais coloquial ou informal, associado à linguagem cotidiana:

Os professores devem fazer também um trabalho psicológico para explicar que o principal é você estar bem de saúde em geral, não é só ter um corpo lindo, tem muita gente com o corpo lindo e doente por dentro. (P6)

Olha, o que eu considero sempre de positivo é a saúde [...] a pessoa que faz um treinamento de musculação, faz uma ginástica localizada 3 vezes por semana, faz uma corridinha, qualquer esporte, ela tem uma saúde regular, uma saúde boa. (P7)

A preocupação maior é a qualidade física da pessoa de vida e saúde. Não adianta, você está trabalhando fisicamente ali com a estética, mas você tem que ter uma visão de qualidade de vida e saúde pra ele. (P9)

De acordo com Seidl e Zannon (2004), há uma complexa trama social e um esforço acadêmico em tentar alcançar uma definição do que seriam saúde e qualidade de vida. Dessa maneira, o professor de Educação Física estaria passível de assumir nos seus discursos certo reducionismo quanto ao sentido expresso pelo uso do conceito de saúde, denotando, basicamente, não estar doente (PALMA, 2001). Mediante esse achado, parece que há uma compreensão de saúde, por parte dos professores, onde apenas a prática de atividade física poderia levar a este utópico “estado de saúde”, desconsiderando outros fatores que o influenciariam, como, por exemplo, os aspectos políticos e econômicos da região em que vivem.

É preciso, contudo, levar o contexto social em consideração ao se interpretar os sentidos de saúde, principalmente porque estes profissionais trabalham com a

prática de atividades físicas em uma região que, a princípio, carece de condições básicas ou dignas de saúde. Conforme Souza (2002), a região da Baixada Fluminense apresenta condições precárias, principalmente pelo aumento do crescimento demográfico, incompatível com o desenvolvimento das condições de saúde, de habitação e de infraestrutura básica. Ao afirmarem que o exercício físico pode gerar saúde, os professores das academias parecem desconsiderar os (baixos) indicadores socioeconômicos da região da Baixada Fluminense, que influenciam diretamente nas condições de vida de seus residentes.

Para os professores, a academia deve fornecer também um ambiente agradável, que proporcione diversão ao cotidiano dos alunos:

É porque se ele vem com o intuito de melhorar a sua estética, no caso a sua forma física, e você proporciona a ele, não somente na musculação dando um trabalho de ele hipertrofiar, mas sim de ele se divertir perante o treinamento, entendeu? Ele procurar esquecer um pouco do estresse que ele obteve fora daqui. (P2)

Eu tenho que buscar tudo para que ele chegue no objetivo, porque o importante é também fazer com que a pessoa se sinta feliz e bem. [...] Se a pessoa não ficar feliz, não ficar contente, não se sentir bem, à vontade, não vai adiantar. (P3)

O corpo funciona como um todo se você está bem naquele momento, se você psicologicamente está bem, afetivamente você está bem, socialmente você está bem, você com certeza, vai trabalhar com livre e espontânea vontade, então você vai trabalhar o corpo como um todo. Não adianta você ir para academia numa aula de ginástica querendo só mudar morfológicamente seu corpo, sua cabeça e suas preocupações estão em outro lugar. (P11)

Sugere-se que tais benefícios apontados por alguns professores se coadunam com a perspectiva de alguns estudos da área (COELHO FILHO; VOTRE, 2010; MARCELLINO, 2003), quando afirmam que as academias chegam a ser consideradas como espaços de lazer, entretenimento e socialização. Mesmo que a saúde e a estética ainda sejam os principais atrativos oferecidos pelas academias, a introdução de aspectos associados a diversão e socialização contribuem fundamentalmente para um maior destaque das academias na sociedade, corroborando para dar maior apreço ao serviço prestado (FURTADO, 2008).

CONCLUSÃO

A partir da investigação realizada, foram identificadas algumas peculiaridades associadas ao trabalho dos professores e às academias de pequeno porte da Baixada Fluminense. Embora seja recorrente na literatura a associação entre o culto ao corpo e o Rio de Janeiro, ficou evidenciado que a diversidade cultural e o entorno

da localidade fornecem elementos que permitem detectar nuances nesse discurso, à primeira vista homogeneizador.

