

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

CAMILA RISSARI CORREIA

**COMPREENSÕES DO CORPO A PARTIR DE
FREQUENTADORAS DE UMA ACADEMIA PARA MULHERES
DE VITÓRIA/ES**

VITÓRIA
2016

CAMILA RISSARI CORREIA

**COMPREENSÕES DO CORPO A PARTIR DE FREQUENTADORAS
DE UMA ACADEMIA PARA MULHERES DE VITÓRIA/ES**

Dissertação de Mestrado apresentada ao Curso de Mestrado em Educação Física do Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF) da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), como requisito para obtenção da titulação de mestre em educação física na Linha de Pesquisa: Educação Física, Corpo e Movimento, sob orientação do Prof. Dr. Ivan Marcelo Gomes.

VITÓRIA
2016

CAMILA RISSARI CORREIA

COMPREENSÕES DO CORPO A PARTIR DE FREQUENTADORAS DE UMA ACADEMIA PARA MULHERES DE VITÓRIA/ES

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física do Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Espírito Santo, para obtenção do título de Mestre em Educação Física na área de concentração Educação Física, Corpo e Movimento.

Aprovada em 28 de Março de 2016

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof. Dr. Ivan Marcelo Gomes
Universidade Federal do Espírito Santo
Orientador

Prof. Dr. Felipe Quintão de Almeida
Universidade Federal do Espírito Santo

Prof. Dr. Carlos Nazareno Ferreira Borges
Universidade Federal do Espírito Santo

Prof. Dr^a. Patrícia Pereira Pavesi
Universidade Federal do Espírito Santo

Dedico esse trabalho à minha família, meus maiores incentivadores.

AGRADECIMENTOS

Deixo aqui registrado os meus sinceros agradecimentos a todos(as) que contribuíram para o alcance e realização desse sonho, um grande passo foi dado na minha formação acadêmica e humana.

Agradeço a Deus que providenciou saúde, força e luz para a conclusão dessa dissertação.

Ao meu estimado professor orientador Ivan Marcelo Gomes que desde a graduação vem contribuindo com a minha formação acadêmica. Agradeço pelas preciosas e efetivas horas de orientação e aprendizado, pela paciência, compreensão e por acreditar no meu trabalho.

Aos professores da minha banca examinadora: Carlos, Felipe e Patrícia pela disponibilidade, ajuda e pelas valiosas contribuições e sugestões.

Aos amigos do LESEF pelas colaborações e pelo acolhimento nesses dois anos de participação no laboratório.

À professora Karen Calegari e a minha “eterna” orientadora Erineusa, obrigada pela ajuda na construção do projeto de pesquisa, meu carinho e gratidão a vocês são incalculáveis.

À Universidade Federal do Espírito Santo em conjunto com a Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo pela bolsa de estudo concedida.

Aos meus amigos pelas palavras de incentivo e por estarem comigo em todos os momentos.

Ao meu amor Julio, por ser um bom ouvinte, obrigada pelos conselhos e por me encorajar sempre.

De maneira muito especial, agradeço aos meus pais Creusa e Antônio por serem os maiores incentivadores e colaboradores dos meus estudos, agradeço ao meu irmão Gustavo pelo apoio. Essa dissertação é dedicada a vocês, obrigada por terem me proporcionado todas as condições necessárias para completar esta nova etapa da minha vida.

Era uma vez... numa terra muito distante,
uma princesa linda, independente e cheia de autoestima.
Ela se deparou com uma rã enquanto contemplava a natureza
e pensava em como o maravilhoso lago do seu castelo era relaxante e
ecológico...Então, a rã pulou para o seu colo e disse:
Linda princesa, eu já fui um príncipe muito bonito.
Uma bruxa má lançou-me um encanto e transformei-me nesta rã asquerosa.
Um beijo teu, no entanto, há de me transformar de novo num belo príncipe e
poderemos casar e constituir lar feliz no teu lindo castelo.
A tua mãe poderia vir morar conosco e tu poderias preparar o meu jantar, lavar as
minhas roupas, criar os nossos filhos e seríamos felizes para sempre...
Naquela noite, enquanto saboreava pernas de rã *sauté*, acompanhadas de um
cremoso molho acebolado e de um finíssimo vinho branco, a princesa sorria,
pensando consigo mesma:
- Eu, hein?... nem morta!

Luís Fernando Veríssimo

RESUMO

A dissertação tem por objetivo compreender o corpo a partir das frequentadoras de uma academia exclusiva para mulheres do município de Vitória/ES. Mais especificamente, a pesquisa investiga as relações estabelecidas entre as alunas e a dinâmica cotidiana e metodológica nesta academia, os cuidados e os discursos das alunas sobre corpo, beleza, saúde e as influências do consumo de produtos e serviços nesse processo. A pesquisa se desenvolveu por meio de observações participantes na academia *Contours*, originária de uma rede de franquias internacional, além disso, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com as alunas, a proprietária e a professora de Educação Física. O diálogo teórico do trabalho privilegiou alguns elementos da abordagem de Gilles Lipovetsky sobre o contexto contemporâneo e as características da mulher moderna, ao mesmo tempo, contamos com as suas contribuições para refletirmos e dialogarmos sobre os elementos que perpassam o corpo feminino. Entre as considerações apontadas na dissertação, identificamos que a academia pesquisada possui equipamentos, treinamentos e atendimentos personalizados, além de adotar uma metodologia que não privilegia a interação/socialização entre as alunas. Os perfis das mesmas se assemelham as características da mulher contemporânea na abordagem de Lipovetsky, principalmente, no que se refere a sua entrada no mundo do trabalho, a desvitalização do ideal de dona-de-casa e certa autonomia corporal. As compreensões de corpo das entrevistadas se aproximam dos ideais de corpo universalizado, um padrão que envolve baixo teor de gordura e definição muscular. Já a beleza está relacionada com um bem-estar emocional, porém, ao mesmo tempo, há um grande investimento físico e financeiro em relação aos cuidados corporais.

Palavras Chave: Mulher. Corpo. Academias de Ginástica. Consumo.

ABSTRACT

This essay has as its target comprehend the body, from the clients of an exclusive fitness center for women on the country of Vitória/ES. More specifically, this research investigates the relationship established between the students and the daily and methodologic dynamic in this fitness center, the care and the speeches of the students on the body, beauty, health and influence of consumer products and services in this process. The research evolved through the participating observations at Contours Fitness Center, originating from a network of international franchises, in addition, semi-structured interviews were conducted with the students, the owner and the teacher physical education. The theoretical dialogue of the work favored some elements of Gilles Lipovetsky approach to the contemporary context and the characteristics of modern woman, at the same time, we rely on his contributions to reflect and talk on the elements that underlie female body. Among the consideration outlined in the dissertation, we identified the researched fitness center has equipments, training and personal assistance, besides to adopt a methodology that does not favor the interaction/socialization among the students. Their profiles are similar to the characteristics of contemporary woman, according to Lipovetsky's approach, especially as regards their entry into the world of work, the devitalization of the ideal of housewife and certain bodily autonomy. The comprehension of respondents about the body are close to the ideals of universalized body, a pattern that involves low fat and muscle definition. The beauty is related to emotional wellness, but at the same time, there is a great physical and financial investment in relation to body care.

Key Words: Woman. Body. Fitness Center. Consumption.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Prédio da Contours situado na Av. Rio Branco.....	588
Figura 2 - Recepção da Contours.....	59
Figura 3 - Sala do Circuito.	633
Figura 4 - Site da Contours "Do meu jeito, do meu tempo".....	655
Figura 5 - Publicações da campanha.....	700
Figura 6 - Sala de Cardio.....	755
Figura 7 - Sala de aulas coletivas.....	755
Figura 8 - Musculação.....	777
Figura 9 - Área destinada ao circuito funcional.....	788

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Conhecendo as alunas.....	977
Quadro 2 - Tempo de permanência na <i>Contours</i>	988
Quadro 3 - Frequência nas academias mistas.....	1176
Quadro 4 - Consumo mensal.....	1332

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	13
1 DIALOGANDO COM OS PRESSUPOSTOS TEÓRICOS	21
1.1 AS MULHERES DE LIPOVETSKY E O DESTAQUE DO CORPO	21
1.2 A TERCEIRA MULHER E O CONTEXTO CONTEMPORÂNEO	29
1.3 A NOVA TENDÊNCIA ENTRE AS ACADEMIAS DE GINÁSTICA	42
2 A INSERÇÃO NO CAMPO	53
2.1 CAMINHOS METODOLÓGICOS	53
2.2 EXCLUSIVAMENTE PARA MULHERES	56
3 ENTRE CERTEZAS, DÚVIDAS E ANSEIOS: INTERPRETANDO OS RELATOS DAS MULHERES ENTREVISTADAS	95
3.1 CONHECENDO AS ENTREVISTADAS	96
3.2 ENTRADA EXCLUSIVA: MOTIVOS QUE LEVARAM AS MULHERES A FREQUENTAREM UMA ACADEMIA FEMININA	101
3.2.1 Fora de alcance: o olhar/presença do homem como elemento decisivo na escolha de uma academia	101
3.2.2 A personalização e seus atrativos	104
3.3 ENTRE O CONSUMO COOL E O CONSUMO REFLEXIVO.....	108
3.4 AS ACADEMIAS E OS SEUS SERVIÇOS	116
3.5 O CORPO-BELEZA DA TERCEIRA MULHER: COMPREENSÕES DO CORPO A PARTIR DAS MULHERES FREQUENTADORAS DE UMA ACADEMIA EXCLUSIVA	130
3.5.1 Principais cuidados e investimentos no corpo feminino	130
3.5.2 Compreensões e idealizações do corpo da terceira mulher	146
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	157
REFERÊNCIAS	161
APÊNDICES	168

INTRODUÇÃO

Pensar no corpo remete a se pensar um conjunto de músculos, ossos, vísceras, reflexos e sensações. Mas um corpo não é formado apenas por esses elementos, é também o seu entorno, sua roupa e os acessórios que o enfeitam, as interferências que nele se operam, as imagens que nele se projetam, os sentidos que nele se incorporam, os vestígios que nele se exibem (GOELLNER, 2008). O corpo não acaba nos limites de sua pele, de sua superfície, como afirma Santin, o corpo “[...] se estende no tempo e no espaço, melhor dito, ela é tempo e é espaço não apenas uma estrutura de carne e ossos, o que lhe dá possibilidades de construir-se de diferentes formas.” (2001, p.60).

O corpo é um sem limites de possibilidades sempre reinventadas e a serem desvendadas (GOELLNER, 2008). A autora cita que o corpo é uma construção, atribuídas a ele diferentes marcas em diferentes passagens da história, espaços, conjunturas econômicas, grupos sociais e outros. É provisório e passivo a inúmeras intervenções de cunho científico e tecnológico de cada cultura e suas respectivas leis, códigos morais e representações. Mauss (1974) apresenta que cada sociedade e época têm seus modos de tratar o corpo, que são transmitidos para os indivíduos de forma tradicional e eficaz, considerando os elementos sociais, psicológicos e biológicos dos mesmos.

O sociólogo francês David Le Breton (2011) expõe que o corpo é uma realidade mutante de uma sociedade para outra. O homem não é produto do corpo, ele mesmo produz as qualidades do corpo na interação com outros. O autor analisa que o corpo é socialmente modulável, mesmo sendo vivido de acordo com o estilo particular do indivíduo. E em uma mesma comunidade social, as manifestações corporais do sujeito são potencialmente significantes aos parceiros, e elas só tem sentido quando são compreendidas ao conjunto de dados da simbologia própria do grupo social.

A partir de algumas concepções sobre o corpo, pode-se afirmar que ele é socialmente e historicamente construído, é mutável. Nesse sentido, considerando o contexto da vida moderna, Sennett (2001) argumenta sobre a livre locomoção que se colocou neste período, a partir das descobertas dos mecanismos de funcionamento do corpo humano. Sennett (2001, p.214) chama de “crise tátil”, para o autor,

Hoje, com o desejo de livre locomoção triunfou sobre os clamores sensoriais do espaço através do qual o corpo se move, o indivíduo moderno sofre uma espécie de crise tátil: deslocar-se ajuda a dessensibilizar o corpo.

Esse princípio, no século XVIII, foi aplicado nas cidades com o propósito facilitar a circulação das pessoas, exigências de novos ideais que cada vez mais demandavam providências para um maior deslocamento dos indivíduos. As descobertas sobre o corpo, naquele século, eram acompanhadas pela modernização das cidades, que de certa forma divulgava novos valores de higiene e cuidados sobre o mesmo.

A promoção desses novos valores, principalmente nos centros urbanos, tinha como propósito a projeção de um corpo disposto e apto para o cumprimento de atividades e tarefas posto a ele no dia a dia, implicando, consideravelmente, na valorização da prática de atividades físicas nos dias atuais. A valorização das atividades físicas também se justifica pela busca dos indivíduos por condições que contornem e minimizem efeitos causados pelo estresse da vida cotidiana, a qualidade da alimentação e o próprio sedentarismo. Silva (2001) corrobora com essa passagem, pois para a autora as mudanças repentinas advindas do modo de vida moderno são as principais causas das doenças mais recorrentes e as de maior mortalidade nos dias de hoje. Costa e Venâncio (2004) expõem que o estilo de vida, na modernidade, parece influenciar doenças cardiovasculares, depressão, obesidade e estresse.

Desse modo, ser moderno, argumenta Bauman (2001), passou a significar, como se constitui hoje em dia, ser incapaz de parar e ainda menos de permanecer parado. A sociedade que surge no século XXI não é menos “moderna” que a que nasceu no século XX, mas se pode afirmar que ela é moderna de um modo diferente,

O que a faz tão moderna como era por mais ou menos há um século é o que distingue a modernidade de todas as outras formas históricas do convívio humano: a compulsiva e obsessiva, contínua, irrefreável e sempre incompleta modernização; a opressiva e inerradicável, insaciável sede de destruição criativa (ou de criatividade destrutiva, se for o caso: de “limpar o lugar” em nome de um ‘novo e aperfeiçoado’ projeto; de ‘desmantelar’,

'cortar', 'defasar', 'reunir' ou 'reduzir', tudo isso em nome da produtividade ou da competitividade) (BAUMAN, 2001, p. 40).

Uma modernidade leve, volátil e instantânea, que preza como principais objetos culturais “[...] um corpo esguio e adequação ao movimento, roupa leve e tênis, telefones celulares (inventados para o uso dos nômades que têm que estar ‘constantemente em contato’)” (BAUMAN, 2001, p.162). O autor fala sobre o peso e o tamanho e, principalmente, a gordura - literal ou metafórica -, tidos como perigos que prejudicam a “mobilidade”, a “leveza” e a “instantaneidade” do homem e dos seus feitos no contexto moderno. Nesse sentido, os esforços para constituir-se magro (a) tornam-se cada vez mais rigorosos e a conquista desse corpo considerado ideal se deve às restrições alimentares e aos exercícios corporais (LIPOVETSKY, 1997).

A imagem do corpo neste panorama ganha destaque no que diz respeito às possibilidades de qualidade de vida e também embelezamento, através da prática de atividades físicas, investimentos no vestuário, procedimentos estéticos, entre outros. O corpo posiciona-se como objeto de consumo, investimento, desejo e assegura-se, cada vez mais, como modelos socialmente aceitos e identificados, afirma Couto (2007). Rocha (2011) também destaca que o corpo, diante de tais possibilidades de embelezamento, transforma-se em mercadoria ou capital a ser investido.

Basta um olhar sobre as bancas de revistas e jornais que pontuam as cidades, folhear algumas publicações ou assistir a determinados programas televisivos, para então se perceber o destaque dado a temas relacionados com os cuidados corporais, moda e imagem, alimentação e saúde. “Nestes, o corpo (a sua saúde e aparência) é apresentado como empresa/investimento e o estilo de vida é endossado como padrão de investimento” (PEREIRA, 2009, p.68).

Nesse segmento, os dados sobre os problemas de saúde e as formas de se chegar à aparência de beleza ideal circulam pelo mundo, cruzam as diferentes culturas pela força de penetração dos meios de comunicação de massa, levam à homogeneização das tecnologias do corpo e à possibilidade de mundialização dessa

utopia¹ (SILVA, 2001). A força de penetração e influência da mídia² provoca na sociedade as chamadas “necessidades”, necessidade de ter e a necessidade de ser. É necessário ter para ser. A autora contribui com essa ideia:

Os meios de comunicação de massa têm atuado no sentido de ‘demonstrar’, reiteradamente, aos indivíduos, a sua carência de saúde/beleza, induzindo-os ao consumo de mercadorias e serviços relacionados com essa necessidade criada e sempre expandida (SILVA, 2001, p. 56).

A expansão de necessidades é uma das motivadoras da sociedade de consumo. Esta tem por premissa satisfazer os desejos humanos de uma maneira que nenhuma sociedade do passado pôde alcançar. Uma sociedade caracterizada por um modo de vida líquida³ consegue tornar permanente a insatisfação. Uma forma de acarretar esse efeito, no entanto, esconde-se dos holofotes: “o método de satisfazer toda necessidade/desejo/vontade de uma forma que não pode deixar de provocar novas necessidades/desejos/vontades.” (BAUMAN, 2009, p.105).

Considerando esses elementos que caracterizam o contexto moderno e a valorização das atividades físicas - como um meio para o alcance do bem estar e da boa forma –, percebe-se a crescente busca e o consumo dos indivíduos por instituições ou espaços que promovam e/ou sejam adequadas para essas ações, como: parques, clubes, estúdios de pilates, academias de ginástica, entre outros. Relacionar a boa forma do corpo com essa sociedade líquida é dizer que a procura pela boa forma se torna uma compulsão, é uma busca interminável, não há uma norma da boa forma que se possa estabelecer como objetivo finalmente atingido. Bauman (2009, p.123) argumenta que:

A pessoa devotada à causa da boa forma está em constante movimento. O lema do nosso tempo é ‘flexibilidade’: todas as formas devem ser

¹O sentido de utopia conceituado, nesse contexto, pela autora diz respeito a uma utopia centrada no corpo, na saúde em aliança com a beleza. A valorização da dimensão corporal corrobora para a substituição das utopias perdidas ou inacessíveis que foram surgindo na Modernidade.

² Quando cita-se a mídia, refere-se, neste estudo, às revistas, jornais impressos e programas televisivos.

³ A vida líquida é uma vida de consumo, marcada pelo constante autoexame, autocrítica e autocensura. Esta vida alimenta a insatisfação do eu consigo mesmo. (BAUMAN, 2009)

maleáveis, todas as condições, temporárias, todos os formatos, passíveis de remodelagem. Reformar, de modo obsessivo e devotado, é tanto um dever quanto uma necessidade.

E para se trabalhar nessa boa forma, podem-se citar as academias de ginástica. O espaço, que tem como uma das principais propostas a modificação do corpo, colabora com o alcance do corpo “ideal”. Essa meta faz parte do imaginário de homens e mulheres. No entanto, é sobre a população feminina que as exigências incidem com maior força. Araújo e Leoratto (2013, p.720) argumentam que são

[...] as mulheres, as consumidoras mais desejadas e seduzidas pela indústria da estética e beleza. Ou seja, para a mulher, manter-se dentro de padrões estéticos é mais extenuante que os rígidos e apertados espartilhos usados décadas atrás.

Mulheres consumidoras, mulheres que conquistaram o mercado de trabalho, mulheres que não possuem mais uma posição social definida. Esses são alguns elementos que caracterizam a terceira mulher⁴, definição trabalhada por Lipovetsky (1997). Esse termo será utilizado, neste estudo, para se situar as mulheres no contexto contemporâneo e, ao mesmo tempo, verificar se esse conceito, de alguma forma, permite-nos ajudar a refletir sobre a realidade das mulheres que se encontram no campo onde se realizou a pesquisa.

A exemplo do trabalho de Azevedo (2011), que estudou a relação das mulheres em uma academia exclusivamente feminina, tomou-se como referência o contexto das academias para mulheres. O interesse em pesquisar esse campo surgiu por meio de vários questionamentos provenientes do exercício da minha profissão. Professora da sala de musculação de uma academia mista⁵, acumulei algumas inquietações quanto ao comportamento e opiniões dos alunos da academia. Estar participando do mundo *fitness* te *deixa* a par das novidades e dos serviços e produtos que são oferecidos nesse mercado.

⁴ A Terceira mulher representa a mulher contemporânea, um novo modelo que se caracteriza pela sua autonomização relativamente ao domínio tradicional desempenhado pelos homens sobre as definições e significados imaginário-sociais da mulher (LIPOVETSKY, 1997).

⁵ Academia mista possui o sentido de não exclusivo, isto é, aberto para homens e mulheres.

Desse modo, tomei conhecimento da existência das academias exclusivas para mulheres e fiquei curiosa quanto a sua proposta de trabalho e o que as diferenciava das academias mistas. A escolha em estudar as academias femininas foi motivada pelo contexto em que nos encontramos, marcado pelo destaque do corpo, consumo, hedonismo e o estado volátil de produtos e serviços. Nesse sentido, podemos citar como uma mais nova opção de consumo as academias exclusivas para mulheres. Pois, além de serem espaços de “produção” e “transformação” do corpo, também se apresentam como espaços projetados para o consumo de serviços, através de iniciativas e incentivos mercadológicos. Esses incentivos visam ao acúmulo e à conquista de capital, fomentados, atualmente, pela expansão de redes de franquias⁶ internacionais.

Em um levantamento inicial, buscou-se encontrar quantas academias femininas estão funcionando nos Municípios da Grande Vitória, localizando uma em Vitória, uma em Vila Velha e outras duas em Cariacica, municípios que compõem a Grande Vitória. A academia localizada em Vila Velha e a de Vitória fazem parte de redes internacionais de academias, as franquias *Les Mills* e *Contours*, respectivamente. As que estão localizadas em Cariacica são academias particulares, não vinculadas a nenhuma franquia internacional.

O propósito inicial foi selecionar uma academia para mulheres proveniente de uma rede de franquias situada no Município de Vitória. A escolha dessa academia se justifica por ser a única disponível no Município de Vitória, além de ser a única unidade piloto da franquia e também por eu haver trabalhado⁷ e residir nesse contexto. Esse espaço exclusivo possui todo um suporte administrativo, metodológico e de marketing para todas as unidades franqueadas no Brasil e no mundo. Elegemos a academia *Contours*, situada no bairro da Praia do Canto, para o desenvolvimento do trabalho.

Essa academia franquizada possui suas particularidades, possibilidades e limites, principalmente no que se refere a sua metodologia dos trinta minutos, um

⁶Uma franquia empresarial é um sistema pelo qual um franqueador cede ao franqueado o direito de uso da marca ou patente, associado ao direito de distribuição exclusiva ou semi-exclusiva de produtos ou serviços e, eventualmente, também ao direito de uso de tecnologia de implantação e administração do negócio ou sistema operacional desenvolvidos ou detidos pelo franqueador mediante a remuneração direta ou indireta” (BRASIL, 1994, art. 2º).

⁷ Trabalhei em uma academia mista situada no Município de Vitória/ES.

circuito composto por exercícios de caráter funcional⁸ e exercícios realizados em máquinas. A aluna que realiza o circuito possui cinquenta e cinco segundos para cada plataforma, mudando para a próxima estação após atingir o tempo limite, ao comando de uma voz feminina gravada que sai dos autofalantes, “Mude a Estação”.

Além disso, a academia é considerada uma unidade piloto pela franquia, pois conta também com as modalidades de musculação e *spinning*⁹, não presentes nas demais unidades. Isso significa dizer que são inovações que estão em fase de teste, com o intuito de verificar a aprovação e satisfação do público frequentador. É importante destacar que todas as profissionais são mulheres, desde a proprietária da unidade à responsável pela limpeza. Nenhum homem pode circular ou permanecer por muito tempo nessa academia.

Diante dessas considerações, alguns questionamentos foram levantados, como: O que as mulheres buscam ao frequentar as academias de ginástica? Por que essas mulheres escolheram uma academia feminina? Em que as academias exclusivas para mulheres se diferenciam das academias mistas? Como funciona essa metodologia dos 30 minutos? Como são os aparelhos, o ambiente, os profissionais dessa academia feminina? Qual a compreensão de corpo das mulheres frequentadoras? A partir dessa compreensão, o que é considerado ideal, saudável?