Os professores investigados direcionam a prática profissional prioritariamente a partir de orientações de caráter técnico com a preocupação de atender aos anseios do aluno e preservar a sua integridade física. Contudo, a demanda pelo resultado imediato e pela fragmentação do trabalho corporal, emerge de modo significativo como perspectivas do aluno ao procurar a academia. Esse aspecto, emoldurado pelas características da região estudada, como clima, hábitos de vestimenta, além das condições socioeconômicas e de saúde, até onde se pode verificar e guardadas as limitações do presente estudo, colaboram para uma prática laboral que privilegie a rotina de exercícios denominada de “malhação pesada”, que envolve principalmente os treinamentos contra-resistidos, destinados a partes específicas do corpo.

Ainda que na fala dos professores transpareça uma vinculação à saúde como elemento importante nas orientações direcionadas a esse público específico, foi detectada uma tensão entre o que seria ideal em nível de discurso e a realidade dos usuários que desejam resultados rápidos, valendo-se até mesmo de artifícios como suplementação ou uso de anabolizantes, práticas estas que foram relatadas serem comuns, a despeito de algumas serem ilícitas.

Como se pode depreender, estudos realizados no âmbito das academias de ginástica podem fornecer elementos importantes para se compreender a diversidade e o contexto cultural no qual estão inseridas, fornecendo pistas de como ocorre o trato com o corpo e, principalmente, o trabalho dos profissionais de Educação Física atuantes nesse âmbito.

Bodily practices in the fitness centers: the “fluminense” body by the vision of the teacher

ABSTRACT: This study aims to investigate the conceptions of physical education teachers about their professional practice and some issues related to the body. The focus is the reality of small gyms in Baixada Fluminense, Rio de Janeiro. Data were obtained by semi-structured interviews, observation and notes in a field diary. Teacher's practices were directed to the needs of the student and to preserve their physical integrity. Social and economics characteristics of the region seem to collaborate to a work routine that stress exhaustive exercises. It was detected some tension between the discourse and the practice of these instructors, whose students claim for immediate results.

KEYWORDS: Fitness centers; body; physical education; health.

Las prácticas corporales en los centros de acondicionamiento: el cuerpo fluminense en la mirada de los profesores

RESUMEN: El objetivo de este estudio es investigar los conceptos que tienen los profesores de Educación Física que actúan en pequeños centros de acondicionamiento de la Baixada Fluminense respecto a su práctica profesional y sobre cuestiones asociadas al cuerpo en ese ambiente. Obtuvimos los datos a través de encuestas semi-estructuradas, observación y apuntes en un diario de campo. Los profesionales demuestran preocupación por atender a los anhelos del alumno y por preservar su integridad física. Sin embargo, las características socioeconómicas de la región parecen colaborar con una práctica laboral que privilegia una rutina de ejercicios exhaustivos, habiendo sido detectada una tensión entre lo que sería lo ideal en nivel del discurso y la realidad de los usuarios que desean resultados rápidos.

PALABRAS CLAVE: Centros de acondicionamiento; cuerpo; educación física; salud.

REFERÊNCIAS

BERVEVELLO, G. Academias de ginástica e condicionamento físico: sindicatos e associações. In: DACOSTA, L. P. (Org.). *Atlas do esporte no Brasil*. Rio de Janeiro: Shape, 2005. p. 65-66.

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

COELHO FILHO, C. A. A. O discurso do profissional de ginástica em academia no Rio de Janeiro. *Movimento*, Porto Alegre, v. 6, n. 12, p. 14-24, 2000/2001.

_____; VOTRE, S. J. Imagens da prática profissional em academias de ginástica na cidade do Rio de Janeiro. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*, Campinas, v. 31, n. 3, p. 95-110, maio 2010.

CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 1ª REGIÃO. *Código de ética do profissional de educação física*. Disponível em: <http://www.crefl.org.br/codigo_etica.php>. Acesso em: 4 mar. 2009.

CRESWELL, J. W. *Research design: qualitative, quantitative and mixed methods approaches*. 2. ed. London: Sage, 2003.