Nesse sentido, o estudo tem como proposta mostrar ao leitor a compreensão de corpo a partir de mulheres que frequentam uma academia feminina do município de Vitória/ES, de modo a: descrever a(s) estratégia(s) de trabalho e o ambiente dessa instituição; identificar e analisar as características que compõem o perfil das alunas e identificar e analisar a (s) compreensão (ões) atribuída (s) ao corpo por meio das frequentadoras de uma academia exclusiva para mulheres.

Em consonância com o que foi exposto, a dissertação encontra-se dividida em três capítulos. No primeiro capítulo – Dialogando com os pressupostos teóricos - será apresentado o suporte teórico do trabalho, contando com a revisão bibliográfica e as possíveis questões que surgem no decorrer do estudo/reflexão dos autores em diálogo com a intenção de pesquisa. A proposta é apresentar o crescente destaque do corpo da mulher no contexto moderno e o que é considerado como ideal/modelo,

⁸ Baseia-se, principalmente, em movimentos naturais do ser humano, como pular, correr, puxar, agachar, girar e empurrar. O praticante ganha força, equilíbrio, flexibilidade, condicionamento, resistência e agilidade. Esses exercícios as vezes são realizados com sobrecarga.

⁹ É um programa de treinamento cardiovascular, sem competição, praticado sobre uma bicicleta estacionária que se baseia no movimento de pedalar em diferentes posições, acompanhada de música e cujo ritmo define a intensidade do esforço.

divulgado por meio de seus “colaboradores”, como a mídia e as academias de ginástica femininas. Gilles Lipovetsky (1997) será o principal colaborador para se pensar o contexto contemporâneo e as características da mulher moderna. Além disso, conta-se com as suas contribuições para reflexões e diálogos sobre os elementos que perpassam o corpo feminino.

O segundo capítulo – A inserção no campo - expõe os primeiros contatos realizados na academia, apresentando ao leitor a descrição do campo por meio de observações realizadas como aluna ativa, destacando elementos que contribuem para uma melhor compreensão desse espaço exclusivo, como o ambiente, a metodologia, os profissionais e as alunas frequentadoras. Serão utilizadas, neste capítulo, entrevistas realizadas com a proprietária da unidade pesquisada e a professora de Educação Física. Ademais, apontar-se-á a proposta metodológica da dissertação.

O terceiro capítulo – Entre certezas, dúvidas e anseios: interpretando os relatos das mulheres entrevistadas - visa considerar as análises e reflexões acerca da produção dos dados, através de entrevistas realizadas com as alunas frequentadoras. Formam-se, neste sentido, tópicos e categorias em função e que melhor expressem essas informações: o tópico “Conhecendo as entrevistadas”; o tópico “Entrada Exclusiva” formado pelas categorias: “Fora de Alcance” e “A personalização e seus atrativos”; as categorias: “Entre o consumo *cool* e o consumo reflexivo”, “As academias e os seus serviços”; e por último o tópico “Corpo-beleza da terceira mulher” também formado por duas categorias: “Principais cuidados e investimentos no corpo feminino” e “Compreensões e idealizações do corpo da terceira mulher”. Essas categorias, por sua vez, apresentam uma intenção em comum: fornecer subsídios e reflexões ao leitor na tentativa de compreender o que as entrevistadas buscam nesses espaços exclusivos e como se relacionam, sobretudo, com o corpo.

1 DIALOGANDO COM OS PRESSUPOSTOS TEÓRICOS

O presente capítulo tem como proposta mostrar ao leitor como o culto do “belo sexo”¹⁰, a partir da Modernidade, desencadeou na transformação da beleza da mulher em objeto de estudo, promovendo uma série de observações, descrições e, principalmente, conselhos e prescrições normativas. A promoção dessas prescrições pautadas nos ideais modernos elevou o corpo como chave de entrada das mulheres a sua emancipação, revolucionando seu destino e a sua identidade. Nesta trajetória, será possível observar como os olhares sob o rosto e a indumentária foram substituídos pelo crescente destaque do corpo, a partir dos investimentos da indústria e da exposição dos meios de comunicação.

Tomando como base as sociedades ocidentais contemporâneas, a intenção é buscar como se pode compreender o corpo dessa figura sócio-histórica. Além disso, será trazida uma problematização acerca das academias de ginástica exclusiva para mulheres, como um espaço de transformação do corpo, cultuação da beleza feminina e uma mais nova opção de consumo.

1.1 AS MULHERES DE LIPOVETSKY E O DESTAQUE DO CORPO

Para se compreender melhor os investimentos no corpo, especificamente o corpo da mulher, Lipovetsky (1997) contribuiu com uma importante revisão histórica sobre as intervenções/mudanças e a posterior cultuação do que ele chama de belo sexo. A proposta deste tópico é realizar uma breve retrospectiva, ilustrando as fases das “mulheres de Lipovetsky”, com a finalidade de melhor contextualizar e caracterizar a terceira mulher, procurando vincular essa discussão com o contexto brasileiro.

Sendo assim, Lipovetsky (1997) mostra que em todas as formações sociais, a beleza feminina foi reconhecida e apreciada a partir de critérios estéticos mais ou menos variáveis. No entanto, nem todas as sociedades exaltaram a beleza feminina. O que o autor quer problematizar ao longo da sua obra é que, com o advento da modernidade, a concepção de beleza se define como uma característica

¹⁰ Termo usado por Gilles Lipovetsky, com o propósito de referir-se a mulher, no livro “A Terceira mulher”, de 1997.

estritamente física. Além disso, embora a dinâmica democrática se esforce em reduzir as oposições de gênero, ela não prepara a sua confluência, ou seja, as identidades sexuais recriam-se mais do que se anulam. Assim, o homem continua principalmente associado aos papéis públicos e instrumentais e a mulher aos papéis privados, estéticos e afetivos. Partindo das concepções desse autor, procurou-se promover reflexões sobre o destaque, a valorização e os altos investimentos que o corpo do belo sexo adquiriu no decorrer do tempo.

Considerando esses pressupostos, inicia-se brevemente pelo período da Idade Média. Nessa época perdurou a tradição de suspeição da aparência feminina, “Porta do diabo, força tentadora, os atrativos femininos são alvo da ira da Igreja” (LIPOVETSKY, 1997, p. 108). A arte do período medieval não busca suscitar a admiração do corpo feminino, mas, sim, o esforço de promover o medo da beleza da mulher, assemelhando-a a traços e criaturas diabólicas. Até aqui é marcado o modelo/fase da Primeira Mulher, denominação usada por Lipovetsky (1997) que indica uma mulher satanizada e desprezada, definições e significados imaginário-sociais do feminino, exercida pelo homem.

É somente no Renascimento que a idolatria do “belo sexo” ganha força, afirma Lipovetsky (1997). Na Europa, nesse período, o segundo sexo¹¹ transforma-se no belo sexo, encarnação privilegiada da beleza. O período da mulher exaltada define a Segunda Mulher,

[...] após o poder maldito do feminino, edificou-se o modelo da segunda mulher, a mulher exaltada, idolatrada, na qual as feministas reconhecerão uma derradeira forma de domínio masculino (1997, p. 232).

A beleza feminina é exaltada como perfeição divina, obra de Deus. O humanismo do Renascimento foi acompanhado por um novo significado da beleza feminina em rompimento com a sua satanização do passado. Lipovetsky cita Castiglione (1997, p.112), que lançou um editorial em que exalta a beleza feminina como garantia de perfeição moral: “a beleza exterior é o verdadeiro sinal da beleza interior... como as árvores, em que a beleza das flores testemunha a bondade dos

¹¹ Devido à submissão da mulher pelo homem, esta era considerada como o segundo sexo e o homem, conseqüentemente, como o primeiro sexo.

frutos”. Ou seja, para o autor, as mulheres que fossem “bonitas”, que possuíssem de uma beleza externa, também seriam “bonitas” em seu interior, bondosas, a ponto de serem conduzidas a contemplação de Deus.

O movimento romântico, que teve início nas últimas décadas do século XVIII, foi um período com influências na política, na filosofia e principalmente na área artística. A mulher no romantismo, ou a “musa inspiradora”, era idealizada nos poemas e tida como um ser “inatingível”, obra divina, um ser angelical que era impossível de ser conquistada. As principais características da mulher era ser perfeita, virgem, pura, frágil, delicada, isto é, uma mulher conscientemente perfeita, que aos olhos dos poetas despertavam uma paixão incontrolável.

No Brasil, o romantismo na literatura foi marcado fortemente na segunda metade do século XIX. Esse movimento que atingiu, sobretudo, as camadas letradas no Brasil, sugeria como atitude a exaltação fervorosa do eu e a exaltação sentimental (DEL PRIORE, 2000). Com o intuito de exemplificar essa ideia de mulher no meio artístico, o importante escritor e poeta da época, Álvares de Azevedo, retrata a musa inspiradora em seu poema “Meu Anjo”:

Meu anjo tem o encanto, a maravilha. Da espontânea canção dos passarinhos. Tem os seios tão alvos, tão macios, como o pêlo sedoso dos arminhos. Triste de noite na janela a vejo e de seus lábios o gemido escuto. É leve a criatura vaporosa, como a froixa fumaça de um charuto. Parece até que sobre a fronte angélica; Um anjo lhe depôs coroa e nimbo. Formosa a vejo assim entre meus sonhos; Mais bela no vapor do meu cachimbo [...] (AZEVEDO, 1996, p.93).

A respeito da admiração do belo sexo, Lipovetsky (1997), ao citar Arthur Marwick, argumenta sobre uma proposta problemática deste autor, na qual não deixaria passar por despercebido. Marwick avança na ideia de que beleza pode formular-se da seguinte maneira: o estabelecimento entre a concepção tradicional *versus* concepção moderna. Isso significa que até o século XVIII é a concepção tradicional que predominou, aquela que tem como característica fundamental não dissociar a beleza física das virtudes morais. A beleza é reflexo na bondade moral, nas culturas tradicionais, é vinculada com o bem, toda perfeição física exclui a feiura da alma (LIPOVETSKY, 1997).

Gradualmente, a concepção tradicional se desfaz em benefício da concepção moderna, que conceitua a beleza como uma característica estritamente física, um valor independente de qualquer valor moral. Assim, “a conexão entre beleza física e beleza moral vai paulatinamente perdendo espaço para uma concepção estritamente física” (SILVA, 2014, p.66). Diante disso, o autor compreende que o culto do belo sexo revela uma cultura e uma hierarquia de essência moderna, ou seja,

A cultura do belo sexo é igualmente moderna devido aos laços que a unem ao processo geral de especialização, de racionalização e de diferenciação acrescida das funções sociais (LIPOVETSKY, 1997, p.119).

Marca explicitamente moderna, a cultura do belo sexo se configura numa lógica de especialização e de normalização sistemática. O homem e a mulher, de acordo com o autor, distribuem-se hierarquicamente em termos de aparência física. A mulher é exaltada ao cume da beleza e os princípios estéticos dos dois sexos são tornados públicos com precisão e método. Diante da divisão das funções e lugares estéticos dos sexos, provocou-se a revolução do vestuário, que instituiu uma profunda diferenciação entre a aparência dos homens e das mulheres.

Como exemplo de vestuário para as mulheres, a partir dessa diferenciação, confere-se o espartilho. Considerando o modelo de mulher com formas generosas dessa época, permitiria tornar evidente a separação sexual das aparências, afirma Lipovetsky (1997). Para Vigarello (1995, p.26),

Espartilhos e aparelhos de sustentação tiveram ao longo do tempo a função de preservar e de modelar o corpo. É precisamente no final do século XVII que esta função se impõe e se difunde. A partir desse momento, a nova mecânica que pretende eliminar a deformação arroga-se o poder de preveni-la. Ela pretende então firmar a postura, fixando-a; assegura garantir uma forma tornando através do hábito a postura habituada a ela. [...] Envolver o corpo no espartilho torna-se um elemento quase obrigatório para a ‘correção’ dos jovens nobres e burgueses, a justificação explícita é a de assistir uma fragilidade. Ele molda e sustenta o corpo.

É incontestável que a cultura do belo sexo faz parte desse vasto movimento de especialização e sistemática dos papéis dos sexos, comum do moderno processo

de racionalização (LIPOVETSKY, 1997). Em relação ao uso do espartilho no Brasil, era uma forma de controlar as possíveis expansões e vacilações do corpo, somado às luvas, às plumas do chapéu e ao sapato de salto alto, remetiam-se aos signos nobres da improdutividade (DEL PRIORE, 2000). É importante considerar que, ainda que apesar do destaque estético do feminino, as relações hierárquicas que subordinavam o feminino ao masculino não foram abaladas, na qual

Não há dúvida que esta promoção da mulher é muito mais literária do que social. No século XVI, a supremacia masculina mantém-se inalterada: é recusada as mulheres qualquer educação intelectual séria, a mulher casada torna-se uma incapaz. [...] Aos homens pertencem a força e a razão, as mulheres a fraqueza de espírito e a beleza do corpo (LIPOVETSKY, 1997, p.122).

A preocupação estética, tendo como referência a realidade do Brasil, mais precisamente no século XIX, tornou-se cada vez mais densa entre as mulheres. Mas, nesse contexto, essa preocupação era controlada pela igreja (DEL PRIORE, 2000). Para a autora, não foram poucas as recomendações sobre o corpo feminino, de modo que o associaram conforme os preceitos cristãos, a um instrumento do pecado e das forças diabólicas. Modificar a aparência ou aprimorá-lo a partir do uso de artifícios,

[...] implicava em adensar essa inclinação pecaminosa. Mas significava também, alterar a obra do Criador que modelara seus filhos à sua imagem e semelhança. Interferência impensável, diga-se de passagem. Vários opúsculos circulavam tentando impedir as vaidades femininas (DEL PRIORE, 2000, p.28).

No entanto, apesar das inúmeras advertências, havia possibilidades da mulher fazer-se bela. Mesmo que essa instituição não lhe permitisse tais cuidados, a cultura incentivava a burlar os meios para se transformar, isto é, os artifícios de embelezamento, assim com o cortejo de sonhos e ilusões que os acompanhava, eram de conhecimento de todos (DEL PRIORE, 2000). É importante considerar que os maiores investimentos das mulheres se concentravam no rosto, assim a autora argumenta que as outras partes do corpo eram menos valorizadas. “A preocupação

maior era, em primeiro lugar, tratar a pele com remédios. Seguia-se a maquiagem com pós, ‘besuntos’ e ‘tintas brancas e vermelhas.’ (DEL PRIORE, 2000, p.29).

Verifica-se essa preocupação na pesquisa de Silva (2014). A autora investigou as imagens do feminino presentes na revista *Vida Capichaba*, periódico que circulou no Estado do Espírito Santo nas décadas de 1920 a 1950. O incentivo e a valorização da beleza foram temáticas mais tratadas na revista, em relação à exposição da face:

Os rostos do belo sexo compuseram fartamente as folhas do periódico. As décadas de 1920 e 1930 carregaram consigo traços finos e marcantes, seja na arte, seja na moda ou no conjunto do que compunha a beleza. Nos desenhos de mulheres apresentados pela revista ou pelas fotografias de mulheres reais, majoritariamente habitantes da capital Vitória, os rostos desenhados eram de belezas absolutamente modernas. As formas, o olhar afetado, artificial e pretensioso são as marcas dessas faces centralizadas na revista (SILVA, 2014, p. 67).

Rostos finos e delicados emoldurados por cabelos curtos e faces sutilmente maquiadas são o retrato da beleza ilustrada na revista. Nesse aspecto, o rosto tem, tradicionalmente, lugar privilegiado no conjunto da beleza feminina e se mostra na harmonia da estética física com grande profundidade (VIGARELLO, 2006). Além do rosto, o embelezamento limitava-se também à indumentária (SANT’ANNA, 2014). Lipovetsky (1997, p.127), acrescenta que

É inegável que a preocupação feminina de parecer jovem não é um fenômeno recente. Mas, durante muito tempo, os cuidados com a aparência estiveram dominados pela obsessão com o rosto, por uma lógica decorativa que se concretizava na utilização dos produtos de maquiagem, nos artifícios da moda e dos penteados. Esta tendência deixou de ser a nossa; é o corpo e a sua manutenção que mobilizam cada vez mais as paixões e a energia estética feminina.

O início das preocupações com o corpo fortaleceu-se por meio das transformações que estavam ocorrendo no século XIX na Europa. Como exemplo, a multiplicação dos ginásios, o protagonismo dos professores de ginástica e o surgimento dos manuais de medicina, que salientavam as vantagens físicas e

morais dos exercícios. No Brasil, nesse cenário, nascia uma nova mulher. O corpo feminino começa a movimentar-se na direção dos esportes, no início da República, em que as cidades alteravam a aparência paroquial por ares cosmopolitas (DEL PRIORE, 2000).

Nesse emergente contexto, observaram-se críticas às roupas pesadas e volumosas das mulheres, que dificultavam o movimento, a agilidade e a leveza. Os ares modernos não combinavam com o excesso e a sobreposição de várias camadas de tecidos. Era preciso desamarrar as amarras que impossibilitavam o movimento. Assim, juntamente com o excesso dos tecidos, “[...] o excesso de peso começa a atrapalhar, lembrando o ócio e a imobilidade e não combinando com a modernidade e os ares do novo século” (ANDRADE, 2003, p.127).

Diante disso, o esporte é introduzido pelos imigrantes e por alguns enviados das oligarquias em contato com as modas dos europeus. A prática dos esportes era destinada a combater a desocupação e os maus hábitos da juventude. Dessa maneira, essa prática tinha a função profilática. A Educação Física para mulheres constava de dança clássica, ginástica sueca, a natação, entre outros. Visava principalmente ao desenvolvimento da parte inferior do corpo, dar graça e destreza aos movimentos (SCHPUN *apud* DEL PRIORE, 2000, p.68).

A entrada das mulheres brasileiras no mundo do esporte data por volta do século XIX. Contudo, é a partir das primeiras décadas do século XX que a participação se amplia, adquirindo, portanto, maior destaque. Vale ressaltar que nos primeiros anos desse século, o Brasil se mostra 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 se constituem como novas demandas sociais, nas quais circulam valores conservadores e revolucionários que tanto promovem a legitimação do já instituído, quanto procuram a experimentação de novas possibilidades culturais. (GOELLNER, 2005)

O corpo feminino, nesse panorama, ganha visibilidade. Com a influência da Europa, de onde vinham todas as modas, a entrada da mulher no mundo da atividade física, nas piscinas e praias, trouxe conseqüentemente a aprovação de corpos esbeltos, leves e delicados (DEL PRIORE, 2000). Esse tipo de corpo promovido pela difusão do esporte era capaz de responder aos ideais de leveza e dinamismo presentes no contexto marcado pela crescente urbanização.

Sobretudo, cabe lembrar que, nessa época, não foi fácil ou rápido aceitar a imagem de mulheres praticando o esporte (SANT'ANNA, 2014). Até meados do século XIX, a estrutura conservadora da sociedade não tolerava que as mulheres tivessem efetiva participação em alguns ambientes sociais, dentre eles o esportivo, uma vez que eram criadas para serem esposas dedicadas e mães zelosas.

Gradualmente esse quadro começa a mudar. Entretanto, a crescente participação feminina em diferentes espaços sociais, dentre eles os esportivos, não se concretizou sem a presença de conflituosas reações, pois simultaneamente mesclava-se à herança de um recente passado colonial, agrário e cristão e ao devir de um futuro moderno, industrial e não menos cristão, de forma a equiparar duas exigências complementares e contrapostas: a permanência da mulher no lar, mãe e guardiã dos valores morais da família, e a sua fluência na rua, pois era integrante de uma cidade que começava a oferecer admiráveis novidades de consumo e diversão (GOELLNER, 2005). A autora (2005, p.5) argumenta que

[...] junto com os ventos de mudança e inovações que vinham da Europa, chegam também os ecos das lutas femininas, que projetam novas perspectivas para as mulheres brasileiras como, por exemplo, o cuidado com a aparência, com a saúde e com maior presença na vida social das cidades. Obviamente, essa mudança foi lenta e mais significativa para as mulheres das camadas mais ricas da sociedade, visto que tinham maior acesso às novidades do continente europeu.

As projeções de novas perspectivas como o cuidado da aparência pelas mulheres propiciaram, no decorrer do século XX, a difusão inaugural da imprensa feminina, do cinema e da publicidade, de normas e imagens ideais do feminino em uma vasta escala. As primeiras datas desse século marcaram o advento de novas características e atribuições da beleza como modelo/padrão a ser seguido. (LIPOVETSKY, 1997)

Nessa direção, colocam-se a seguir algumas mudanças e conquistas adquiridas pelas mulheres, no que se refere ao seu corpo. Além de influências que de certa forma “orientavam” seu modo de vida, sobretudo, no que diz respeito ao consumo e à busca pelo embelezamento. A pretensão é: como se configuram o conceito da terceira mulher de Lipovetsky (1997) com a realidade da mulher brasileira?

1.2 A TERCEIRA MULHER E O CONTEXTO CONTEMPORÂNEO

Pôde-se observar, no tópico anterior, as fases e as transformações da primeira e da segunda mulher. A proposta agora é conceituar o que Lipovetsky (1997) entende por terceira mulher e como se pode relacioná-la com as características inerentes do contexto contemporâneo e os principais elementos que perpassam e dão visibilidade ao corpo feminino. Ao mesmo tempo, busca-se aproximá-la, no decorrer do texto, com a realidade da mulher brasileira.

A partir da modernidade, o culto do belo sexo ganhou uma dimensão social inédita, isto é, entrou na era das massas (LIPOVETSKY, 1997). “O desenvolvimento da cultura industrial e mediática permitiu o advento de uma nova fase da história do belo sexo, a sua fase mercantil e democrática” (p.126).

Viu-se anteriormente o forte controle do corpo feminino pelos preceitos religiosos. Desse modo, no Brasil, a imagem da mulher como ser inferior, rodeada por mitos e preocupações, carregou, inclusive na chegada da era moderna, ideias antigas arraigadas nos princípios da Igreja católica, de que o corpo feminino constituía um perigo lascivo, duvidoso e ardiloso (SILVA, 2014).

A ênfase do corpo feminino, nessa época, ainda repousava em sua competência de ser mãe (ANDRADE, 2003). Apesar de ter o corpo sob o “controle” de outros, as mulheres não abandonaram o desejo de se produzirem, de se tornarem belas.

De fato, pouco a pouco as mulheres ganharam espaço na sociedade e certa autonomia sobre os seus corpos. Com a intenção de caracterizar e diferenciar a mulher dos outros momentos da história, Lipovetsky (1997) denomina a mulher contemporânea de a terceira mulher. O autor a define como um novo modelo que determina o lugar e o destino social do feminino. Isso significa que a dependência relativa da mulher ao homem deixa de ser aquilo que conduz a condição feminina nas democracias ocidentais. Descrevendo sinteticamente, os dispositivos que constroem o modelo da terceira mulher são: “[...] desvitalização do ideal da dona-de-casa, legitimidade dos estudos e do trabalho femininos, direito de sufrágio, ‘descasamento’, liberdade sexual, controle da procriação [...]” (1997, p. 232). Todos esses exemplos manifestam de alguma maneira o acesso das mulheres a si mesmas.

O que o autor quer chamar atenção como uma das principais características da terceira mulher é a sua entrada no mundo do trabalho. Uma forte tendência constitui as democracias ocidentais contemporâneas – o aumento da atividade profissional das mulheres:

[...] A idade de ouro da dona-de-casa pertence agora ao passado. Após um século marcado pela depreciação da mulher activa, surge um ciclo dominado pelo seu reconhecimento e valorização sociais. As democracias pós-modernas redigem um novo capítulo da história das mulheres, o do pós-dona-de-casa (LIPOVETSKY, 1997, p.213).

O reconhecimento e a valorização da mulher receberam contribuições da imprensa. Multiplicaram-se artigos que evocaram a insatisfação da dona-de-casa, as suas frustrações, a monotonia da sua vida. Foram várias as denúncias da mulher sem profissão, principalmente feitas pelas novas correntes feministas. A atividade profissional da mulher atingiu a maioria. Agora, ela é um valor e uma aspiração legítimos, a condição normal da existência feminina. É a negação de uma identidade composta exclusivamente pelas funções de mãe e de esposa que compõem a condição feminina pós-moderna, explica Lipovetsky (1997).

Nesse sentido, nas sociedades atuais, o trabalho profissional das mulheres autonomizou-se consideravelmente em relação à vida familiar, tornou-se um valor, um instrumento de realização pessoal, uma atividade reivindicada e já não imposta. O autor argumenta:

[...] as mulheres se empenham continuamente na sua vida profissional e rejeitam uma identidade constituída unicamente pelos papéis familiares. Uma mudança fundamental foi que o trabalho, nas nossas sociedades, se tornou um importante suporte da identidade social das mulheres (LIPOVETSKY, 1997, p. 219).

Esses elementos que contribuíram para a mudança e diversificação do papel social da mulher são condizentes com o decorrer do século XX. O progresso da tecnologia, dos estudos científicos, a melhoria da qualidade de vida dos sujeitos, que caracterizam este século em diante, permitiram o consumo e a intensificação da

democratização, as quais foram acompanhadas de um deslocamento de prioridades, de uma economia voltada às práticas femininas e a sua relação com o corpo (LIPOVETSKY, 1997).

As mudanças advindas do contexto contemporâneo não refletiram somente no plano social, mas também sobre o corpo da mulher e a sua busca por embelezamento. Sobre esse contexto, serve-se em grande parte das contribuições de Lipovetsky (2004). A intenção é oferecer algumas notas para uma compreensão mínima desse tempo em constante mudança e de seu modo de vida e, mais precisamente, dos impactos que essa mesma sociedade em mudança vem exercendo sobre o corpo da terceira mulher.

Referindo-se à pós-modernidade, essa fez sua entrada no palco intelectual com o propósito de caracterizar o novo estado cultural das sociedades desenvolvidas. Lipovetsky (2004) encara a pós-modernidade como uma continuação do processo moderno e elevação exacerbada de seus ideais. Nessa perspectiva, ele usa o termo “hipermodernidade” para fazer referência a esse processo. O emprego do termo “Hiper” se refere à excitação dos valores da modernidade, “é a cultura do excesso determinada e marcada pelo efêmero em que o sujeito em ritmo acelerado busca a satisfação dos seus desejos.” (CRUZ, 2011, p. 41).

Lipovetsky (2004) problematiza e leva a pensar sobre o termo hipermodernidade: “Hipercapitalismo, hiperclasse, hiperpotência, hiperterrorismo, hiperindividualismo, hipermercado – o que mais não é hiper? O que mais não expõe uma modernidade elevada à potência superlativa?” (p.53). Nesse sentido, o autor argumenta que

Tudo se passa como se tivéssemos ido da era *pós* para a era do *hiper*. Nasce uma nova sociedade moderna. Trata-se não mais de sair do mundo da tradição para aceder a racionalidade moderna, e sim de modernizar a própria modernidade, racionalizar a racionalização - ou seja, na realidade destruir os ‘arcaísmos’ e as rotinas burocráticas, pôr fim à rigidez institucional e aos entraves protecionistas, relocar, privatizar, estimular a concorrência (2004, p. 56-57).

Essa nova sociedade hipermoderna, do sempre “mais”, atinge os comportamentos coletivos e individuais. No que se refere à coletividade e à luta contra a criminalidade e o terrorismo, são instaladas câmeras, meios eletrônicos de

vigilância e identificação dos cidadãos em transportes coletivos, shopping centers, ruas e empresas. A sociedade da hipervigilância está a postos, substituindo a antiga sociedade disciplinar-totalitária, anuncia Lipovetsky (2004). Já no plano individual, os sujeitos, mais do que nunca, cuidam do corpo, são obcecados por higiene e saúde, cumprem as determinações médicas e sanitárias, consomem informações, produtos e serviços que possam de alguma maneira contribuir para a manutenção, recuperação ou aprimoramento do corpo. A hipervigilância do corpo está a postos, mas de que maneira?

O autor, em sua análise, argumenta que as transformações sociais e culturais contemporâneas seguem uma lógica em que não há a desvinculação ou destruição completa dos ideais modernos. Sobre esses ideais, dedicam-se, aqui, àqueles que se referem aos cuidados com o corpo e, mais adiante, sobre o consumo.

Pode-se citar como ideal moderno a busca do homem pelo controle da natureza. Silva (2001) argumenta que esse desejo compulsório de controle e domínio sobre a natureza tem sido característica dos seres humanos, a partir da Modernidade. Ou seja, “[...] a ciência moderna nasceu da esmagadora ambição de conquistar a Natureza e subordiná-la às necessidades humanas [...] A Natureza parece um objeto maleável as liberdades do homem”. (BAUMAN, 1999, p.48). Nesse sentido, o autor comenta que

Com efeito, natureza acabou por significar algo que deve ser subordinado à vontade e razão humana, um objeto passivo da ação com um propósito, um objeto em si mesmo desprovido de propósito e, portanto à espera de absorver o propósito injetado pelos senhores humanos (BAUMAN, 1999, p.48).

O homem e a sua busca por controle da natureza descobriu maneiras de modificar, corrigir, recuperar e ressaltar o próprio corpo, através de artifícios tecnológicos e científicos, tendo em vista o que é considerado pela sociedade, ou o que foi imposta a ela, de corpo saudável, esteticamente e fisiologicamente normal. Todavia, Costa e Venâncio (2004) ressaltam que é preciso ter clareza, para então perceber que o corpo “saudável” construído pela mídia, além das cirurgias estéticas, possui fins lucrativos, consumistas e de controle.

Além disso, os cuidados com o corpo e a saúde, em uma sociedade crescentemente secular, eram vistos gradualmente, como responsabilidade individual, isso é, os sujeitos são responsabilizados pelo seu próprio cuidado (SENNETT, 2001).

Esses ideais modernos na contemporaneidade são readaptados a uma sociedade cada vez mais individual, a uma sociedade

[...] liberal, caracterizada pelo movimento, pela fluidez, pela flexibilidade; indiferente como nunca antes se foi aos grandes princípios estruturantes da modernidade, que precisaram adaptar-se ao ritmo hipermoderno para não desaparecer (LIPOVETSKY, 2004, p. 26).

Desse modo, levando em consideração os ideais modernos e a sua readaptação na hipermodernidade, coloca-se a pensar que o corpo vigiado e punido de Foucault (1996), se concebe em um corpo vigiado e punido¹² pelo próprio indivíduo e não mais por um Estado disciplinador e totalitário. Vigiado, no sentido de que o indivíduo se coloca sob vigilância constante, através das restrições alimentares, dietas e atividade física. O lema é não sair da linha, o autocontrole é indispensável. O punido faz alusão às mazelas psicológicas (depressão, baixa autoestima), transtornos e disfunções alimentares (bulimia, anorexia), a realização de exercícios físicos (vigorexia), cirurgias plásticas e procedimentos estéticos em excesso, que colocam em risco a saúde do próprio sujeito.

Assim como o corpo, os cuidados com a saúde se tornam uma ação contínua, sujeita à insatisfação permanente, incerta quanto a sua condição atual e causando muita ansiedade. Essa ansiedade causa maiores efeitos e exige das mulheres “[...] o olhar constante sobre si, práticas específicas sobre si, a mesma autovigilância narcísica, a mesma coação para obter informações e de adaptação às novidades” (ALMEIDA et al, 2012). Em tempos hipermodernos, as mulheres se encontram “livres” para escolherem e tomarem decisões por conta própria. Mas como se pode relacionar a terceira mulher com os cuidados sobre si?

¹² Ressaltamos que o próprio Foucault tinha clareza sobre a “migração” de uma sociedade disciplinar para uma sociedade de controle. Onde a sedução, mais que a repressão, nos ajuda a compreender os modos de subjetivação contemporâneos.

Não há dúvida que as mulheres, afirma Lipovetsky (1997), conquistaram o poder de se governarem, sem uma via social predeterminada. Ou seja,

[...] tanto a primeira mulher como a segunda mulher estavam subordinadas ao homem; a terceira mulher está sujeita a si mesma [...] a segunda mulher era uma criação ideal dos homens, a terceira mulher é uma autocriação feminina (p. 233).

Apesar do espaço conquistado pelas mulheres atualmente, não se pode excluir ou negligenciar a possibilidade de submissão e outras influências sobre o público feminino, ou seja, não se deve desconsiderar, por exemplo, as macroestruturas, como a mídia, neste processo de “autocriação feminina”, exposto por Lipovetsky.

Assim, Lipovetsky reconhece e complementa que, apesar da ruptura importante na história das mulheres, o modelo da terceira mulher não coincide de nenhuma maneira com o desaparecimento das desigualdades entre os sexos, em matéria de orientação escolar, em relação à vida familiar, de remuneração e emprego. Para o autor, “[...] a variável sexo continua claramente a orientar as existências, a fabricar diferenças de sensibilidades, de itinerários e de aspirações” (1997, p. 235). Santaella (2008) complementa que embora exista a inegável ruptura histórica, a terceira mulher não faz *tábula rasa* do passado.

O poder de se governar, da autocriação feminina, são ideias provenientes da modernidade. Os indivíduos são responsabilizados por suas ações, principalmente no que tange aos cuidados sobre sua saúde. Ainda nesse viés, Bauman (2001) comenta sobre a mensagem transmitida no livro da celebridade Jane Fonda, “*Jane Fonda’s Workout Book (1981)*”, em que toda mulher deve tratar o seu corpo como sua propriedade, seu próprio produto e, acima de tudo, sua própria responsabilidade. O autor expõe que há um esforço do “amor a si próprio” pós-moderno, que no livro de Jane Fonda, revela a seguinte mensagem:

[...] você deve a seu corpo cuidado, e se negligenciar esse dever, você deve sentir-se culpada e envergonhada. Imperfeições de seu corpo são sua culpa e vergonha. Mas a redenção do pecado está ao alcance das mãos da pecadora, só de suas mãos (BAUMAN, 2001, p. 87).

A mensagem conduzida às leitoras do livro fomenta a responsabilização de si, tanto no sucesso quanto no fracasso desses cuidados. O amor a si próprio denota o quanto a mulher está disposta a realizar mudanças em seu corpo. Em relação a esses cuidados com a beleza, assim como eram compartilhados em reuniões entre amigas, também eram partilhados nas relações entre mãe e filha, e assim sucessivamente. Nesse sentido, Lipovetsky (1997, p.155-156) corrobora com a autora e diz que, tradicionalmente,

[...] era entre amigas ou mães e filhas que se fazia a transmissão das receitas de beleza. Havia igualmente obras, com nomes de segredos e destinadas a um público restrito, que propunham receitas de perfumes e produtos de maquiagem para confeccionar em casa. Foi essa cultura confidencial e 'mágica' que a imprensa feminina veio destruir. [...] O novo contexto econômico e mediático varreu a tradição multissecular dos segredos; na era democrática, a cultura do belo sexo desfez-se dos seus antigos mistérios em proveito do poder da publicidade e da estimulação consumista.

A publicidade foi uma das responsáveis em promover tais preocupações e exigências, como argumenta Lipovetsky, principalmente no que diz respeito à busca pelo embelezamento pelo público feminino. Assim, essa força midiática tende a despertar nas mulheres, por meio dos produtos e serviços, o desejo da mesma em sentir-se bela, bonita, principalmente para si mesma. De acordo com Sant'anna (2001), as técnicas de embelezamento têm que causar nos indivíduos satisfação física, além de destacar a singularidade de cada mulher. Hoje, não basta ser bela ou ter beleza, é preciso então se sentir bela, ou seja, acaba se transformando em uma prescrição, um sentimento, "eu preciso me sentir bela!".

A publicidade cria um "querer" na qual fomenta a utilização de produtos manipulados especialmente para as mulheres. Dessa maneira, qual seria o valor da publicidade? Como ela se apresenta? De que modo pode influenciar as mulheres?

Ortiz (2000, p. 120) expõe que a publicidade adquire um valor compensatório e pedagógico. É um modelo de referência. Nesse sentido, os publicitários, a partir do século XX no Brasil, consideram-se como "apóstolos da modernidade". Para o autor, "[...] eles procuram guiar os indivíduos, ensinando-lhes, por meio dos produtos, como se comportar".

As revistas femininas, um dos principais meios comunicação usados pelas mulheres, estão cada vez mais sendo invadidas por receitas de emagrecimento, por um verdadeiro passo a passo para a obtenção de uma alimentação equilibrada, com o uso de produtos *light* e *diet*, acompanhada de dicas de exercícios físicos para manutenção e a forma do corpo. No entanto, não se pode considerar somente o culto à magreza como preponderante, mas também um corpo modelado por máquinas e o uso de produtos perigosos à saúde. Muitas prescrições foram e são submetidas às mulheres. Del Priore (2000, p.15) afirma que

Mais do que nunca, a mulher sofre prescrições. Agora, não mais do marido, do padre ou do médico, mas do discurso jornalístico e publicitário que a cerca. No início do século XXI, somos todas obrigadas a nos colocar a serviço de nossos próprios corpos. Isso é, sem dúvida, uma outra forma de subordinação. [...] hoje o algoz não tem rosto. É a mídia. São cartazes de rua. O bombardeio de imagem na televisão.

Sendo assim, a influência midiática só reproduz os preceitos da época moderna, na qual o corpo passa a ser visto muito mais como aquilo que se tem do que aquilo que se é. Durante séculos, o corpo foi considerado o espelho da alma e, neste momento, ele é chamado a ocupar o seu lugar, mas com a condição de se transformar em boa forma (SANT'ANNA, 2001). A boa forma, de acordo com a autora, baseia-se na noção de estética caricatural, de reprodução, em que ser belo é aproximar-se de um ideal, determinado de modo universal.

Considerando o que é estabelecido como belo e os produtos vendidos em prol da manutenção desse ideal, as mulheres estão cada vez mais sujeitas a “necessidades”. Necessidades essas que só fazem aumentar o desejo de alcançar esse corpo universalizado pela Modernidade. Mas até que ponto elas consomem passivamente?

Na verdade, Lipovetsky (1997) argumenta que seria errôneo negar a ideia do poder da conformidade estética da mídia voltada para mulheres. Entretanto, nunca é demais persistir no fato de que as leitoras das revistas femininas, ou de qualquer outro veículo midiático, não se parecem sistematicamente ou totalmente com sujeitos passivos que desvalorizam a imagem que tem de si pelo brilho das fotos de moda. Os modelos difundidos pelas revistas femininas atingem grandes proporções

pelo mundo, pois é universalizado. O que se universaliza, afirma Silva (2001), é a imagem iconográfica do corpo. O que se mantém é uma expectativa imaginária do corpo, apenas almejada e não existente, como todo universo da mídia. A autora conceitua esse processo de universalização do corpo:

O corpo reduzido, naturalizado, quantificado e homogeneizado, que é objeto das ciências biomédicas vai auxiliar e referendar o uso do corpo, sua reprodução, banalização e universalização pela ideologia de consumo pela mídia. [...] A publicidade anuncia, juntamente com os produtos, um **modo de vida que é normativo** e que tende a se estender pelo mundo (SILVA, 2001, p.61, grifo nosso).

No momento em que esse modo de vida (que é normativo) se soma com a expectativa de corpo que lhe corresponde no interior do mercado, sua propagação em todo o mundo é rápida, além de ocasionar na substituição de certos valores éticos e estéticos (SILVA, 2001). Ou seja, mudanças no modo de se alimentar, vestir, exercitar, toda uma rotina planejada e regrada na tentativa de alcançar determinado padrão de corpo, por meio de normatizações do modo de viver.

Pode-se verificar a busca por esse corpo – preferencialmente magro – nas redes sociais. Nelas são divulgados pelos próprios indivíduos seus resultados, quais atividades físicas praticam, o que comem – orientando seus seguidores por meio de receitas – e o que consomem enquanto produtos de beleza, suplementos, entre outros. Isso é realizado diariamente, prescrevendo dietas e exercícios que talvez não sejam considerado apropriados, levando em consideração as condições física, nutricional e mental de seus seguidores. Nem todos possuem condições fisiológicas parecidas e o uso de medicamentos ou a realização de exercícios que não respeitam a sua condição atual pode ocasionar em danos à saúde.

Ressalta-se que as mudanças no modo de viver – sendo às vezes nocivas à saúde -, a substituição e lançamentos constantes de produtos de beleza e procedimentos estéticos são considerados como exemplos do domínio e expansão da preocupação estética¹³ sobre a questão da saúde (SANT'ANNA, 2014). Os

¹³ Aqui, o termo da estética faz referência à estética corporal. Para Lipovetsky (2007), a estética corporal é valorizada devido às transformações do corpo. Essas transformações são reflexos da sociedade de consumo, que permite que a indústria cultural, por meio dos meios de comunicação, crie e exponha imagens que padronizam o corpo. O mundo dentro de um universo estético remete ao homem o culto pela emoção, o trivial não é mais interessante, novas experiências por meio da

valores foram invertidos, colocando-se, às vezes, a saúde e a vida em risco em prol da estética e do embelezamento. Ou seja,

[...] a imagem do que é saúde e do que é beleza sofre um deslocamento em relação a conceitos de períodos anteriores. A conquista de um corpo saudável e belo passa a ser entendida como um objetivo individual a ser atingido por meio de um exercício intencional de autocontrole, envolvendo força de vontade, restrição e vigilância constantes (ANDRADE, 2003, p. 124).

Diante disso, pode-se observar com frequência o aumento do uso de medicamentos ou a divulgação de receitas naturais, como o suco detox¹⁴, para a perda de peso. Cada vez mais, as mulheres buscam alternativas para perder um quilo aqui e outro ali. Nunca se ouviu falar tanto de dietas, principalmente, atreladas a alguma atividade física: zumba, treinamento funcional, corridas de rua, opções não faltam. É preciso ter controle, ter vontade, “sempre em alerta”, como o lema dos escoteiros. Estar em boa forma, de preferência magra, é umas das opções que mais circulam no imaginário das mulheres nos dias de hoje. Outro elemento, além do uso de medicamentos e de receitas naturais que podem ser citados, são os procedimentos cirúrgicos estéticos. Sant’anna (2014, p.166) argumenta que existem razões gerais que explanam o sucesso mundial das cirurgias estéticas,

A mais óbvia é a imperativa publicidade, direta e indireta, que valoriza tais procedimentos cirúrgicos. Outra razão, não menos óbvia, é a crescente globalização publicitária de padrão de beleza no qual o sucesso está sempre junto às aparências jovens e longilíneas, à pele impecavelmente lisa e firme, aos calos sedosos, aos lábios carnudos e aos dentes rigorosamente brancos e alinhados.

estética, da sensibilidade ao belo são uma busca intranquila. Desse modo, a estética se revela como uma nova maneira de lidar com o mundo contemporâneo e, nesse contexto, a estética também passa a ser vista como uma dimensão superficial, ou seja, a saciedade de um desejo que resulte no puro prazer (LIPOVETSKY, 1987).

¹⁴ O suco detox é uma bebida que apresenta componentes que favorecem a limpeza hepática, potencializando a eliminação de toxinas que sobrecarregam o organismo. Como benefício da sua ingestão, pode-se citar a perda de peso.

Mais uma vez, ouve-se falar sobre a influência da mídia no mercado da beleza e juntamente com ela, não menos importante, um padrão de beleza estabelecido. Nesse sentido, a autora menciona que com o surgimento do programa televisivo *Big Brother Brasil*, este contribuiu para a divulgação de corpos turbinados ou bombados, a ascensão de uma nova classe média no país, sedenta pelo consumo de marcas de luxo e o acesso a uma hipersaúde, o que denota o desejo de adquirir um corpo forte e seguro de si. Esse corpo refere-se à amplitude e à dureza muscular, adquirida com muita “malhação”, podendo incluir o uso de anabolizantes e/ou a implantação de próteses no corpo.

Assim sendo, pode-se compreender que há uma imensa necessidade de aumentar os níveis de satisfação consigo. A busca por essa é uma tendência nacional e internacional, que favorece a promoção do corpo como principal aliado. Porém, ao mesmo tempo, um fardo no qual o indivíduo terá que confrontar (SANT’ANNA, 2014). Assim, imaginar o próprio corpo se torna algo tão profundo e intenso, mas ao mesmo tempo, “[...] em algo tão incerto e efêmero”, como já afirma a autora. A beleza, antes concentrada na face ou na indumentária, hoje se enfatiza, principalmente, no corpo, o qual arrisca-se denominar, neste trabalho, de corpo-beleza feminino.

O martírio do uso de vestidos que se arrastavam pelo chão, o uso de espartilhos que prejudicavam as vísceras, os sapatos apertados e os chapéus ornamentais não foram substituídos por um alívio, mas por novos sacrifícios e anseios, iguais ou piores que os de tempos passados. Lipovetsky (1997) argumenta que quanto mais se impõe o ideal de autonomia individual, mais aumenta a exigência consensual aos modelos sociais do corpo. Assim, o corpo feminino:

[...] se emancipou de muitas de suas antigas prisões sexuais, procriadoras ou indumentárias, atualmente encontra-se submetido a coerções estéticas mais imperativas e geradoras de ansiedade do que antigamente (GOLDENBERG, 2007, p.9).

A substituição de antigas preocupações por novas podem fomentar na mudança de identidade. A construção e a reconstrução da identidade é uma das conquistas da síndrome do consumo (BAUMAN, 2009). Dessa forma, entende-se

que a identidade do indivíduo não é algo engessado, fixo. Está em constante modificação, afetada principalmente pelo contexto social que se encontra.

Na tentativa de esclarecer sobre o processo de construção e reconstrução da identidade na atualidade, vale-se da compreensão de Ortega (2003) sobre o comparativo das práticas ascéticas da Antiguidade¹⁵ com as práticas bioascéticas na modernidade. A proposta do autor é mostrar a ênfase atribuída aos diversos procedimentos de cuidados com o corpo, médicos, higiênicos e estéticos, os quais levam à formação de identidades somáticas, que ele chama de bioidentidades. Essa formação tem deslocado para a exterioridade o modelo internalista e intimista de construção e descrição de si. As práticas ascéticas se configuram em processos de subjetivação. Já as modernas ascetes corporais, as bioascetes, reproduzem no foco subjetivo as regras da biossociabilidade¹⁶, dando ênfase aos procedimentos de cuidados corporais, higiênicos, estéticos e médicos na construção das identidades pessoais (ORTEGA, 2003).

Considerando o atual contexto da “hipervigilância”, trata-se então da formação de um sujeito que se autocontrola, autogoverna e autovigia. O indivíduo que se pericia possui no corpo e no ato de periciar a fonte básica de sua identidade. De acordo com Ortega,

¹⁵ A ascese implica em um processo de subjetivação. Constitui um deslocamento de um tipo de subjetividade para outro tipo, a ser atingido mediante a prática ascética. O asceta oscila entre uma identidade a ser recusada e outra a ser alcançada. A subjetividade desejada representa para o asceta a verdadeira identidade para o qual se orienta o trabalho ascético. A forma de subjetividade almejada varia segundo a contextualização histórica das práticas ascéticas, podendo encontrar as mesmas práticas vinculadas a diferentes fins, diferentes processos de subjetivação, seja a constituição de si como sujeito moral da Antiguidade greco-latina, a autorenúncia e a pureza do cristianismo, a interioridade cristã e burguesa, ou as bioidentidades contemporâneas, em que o corpo possui a autoreflexividade que correspondia outrora à alma. As formas de subjetividade visadas pela ascese podem diferir ou não das identidades prescritas social, cultural e politicamente. Enquanto que nas ascetes da Antiguidade, o *self* almejado pelas práticas de si representava frequentemente um desafio aos modos de existência prescritos, uma forma de resistência cultural, uma vontade de demarcação, de singularização, de alteridade. Encontra-se na maioria das práticas de bioascese uma vontade de uniformidade, de adaptação à norma e de constituição de modos de existência conformistas e egoístas, visando à procura da saúde e do corpo perfeito (ORTEGA, 2003, p. 63).