CROSSLEY, N. In the gym: motives, meaning and moral careers. *Body & Society*, London, v. 1, n. 3, p. 23-50, 2006.

FONTANELLA, B. J. B.; CAMPOS, C. J. G.; TURATO, E. R. Data collection in clinical-qualitative research: use of non-directed interviews with open-ended questions by health professionals. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 14, n. 5, p. 812-820, 2006.

FURTADO, R. P. Novas tecnologias e novas formas de organização do trabalho do professor nas academias de ginásticas. *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 10, n. 2, p. 307-322, 2007.

_____. Convívio social, diversão e entretenimento como valor de uso e promessa nas academias híbridas. *Licere*, Belo Horizonte, v. 11, n. 2, p. 1-26, ago. 2008

_____. Do fitness ou wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 12, n. 1, p. 1-11, jan./abr. 2009.

GOLDENBERG, M. (Org.). *Nu & vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro: Record, 2002.

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

GONTIJO, F. Carioquice ou carioquidade? Ensaio etnográfico das imagens identitárias cariocas. In: GOLDENBERG, M. (Org.). *Nu & vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro: Record, 2002. p. 41-77.

HANSEN, R.; VAZ, A. F. "Sarados" e "gostosas" entre alguns outros: aspectos da educação dos corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação. *Movimento*, Porto Alegre, v. 12, n. 1, p. 133-152, jan./abr. 2006.

_____. Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152. set. 2004.

LE BRETON, D. *Adeus ao corpo: antropologia e sociedade*. Campinas: Papyrus, 2003.

LIZ, C. M. et al. Aderência à prática de exercícios físicos em academias de ginástica. *Motriz*, Rio Claro, v. 16, n. 1, p. 181-188, jan./mar. 2010.

LÜDORF, S. M. A. Corpo e formação de professores de educação física. *Interface - Comunicação, Saúde e Educação*, Botucatu, v. 13, n. 28, p. 99-110, jan./mar. 2009.

_____. *Do corpo design à educação sociocorporal: o corpo na formação de professores de Educação Física*. 2004. 264 f. Tese (Doutorado)-Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2004.

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

MARCELLINO, N. C. Academias de ginásticas como opção de lazer. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília, v. 11, n. 2, p. 49-54, jun. 2003.

MARTINS, C. J.; ALTMANN, H. Construções históricas de ideais de corpos masculinos e femininos. In: BAGRICHEVSKY, M. A.; ESTEVÃO, A.; PALMA, A. (Org.). *A saúde em debate na educação física*. Ilhéus: Editus, 2007. v. 3. p. 23-37.

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

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

_____. et al. Trabalho e saúde: o caso dos professores de educação física que atuam em academias de ginástica. *Cadernos IPUB*, Rio de Janeiro, v. 13, p. 11-30, 2007.

SABINO, C. Musculação: expansão e manutenção da masculinidade. In: GOLDENGERG, M. (Org.). *Os novos desejos: das academias de musculação as agências de encontros*. Rio de Janeiro: Record. 2000. p.61-103.

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

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

SILVA, D. S. G. *Construção de indicadores de condições de vida através da análise multicritério: estudo aplicado aos municípios da Baixada Fluminense*. 2007. 135 f. Dissertação (Mestrado)-Escola Nacional de Ciências Estatísticas, Rio de Janeiro, 2007.

SOUZA, A. M. O perfil da mortalidade por causas na Baixada Fluminense, 1996-2002. In: ENCONTRO NACIONAL DE ESTUDOS POPULACIONAIS, 15., 2002, Caxambú. *Anais ...* Caxambú: ABEP, 2002.

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

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

WIEFFERINK, C. H. et al. Social psychological determinants of the use of performance-enhancing drugs by gym users. *Health Education Research*, Atlanta, v. 23, n.1, p. 70-80, 2008.

Recebido: 15 abr. 2010

Aprovado: 16 nov. 2010

Endereço para correspondência:

Diego Costa Freitas

Rua de Santana, 124, apt. 1008

Bairro Centro

Rio de Janeiro-RJ

CEP: 20230-261