¹⁶ De modo geral, a noção de biossociabilidade visa descrever e analisar as novas formas de sociabilidade surgidas da interação do capital com as biotecnologias e a medicina. A biossociabilidade é uma forma de sociabilidade apolítica constituída por grupos de interesses privados. [...] Criam-se novos critérios de mérito e reconhecimento, novos valores com base em regras higiênicas, regimes de ocupação de tempo, criação de modelos ideais de sujeito baseados no desempenho físico. As ações individuais passam a ser dirigidas com o objetivo de obter melhor forma física, mais longevidade, prolongamentos da juventude, etc. Na biossociabilidade todo um vocabulário médico-fiscalista baseado em constantes biológicas, taxas de colesterol, tono muscular, desempenho físico, capacidade aeróbica populariza-se e adquire conotação “quase moral”, fornecendo os critérios de avaliação individual (ORTEGA, 2003, p. 63-64).

O indivíduo se constitui como autônomo e responsável através da interiorização do discurso do risco. O corpo e o *self* são modelados pelo olhar censurante do outro que leva à introjeção da retórica do risco. O resultado é a constituição de um indivíduo responsável que orienta suas escolhas comportamentais e estilos de vida para a procura da saúde e do corpo perfeito e o desvio aos riscos. O auto-aperfeiçoamento individual tornou-se um significativo privilegiado por meio do qual os indivíduos exprimem sua autonomia e se constituem num mundo competitivo. Através das numerosas práticas bioascéticas, o indivíduo demonstra sua competência para cuidar de si e construir sua identidade (2003, p.64).

Nesse sentido, na atualidade, a promoção do autocontrole e a disciplina visam, prioritariamente, ao controle do corpo. Este, então, se torna o lugar da moral, argumenta Ortega, é seu fundamento último e matriz da identidade pessoal. A aparência do corpo, desse modo, tornou-se central às noções de auto identidade (LUPTON, 2000). O corpo veio representar a liberdade pessoal, representar o que o indivíduo gosta, aquilo que ele é, independentemente de suas heranças genéticas, estado civil, filiações culturais e de classe. Nessa perspectiva, “o seu corpo é você, o corpo deve ser cuidado, amado, exibido; já nada tem a ver com a máquina” (LIPOVETSKY, 1983, p.29). Para o autor, o corpo designa a identidade profunda. Enquanto pessoa, o corpo ganha dignidade; deve-se respeitá-lo, isto é, lutar contra sua deterioração. A senilidade física tornou-se algo “vergonhoso”.

Nessa assertiva, a participação efetiva em atividades esportivas ou exercícios está estritamente associada à construção da subjetividade. Isso por que as atividades de condicionamento físico representam a tentativa dos indivíduos de encontrar os seus “verdadeiros *eus*”, para mostrar “a boa forma” e a baixa gordura individual escondida sob as camadas de músculos, para pôr em conformidade mente e corpo, para encarar com sucesso a natureza aparentemente caótica da vida no final do século XX, por meio do controle do corpo (LUPTON, 2000). Então, exercitar-se regularmente,

[...] especialmente se isto envolve atividades físicas que não se configuram como jogo e que não estão associadas com o prazer (tais como os esportes de raquete ou os esportes coletivos) mas cuja finalidade é a manutenção do corpo (por exemplo, o jogging e o exercitar-se em academias), atua como um marcador da capacidade de um indivíduo para a auto-regulação (LUPTON, 2000, p.29).

O exercício físico está atrelado a noções modernas mais amplas de corpo “ideal”, como aquele que é controlado, contido no espaço, desprovido de excesso de gordura ou de músculos flácidos (LUPTON, 2000). O controle do corpo pelo homem marca o contexto moderno. A mutação, a fluidez, a desterritorialização dos espaços e, principalmente, a liberação individual marcam o contemporâneo, em que o passado é deixado para trás e o futuro pouco faz sentido. O que realmente importa é o presente, o agora, a mudança e o novo são contemplados assim como foram as tradições em tempos passados. Enfim, por meio do controle do corpo e pela atividade física, as mulheres edificam sua imagem, definindo, cada uma a sua maneira, a própria leitura de sua identidade (CASTRO, 2003).

Pensar o corpo nesse panorama é fazer o esforço de compreendê-lo neste contexto: considerando o consumo exacerbado; uma publicidade que divulga necessidades, que às vezes são inexistentes; de uma mídia sem fronteiras que comercializa um corpo homogeneizado, naturalizado, fortemente respaldado pela ciência. E quando esse ideal não é atingido pelos indivíduos, provoca sensações e sentimentos de angústia, ansiedade e insatisfação constantes, principalmente, quando se refere à terceira mulher.

A seguir, uma reflexão sobre as academias de ginástica para mulheres, baseando-se nos trabalhos de autores que já investigaram sobre essas instituições. Através do diálogo com esses textos, a intenção é mostrar as principais características desses espaços, além de possíveis contradições e lacunas. Ao mesmo tempo, há uma problematização acerca do fato de se essas academias, em um contexto marcado pelo hiperconsumo, apresentam-se como mais uma opção de consumo.

1.3 A NOVA TENDÊNCIA ENTRE AS ACADEMIAS DE GINÁSTICA

A perspectiva deste tópico é apresentar conceitos sobre as academias de ginástica mistas. Contudo, o mais importante é mostrar ao leitor, a partir do que já é conhecido sobre essas academias, a configuração/surgimento das academias exclusivas para mulheres, dialogando com pesquisas já realizadas sobre esse tema.

A pretensão é caracterizá-las e contextualizá-las de modo que forneça elementos para se interpretá-las, minimamente, no momento da produção dos dados nas entrevistas e nas observações em campo.

Nessa assertiva, Hansen e Vaz (2006) conceituam as academias de ginástica e musculação como um extenso repertório de práticas e técnicas que contemporaneamente se acercam e buscam produzir o corpo de mulheres e homens, seja na sua materialidade, que cruza natureza e cultura, ou em um conjunto de representações que sobre esses corpos incide. Para os autores,

As academias podem ser entendidas como centros de culto a este *objeto* tão caro a nossa sociedade, locais onde se desenvolve toda uma cultura em que o corpo se torna uma intersecção na qual são engendrados vocabulários, códigos, rituais, costumes e estruturas hierárquicas que conferem um modo de agir e de ser peculiares e especificamente normatizados por dispositivos variáveis de geração, gênero, etnia, pertencimento de classe, entre outros (HANSEN; VAZ, 2006, p.134).

Na sociedade moderna, há o crescente destaque do corpo, mas é nas academias que ele ganha especial atenção. Os sujeitos fazem-se em pedaços somáticos a serem investidos de modo específico, configurando um ambiente estruturado de acordo com as regiões anatômicas, no qual modificam cada parte do corpo com o objetivo de atingir um corpo ideal, discurso hegemônico do culto do corpo proveniente dos esquemas da indústria cultural (HANSEN e VAZ, 2006). Esse discurso hegemônico do culto ao corpo, para Castro (2003), está intimamente ligado à constituição do contemporâneo. Para a autora, as práticas físicas passaram a ser mais regulares e cotidianas, expressando-se na proliferação das academias de ginástica pelos centros urbanos.

De acordo com Wenez (2007), as academias habitualmente se relacionam com o *fitness*, sendo que este pode ser compreendido como uma atividade física que gera uma melhor forma física, além de compreender que também são lugares da “moda”, como qualquer outro espaço que vende algum serviço. No entanto, isso está mudando no mundo das academias, e o *fitness* vem perdendo espaço para o *wellness*:

[...] O *fitness* caracteriza-se pela ênfase no condicionamento físico do indivíduo. As academias de ginástica surgiram tendo essa finalidade, tanto é que os donos das primeiras academias muitos deles eram halterofilistas, atletas, ou pessoas que, em geral, estavam envolvidas em práticas corporais. Com o desenvolvimento do ramo das academias de ginástica como negócio, ou seja, com a boa capacidade de acumulação de capital apresentada pelas academias de ginástica, a visão antes restrita ao *fitness* foi se ampliando e aos poucos foram sendo aglutinados outros enfoques para a academia de ginástica atingir seu mercado de forma mais eficaz e também ampliar seu público alvo (FURTADO, 2009, p.8).

E para atender e atingir o mercado de uma maneira mais eficaz com o propósito de ampliar o número de alunos/clientes, as academias têm adotado o *wellness*. Este seria a integração de todos os aspectos da saúde e aptidão (mental, social, emocional, física e espiritual), com o propósito de potencializar o bem estar do indivíduo para viver e trabalhar efetivamente (FURTADO, 2009). O conceito de *wellness*:

[...] embora negue o conceito de *fitness*, também é composto por ele. O condicionamento físico não deixa de ser enfatizado, porém, é trabalhado em perspectivas mais amplas visando à qualidade de vida e bem-estar. A estética não deixa de ser enfatizada, porém, é levada em consideração a saúde nessa busca pela estética. Assim, nas academias que seguem o *wellness* como paradigma, os professores se preocupam em transmitir conhecimentos, explicando para os alunos, por exemplo, prejuízos que podem causar a prática em excesso, os problemas do uso de anabolizantes, a importância da alimentação adequada, entre outras práticas. Dessa forma, o *fitness* não deixa de ser trabalhado, mas fica subsumido ao *wellness* (FURTADO, 2009, p.8).

O movimento de mudança nas academias do *fitness* para o *wellness*, por se tratar de uma mudança motivada pela necessidade de melhoria de desempenho do negócio na acumulação de capital, exhibe alguns outros aspectos que são fundamentais para sua compreensão, todos eles relacionados com a necessidade de vender o produto. Furtado (2009) cita que há, por exemplo, uma necessidade de expandir seu público alvo, com as academias abandonando o foco de apenas buscar a estética - que estaria muito mais ligado às pessoas jovens -. Estaria agora se concentrando em homens e mulheres com idades mais elevadas e que buscam outros fatores além da estética.

No mundo das academias, Borges et al. (2007) apontam para um “mercado”, que dentre diversas estratégias empregadas para ganho de competitividade, sobressaem o sistema de franquias. O modo e a velocidade como as franquias se difundem impressionam. Segundo Ortiz (2000, p. 32),

[...] a fabricação industrial da cultura e a existência de um mercado mundial exigem uma padronização dos produtos, onde a corporação global, a um baixo custo, opera em todo mundo como se ele fosse uma entidade singular; ela vende as mesmas coisas, e da mesma maneira em todos os lugares.

O autor comenta sobre a lucratividade das empresas franquizadas, como a Fendi e a Chanel, por exemplo. Mesmo que a renda *per capita* entre os Estados Unidos e o Brasil seja distante, essas empresas franquizadas irão alcançar um nível positivo de vendas, ou seja,

O exemplo das franquias das marcas é um bom indicador deste processo desigual de globalização. Apesar dos problemas sociais sérios que enfrenta, nas áreas de educação e de saúde, e da disparidade de renda da população, o Brasil é o oitavo maior faturamento mundial por lojas franqueadas, superando a Itália, a Espanha, e aproximando-se do Japão (ORTIZ, 2000, p. 178).

Considerando os aspectos sobre o sistema de franquias, percebe-se que as academias planejadas por esse sistema também podem lucrar, independente do país em que estejam instaladas. É possível afirmar que essas academias estão situadas em um tipo de terceiro estágio, segundo Furtado (2009). A partir do momento em que as academias de ginástica passam a ser administradas como um negócio que envolve capital elevado e necessita de retorno economicamente viável, o movimento é um só:

[...] o de incorporação de técnicas e teorias administrativas que vão configurar a gestão e a organização do trabalho neste espaço de forma racionalizada. Assim, as mudanças ocorridas na característica das academias constituíram três estágios. Um estágio inicial caracterizado pela

afinidade com a área, como motivação para a implementação das academias. Por isso, a administração empírica, amadora ou do senso comum preponderava. Um segundo estágio, caracterizado pela mescla entre a afinidade com a área e a inserção das tecnologias da administração em busca de lucros, surgido, principalmente, a partir dos anos 80 (FURTADO, 2009, p.5).

As academias que se encontram no terceiro estágio, como exemplo as provenientes do sistema de franquias, possuem as mais avançadas tecnologias dos instrumentos de produção e de gestão. Há presença da microeletrônica nos instrumentos e das mais variadas teorias administrativas de gestão de recursos humanos, de marketing, financeira e contábil, configurando a racionalização nas academias. “As academias caracterizadas neste estágio, as mais avançadas em seu desenvolvimento, denomino de ‘academias híbridas’” (FURTADO, 2009, p.5).

Essas academias – ou esse mercado - buscam atender a demandas solicitadas por grupos específicos, consumidores que estão à procura de serviços diversificados que possam atender as suas necessidades/desejos no que se refere à prática de exercício físico. Borges et al. (2007) expõem que o comércio de práticas corporais, especificamente para o público feminino, ganha força e legitimidade, em especial, “[...] devido à intensificação das preocupações com a estética relacionada aos padrões de beleza vigentes que, cada vez mais, aparece colada à própria noção de saúde” (p.241). Os autores ainda salientam que “[...] as academias de ginástica criam e recriam novas práticas corporais como uma alternativa para se vender um corpo mais belo e saudável” (p.241). E, nesse contexto, percebe-se que

As exigências de adequação às imposições do mercado recaem com maior ênfase sobre o corpo da mulher. Isso fica evidente ao observarmos os produtos e serviços produzidos e consumidos em maior escala para e pelo segmento feminino. Porém, faz-se importante destacar que o sucesso na comercialização destas práticas necessita da identificação do consumidor que se busca seduzir. Assim, as práticas corporais ambientadas em academias de ginástica devem se apresentar de modo a encantar suas potenciais consumidoras, objetivando sua identificação com o serviço oferecido (BORGES et al. 2007, p.242).

O público feminino acaba se tornando alvo do mercado de consumo e, pretendendo atender a essa demanda de produtos e serviços, o número de academias aumentou nos últimos anos, concomitante ao crescimento da indústria da

beleza juntamente com seus salões de beleza, clínicas estéticas, cirurgias plásticas e outras modalidades (FURTADO, 2007).

Os crescimentos da indústria da beleza e das academias mostram o quanto os indivíduos investem nesses setores e a conseqüente busca pelo que é considerado belo(a). Azevedo (2011), ao pesquisar uma academia feminina na cidade de Porto Velho-Rondônia, verificou, a partir das entrevistadas, que a maioria tem certa preocupação com a questão da estética corporal, possuem um tempo de prática considerável, frequentam a academia exclusiva com assiduidade, além de destacar o papel da mídia como um grande influenciador da sociedade, despertando novos valores, desejos e necessidades.

A preocupação com a estética também se fez presente no estudo de Rocha (2011), que também pesquisou uma academia para mulheres na cidade de Teresina-Piauí. As entrevistadas relataram que lançaram mão de todos os cuidados possíveis com o corpo e com a beleza. Além dos exercícios físicos, fazem uso de produtos dermatológicos, frequentam salões de beleza e cogitam (as que ainda não fizeram) a realização de cirurgias plásticas estéticas.

Nesse sentido, a possibilidade de um corpo perfeito, noticiada pelos meios de comunicação de massa, contribuem para a busca por produtos e serviços que solucionem ou amenizem esse descontentamento. Gradativamente é apropriado pelo público feminino a possibilidade de felicidade ser sinônimo de um corpo bonito, jovem, saudável, livre das “temíveis” gordurinhas, que desagradavelmente desalinham o corpo feminino. Isso porque, em nossos dias, a identidade do corpo feminino, de acordo com Del Priore (2000), corresponde ao equilíbrio entre a tríade beleza-saúde-juventude, ou seja, as mulheres cada vez mais são submetidas a identificar a beleza de seus corpos com juventude, e a juventude com saúde. Essa tríade mostra que, gradualmente, as mulheres passam a ser responsabilizadas por sua aparência, como se fosse obrigação na sociedade moderna ser belo(a).

Por sua vez, Le Breton (2011) associa o bem-estar e o parecer bem, por meio da forma e da manutenção da juventude, com a frequência em academias de ginástica, o uso de cosméticos, a dietética e outros. As roupas, os acessórios, os cosméticos, as práticas esportivas formam um conjunto de produtos desejados, destinados, segundo o autor, a proporcionar “morada” na qual o sujeito social se transforma em um cartão de visitas vivo.

Além da manutenção da juventude, a indústria cultural ensina às mulheres também a cuidar do binômio saúde-beleza, sendo o caminho para a felicidade individual (DEL PRIORE, 2000). A felicidade é exemplificada pela frase de um *outdoor* de “*diet shake*”, produto utilizado para o emagrecimento, no qual “felicidade é entrar num vestido P” (BERGER, 2006). É preciso investimento, ter capital para bancar determinadas academias de ginástica e até mesmo procedimentos estéticos, como as intervenções cirúrgicas. O corpo é trabalhado e valorizado, até adquirir condições necessárias para competir, ou seja, quem não o modela está fora, é excluído.

E para se modelar, uma das alternativas é investir tempo e, principalmente, dinheiro nas academias de ginástica. E nesse contexto contemporâneo, Azevedo (2011) expõe que as academias exclusivamente femininas começam a se destacar. Borges et al. (2007) especificam que, com o aumento da venda e a comercialização de equipamentos e práticas corporais específicas para o segmento feminino, na tentativa também de atender às exigências do mercado das academias, foi perceptível o surgimento dessa nova tendência.

Tratando um pouco mais sobre as academias femininas, estas surgem já no final do século XX, nos Estados Unidos. As franquias pioneiras nesse exclusivo mercado são as academias *Curves* e *Contours*. Com o passar do tempo, as franquias atingiram inúmeras unidades pelo mundo. Rocha (2011) expõe que as duas redes de academias possuem propostas parecidas tanto no método de treinamento quanto na forma de atrair e conquistar as clientes. De acordo com a autora,

Os treinos duram trinta minutos e priorizam as atividades cardiovasculares e de fortalecimento muscular, imprescindíveis para a perda de peso, a academia investe em um ambiente voltado para ‘os gostos femininos’ e no discurso psychologizante dos prazeres e benefícios da atividade física. Outra particularidade comum às academias é a ausência de espelhos nas suas instalações físicas (2011, p. 46).

Um ambiente meticulosamente projetado para atender “os gostos femininos” remete a se pensar sobre a segmentação do mercado por gênero, idade e etnia. Pavani (2008) descreve essa ação como uma estratégia adotada por várias

empresas em prol de atrair e satisfazer as necessidades de seus clientes. Essas segmentações podem ser ressaltadas nas indústrias de cosméticos e produtos de higiene e beleza que lançam linhas de produtos específicos para mulheres e homens. Na área de serviços, podem ser observadas as clínicas de estéticas e as academias de ginástica específicas por gênero. Além disso, pode-se considerar a inserção da mulher no mercado de trabalho e no campo esportivo, bem como a gradual conquista de sua independência financeira e social, como elementos que provocaram mudanças na sociedade, e assim, perspectivaram o surgimento e o crescimento das academias femininas nesse contexto.

A academia para mulheres se percebe como mais uma opção de consumo dentre as outras academias de ginástica. Mais uma alternativa de consumo pelas mulheres. É o que Lipovetsky (1983) chama de processo de personalização, um novo modo organização e orientação da sociedade, um novo modo de gerir os comportamentos:

[...] já não através da tirania dos pormenores, mas com o mínimo possível de coação e o máximo possível de opções, com o mínimo de austeridade e o máximo de desejo, com o mínimo de constrangimento e o máximo de compreensão (LIPOVETSKY, 1983, p.8-9).

Esses ideais que o autor menciona caracterizam algumas orientações para a organização e o comportamento dos indivíduos na sociedade presente. E neste caso, tratando novamente sobre o consumo, esse se empenha na dissipação luxuriante dos seus produtos, imagens e serviços. Com o hedonismo que provoca, com o seu clima eufórico de tentação e proximidade, a sociedade de consumo revela até à evidência a amplitude da estratégia da sedução (LIPOVETSKY, 1983). A sedução oferece um número cada vez maior de escolhas e combinações por medida, permitindo uma circulação e seleção livres. Bauman (2001) contribui e argumenta que a vida organizada em torno do consumo é orientada pela sedução, por desejos sempre crescentes e “quereres” voláteis, porém não mais por uma regulação normativa. O objetivo é dispor às pessoas uma diversificação cada vez mais vasta de bens e de serviços. O entendimento sobre a sedução na perspectiva de Lipovetsky se configura:

Em um processo que estabelece e remodela segundo um processo sistemático de personalização cuja obra consiste essencialmente em multiplicar e diversificar a oferta, em propor mais para que nós decidamos mais, em substituir a coação uniforme pela livre escolha, a homogeneidade pela pluralidade, a austeridade pela realização dos desejos. A sedução remete para o nosso universo de gamas opcionais, de sessões de produtos exóticos, de ambiente psi, musical e informacional, no qual cada um pode a vontade de compor a lista dos elementos da sua existência (1983. p.19).

Pode-se associar a escolha das academias femininas pelas mulheres como um consumismo *cool*. Antes de se refletir sobre essa possível comparação, faz-se necessário esclarecer o conceito de “homem *cool*” abordado por Lipovetsky (1983):

O homem cool não é nem o decadente pessimista de Nietzsche, nem o trabalhador oprimido de Marx, ele se parece mais com o telespectador tentando ‘assistir’ uns após outros aos programas noturnos ou com o consumidor enchendo o seu carrinho ou, ainda, com a pessoa em férias que hesita entre uns dias nas praias espanholas ou num acampamento na Córsega. A alienação analisada por Marx, resultante da mecanização do trabalho, deu lugar a uma apatia induzida pelo campo vertiginoso das possibilidades e o self-service generalizado (LIPOVETSKY, 1983, p. 24).

O homem *cool* denota um homem enfraquecido, sem qualquer tipo de apoio externo e que a qualquer momento pode cair. Mas o que quer dizer um “homem enfraquecido”? Um homem que não está mais sob pressão, livre das correntes tradicionais e conduzido pela lógica hedonista. A pós-modernidade maquinou um indivíduo “narcisista”, voltado apenas para si, em busca de realização e satisfação pessoal. Isso é, o que caracteriza uma sociedade narcisista é a vivência do presente e não mais vinculada ao passado e ao futuro. O sentido histórico já não faz mais sentido, as pessoas não se prendem mais às instituições e desacreditam em seus valores (CRUZ, 2011).

Com o processo de personalização, o individualismo sofre um *aggiornamento* – adaptação – designado de narcisismo. Uma individualidade dotada de uma sensibilidade psicológica, desestabilizada e tolerante, centrada sobre a realização emocional de si próprio, ávida de juventude, de desportos, de ritmos (LIPOVETSKY,

1983). Um homem sensível apoiado na cultura pós- moderna, que está identificável por diversas características:

Busca da qualidade de vida, paixão da personalidade, sensibilidade extrema, desafeção dos grandes sistemas de sentido, culto da participação e da expressão, moda *rétro*, reabilitação do local, do regional, de certas crenças e práticas tradicionais (LIPOVETSKY, 1983, p. 12).

É nesse panorama que o consumismo *cool* se manifesta. Atravessa-se, neste momento, um consumismo que deixou de ser pesado e *hot* e se tornou leve e *cool*, um consumismo que já digeriu tanto a crítica da opulência quanto a do excesso (LIPOVETSKY, 1983). Santaella (2008) reforça que, diferente do consumo ostentatório, do consumo pesado, destinado acima de tudo a se mostrar e a ser visto, o consumo *cool* é emocional, experiencial, psicologizado, feito de emoções sutis, capaz de gerar o prazer íntimo da diferença proporcionada pelo consumo de produtos de qualidade. Assim como os produtos, os serviços de qualidade também geram prazer e satisfação dos consumidores, neste caso, as academias femininas compõem esse mercado que visa ao consumo da satisfação, da alta qualidade, rigorosamente planejado e articulado para atender às consumidoras:

Consumidora *cool* é, por isso, consumidora exigente, aquela que sabe buscar o algo mais da qualidade para a satisfação de seus desejos plurais. Vivemos numa época em que o consumo da qualidade democratiza-se cada vez mais, permitindo as pequenas e até as grandes extravagâncias de refinamentos nem sempre visíveis, refinamentos para o prazer dos sentidos que desembocam em uma emoção, em uma sensação de conforto, de harmonia, de bem-estar. Uma emoção despertada e sentida com leveza (SANTAELLA, 2008, p.111).

Se a consumidora *cool* preza a qualidade do produto ou serviço, logo ela é exigente quanto aos fatores que os constituem, ou seja, se ela for a um restaurante para jantar e verificar que o estabelecimento é limpo, climatizado com cadeiras confortáveis e um bom atendimento, irá priorizá-lo ao invés de um restaurante que é falho em alguns pontos. A exigência quanto à qualidade como um todo é preferência da consumidora *cool*. “Em paz com o efêmero, o consumismo *cool* subverte a

relação com o estritamente necessário em favor da qualidade e dos produtos especiais” (SANTAELLA, 2008, p.111).

Assim, são os serviços e os produtos que trazem os benefícios adicionais do prazer do uso que valorizam a contribuição psicológica que a beleza e o cuidado de si trazem para a vida. Longe de serem dispensáveis, são gêneros de primeira necessidade para a ressonância dos sentidos e para a festa privada das emoções, complementa a autora. Nesse viés, faz-se aqui a relação das academias para mulheres com o consumismo *cool*, este composto por consumidoras que priorizam e buscam a qualidade, bem estar e o prazer no ato de consumir esses serviços.

Considerando os aspectos gerais trabalhados neste capítulo, que envolvem o corpo feminino, a mídia (revistas direcionadas ao público feminino, jornais impressos e programas televisivos) e, especialmente, as academias exclusivas para mulheres, serão mostrados, em seguida, os primeiros contatos e o decorrer de um período de observações nesse ambiente. A intenção é caracterizar e relatar a dinâmica cotidiana enquanto participante ativa desse espaço exclusivo.

2 A INSERÇÃO NO CAMPO

Neste capítulo será abordado o processo de elaboração e realização das estratégias metodológicas da pesquisa, apresentando ao leitor de que maneira foram selecionadas as entrevistadas e se construiu o roteiro das entrevistas. Além disso, e não menos importante, serão relatados, por meio de observações realizadas como aluna participante, o ambiente e a dinâmica cotidiana que engendram essa academia para mulheres. A finalidade é buscar explorar esse espaço na tentativa de colher indícios que auxiliem no processo de compreensão do corpo das mulheres inseridas nesse contexto.

2.1 CAMINHOS METODOLÓGICOS

Vive-se, atualmente, em uma sociedade líquido-moderna em que as condições sob as quais operam seus membros mudam em um tempo mais curto do que aquele necessário para a consolidação, em hábitos e rotinas, das formas de agir. Um dos destaques desse contexto é o corpo, elaborado e desenvolvido como potencialidade, mas sob um novo caráter. Bauman, ao citar Chris Shilling (2009, p.118), argumenta que o novo caráter resulta da convergência de duas tendências “aparentemente” contraditórias:

Agora temos os meios de exercer sobre os corpos um grau de controle sem precedentes, e, no entanto também vivemos numa era que lançou numa dúvida radical, nosso conhecimento do que são os corpos e de como devemos controlá-los.

O corpo consumista/do consumidor constitui-se como o próprio fim e um valor em si mesmo. Seu bem-estar é o principal objetivo de toda e qualquer busca existencial. À medida que a intensificação das sensações de prazeres e alegrias corporais caminha para o centro da vida como sua principal finalidade, o corpo é lançado a uma posição única (BAUMAN, 2009). Vale lembrar que o corpo, agora, é tão “socialmente regulado” quanto antes. Alteraram apenas as agências

reguladoras, com resultados de longo alcance para os indivíduos incorporados, encarregados de administrar os corpos que têm e que são.

A pesquisa se concentra no estudo de caso, considerado representativo de um conjunto de casos comparáveis: “[...] o caso escolhido para a pesquisa deve ser significativo e bem representativo, de modo a ser apto a fundamentar uma generalização para situações análogas, autorizando inferências” (SEVERINO, 2007, p.121). Cabe destacar que o trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos – CEP – no dia 26 de Dezembro de 2014, nº 926.931.

O instrumento para a produção dos dados foi realizado através da entrevista semi-estruturada focalizada. Segundo Marconi e Lakatos (2007, p.279), a entrevista semi-estruturada focalizada é “[...] quando há um roteiro de tópicos relativos ao problema a ser estudado e o entrevistador tem liberdade de fazer as perguntas que quiser, sobre razões, motivos, esclarecimentos”. Nesse segmento, foram escolhidas para as entrevistas 15 mulheres frequentadoras da Academia *Contours*, unidade de Vitória, porém somente 11 aceitaram participar da pesquisa.

A escolha das entrevistadas se fundou com o critério de permanência mínima de seis meses; ter tido contato¹⁷ com o antigo endereço da unidade, além da disponibilidade para a entrevista. Na lista de quinze alunas que se encaixavam nesse perfil, fornecida pela própria academia, somente onze alunas retornaram positivamente no que se refere à disponibilidade para as entrevistas. Em relação às alunas não entrevistadas, algumas desmarcaram as entrevistas por falta de tempo ou algum compromisso e outras não retornaram o contato.

O critério de permanência ou a prática de exercícios – mínimo de seis meses – pelas alunas da academia em questão se justifica por ser um maior contato estabelecido com a instituição, além de ser um tempo reconhecido e instituído como viável a classificá-las como adeptas à atividade física, segundo Freitas et al. (2007). Esse maior contato poderá fornecer embasamento e um melhor suporte às entrevistas. Além da entrevista com as alunas, foi realizada também entrevistas com

¹⁷ Esse critério é relevante, pois a *Contours* passou por mudança de endereço. Como houve contato com o antigo endereço e ele será descrito nas observações de campo, presumiu-se pertinente selecionar alunas que frequentaram esse período. Esse contato anterior dará propriedade para as alunas relatarem sobre as principais características desse espaço e as suas transformações no decorrer do tempo. Assim, será possível compreender as mudanças no espaço e a participação das alunas nesse processo.

a dona da unidade e uma professora de Educação Física, englobando as suas considerações e percepções sobre as alunas e suas interações na academia.

Além das entrevistas como produção de dados, foram realizadas observações e o registro em diário de campo. O Termo de Autorização Institucional foi devidamente assinado pela proprietária da academia para a concessão dos dados. As observações são de grande importância para a compreensão do cotidiano das alunas e dos profissionais, oferecendo um olhar mais de perto acerca da dinâmica dessa academia. Como pesquisadora, as observações foram concretizadas enquanto aluna, ou seja, participei ativamente das atividades da academia e, em outro momento, transcrevia essas observações para um diário de campo.

Essa medida tinha o propósito de não despertar olhares curiosos ou diferenciados das professoras e alunas em relação a minha presença enquanto pesquisadora. A intenção era manter o ambiente com o mínimo de intervenção possível, na tentativa de mantê-lo fiel a todos os acontecimentos e interações que ocorrem normalmente naquele local.

O contato com o campo foi de suma importância no momento da elaboração do roteiro das entrevistas. Os primeiros contatos na academia fomentaram questões que, a princípio, não haviam sido planejadas e que proporcionaram novos indícios de investigação. Somando as questões planejadas e aquelas que surgiram em contato com o campo de pesquisa, construiu-se um roteiro com 37 perguntas.

Após a elaboração do roteiro, entrei em contato com uma aluna e marcamos a entrevista piloto em uma padaria situada no bairro da Praia do Canto. O propósito era testar as perguntas, ou seja, verificar se estavam confusas, repetitivas ou muito direcionadas. Posteriormente, a entrevista foi transcrita e verificamos que algumas perguntas precisavam ser melhor elaboradas, outras retiradas, além do surgimento de novas questões, na própria execução da entrevista piloto. Nesse sentido, o roteiro final contou com esses ajustes, totalizando 32 questões.

Roteiro devidamente ajustado, partiu-se para a concretização das entrevistas. O contato com as alunas foi realizado através do telefone celular. A lista fornecida pela gerência da academia continha o nome completo da aluna e o seu respectivo número. Liguei para todos os nomes disponibilizados, mas, como já foi dito, somente 11 responderam positivamente. Para marcar a entrevista, ligava para a aluna, apresentava-me e explicava o propósito daquela ligação, depois perguntava qual era o melhor dia e horário para nos encontrarmos. Dez entrevistas foram feitas em uma

sala disponível na própria academia, a outra foi realizada no consultório de uma aluna, pois esta alegava que lá era melhor por conta do horário do seu trabalho. Vale ressaltar que todas as alunas assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A sala foi cedida pela direção da unidade sem nenhuma objeção. Após a finalização de todas as entrevistas, no momento da transcrição, também foram consideradas as expressões de felicidade e desapontamento das alunas, na elaboração das suas respostas.

Para a análise dos dados, adotaram-se elementos da análise de conteúdo, organizando-os em dados por categoria para facilitar no momento da sua interpretação e compreensão. Bardin (2009) denomina essa técnica de análise categorial, pois funciona por operações de desmembramento do texto em unidades, em categorias.

Entre as diferentes possibilidades de categorização, a investigação dos temas ou análise temática, é rápida e eficaz na condição de ser aplicar a discursos directos (significações manifestas) e simples (2009, p.199).

É importante frisar que as entrevistadas, bem como a academia, foram comunicadas que, assim que a pesquisa fosse concluída, as mesmas teriam acesso a uma cópia do trabalho, possibilitando-as de expressar suas opiniões sobre o que foi exposto ao longo da dissertação.

2.2 EXCLUSIVAMENTE PARA MULHERES

Após algumas reflexões a respeito das academias para mulheres, o próximo passo agora é relatar as observações e suas respectivas reflexões sobre os primeiros contatos feitos na Academia *Contours*. Essas reflexões têm como proposta atender a um dos objetivos da dissertação, que é o de descrever as estratégias de trabalho e o ambiente dessa unidade. As observações serão problematizadas e

confrontadas com os relatos da Juliana¹⁸, dona da unidade e da professora de Educação Física, Carol.

Vale situar o leitor que em um primeiro momento haverá a descrição da academia localizada na Avenida Rio Branco, em um período de dez dias. Posteriormente, será notado que a *Contours* mudou de endereço para a Rua Chapot Presvot. Sendo assim, serão feitas observações após esse tempo concedido gratuitamente, considerando as novidades e as modificações na estrutura da “nova” academia.

Como primeiro contato, fiz o acesso ao site da academia e lá pude tomar conhecimento sobre a sua história e os serviços que são oferecidos. A *Contours*, segundo o site¹⁹, surgiu na cidade de Nicholasville, Kentucky – Estados Unidos, em 1998. Desde então, são mais de mil unidades espalhadas em, aproximadamente, vinte e oito países. A primeira unidade *Contours* no Brasil foi construída em Fortaleza, inaugurada em julho de 2004. Atualmente, são mais de cinquenta unidades em todo o país.

A unidade de Vitória-ES está em exercício há oito anos no mercado e está localizada no bairro da Praia do Canto. Esse bairro originou-se de um loteamento, cujo mentor foi o Engenheiro Saturnino de Brito, que baseado em influências do urbanismo sanitaria, projetou ruas largas para melhorar o deslocamento. Apresenta uma infraestrutura bem mais desenvolvida do que outros locais, caracterizando-se durante vários anos como local de moradia de classe média alta. Um bairro com muitas residências, porém composto também por bares, restaurantes e boutiques.

Após uma breve leitura do site, aproveitei a oportunidade para conhecer mais de perto meu campo de pesquisa, através de uma promoção da academia, na qual oferecia dez dias gratuitos, uma forma de as mulheres conhecerem o espaço e as atividades oferecidas. Desse modo, entrei em contato por telefone e marquei a minha primeira aula.

A secretária da academia foi simpática e atenciosa no primeiro contato, mandando, posteriormente, um e-mail e uma mensagem de texto para meu celular, confirmando a minha presença na data marcada. Apesar de frequentar a academia

¹⁸ Para preservar a intimidade e a confidencialidade, os nomes das mulheres citadas no trabalho foram substituídos por outros.

¹⁹ <http://www.contours.com.br/a-academia/>

pelos próximos dez dias, devido à promoção daquela época, a *Contours* normalmente oferece uma aula experimental, para aquelas que desejam conhecer o espaço e as atividades, também gratuitamente.

Como combinado, compareci a minha primeira aula na academia no dia 29/09/2014, no período dos dez dias gratuitos. Fui bem recebida pela secretária que havia me atendido, e pelas três professoras que compõem o turno matutino. Ao preencher o meu cadastro na secretaria, obtive minha primeira percepção sobre o ambiente. Bem limpo, climatizado e perfumado, sob o efeito de essências aromatizantes. Vale lembrar que essa primeira visita aconteceu no antigo endereço da unidade, na Avenida Rio Branco.



Figura 1 - Prédio da Contours situado na Av. Rio Branco.
Fonte: Acervo da autora.

Na recepção, onde estava sendo atendida, percebi muitos produtos personalizados à venda com a logomarca da academia, como camisetas, bolsas, garrafas de água, toalhas, isto é, acessórios para o uso na academia. Esses produtos dispostos logo na entrada podem vir a estimular a compra, pelas alunas, principalmente no momento da matrícula.



Figura 2 - Recepção da Contours.
Fonte: Acervo da autora.

É possível se comparar esses artigos personalizados da academia com aqueles produtos de fácil acesso nos caixas de padarias, supermercados e restaurantes. Localizados em locais onde são efetuados os pagamentos, artigos como balas, chocolates, revistas, bebidas são itens comuns encontrados próximos ao caixa, e pelo tempo de espera na fila, há a possibilidade de interesse por algum deles e, conseqüentemente, os indivíduos podem levá-lo sem terem planejado, ou seja, há chances de estarem comprando por simples impulso.

Após o preenchimento do meu cadastro, fui conduzida pela professora até a sala de avaliação física, na qual ela fez algumas perguntas a respeito do meu condicionamento físico, saúde e alimentação, a chamada anamnese²⁰. A professora também me explicou como funcionava o circuito *Contours* de trinta minutos e como seria a minha série de exercícios.

O circuito de trinta minutos dependerá do objetivo da aluna, ou seja, se ela deseja ganhar peso ou emagrecer. Diante disso, iniciei com um leve aquecimento na esteira que fica na sala onde se realiza o circuito – primeiro andar do prédio - após o aquecimento, utilizei uma das máquinas que compõe o circuito. É importante frisar

²⁰ O processo de avaliação física inicia pela anamnese, pois é nesse momento que o avaliador começa a “saber mais” a respeito do avaliado e, por isso, é necessário que aproveite-o para obter o máximo de informações possível para a realização dos testes e para a própria prescrição dos exercícios físicos. Com a anamnese, é possível saber qual o objetivo do avaliado com o exercício físico, história de patologias crônicas degenerativas na família, utilização de medicamentos, hábitos de tabagismo e etilismo, entre outros.

que uma voz anuncia nos alto-falantes da academia a mensagem “mude a estação”, isso significa que eu tive que mudar para o próximo exercício, sem intervalo, sem descanso.

A metodologia dos trinta minutos implica na combinação de exercícios feitos na máquina e exercícios de Local ou Aeróbico, variando de acordo com o objetivo da aluna. Ou seja, são dezesseis estações ao todo, com o tempo de duração de cinquenta e cinco segundos cada, composto por oito máquinas e oito plataformas de intervalos ativos, intercalando com cada máquina. Achei bem curioso essa metodologia, além da voz que surge dos alto-falantes o tempo todo. A professora me explicou que esse comando é para evitar que a aluna se preocupe com a contagem das repetições durante o exercício. Segundo ela, a intenção é que nenhuma aluna desvie sua atenção durante a execução da atividade, que ela se preocupe apenas com o cumprimento correto do treino, naquele momento.

Após o circuito de exercícios nas máquinas e os exercícios locais, fui para uma área destinada ao alongamento, e então pude observar melhor a sala do circuito. Trata-se de uma sala pequena, no formato de um retângulo, na qual as esteiras e bicicletas estão localizadas no início do recinto. As demais máquinas estão situadas ao longo do ambiente. Há um pequeno espaço projetado para os filhos das alunas (uma sala *kids*) brincarem até suas mães concluírem os exercícios. As caneleiras, *jumps*²¹, halteres, anilhas, *kettlebells*²² e bolas de Pilates ficam dispostos pela sala, acessível às alunas na realização das atividades.

Outro fato importante a se considerar é que não há a presença de espelhos ao longo da sala do circuito, apenas na sala das aulas coletivas, localizada no segundo andar, onde são realizadas outras atividades da academia, como: *power jump*²³, *GAP*²⁴, *CORE*²⁵, zumba, alongamento, ritmos, entre outros. É uma sala pequena e conta com colchonetes e halteres, que são materiais de apoio para as aulas coletivas. Ao lado desta, situa-se o espaço onde são realizadas as aulas de Pilates - também pequeno - devido às limitações da estrutura física do segundo andar. O Pilates é uma atividade separada do plano do circuito, quer dizer, se

²¹ Cama elástica ou mini trampolim.

²² Trata-se de uma bola de ferro fundido com uma alça.

²³ Exercício aeróbico realizado numa cama elástica ou mini trampolim.

²⁴ Treinamento de glúteo, abdômen e perna.

²⁵ Treinamento com exercícios que buscam o fortalecimento da musculatura agonista e antagonista do tronco, com o objetivo de promover a estabilização da postura.

alguma aluna quiser fazer o circuito e também o Pilates, terá que pagar por dois planos ao invés de somente um.

A respeito dos espelhos não estarem presentes na sala de circuito, a professora afirma que se deve ao fato dos mesmos não possuírem utilidade, ou seja, a presença de espelhos nas academias mistas “teoricamente” tem a intenção de auxiliar o aluno a observar se está executando o exercício corretamente. Por isso, a professora relatou que não havia utilidade, pois as profissionais da *Contours* observam e corrigem as alunas no momento do exercício. Entretanto, em relação ao uso de espelhos nas academias mistas, os estudos de Santos e Salles (2009) indicaram que os homens olham mais os espelhos do que as mulheres, isto é,

Os homens olham, em si mesmos, predominantemente, os braços e, em seguida, as pernas. Em contrapartida, as mulheres observaram, invariavelmente, as nádegas. Vimos que, em ambos os sexos, as pessoas olham o seu próprio corpo e o corpo dos demais, em uma atitude que nos pareceu de comparação. Embora, a musculação não seja uma atividade competitiva, observamos que, na verdade, há um tipo de competição presente, manifestado pela comparação entre os corpos, que serviriam como referências refletidas nos espelhos (SANTOS; SALLES, 2009, p. 92).

Para os autores, o espelho parece estar relacionado a um processo de avaliação individual, que se revela como um referencial de confirmação, na qual as pessoas estariam, relativamente, inseridas na norma. E essa ação de confirmação é ativada a todo o momento, pois determina uma atenção constante de que nada possa fugir do controle.

Nessa direção, Estevão e Bagrichevsky (2004) admitem novos conceitos de competição, acoplados aos códigos da aparência física, que em consonância com as regras do mundo contemporâneo, geram discursos pragmáticos de exaltação à competição, coletiva e individual (superação de si mesmo), em todas as instâncias da vida cotidiana. A competição ultrapassa os espelhos, em uma sociedade na qual o individualismo está presente. A competitividade pode se manifestar em diversas instâncias, no trabalho, na escola, na universidade, na vida social, ser competitivo é uma das características do homem moderno.

No dia seguinte, após concluir minha sequência de exercícios, fui ao banheiro da academia. Esse conta com chuveiros e um local reservado para as alunas se

trocarem, caso necessitem, pois muitas se exercitam no horário da manhã e, posteriormente, seguem para seus trabalhos. Possui guarda-volumes para guardar os pertences em geral e há a presença de espelhos. Observei, também, que na parede há um aviso escrito “Kit Sobrevivência”, descritos as seguintes utilidades: algodão, removedor de esmalte, absorvente, lixa de unhas, prendedores de cabelo, secador de cabelo e chapinha. Caso necessitem, as alunas devem solicitá-lo na recepção. O kit não é vendido.

Isso indica que são produtos de necessidades “específicas” das mulheres, como o absorvente, por exemplo. Com exceção desse produto, as demais opções contidas no kit denotam ou transparecem certa representação social da mulher. Ou seja, como se esses acessórios e produtos fossem fundamentais, ou melhor, necessários para a “sobrevivência” das mulheres. Assim, pode-se pensar que, para “sobreviver” no contexto atual, é preciso ter acesso a esses produtos, e esse acesso se faz indispensável até mesmo nas academias.

A academia *Contours* solicita às alunas o uso de toalhas no momento do circuito. Porém, percebi que muitas não levam toalhas e não são muito cobradas por isso. De qualquer forma, há uma profissional encarregada de limpar os equipamentos e os colchonetes que forem utilizados, deixando tudo sempre limpo para o uso. A impressão deixada pelo ambiente é de um lugar demarcado por uma determinada representação social da mulher. A essência aromatizante de flores permitiu-me arriscar e radicalizar que a academia tem “cheirinho de mulher”.

A decoração é composta por flores coloridas e fitas. As próprias professoras usam adereços como asa de borboleta, coroa de princesa, coroa de flores, anteninhas, entre outros. Essa decoração compõe a programação de Primavera/Verão da academia. Será que essa ornamentação corresponde ao perfil da terceira mulher?



Figura 3 - Sala do Circuito.
Fonte: Acervo da autora.

Diante desses pressupostos e em consonância com o *layout* do site da academia, há a predominância de tons rosa, lilás e roxo. Flores nas cores rosa e lilás que enfeitam a sala do circuito e a academia como um todo indicam que ali é um ambiente feminino. De acordo com Rocha (2011, p.26), desde a infância, na classificação do gênero, “[...] o rosa surge como a cor que representa a construção identitária feminina, diferenciando-se da masculina em vários aspectos”.

Nesse sentido, em suas caminhadas antropológicas na orla de Ipanema e Leblon, Mirian Goldenberg (2010) observou a “monocromia” que reina nas roupas e acessórios das meninas. A maioria estava usando cor-de-rosa, da cabeça aos pés. A autora destaca que o rosa representa um modelo feminino que parecia haver sido extinto na década de 1970 pelas mulheres que desejavam ser “livres”, “fortes”, “poderosas”, “donas de si”. No entanto, ela destaca “a volta do cor-de-rosa”, o surgimento de uma nova geração de meninas românticas, melosas e açucaradas, isso é,

Se o corpo e a roupa fala algo sobre a nossa cultura, o que o rosa está falando sobre estas futuras mulheres? Estaria falando de um tipo de representação de gênero que associa a mulher à delicadeza, doçura, fragilidade, fraqueza, inferioridade, submissão? De mulheres cujo principal objetivo é conquistar um marido? De mulheres dependentes que precisam

da proteção de homens fortes e poderosos? Estaria falando da clássica 'dominação masculina' que transforma meninas em mulheres cor-de-rosa? (GOLDENBERG, 2010, p. 2).

Essas considerações são apenas reflexões referentes às associações da cor rosa ao público feminino, na qual se mostram antigas.

Descrevendo ainda a sala do circuito, essa conta com uma televisão de tela plana, mas, diferente das academias mistas, não está localizada perto das esteiras e bicicletas e muito menos sintonizada em programas televisivos. A televisão se localiza em uma parede bem no centro da sala, com a utilidade de apenas anunciar atividades que serão realizadas nos próximos dias, como um circuito de *Jump* e Localizada, que ocorrerá no próximo final de semana. As paredes da sala são pintadas na cor branca e os aparelhos de musculação são no tom roxo, cor do ícone da academia. Próximo ao banheiro, há um balcão fixo à parede na qual se localizam o purificador de água e os copos descartáveis. Com o intuito do consumo de apenas um copo por aluna, é disponibilizado no balcão um pincel para demarcar o copo que está sendo usado.

As músicas que são reproduzidas na academia consistem em músicas no estilo *dance*, algumas são remixadas e postas sob um ritmo mais acelerado, uma maneira de manter o "gás" das alunas enquanto realizam seus exercícios. Pude verificar, também, que são músicas do ramo internacional, raramente tocavam músicas em português.

A respeito do site da academia, este contém fotos de mulheres bonitas e maquiadas, todas em "forma", ou seja, magras e definidas. O site aborda a *Contours* como uma academia feita para mulheres modernas, mães e que trabalham fora, o que pode ser observado neste trecho: "A *Contours* é feita sob medida para a mulher moderna, que precisa arrumar um tempinho para dar conta de tudo o que importa. Milhares de clientes pelo mundo ficam mais saudáveis, mais durinhas e mais dispostas graças aos nossos treinos de 30 minutos" ²⁶. Segundo o site, as professoras e as estagiárias de Educação Física atuantes são treinadas pela própria franquia. Fiquei curiosa quanto a isso e perguntei à professora Carol em que consistia esse treinamento:

²⁶ Retirado do site. Disponível em: <<http://www.contours.com.br/a-academia/>>.

[...] eles sempre mandam pra gente, até chegou acho que foi semana passada, via vídeo, e aí o que a gente faz, a gente separa por bloco, de quatro professoras, pra ver pelo Skype o treinamento do que eles estão querendo passar. O treinamento que a gente mais tem agora [...] é sobre o circuito, qual vai ser o circuito, eles passam pra ficar uniforme, pra que todas trabalhem, mas não são os mesmo exercícios, mas são as mesmas intensidades. Algumas coisas a gente modifica, porque não tem como eu passar as mesmas coisas que lá no Nordeste vai fazer, até porque o clima, temperatura, isso vai influenciar, aonde está localizada a academia. A gente sempre tenta seguir a nível de padrão, porque num sei se você sabe, a aluna daqui pode malhar em outra *Contours*, a de lá pode malhar aqui, por exemplo. Uma aluna lá do Rio de Janeiro vai passar férias aqui, ela tem um passaporte que ela pode vir malhar aqui. Os treinamentos se referem ao circuito, os exercícios que são padronizados.

Os treinamentos se referem basicamente ao circuito funcional e às mudanças dos exercícios. Mesmo que alguns exercícios sejam adaptados às condições climáticas e às condições físicas das alunas, há a perspectiva de manter o padrão. Essa norma faz parte das orientações metodológicas das franquias internacionais.

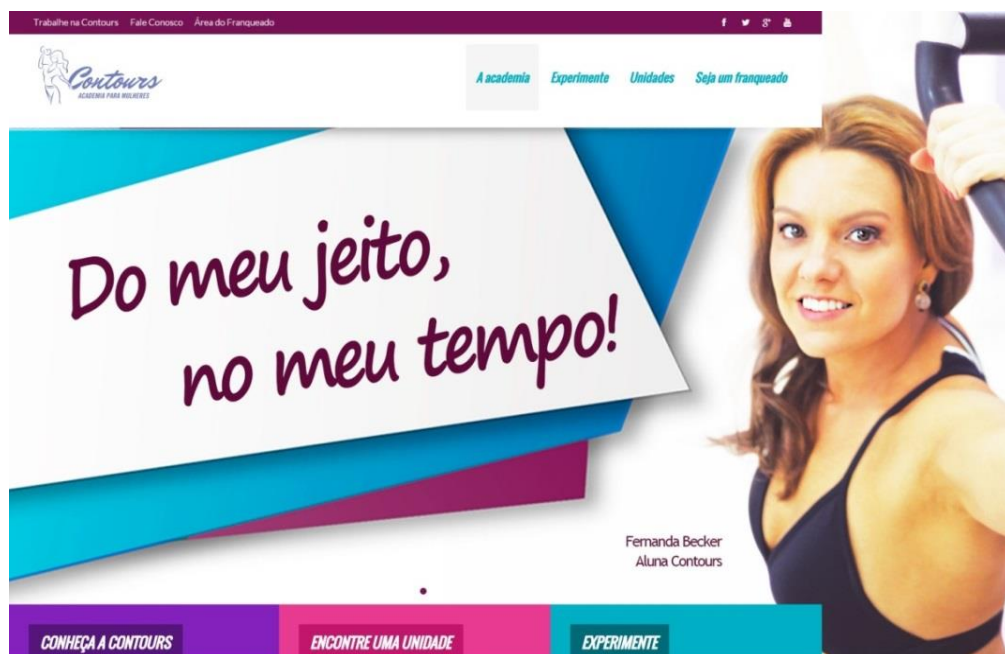


Figura 4 - Site da Contours "Do meu jeito, do meu tempo".

Fonte: Retirado do site. Disponível em: <<http://www.contours.com.br/a-academia/>>.

O site – ilustrado pela figura 4 – contém informativos sobre como funciona a proposta do circuito, divulga as outras atividades que a academia possui, além de informar todo o suporte dedicado às clientes, como avaliação física e nutricional. Um

informativo me chamou atenção, e diz o seguinte: “Por que a *Contours* é perfeita para você?”. Duas opções de respostas se destacaram: “Fique à vontade e desinibida, com a presença exclusiva de mulheres na academia”; “Treino com equipamentos adequados ao corpo feminino, em um ambiente agradável e motivador”.

Diante disso, surgem questões: o que a academia quer dizer com ficar “à vontade”, “desinibida”? Não é para se preocupar com a roupa, usar a que quiser ou não é para se preocupar com a presença masculina na academia? A presença do homem fomenta a inibição da mulher? Elas não se sentem à vontade, no que se refere ao uso de determinadas roupas e à execução de certos exercícios? O olhar masculino, nas academias, incomodam as mulheres?

Nesse segmento, Coelho Filho e Frazão (2015) expressaram na sua pesquisa, que aborda sobre a motivação para a prática de ginástica em academias femininas, que a maioria das mulheres entrevistadas preferiu essas academias em relação às academias mistas pelo fato de surgirem como um espaço que pode possibilitar a mulher maior liberdade para expressar as próprias insatisfações corporais. Ainda representam um espaço no qual a mulher pode se sentir mais livre para observar a outra mulher, sem que os sentimentos de competitividade e/ou comparabilidade afluam como geral afloram no ambiente em que há presença física do homem. Deve-se também registrar a possibilidade de que, na academia exclusiva,

[...] a mulher se sinta menos assujeitada a apresentar-se enquadrada em padrões corporais de vestimenta e/ou maquiagem considerados mais belos ou elaborados, inclusive por elas mesmas. Ou seja, diferentemente do que aqui denominamos de *movimento de (pré) produção mais complexa da aparência*, conforme pode se estabelecer associado ao vislumbre da prática da ginástica na academia mista, parece que na exclusiva a mulher tem possibilidade de lidar com essa necessidade (por exemplo, de pensar/selecionar na/a roupa que vai utilizar na ginástica/academia, após sair do trabalho) de forma mais tranquila (COELHO FILHO; FRAZÃO, 2015, p. 155).

Talvez sejam essas questões que conduzam a franquias a pensar e a divulgar no site os termos “desinibida” e “fique à vontade”, e que a figura masculina, de certo

modo, possua influência tanto na escolha quanto na permanência das mulheres nessas academias exclusivas.

Sobre a outra afirmação, acarretou-se na associação da academia feminina como consumismo *cool*, ou seja, se é uma academia na qual você treina com equipamentos “adequados” ao corpo feminino e é um ambiente agradável e motivador, logo se pensa que é um local arquitetado para consumidoras em busca de um diferencial, de produtos/serviços de alta qualidade, assim como as roupas produzidas em ateliês, exclusivo e feito sob medida.

Outro ponto que chamou atenção no site foi a área destinada para investidores que desejam ser franqueados da *Contours*. Nessa parte do site contém uma ficha de pré-qualificação. Nela, o indivíduo informará seus dados pessoais, o valor do investimento, se possui sócio, quando pretende iniciar a operação e se possui imóvel próprio ou não para a instalação da academia. Após o preenchimento, o interessado enviará a ficha e ficará no aguardo até receber o contato da *Contours*. Segundo o site, o investimento médio em uma nova unidade é a partir dos R\$350.000,00, com um faturamento médio mensal de R\$ 60.000,00. O prazo estipulado de retorno do investimento é de vinte e quatro a trinta e seis meses.

Notoriamente, são altos os investimentos para se tornar um franqueado da *Contours*. Além disso, acredita-se que não é qualquer tipo de investidor que poderá abrir uma unidade, até porque, na citada ficha, é perguntado se o indivíduo tem ou teve alguma participação em outras empresas e qual cargo ocupou. Nesse sentido, a *Contours* é considerada uma academia do terceiro estágio, pois é administrada como um negócio que envolve “capital elevado” e necessita de retorno economicamente viável. Logo, para altos investimentos, esperam-se “altos retornos”.

Após frequentar alguns dias como aluna – ainda pelas aulas gratuitas-, fui me acostumando com o ambiente e conhecendo melhor as professoras. Ainda não havia declarado a ninguém sobre as minhas intenções ou mesmo me apresentado como pesquisadora na academia, mas não poderia omitir por muito tempo. Frequentar o campo todos os dias me proporcionou visibilidade aos pequenos detalhes que passaram despercebidos no primeiro instante. Como, por exemplo, o quadro de informativos e avisos que toda academia possui. Somente na sala de musculação há dois quadros reservados para isso, um perto do guarda volumes e outro no espaço designado para os alongamentos, além de pequenos informativos pregados nas paredes da academia.

Em princípio, são apenas quadros contendo informações às alunas, de mudança dos horários das aulas, sobre a saúde da mulher, dicas de alongamento e, o que mais me chamou atenção, sobre a renovação do plano da academia. São informativos com o intuito de lembrar às alunas de renovarem seu plano, de pagarem e estarem em dia com a instituição. Em um dos murais, há um lembrete contendo a informação de que, se renovar o plano até a data estipulada, haverá vantagens, isso é, descontos ou dias a mais para se exercitarem na academia. O conteúdo desses informativos enfatiza uma relação entre vendedor e cliente, entre produto e consumidor.

Essa relação se descontrói até o momento da interação entre professora e aluna, na qual há um visível esforço por parte das profissionais que trabalham na academia de manterem um bom relacionamento com as alunas, além de uma mera relação entre vendedor e cliente. As professoras, mais a estagiária de Educação Física, estão a todo o momento orientando as alunas, corrigindo e indicando os próximos exercícios que serão realizados após a mudança de estação. As profissionais se mostram bem simpáticas e dispostas a tirar dúvidas e a acompanhar a execução dos exercícios.

Para exemplificar a tentativa de manter um bom relacionamento entre professoras e alunas, no dia 01/10/2014 estava realizando os exercícios da minha série e observei algumas cornetas (essas usadas em partidas de futebol) em alguns pontos da sala do circuito. Indaguei a professora sobre qual seria a utilidade daquelas cornetas, e ela disse que era para chamar a atenção das alunas com o propósito de anunciar alguns recados. Nesse mesmo instante, chegou uma aluna que estava há muito tempo sem frequentar a academia, e alguns minutos depois, a professora usou a corneta e anunciou mensagens de incentivo e festejo, por aquela senhora haver voltado às atividades.

Apesar do bom relacionamento entre as professoras e as alunas, as interações entre as próprias alunas são pouco visíveis. Mesmo permanecendo pouco tempo na *Contours*, senti muita dificuldade em estabelecer um diálogo, ou seja, “puxar assunto” com outra aluna, mesmo nos momentos em que utilizava as esteiras e bicicletas. A própria metodologia da franquia, no que diz respeito ao circuito, dificulta essa interação. As atividades são bem individuais e requer concentração, pois, se for parar para conversar com alguém, perderá o ritmo da sequência de exercícios e terá que esperar até a próxima “mudança de estação”.

A estrutura física da academia transpareceu um “local de passagem”, isto é, a aluna chega, faz os exercícios do dia e logo em seguida vai embora, não tendo a oportunidade e acomodações próprias para descansar ou conversar. Talvez seja justificado pelas limitações do espaço físico da academia, ou seja, esse antigo endereço era bem pequeno, não havia cadeiras ou bancos para as alunas sentarem e conversarem tranquilamente. Essa limitação também impossibilitava qualquer tipo de ampliação das salas e até mesmo de acrescentar novos aparelhos de musculação para as alunas.

Vale frisar que quando se usa o termo “local de passagem”, denota-se mais um sentido de transitar, percorrer um espaço sem possíveis “paradas” do que um espaço em que as alunas não atribuam significados. Considera-se que a academia, de alguma forma, seja tomada como referência pelas alunas, pois na particularidade das mesmas, há diferentes significados atribuídos e esses podem vir a ser decisivos na permanência das mulheres.

Andrade *et al.* (2010), em seu estudo de revisão de literatura, expôs que a socialização é um dos principais motivos de aderência em academias e corrobora com a afirmativa de que quando os sujeitos se identificam com os membros do grupo em que convivem, sentem mais prazer na realização das atividades físicas. Desse modo, os autores apresentam a importância em se organizar o ambiente das academias de ginástica a fim de contribuir para a socialização entre os alunos e destes com os professores. Marcellino (2003) destaca os principais motivos que levaram os alunos a frequentarem academias de ginástica. Em sua pesquisa, o fazer e encontrar amigos está entre os motivadores na permanência dos alunos.

Considerando esses estudos como exemplos e o que foi observado no campo sobre as interações na academia, acredita-se que medidas que motivem ou contribuam para a socialização entre as alunas deveriam ser uma preocupação da administração. Isso significa que, além de ter máquinas, materiais e aulas específicas para mulheres, também precisam projetar/promover um ambiente propício para a socialização entre elas. Porém, posteriormente, verifica-se que o próprio relato da proprietária da unidade contraria a expectativa apresentada sobre a socialização das alunas.

A respeito ainda sobre a sala de circuito, ao longo dela há cordas amarradas, parecidas com varais de estender roupa, e nelas se encontram penduradas calças e shorts, cada peça portando uma numeração. Como não encontrei nada nos murais

que explicasse o motivo daquelas roupas estarem penduradas, mais uma vez questionei uma das professoras. Ela me disse que se tratava de um desafio da academia para incentivar aquelas alunas que desejassem “entrar” em uma calça ou short que não estavam usando há algum tempo, isto é, as peças não serviam mais devido ao ganho de peso. O propósito era ajudar e estimular essas alunas a emagrecerem e voltarem a usar as calças e shorts, através de um específico treino para perda de peso durante o período de três meses. As professoras prescreveram exercícios e as participantes teriam que segui-lo durante o tempo estipulado, aquela que conseguisse vestir a peça que estava pendurada no varal, ganharia uma premiação. As figuras do desafio lançados às alunas foram captadas do Facebook²⁷ da *Contours*, unidade de Vitória:

Programação:
PRIMAVERA / VERÃO
O DESAFIO É:
 Vestir a
CALÇA JEANS
 dos sonhos!!!

Consulte regulamento.

TRAGA A CALÇA JEANS QUE VOCÊ QUER USAR EM JANEIRO E ASSUMA ESTE COMPROMISSO...
AULAS ESPECIAIS, TREINOS COM NOVOS CIRCUITOS, CAMINHADAS E CORRIDAS... Tudo para que você desfile LINDA no Verão!!!!

Figura 5 - Publicações da campanha.

Fonte: Retirado do Facebook. Disponível em: <<https://www.facebook.com/contours.praiadocanto>>.

O foco principal é o emagrecimento, a perda de peso e, posteriormente, usufruir dos “benefícios do emagrecimento”. Nesse aspecto, parece que pouco se diferenciam das orientações transmitidas pelas academias mistas.

No estudo de Berger (2006), foram apresentados vários motivos que levaram as entrevistadas a buscarem o emagrecimento. Um deles foi a cobrança realizada por maridos ou namorados que exigiam ou de certa forma influenciavam as mulheres a emagrecerem. Esses se beneficiavam pela aparência embelezada de

²⁷ <https://www.facebook.com/contours.praiadocanto>. Acesso em: 10 de Agosto de 2015.

suas companheiras. A autora cita Safiotti (p.164), na qual “[...] a cobrança está ligada às construções de gênero, que atribuem à mulher os papéis de bonitas, atraentes [...]”. Essas cobranças só se faz pensar o quão a realidade ainda manifesta os ideais patriarcalistas, uma considerável influência do sexo masculino sobre o feminino. Além da pressão dos cônjuges, Berger (2006) também destacou o controle do peso por parte dos familiares, pai, mãe, irmãos, que de certa forma criticavam a “falta de cuidado” ou “relaxo” de uma das participantes da pesquisa.

Isto posto, pode-se associar a criação da campanha relatada com a intenção de auxiliar as mulheres a emagrecerem e, conseqüentemente, fortalecerem sua autoestima e se sentirem bem consigo mesmas. Sendo um pouco radical e considerando a fala das mulheres da pesquisa de Berger, a academia é uma possibilidade de trazer ou contribuir para a “felicidade” de seus adeptos. Sendo assim, concorda-se com a autora, quando afirma que

Sentir-se bem consigo mesma torna-se uma questão de honra, e fazer exercícios é um mecanismo fundamental neste processo, que dá à mulher uma nova identidade, na medida em que a percepção de si mesma é indissociável da relação com o corpo. Mesmo quando as entrevistadas não salientam questões estéticas como centrais para a autoestima, reforçam que fazer exercícios melhora a autoestima por liberar hormônios, gerando assim uma sensação de prazer e de satisfação consigo mesma (BERGER, 2006, p. 123-124).

O argumento é o de que, sendo por questões estéticas ou não, a busca do exercício físico está relacionada ao prazer, a estimular o organismo a sintetizar hormônios que produzam efeitos de satisfação e bem estar e/ou então modificar o corpo a ponto de melhorar a autoestima. Trilhar esses dois caminhos podem ser diferentes, porém possuem a mesma finalidade, que é o prazer e a satisfação.

As mulheres que toparam participar dessa campanha treinaram durante o período de três meses, seguindo o treino específico montado pelas professoras. No final da campanha, a participante vencedora conseguiu perder alguns centímetros das medidas do quadril e da cintura e, conseqüentemente, entrar na calça selecionada para a campanha. O prêmio foi um kit contendo uma bolsa, garrafinha de água, camisas, isto é, produtos personalizados que estão disponíveis para a venda na academia.

Essa campanha foi o último evento que acompanhei na academia nesses dez dias de aulas gratuitas, exatamente no dia 10/10/2014. Após essas observações, entrei em contato por e-mail com a direção da academia e me apresentei como pesquisadora à Juliana, dona da unidade. Explanei meus objetivos e intenções da pesquisa e após alguns dias de troca de e-mails, Juliana me informou que a academia iria mudar de endereço e que eu precisaria esperar por essa mudança, pois estaria muito atarefada e não poderia me acompanhar. Depois de dois meses, retornei o contato com Juliana e marcamos uma conversa para formalizar minhas idas ao campo de pesquisa. A mudança de endereço e os imprevistos²⁸ inviabilizaram a minha presença na academia no período das férias.

Como combinado, Juliana e eu nos reunimos na própria academia, no dia 01/04/2015, para conversarmos e, assim, oficializarmos minhas idas à academia. Essa reunião aconteceu no novo endereço, situada na rua Chapot Presvot. Juliana se mostrou, em um primeiro momento, um pouco receosa quanto a minha pesquisa, mas depois que fui explicando sobre o projeto e o que eu iria fazer lá, ela consentiu. Após seu consentimento, mostrou-se receptiva, perguntando sobre o projeto e o que iria precisar para realizar as observações e as entrevistas. Nesse caso, disse que iria realizar as observações como aluna, fazendo os exercícios físicos sem que soubessem que eu era pesquisadora, para não haver um tratamento diferenciado pelas professoras, pois, se isso ocorresse, as alunas perceberiam. Além disso, Juliana disse que se as alunas percebessem que estavam sendo observadas durante as atividades iriam reclamar.

Outro ponto discutido na reunião foi sobre as entrevistas. Disse que precisaria entrevistar alunas que estivessem no mínimo seis meses na academia e que a frequentassem regularmente. Diante disso, Juliana se dispôs a selecionar as alunas e me dar um retorno no momento que iniciasse as entrevistas. Mesmo com a intenção de se propor a selecionar as alunas para as entrevistas, Juliana me deixou à vontade para eleger as alunas por minha conta, com o intuito de deixar claro e excluir a ideia de que somente ela poderia escolhê-las.

²⁸ Quando entrei em contato por e-mail com Juliana, desejava iniciar minhas observações como aluna no mês de Novembro de 2014. No entanto, a dona da unidade pediu para eu esperar, pois sua mãe havia passado por uma cirurgia complexa e estava se recuperando em casa. Assim, ela afirmou que não poderia me dar atenção até sua mãe se recuperar.

A conversa rendeu outras informações sobre as alunas e a academia. Por meio de entrevista, perguntei como havia surgido a ideia de abrir uma academia só para mulheres e não uma mista. Segue sua resposta:

Na verdade eu comprei essa franquía, ela já existia na Avenida Rio Branco, com outro proprietário. [...] Meu cunhado tinha uma unidade no Brooklin em São Paulo e soube que essa unidade estava à venda e aí a gente resolveu investir, na unidade, comprar a unidade... tinha outro dono, mas com outra proposta. As máquinas eram muito antigas, a gente comprou uma carteira²⁹ de alunas, mas a academia mesmo não tinha nada... então a gente investiu nas máquinas, no espaço, na proposta, na metodologia (Juliana, dona da unidade).

Sobre a mudança de endereço, Juliana disse que foi inevitável e necessário a mudança para um local maior, pois o antigo espaço não estava sendo rentável. Como a área era bem limitada, não poderia investir em novos equipamentos, expandir ou construir novas salas. Ela até mesmo comentou que havia comprado novas *bikes* para o aquecimento das alunas, entretanto, não havia espaço disponível para instalá-las.

O novo endereço continua no mesmo bairro, só que agora é um prédio grande de dois andares, e por ser maior, Juliana disse que agora o local tem “cara” de academia. A mudança para um espaço maior já era planejada, porém a Prefeitura do Município de Vitória não liberava³⁰ as localidades que eram eleitas para se alugar. Esse espaço só foi liberado pela Prefeitura, pois há alguns anos atrás, o local comportava uma academia. Diante disso, Juliana entrou na Justiça e conseguiu o alvará para instalar a *Contours*.

A respeito da franquía, a proprietária relatou que diante de algumas demandas, ela recebe orientações ou, dependendo do caso, devem ser discutidas com superiores, não possuindo total liberdade para gerenciar a academia. Por sua vez, após constantes negociações, conseguiu realizar algumas mudanças significativas na academia.

²⁹ Carteira de alunas significa dizer que Juliana comprou a academia somente por causa do número de alunas matriculadas, pois a estrutura física e o maquinário que o estabelecimento possuía, não eram rentáveis.

³⁰ A não liberação dos outros locais pela Prefeitura de Vitória tinha como justificativa, que a mudança da academia para estes locais iriam causar um impacto naquela região, por conta do som, do fluxo de carros e outros fatores.

Após a conversa, consegui um bom desconto na mensalidade e fui até a recepção para efetivar minha matrícula. A recepção fica no térreo do prédio. Seguindo pela entrada principal da academia, à direita, depara-se com uma oficina de costura, para reparos de roupas. Ao lado, há uma pequena loja *fitness*, onde são vendidos roupas de malhar e acessórios. Um pouco mais à frente, percebe-se uma lanchonete e uma pequena sala para aluguel de salão de beleza. Logo mais adiante, nesse mesmo sentido, localiza-se a sala de Pilates, com portas de correr, equipada com vários aparelhos específicos dessa modalidade. Já do lado esquerdo fica a sala da direção (onde tive a reunião com Juliana) e o almoxarifado. No final do térreo tem uma porta de saída exclusiva para os funcionários da academia.

Feita a matrícula, agora, efetivamente, inicia-se o período de observações como aluna. A partir daqui serão descritas as principais mudanças no espaço físico, quais foram as alterações no que se refere à estrutura física, equipamento e maquinário do antigo endereço para o novo local de funcionamento.

A secretária procurou nos arquivos minha ficha de anamnese que já havia sido feita no antigo espaço. Ficha devidamente encontrada, fui encaminhada para a sala do circuito, imaginava, por uma das professoras. Nesse instante, interrompi a professora que estava falando e pedi que me mostrasse o primeiro andar. Assim, ela me conduziu até lá. Esse andar é grande e nele já pude notar algumas mudanças e novidades. Agora, a academia possui mais esteiras e *transports*³¹ para as alunas. Esses aparelhos ficam no centro do local, de frente para dois televisores sintonizados em um canal de uma grande emissora. À direita, pude ver a sala das aulas coletivas, bem maior que a anterior, e fechada com vidros, visível para quem está do lado de fora.

³¹ O *transport* é um equipamento eletromagnético elíptico, que lembra os movimentos da prática de esqui. Nele, é possível movimentar pernas e braços em ritmo alternado. Esse aparelho permite um trabalho de ginástica localizada, exercitando, principalmente, a região do glúteo e das pernas.



Figura 6 - Sala de Cardio.
Fonte: Acervo da autora.

À esquerda, localizam-se os banheiros, bem amplos, conferindo mais conforto às alunas, mas mantendo o mesmo padrão com sanitários, chuveiros e armários individuais. Ao sair do banheiro, ao lado se vê a novidade da academia, a sala de *spinning*. Essa sala também é fechada com vidros, possibilitando a visão das bicicletas estacionárias e toda sua estrutura.



Figura 7 - Sala de aulas coletivas.
Fonte: Acervo da autora.

Após a apresentação do primeiro andar, a professora e eu subimos pelas escadas até o segundo e último andar. Assim que a professora abriu a porta de correr, fiquei surpresa pelas mudanças que ocorreram. Agora não é mais sala de circuito, e sim sala de circuito e musculação. Foi implantada a modalidade musculação e, sim, existem espelhos! A adição dessa modalidade alterou o padrão da sala, dividindo-a em área destinada à musculação e área do circuito. O “lado” da musculação contém espelhos na parede e o piso é emborrachado. Novas máquinas compõem essa parte, como a de agachamento (*Smith*), *Leg Press 45°*, cadeira extensora e outros equipamentos de apoio. O restante do espaço é revestido com lâminas de madeira. Na parte central da sala, ficam dispostos os aparelhos do circuito com um maior espaço entre eles e, por estar no centro da sala, o “lado” do circuito não possui espelhos.

Sobre a adição dos espelhos na nova academia, a professora Carol argumenta sobre a sua importância:

Ele é muito importante, na outra academia a gente não tinha até pela logística da academia, de a aluna não focar no culto ao corpo, tipo assim, ‘deixa eu ver se eu estou gordinha’, ‘se eu tô magrinha’. Nosso objetivo mesmo era o bem estar e a qualidade de vida, então a gente pregava muito a não necessidade do espelho. Só que ampliando a academia e alcançando outros públicos, a gente viu que não só por isso, pelo o culto ao corpo, mas era necessário também até pra essa aluna, porque ele [o espelho] ajuda tanto a professora quanto a aluna a se estabilizar, a não fazer numa angulação errada, a não ficar torto né, tipo, eu posso estar de costas, eu posso estar do outro lado, mas eu consigo ver ela pelo espelho, então isso ajudou muito até na colocação de corrigir a aluna mesmo. E para as alunas também, que a gente mostra que dependendo em frente ao espelho ela consegue se vê e se acertar também, então por isso eu acho que ele é muito importante.

No período das primeiras observações no antigo endereço, uma das professoras relatou – em uma conversa informal- que os espelhos não possuíam utilidade. Compreende-se que essa norma era proveniente da logística da franquias, de não “alimentar” o culto ao corpo. Pode-se observar que essa norma sofreu alterações, após a adesão de outros perfis de mulheres, a academia resgatou os “benefícios” do uso dos espelhos. Além das alunas, agora as professoras realizam a ação de vigilância e correção dos movimentos, ou melhor, do corpo.

Os corpos das alunas são observados independentes das atividades que estejam realizando ou onde estejam na academia. Os espelhos funcionam como um

panóptico. Ou seja, um sistema em que a partir de determinado ponto permite avistar todo o interior de um local. Essa visão do todo que as professoras possuem é estabelecida através do uso dos espelhos. As professoras –os guardas- monitoram as alunas a fim de manter o controle e a ordem dos seus corpos.



Figura 8 - Musculação.
Fonte: Acervo da autora.

A sala é cercada por grandes janelas, mas todas permanecem fechadas, devido à climatização. Na parte lateral da sala, há quatro pequenos cômodos, dois destinados para avaliação física e nutricional, um para a sala *kids* e o outro é a sala da gerência da academia. Próximo à porta de entrada ficam localizadas duas esteiras e bicicletas para o aquecimento máximo de quinze minutos pelas alunas. Aquelas que desejam usar esses aparelhos por mais tempo devem se dirigir ao primeiro andar, como já mencionado.



Figura 9 - Área destinada ao circuito funcional.
Fonte: Acervo da autora.

As mudanças observadas sobre a parte física do novo espaço projetam-se também em mudanças na metodologia. A aluna agora tem a opção de realizar o circuito ou fazer a musculação, ficando a critério de seus objetivos. Em conversa com Juliana a respeito da introdução da musculação, ela disse que

Foi uma necessidade. Como eu te falei, a gente tá muito atenta às necessidades, a gente vai se adaptando, então, como eu quero atender mulheres, eu tenho que ver os objetivos das mulheres, para eu atender mulheres que querem ganhar massa, hipertrofia, fortalecimento muscular. Se vê que tem muitas senhoras que estão fazendo musculação, que não estão fazendo circuito por algum tipo de lesão, pelo impacto do circuito, então como a gente já tem esse cuidado, surgiu a necessidade de ter a musculação (Juliana, dona da unidade).

A musculação tradicional encontrada nas academias mistas se caracteriza por ser uma atividade física versátil, utilizando-se, na maioria dos treinos, pesos. É uma atividade composta por exercícios que necessitam da contagem de repetições para sua execução, sendo que os exercícios e a contagem variam de acordo com o objetivo que o aluno quer alcançar. Diferente do circuito, a musculação não depende das “mudanças de estações”, ou seja, não há de maneira explícita um tempo determinado para a realização dos exercícios propostos pelo professor.

A academia, em comparação com o antigo endereço, está menos enfeitada. As flores e as fitas que adornavam a sala do circuito não compõem mais esse espaço. A maioria das paredes é pintada na cor branca, homogeneizando o ambiente. Não senti mais aquele “cheirinho de flor” expelido pelos produtos aromatizantes e não vi em nenhum momento as professoras usando aqueles adereços “carnavalescos”³². Para a professora Carol, as modificações na estrutura física da academia acarretaram em outras mudanças:

[...] nosso profissionalismo, ficou muito mais profissional. Lá a gente tinha uma visão de casinha de boneca, pequenininho, tudo muito enfeitadinho, então a gente acabava perdendo, querendo ou não, olhando para uma academia convencional, que era mais profissional, num é que a gente num dava resultado, mas a gente se prendia muito a casinha. Quando a gente veio pra cá, o negócio ampliou, a gente começou a perceber que o público mudou, a gente correu atrás dessa parte profissional, de tá reciclando, estudando, fazendo coisas novas. Essa foi uma diferença e outra foi alcançar outro público que a gente não tinha, jovens e as pessoas que querem mais a parte *fitness*, entendeu [...].

A administração da unidade, juntamente com as professoras, percebeu que as limitações do espaço e até mesmo a forma como decoravam a academia estavam prejudicando a adesão de novas alunas. Para contornarem essa situação, como foi descrito, ampliaram a academia e ofereceram novas modalidades a fim de atender a novos públicos, como as mulheres mais jovens e aquelas que estão mais interessadas na aptidão física.

A respeito do vestuário das funcionárias, essas usam camisas de manga curta e *legging* pretas com o ícone da academia, além de meião e tênis, no caso específico das professoras da sala de circuito e musculação. A professora Carol relata que esse tipo de roupa é padronizado pela franquia, “[...] É pela franquia, os nossos uniformes são, tanto que está pra chegar uma remessa pra gente agora, que são pela franquia. Se você for à outra unidade é o mesmo uniforme, o que pode diferenciar é a cor”.

³² A decoração e o uso de adereços pelos funcionários constituem-se como a uma tentativa de divulgar determinada temática, ou seja, flores e fitas se referiam à estação primavera/verão; enfeites de carnaval se referiam a Fevereiro, mês do carnaval. No período que fiquei na academia, no ano de 2015, notei apenas um tipo de decoração, a qual faz alusão às comemorações do mês de Junho e Julho.

Além disso, as professoras são magras, detentoras de corpos alinhados e malhados, somente uma se diferenciava desse padrão, pois havia acabado de voltar da licença maternidade. Em relação às professoras, perguntei a Juliana se ela contrataria profissionais que estão acima do peso:

[...] eu acho que tem que ter um compromisso, do mesmo jeito que eu exijo das alunas, eu cobro das alunas, eu não exijo, mas eu peço que elas tenham um compromisso. O professor também tem que ter um compromisso [...] E aí, eu te pergunto, como aluna: como seria pra você se tivesse um professor obeso? Você ia olhar e 'hm, acho que não funciona muito pra você o que você tá fazendo', entendeu? Eu sempre me coloco no lugar da aluna, como seria eu chegar na academia e falar: 'corre aí meia hora na esteira!'... hã? Vou mudar aqui os papéis... vou colocar você pra correr meia hora aqui na esteira.

Desse modo, contratar professoras que estejam com corpos magros serve também como incentivo e exemplo para as alunas que desejam obter esse tipo de corpo. Logo, empregar aquelas que estejam acima do peso desmotivaria e até mesmo poderia propiciar pensamentos subversivos sobre a formação profissional daquela professora de Educação Física. Sobre essa questão, perguntamos à professora Carol como seria a receptividade das alunas se uma professora estivesse acima do peso:

Negativa, eu já tive essa experiência, infelizmente... não sei se é infelizmente, mas a gente vende o que a gente é, por exemplo: se vai no nutricionista pra emagrecer e ele é obeso.... é a nossa sociedade não tem jeito, você vai acreditar mais que o magrinho, o que tá bem, você vai acreditar mais nele do que no gordinho, mas a gente vai pesar isso na balança, não tem jeito. Então assim, nós tivemos um caso, mas pra gente era muito tranquilo, porque depois ela começou a malhar, a desenvolver um trabalho de alimentação e conseguiu chegar ao peso, mas antes disso as alunas mesmo, comentavam com a gente 'ahh, fala pra gente fazer, mas não faz' 'será que dá resultado mesmo?'. Então sempre tinha essa desconfiança, então querendo ou não, tem sim... eu já presenciei. E é ruim, porque você perde um pouco da credibilidade [...].

Pôde-se notar que a receptividade das alunas varia de acordo com o peso das professoras, ou seja, se a professora é "magra", ela é tida como uma ótima profissional, sendo que, se o seu trabalho reflete no seu próprio corpo, refletirá

também no corpo das alunas; se a professora está acima do peso, certa desconfiança pairará sobre a sua formação profissional, além de afetar a credibilidade na “venda” dos serviços oferecidos por ela. Esse dualismo ratifica o relato da professora Carol; “a gente vende o que a gente é”, dessa maneira, ninguém estaria interessado em “comprar” um corpo que está acima do peso. Por isso, todas as professoras possuem corpos magros, pois é uma das características que constitui o perfil da professora *Contours*:

[...] a gente segue um perfil, por exemplo, se eu colocar uma mulher aqui, grandona, marombeira, tipo a Graciane Barbosa, eu vou assustar as minhas alunas, porque não é o perfil que é trabalhado [...] ela [a professora] precisa encaixar no perfil de ter um corpo mais magro mesmo, ela precisa ser aquela pessoa que tem aquele brilho nos olhos, todos os detalhes, tem que ser aquela pessoa que ama o que faz, tem que ser comunicativa [...] Então a gente procura, lógico, por aquele fator que eu falei, eu num vou em um nutricionista obeso.... Então a gente procura ter, mas caso a gente tenha uma mais cheinha, a gente vai orientar ela a malhar, a se cuidar, até por ela, porque é o que ela **vai vender** aqui dentro. Todo mundo que entra aqui precisa ser trabalhado em algum ponto, ela não vai ter o perfil completo de uma professora *Contours*, então a gente contrata assim: contratei fulano de tal e sei que essa parte dela preciso trabalhar, mas lógico, não vamos ser hipócritas, a gente sempre **vai procurar conciliar um corpo mais magro com os perfis que a gente procura** (Carol, professora, grifo nosso).

Um corpo mais magro sempre constituirá o perfil das professoras da academia, mesmo que esse perfil mude posteriormente, a aversão à gordura conduzirá a venda dos serviços para a produção de corpos magros. Assim, se a professora vende corpos magros, conseqüentemente, terá que apresentar ou terá que se esforçar para adquirir esse corpo.

As funcionárias responsáveis pela limpeza, além da blusa e do *legging*, usam avental e estão sempre circulando pela academia, atentas para limparem onde for preciso. Cada turno há uma profissional da limpeza responsável.

Nesses momentos de observação, também foi possível notar as roupas que as alunas usavam. Geralmente, blusas ou camisetas de malhar, *legging* até os tornozelos ou até os joelhos, e poucas alunas usando short curto. São roupas oriundas de marcas famosas do meio esportivo e a mesma situação se repete a respeito dos tênis. De acordo com os modelos observados, são tênis de alto valor aquisitivo. Considerando o valor da mensalidade e o local onde a academia se

encontra, parte-se do pressuposto de que as alunas possuem boas condições financeiras, o que é percebido até mesmo nas bolsas deixadas por elas no guarda-volumes. São bolsas de grifes internacionais, acompanhadas de celulares de última geração e chaves de carro.

A respeito das alunas, são mulheres de todas as idades, principalmente as que estão acima da faixa etária dos quarenta anos, e grande parte delas reside no bairro da Praia do Canto. “Eu acho que ficaria de quarenta, se eu tirasse a média de todas, ia ficar de quarenta a cinquenta anos, a maioria delas tem essa idade, nessa faixa” (Carol, professora).

A maioria possui cabelos lisos, usam praticamente um mesmo padrão de marca para as roupas de malhar e, sobretudo, a mesma marca de bolsa (Louis Vuitton), como descrito acima. Algumas mulheres vão para a academia acompanhadas das filhas, de amigas e até mesmo com crianças pequenas, que ficam na sala *kids*. Entretanto, normalmente, as alunas chegam sozinhas e assim permanecem até concluírem os exercícios e irem embora. Também se encontra todo o tipo de corpo, as magras, as “gordinhas” e as saradas, além de toda uma rotina de exercícios e atividades variadas que são planejadas para elas. Essas alunas:

[...] buscam um atendimento diferenciado, né, elas percebem que aqui a gente tem um cuidado diferente com elas. Segundo algumas, a maioria não consegue fidelizar em uma academia convencional... e tem outras que nunca conseguiram entrar em uma academia convencional, não gostam do clima, não gostam de nada de uma academia convencional... então assim, o perfil delas é de pessoas que buscam saúde, a maioria busca saúde. [...] Então elas vem muito a vontade, elas não estão preocupadas com que roupa vão desfilas na academia.... pra elas isso é muito importante, vem aqui pra malhar... pra ter resultado.. **“eu não vou pra lá pra ficar conversando muito”**... **“batendo papo”**... eu quero resultado da atividade física.. eu acho que esse é o público que temos aqui.. **vir, ter o resultado e ter um acompanhamento diferenciado**... as nossas alunas são muito exigentes (Juliana, dona da unidade, grifo nosso).

Então comecei a perceber algumas características do público feminino que frequenta a academia. Segundo Juliana, são mulheres que se vestem à vontade e que não estão muito preocupadas com que roupa “vão desfilas” na academia. No entanto, essa preocupação é percebida no dia a dia. Muitas se vestem bem, isso significa dizer que se preocupam com o que irão vestir, além ter instalada na própria academia uma loja de roupas *fitness*.

Os trechos grifados no relato de Juliana dão indícios para pensar a relação das alunas com as atividades realizadas, isto é, quais as intenções das mulheres ao procurarem uma academia feminina. Será que a mulher, ao recorrer a uma academia, toma essa atitude apenas para obter o resultado desejado com a prática de exercícios físicos? Diante desse questionamento, Juliana descreveu que existem diferenças entre os turnos da academia e que em cada turno há um “tipo” de mulher:

[...] de manhã, por exemplo, é um público que exige um cuidado maior... cuidado maior que eu falo, é assim... elas querem esse cuidado, né... as senhoras geralmente vem de manhã. À noite a coisa é muito mais batida, ela vem aqui, ela deixou a bolsa, ela malhou e ela quer ir embora. Ela não quer tempo aqui, ela não quer demorar... ela quer agilidade nas coisas...então você percebe que as senhorinhas, se sentem muito mais à vontade pela manhã, porque ela tem esse tempo... ela vai entrar no circuito, vai rodar no tempo dela. A noite já é mais difícil, porque já tem outra atrás dela e com pressa... ah, trabalhou o dia inteiro, tô cansada e não quero papo, eu quero resultado... Então a gente percebe isso que tem muita diferença entre os turnos... as que vem a tarde, se você chegar uma hora da tarde, tem um público que são aquelas mulheres que não trabalham, que deixa o filho na escola e aproveita esse momento pra vim malhar.

Pode-se observar que em cada turno há mulheres sob condições diferentes. As que frequentam no período da manhã, principalmente, são senhoras aposentadas; no período da tarde, são mulheres mais jovens e também donas de casa, que não trabalham fora e ao deixarem seus filhos na escola, aproveitam esse tempo para ir à academia. E à noite, são mulheres que trabalham fora e só possuem esse turno para realizarem atividade física, então elas querem agilidade, possuem pressa, pois trabalharam o dia todo e estão cansadas, segundo o relato de Juliana. Ao frequentar os turnos, essa diferença foi perceptível nas observações, e talvez reflita na relação das alunas com seus objetivos na academia e na própria compreensão dos seus corpos.

Após apresentar e descrever alguns aspectos sobre a academia e as mulheres frequentadoras, destacarei agora sobre o convívio diário como aluna e alguns pontos de reflexões, os quais me permitiram compreender de certa forma a dinâmica daquele local. É importante ressaltar que a frequência no antigo endereço foi decisiva para o delineamento com mais precisão da minha pesquisa. Apesar do

pouco convívio como aluna, permitiu-me lançar um olhar mais próximo sobre as alunas e suas interações na *Contours*.

Diante disso, no dia 08/04/15, após a realização da minha avaliação física pela professora Carol, ela montou um treino específico para mim, considerando as minhas limitações físicas e meus objetivos com a atividade física. Carol conduziu-me até uma das esteiras no primeiro andar, para um aquecimento antes da musculação. Ao fazer a esteira, uma senhora de aproximadamente sessenta anos subiu na esteira ao lado da minha. Depois de alguns minutos e com a intenção de puxar assunto, comentei com ela sobre a reportagem que estava passando no jornal local e assim começamos a conversar. Quando surgiu o assunto sobre alimentação, ela me contou que fazia dieta, evitava gordura e açúcar, mas mesmo assim não conseguia emagrecer o tanto que queria, e neste mesmo tempo, fazia musculação na academia. Na conversa, a senhora apresentou suas frustrações com o corpo, que apesar do seu aparente esforço, não conseguia emagrecer.

A maior frustração relatada pela aluna era direcionada à academia, pois apesar de estar “sacrificando-se”, esforçando-se para manter-se nas dietas e nos exercícios físicos, esses exercícios realizados na academia não estavam dando “conta do recado”. Eram insuficientes e, neste caso, foram culpabilizados pela aluna pelo fato de não conseguir emagrecer.

A breve conversa com essa aluna fomentou reflexões sobre o “esforço” em atingir determinado corpo. Muitas mulheres desistem e saem das academias de ginástica, pois querem resultados significativos em pouco tempo de frequência nesses espaços, ou seja, se a mulher tem o objetivo de perder peso, como nesse caso específico, ela quer iniciar a atividade física e no mesmo mês visualizar resultados, mesmo não realizando qualquer tipo de dieta/reeducação alimentar. Desejam, nesse sentido, que somente a atividade física dê “conta do recado”. Embora a ideia de “entrar em forma rapidamente” já haver tomado conta dos desejos no imaginário de muita gente, é necessário destacar que tal modificação não pode ser considerada “biologicamente viável”, obviamente, se desconsideradas as intervenções cirúrgicas e similares e o uso de drogas disponibilizadas pela indústria farmacêutica (ESTEVÃO; BAGRICHEVSKY, 2004).

Em conversa com Carol, após meu aquecimento na esteira, ela me contou que há uma grande rotatividade de alunas na academia. Algumas desistem, outras mudam de academia e têm aquelas que param por um determinado tempo e depois

retornam. O estudo de Liz (2011) destaca que o indivíduo, para aderir à prática de qualquer modalidade de exercício físico, necessita

[...] de autonomia para realização desta (que não realize a prática por obrigações externas ou internas), deve se sentir competente para desempenhá-la, e valorizado por outras pessoas, ou, então, que esta prática facilite a criação de vínculos sociais. Tendo estas três necessidades satisfeitas, o praticante de musculação, por exemplo, irá aderir mais facilmente e/ou manterá a prática de exercícios físicos, pois estará mais motivado (p.136).

Mesmo que o estudo neste ponto tenha dado mais ênfase a qualquer modalidade de exercício físico, pode-se aproximá-lo à realidade da aluna que conversava na esteira. Será que ela frequentava a academia por alguma obrigação externa ou interna? Será que ela se reconhece competente para desempenhar essas atividades? Ou será que ela instituiu ou não vínculos com pessoas na academia? Os motivos são inconclusos diante a superficial conversa estabelecida, porém proporciona elementos para se pensar e compreender um pouco sobre as mulheres imersas nesse local. O mais importante ao se fazer esses questionamentos é que, a partir deles, há a possibilidade de se refletir sobre o que motiva as mulheres a escolherem e até mesmo a permanecerem nessa academia feminina, e o que elas pensam a respeito desse espaço em detrimento com seus objetivos.

No dia 22/04/15 cheguei à academia bem cedo e percebi que é um dos horários mais movimentados, considerando que muitas alunas, após concluírem os exercícios, seguem para seus trabalhos. Além disso, é notável a presença de senhoras aposentadas. Assim como no antigo endereço, as professoras são atenciosas, estão atentas aos treinos e às limitações de cada aluna e, se necessário, fazem correções enquanto estão realizando algum exercício.

Nesse dia, como estava sendo uma manhã agitada, uma das professoras foi chamada a comparecer à sala da gerência, enquanto uma outra havia se retirado para dar aula de dança na sala de aulas coletivas. Então, por um momento, a atenção a todas as alunas foi comprometida pela ausência das duas professoras, e nesse instante, eu estava realizando os exercícios do meu treino na área destinada à musculação. Uma das alunas que estava na musculação também percebeu que

não havia nenhuma professora por perto, pois estavam todas ocupadas. A aluna se dirigiu a uma das professoras e logo reclamou que estava esperando e que não havia ninguém para orientá-la. Nesse dia pude perceber o quanto as frequentadoras são exigentes quanto ao atendimento e, principalmente, ao ambiente da academia. Em qualquer momento “falho”, mesmo não sendo culpa das profissionais que trabalham lá, logo chamam atenção. Em conversa com Juliana, ela me relatou que as alunas exigem muito sobre a questão do horário das atividades oferecidas pela academia e questionam a todo o momento se o horário pode ser modificado. As alunas querem que a academia planeje suas atividades, tomando como referência o horário particular delas. Além disso, Juliana disse que

[...] as alunas exigem muita atenção, limpeza extrema na academia, exigem novidade... mulher é muito inconstante... ela começa a fazer uma coisa e daqui a pouquinho ela tá enjoada daquilo, ela quer outra coisa. Então assim, exigem tudo e a gente como gestão, a gente tem que ter um equilíbrio. [...] elas querem um acompanhamento ali do lado delas, a gente tenta na maneira do possível atender.... cuidado, acompanhamento nos treinos.. Se vê que as meninas tentam, *feedback*, retorno, mudança, limpeza, organização, novidade.. mulher é assim, não tem jeito, e a gente tenta entender a inconstância de mulher, porque eu sou mulher e sei que a gente é inconstante, mas é o meu público.

E essa exigência reflete na própria gestão da academia e no planejamento dos eventos e das atividades, sempre com o propósito de estar atento e acolher às demandas que surgem cotidianamente:

[...] a gente percebe várias coisas, já age... eu acho assim, que numa empresa tem que estar atenta a isso, essas transformações... se você parar... mas eu sou só isso! Não, mas você não poder ser “só” isso... você tem que ver quais as necessidades do público, que o público tem mudado, o seu público. Então a gente é muito rápido em atender elas, sabe... eu fico muito preocupada com isso, vejo que a sala tá cheia, vamos quebrar e abrir a sala... eu preciso de um espaço aqui embaixo... vamos fazer um espaço aqui embaixo... então a gente é rápido... a gente não espera muito... Eu acho que isso é um diferencial da nossa gestão, de não esperar (Juliana, dona da unidade).

Ainda sobre a minha conversa com Juliana, havia solicitado que ninguém soubesse que era pesquisadora, somente a direção da academia. Esse pedido era para evitar uma “atenção diferenciada” pelas professoras em relação a minha

presença como aluna. Entretanto, em mais um dia de observação, percebi que as professoras estavam cientes dos meus objetivos como pesquisadora na academia. Isso veio à tona, porque a gerente Carol comentou comigo que já havia selecionado e comunicado às alunas sobre as entrevistas, e nesse exato momento, uma das professoras estava ao meu lado, e não teve nenhuma expressão de surpresa ou curiosidade sobre o assunto, logo, ela já sabia quem eu era.

Compreendi, então, que eu estava recebendo um tratamento diferenciado em relação às outras alunas, até porque quem havia montado a minha série de exercícios tinha sido a Carol, a gerente, e não outra professora. Pode-se associar esse tratamento diferenciado com o que ocorreu no livro “Sociedade de Esquina”, de William Foote Whyte (2005), em que “a presença do pesquisador tem que ser justificada” (p. 301), e a sua transformação em “nativo” não se verificará, ou seja, por mais que se pense inserido naquele local ou naquele grupo, sobre ele paira sempre a “curiosidade” quanto à “desconfiança”. Assim, é possível admitir que tanto as professoras quanto a direção da academia tiveram curiosidade e desconfiança sobre o que eu estava “fazendo” lá, o que iria observar, o que escreveria sobre elas ou sobre a academia e quais seriam minhas ações no campo.

Em relação às alunas, que são o foco do trabalho, vivenciei uma relação diferente. Considerando que não sabiam da minha presença como pesquisadora, senti-me como uma nativa, como mais uma aluna frequentando aquela academia. Não presenciei e não percebi olhares diferentes e duvidosos³³, apenas como uma aluna atrás de seus objetivos.

Em outro dia de observação, 28/04/15, ao pegar minha ficha de exercícios, havia uma folha grampeada contendo a informação que o meu mês já estava vencendo e se eu pagasse a mensalidade antes de expirar o vencimento, ganharia um desconto, era uma promoção chamada “Renovação Antecipada”. Além disso, continha a seguinte mensagem: “Agradecemos a sua confiança e carinho e esperamos poder contar com sua presença por muitos anos, contribuindo para sua qualidade de vida”. Isso mostra o quanto o marketing e a mídia tentam influenciar os indivíduos a consumirem sempre mais, por exemplo: “Use o hidratante tal, você mais linda e perfumada!” As mesmas intenções se pode associar com a frase contida no

³³ Ao realizar as entrevistas com as alunas, algumas relataram que não sabiam que eu me exercitava na Contours, outras disseram que já havia, me visto, porém não tinham conhecimento que eu era pesquisadora.

papel, “esperamos contar com sua presença por muitos anos, contribuindo para sua qualidade de vida”. Logo, para contribuir com sua qualidade de vida, é necessário “investimento”, consumir, pois a sua “saúde” e bem estar dependem disso.

Nesse mesmo dia, ao descer para o primeiro andar, percebi que havia uma caixa de sugestões próximo à entrada da sala onde ocorrem as aulas coletivas. Havia papel e caneta para deixar a opinião sobre essas aulas, e a caixa estava cheia de bilhetes que ainda não haviam sido recolhidos. Além dessa caixa que havia sido colocada lá esporadicamente, há outra, posicionada fixamente no banheiro.

Acredita-se que a presença estratégica da caixa no banheiro se justifica pelo fato de as alunas se sentirem mais à vontade em expressar alguma sugestão ou reclamação sobre os serviços ou sobre as profissionais da academia. Isso mostra a preocupação em proporcionar um atendimento de acordo com os interesses das alunas. Essa preocupação é relatada por Juliana: “[...] você tem que ver quais as necessidades do público, [...] então, a gente é muito rápido em atender elas sabe, eu fico muito preocupada com isso”. Ao atender a essas demandas, a academia consegue a fidelização das alunas. O sistema *wellness* que mais se aproxima da *Contours* tem como finalidade, considerando o lucro e a expansão do negócio, “ampliar o público alvo para a venda da mercadoria e a aumentar a retenção ou aderência do cliente, concretizando uma segunda venda” (FURTADO, 2009, p.9).

Após algum tempo realizando os exercícios de musculação, no dia 04/05/15, resolvi fazer o circuito funcional dos trinta minutos. Como a academia estava vazia, no período da tarde, solicitei a ajuda da professora. O circuito funcional manteve a mesma proposta metodológica do antigo endereço, dividido em estações e com o tempo de 55 segundos para execução de cada exercício. No decorrer do circuito, percebi que ficamos muito presas aos exercícios, e ter concentração é essencial. Assim como descrito anteriormente, a mesma “voz” que “comanda” as mudanças de estações, propõe também a verificação dos batimentos cardíacos pela aluna. Na sala onde é realizado o circuito há um cartaz fixado na parede que fornece informações sobre como aferir a frequência cardíaca, o que é considerado normal ou alterado, além de informar pontos localizados no corpo para verificar essa frequência.

A professora ficou o tempo todo ao meu lado, orientando e me corrigindo durante a execução de cada exercício. A impressão que fica é que você, enquanto aluna, fica mais preocupada com a realização correta da atividade do que com o seu

corpo e suas sensações. Já havia mencionado anteriormente a dificuldade que senti em conversar com as alunas da academia, principalmente, enquanto estava realizando o circuito. De acordo com as minhas observações e a minha própria vivência dessa modalidade por aproximadamente um mês, é bem notável a dificuldade ou a impossibilidade de diálogo, da conversa durante o circuito.

Dessa forma, acredita-se que o que mais impede a interação entre as alunas no que se refere a essa modalidade é o tempo cronometrado e calculado para cada estação. Em entrevista, Juliana comentou sobre a interação entre as alunas na academia:

No circuito não, mas olha só... a gente já tem outros espaços, mesmo as alunas que fazem circuito, fazem esteira, então elas conversam, elas batem papo. Entrou no circuito, não dá... não dá pra ter essa interatividade, mas se vê, na musculação elas conversam, nas aulas elas já se encontram, já se conhecem [...].

A dona da unidade confirma a ideia de que a metodologia do circuito funcional impossibilita a interação entre as alunas. No entanto, faz questão de frisar que outras modalidades, como a musculação e as aulas coletivas, proporcionam momentos de conversa. Diante disso, parece que há certa ambiguidade no que se refere à sociabilidade entre as alunas. Considerando as observações e o relato de Juliana, existe uma contradição, ora há sociabilidade entre as alunas e ora não há. Para ajudar a esclarecer essa questão, segue o relato da professora Carol:

É uma academia de mulher, a mulher ela é mais complexa né do que o homem, mas eu percebo que elas entram em afinidade muito rápido, mas em grupos, entendeu? Assim, de 3 em 3, se tornam amigas, não é aquele total. Porque em uma academia convencional como eu já trabalhei, normalmente, todo mundo conversa com todo mundo, aqui não, elas vão por blocos, tipo, tenho afinidade com fulana e com aquela outra ali, mas com sicrana eu não tenho, então eu não vou me abrir. Num é que elas não se tratam com um 'boa noite' 'bom dia', mas elas não se tornam amigas. Nós temos grupos aqui, mas são fechados, é assim que eu vejo, a parte social delas.

Dessa maneira, pode-se considerar, então, que há sociabilidade entre as alunas da *Contours*, mas de um modo que se diferencia do que é “comum” nas

academias mistas. Ou seja, de acordo com o relato da professora de Educação Física, a socialização entre os alunos das academias mistas acontece de um modo geral, sem, necessariamente, formarem grupos. Já a socialização na *Contours* acontece através de grupos de afinidade, grupos fechados, logo, se uma aluna não estiver inserida em algum grupo, a sua interação com outras mulheres apresentará resistências.

Foi observado, também no circuito, uma maior dependência da aluna em relação à professora e às prescrições dos exercícios. Essa dependência já não é vista com frequência na musculação. As alunas que optam em realizar a musculação ao invés do circuito, parecem ter mais “liberdade” para realizar o exercício no “seu tempo”, no seu ritmo e, assim, acabam surgindo instantes e oportunidades para a interação com as professoras ou outras alunas.

Diferentemente, no circuito, as alunas não fazem no seu tempo, executam em um tempo que já é determinado e comandado por uma voz mecânica que surge das caixas de som, nas mudanças de estações. Ortega (2003) argumenta que “[...] o caráter repetitivo e automático aproxima o *fitness* das práticas de adestramento corporal descritas por Foucault” (p.67). Os impulsos de um indivíduo são dominados e canalizados para o trabalho de um bem maior: o corpo.

Nesse sentido, o tempo delimitado do exercício ao comando da voz torna a execução do mesmo mecanizado, algo inquestionável, um exercício que dispensa interrogações, pois foi meticulosamente projetado e é o mais apropriado para a aluna em prol do alcance dos seus objetivos. Na realização do circuito, foi observada maior frequência de mulheres acima dos trinta anos de idade. A condução e a vigilância das alunas pelas professoras no circuito remete a se pensar sobre certo controle de seus corpos. As mulheres se sentem mais confiantes por um resultado positivo por meio do “controle” ou de um guia que as oriente nos momentos de execução de determinada atividade física. Como no caso da contratação de *personal trainer*³⁴ ou da escolha do próprio circuito da *Contours*.

Parece que os treinadores pessoais são formados de modo a estimular a dependência dos alunos no que se refere aos exercícios físicos. Isso quer dizer que, quanto mais alunos dependerem da ajuda de um profissional para se exercitarem,

³⁴ O treinador pessoal é um profissional com formação específica em Educação Física, qualificado a prescrever um programa de treino individualizado, adaptado às características físicas, necessidades reais, limitações e desejos de uma pessoa que ambiciona alcançar os seus objetivos ligados à atividade física.

mais clientes esses treinadores terão. O contexto da *Contours* é outro, pois a mesma não permite o trabalho desses treinadores pessoais na academia. Para equilibrar essa norma, disponibiliza mais de uma professora para orientar as alunas. No entanto, como foi relatado, há certa dependência das alunas quanto ao acompanhamento das professoras, da mesma forma que os clientes dos treinadores pessoais. A professora Carol, que trabalha tanto na musculação quanto no circuito, relata que as alunas são muito dependentes das professoras:

Porque elas têm aquela concepção que o professor seria a sombra delas, sem eles, elas param, não fazem. E sim, elas têm uma dependência muito grande, principalmente no circuito, porque ele exige isso né, a professora vai passar o movimento, mas o professor vai trabalhar com intensidade 'vão bora!', a motivação, vai ter todo um aparato, por isso ela vai ficar tão dependente do professor, é o serviço que a gente oferece. Na musculação, a gente tá conseguindo ter um equilíbrio, a gente não quer deixar a aluna solta, 'se vira aí e faz'... mas, também a gente não quer deixar tão dependente, a partir do momento que ela ficar muito dependente, a gente cai na nossa qualidade, a gente também não consegue desenvolver o trabalho total, então a gente fica tentando encontrar sempre o equilíbrio.

Apesar de a professora afirmar que as alunas são dependentes em relação aos exercícios físicos, acredita-se que para o corpo profissional da academia isso não seja considerado um problema. Mesmo que as professoras estejam tentando encontrar um "equilíbrio" entre a independência e a dependência das alunas, este último é mais condizente com a dinâmica e a metodologia adotada pela *Contours*, sendo que o atendimento e a atenção das professoras são os pontos fortes dessa academia. Se as mesmas deixarem as alunas, diga-se assim, "à vontade", a qualidade do serviço será abalado, como afirma Carol. Desse modo sentido, a dependência das alunas não é considerada como algo negativo, mas sim como um fator que para a franquia gera benefícios, ou seja, aquelas que estejam em busca de um serviço mais personalizado, como dos treinadores pessoais, provavelmente procurarão a *Contours*.

Outro fator importante resgatado pelas observações diárias é a tentativa de delimitar o perfil das alunas frequentadoras. Como já descrito, foi observado que existe todo tipo de corpo e mulheres de todas as idades nessa academia, com destaque para aquelas que estão acima dos trinta anos. Juliana comenta sobre o perfil de suas alunas:

[...] antes de eu comprar a academia, isso foi uma das coisas que eu quis fazer, a academia antes era vista como uma academia de senhoras, gordinhas, hoje a gente mudou completamente esse perfil. A gente é uma academia para mulheres, qual o perfil? Todos. A gente tem adolescentes, a gente tem senhoras, a gente tem 'marombeirinha', que você vê lá, que fica pegando pesado, que malha todo dia na musculação, então assim, hoje a gente é uma academia feminina e ponto! E o perfil é para atender as necessidades da mulher... então a gente tem mulheres que estão na menopausa, a gente tem mulheres que quer ficar parecidas com 'panicat'. É isso que eu quero, o meu objetivo é ter esse perfil, todos! Mulher.

Segundo o relato de Juliana, as alunas matriculadas no antigo endereço da academia eram caracterizadas como mulheres gordinhas e senhoras, esse era o perfil de aluna encontrada na academia *Contours*. Após comprar a franquia, Juliana quis mudar esse perfil, e tinha como objetivo expandir e atender a todas as idades e preferências. A intenção era aumentar o número de alunas, pois o perfil de “senhoras e gordinhas” limitava a entrada de outras mulheres.

Após todo o trabalho e esforço para reformar a unidade e investir em novos equipamentos, Juliana conseguiu novos atrativos para seu negócio. Além da entrada de mulheres com perfis diferentes do que era antes, o convívio das alunas nas aulas coletivas e nos circuitos proporcionou a formação de um grupo de afinidade. De acordo com Juliana,

[...] tem um grupo aqui que são essas senhoras, principalmente as da manhã, elas marcam e de vez em quando eu vou, participo com elas. [...] Falo com algumas alunas que percebo que tem o perfil dessas senhoras, eu já tento juntar... 'ah a gente vai marcar um cafézinho vamo lá!' Eu participo muito com esse grupo que percebo que quer muito mais do que fazer atividade física... elas realmente buscam um grupo pra elas. Mas o público hoje, mulher... é filho, é marido, é trabalho, elas não tem muito tempo pra fazer esse tipo de atividade. Isso não dá muito certo de fazer isso aqui. Se eu marcar um jantar no restaurante tal, a gente vai se reunir, mas não vão, vão poucas. Então eu prefiro que seja uma coisa delas... é um grupo... é um grupo pequeno, que tem essa disponibilidade.

Nesse sentido, a academia possui aquelas mulheres que buscam apenas a atividade física em si e outras que desejam para além dos exercícios e atividades. Porém, como se pode observar, é um grupo pequeno, uma minoria composta por

senhoras já aposentadas e que geralmente frequentam o turno da manhã. Por mais que a dona da unidade não tenha medido esforços para promover os eventos, para facilitar a interação entre as alunas, devido à condição atual de muitas alunas, que trabalham fora e também cuidam da casa, também acabam não tendo tempo disponível para participar de tais eventos ou até mesmo de parar em algum momento na academia para conversar.

A entrevista com Juliana aponta a possibilidade de se refletir sobre “falta” de tempo de muitas mulheres nos dias de hoje. São mulheres que trabalham e cuidam de casa, o que às vezes se dificulta ainda mais pelo fato de serem mães solteiras. Esse é o perfil da terceira mulher. Ao finalmente ter acesso ao mundo do trabalho, este foi somado às outras “obrigações” e “tarefas” historicamente e socialmente inerentes às mulheres, que é o de ser mãe, esposa e dona-de-casa. Sendo assim, pode-se “justificar” a falta de tempo e/ou o comprometimento das mulheres, na tentativa de dar conta dessas demandas.

Ainda sobre um possível delineamento do perfil dessas mulheres, foi perguntado à professora Carol quais eram suas considerações sobre o perfil de suas alunas:

O nosso perfil ainda é aquela aluna que precisa malhar, não é porque ela gosta, tá mudando, eu percebo que no horário mais a noite que isso está mudando bastante. A gente está alcançando aquele público mais jovem, que quer ficar com o corpo bonito, sarado pro verão, mas ainda predomina o público que não gosta de malhar, mas que precisa, ou seja, orientação médica, as vezes também, muitas que o marido não permite que malha em uma academia normal, então vem malhar aqui... [Há muitos casos como esse?] Temos, mas são isolados, tem um público da manhã que é esse público, mas temos. Então, a maioria delas tem lesão, tem patologia, então veio porque o médico falou: ‘você precisa procurar uma academia’, então elas preferem vir para uma academia especializada em mulher, com cuidado um pouco diferenciado das normais, devido a isso, não porque elas gostam, elas vem por alguma necessidade, a maioria delas.

As características relatadas pela professora permitem acrescentar ao delineamento do perfil das alunas, ao mesmo tempo em que também permitem, inicialmente, entender os motivos que as levaram a escolherem uma academia exclusiva para mulheres e a sua busca por saúde. Essas questões de algum modo contrariam o que “normalmente” é encontrado como justificativa para a realização de

exercícios e a procura das academias de ginástica: a busca por um corpo ideal³⁵, motivos meramente estéticos que são a todo o momento suscitados pelos meios de comunicação mais “consumidos” pelas mulheres, como as revistas e os programas televisivos.

Todo o esforço em descrever o ambiente, as estratégias de trabalho, as alunas e até mesmo as profissionais – no período de seis meses em campo - contribuiu com importantes informações no processo de compreensão sobre as questões que surgiram a partir das observações, como: os motivos que levaram as alunas a escolherem uma academia só para mulheres, a busca por saúde e, principalmente, a compreensão de corpo das entrevistadas, considerando o atual contexto social e o ambiente personalizado das academias exclusivas.

³⁵ Vale destacar que quando se menciona corpo ideal, estamos nos referindo ao que SILVA (2001) caracteriza como corpo universalizado.

3 ENTRE CERTEZAS, DÚVIDAS E ANSEIOS: INTERPRETANDO OS RELATOS DAS MULHERES ENTREVISTADAS

Este capítulo visa elucidar questões levantadas ao longo do trabalho, principalmente na tentativa de compreender e apontar caminhos frente aos objetivos propostos. As categorias que serão trabalhadas ao longo do presente capítulo formaram-se a partir das informações mais recorrentes e representativas no processo de análise das entrevistas. Elaboraram-se, nesse sentido, tópicos em função e que melhor expressem essas informações.

Inicialmente, no tópico “Conhecendo as entrevistadas”, serão apresentadas as alunas, exibindo a relação entre a idade, profissão, renda mensal e outros. O tópico “Entrada Exclusiva” revela os motivos que levaram as mulheres a frequentarem uma academia só para mulheres. Para a compreensão dessa questão, o tópico é composto por duas categorias: “Fora de Alcance” e “A personalização e seus atrativos”. A primeira apresenta como o olhar/presença do homem pode ser decisivo na escolha de uma academia de ginástica pelas mulheres. Já a segunda categoria expõe como o serviço diferenciado e personalizado oferecido pela *Contours* promove a escolha e também a permanência das alunas nessa academia.

A categoria “Consumidoras reflexivas” pretende mostrar a relação entre as alunas entrevistadas com o consumo nessa academia. “As academias e os seus serviços” apresenta algumas diferenças/equidades entre a *Contours* e as academias mistas, de acordo com as entrevistadas e através de uma análise comparativa a partir de trabalhos publicados sobre as academias mistas. Já o tópico “Corpo-beleza da terceira mulher” é constituído por duas categorias: “Principais cuidados e investimentos no corpo feminino” e “Compreensões e idealizações do corpo da terceira mulher”. Esse tópico propõe compreender o corpo feminino nesse espaço exclusivo, a partir das entrevistadas.

Os discursos presentes nas categorias, por sua vez, apresentam uma intenção em comum: fornecer subsídios e reflexões ao leitor na tentativa de compreender o que as entrevistadas buscam nessa academia exclusiva e como se relacionam, sobretudo, com o corpo.

3.1 CONHECENDO AS ENTREVISTADAS

Antes de se mostrar as principais reflexões que surgiram com a produção dos dados, faz-se necessário a apresentação das alunas entrevistadas. No total, são onze mulheres que se colocaram à disposição em compartilhar suas opiniões a respeito das questões dispostas no roteiro de entrevista.

A maioria das mulheres entrevistadas é residente da Praia do Canto, não implicando em dificuldades no momento da entrevista. Apenas a aluna Fabiana, por conta do seu horário de trabalho, pediu para que a entrevista fosse realizada em seu consultório. Durante a reunião para entrevista, os objetivos eram explanados e o roteiro com as perguntas era apresentado, a fim de evitar qualquer tipo de constrangimento. As entrevistas apresentaram uma média de trinta minutos de duração, contando com algumas pausas, pois às vezes havia interrupções por alguma professora que precisava pegar determinado material na sala onde eram realizadas as entrevistas.

O quadro 1 a seguir mostra a relação das alunas com suas respectivas informações, no que se refere à idade, estado civil, escolaridade, profissão, bairro em que reside, renda mensal familiar e renda mensal individual. A renda mensal tanto individual quanto familiar está embasada em um valor aproximado, pois muitas alunas não souberam informar valor exato da sua renda:

ENTREVISTADA	IDADE (anos)	ESTADO CIVIL	ESCOLARIDADE	PROFISSÃO	BAIRRO	R.M.F. ³⁶ (R\$)	R.M.I. ³⁷ (R\$)
Márcia	62	Divorciada	Especialização	Empresária	Bento Ferreira	** ³⁸	12.600,00
Sandra	59	Casada	Superior Completo	Comerciante	Praia do Canto	8.000,00	5.500,00
Carla	45	Casada	Superior Completo	Empresária	Praia do Canto	15.000,00	**
Bruna	26	Solteira	Superior Completo	Vendedora	Ilha do Boi	20.000,00	2.300,00
Cátia	59	Casada	Mestrado	Psicóloga/ Psicanalista	Ilha do Frade	40.000,00	2.300,00
Adriana	51	Casada	Superior Incompleto	Dona de Casa	Barro Vermelho	12.600,00	**
Luísa	57	Casada	Especialização	Aposentada	Praia do Canto	12.600,00	6.000,00
Patrícia	69	Solteira	Superior Completo	Aposentada	Praia do Canto	**	6.000,00
Fabiana	51	Casada	Especialização	Psicóloga	Jardim Camburi	28.000,00	8.600,00
Amanda	20	Solteira	Superior Incompleto	Estudante de Nutrição	Praia do Canto	18.000,00	**
Rose	55	Casada	Superior Incompleto	Professora de Inglês e Espanhol	Praia do Canto	15.000,00	5.000,00

QUADRO 1 – CONHECENDO AS ALUNAS.

Fonte: Elaborado pela autora.

Ao fazer a leitura do quadro, o que chama atenção é a variação entre a idade das alunas. Estas corresponderam ao critério de seleção para a entrevista, ou seja, são mulheres assíduas e que estão matriculadas na academia desde o antigo endereço, na Avenida Rio Branco. A média de idade entre as alunas entrevistadas é de cinquenta anos. Assim como relatado nas observações em campo e as informações contidas na entrevista da professora Carol, a academia possui mulheres de todas as idades, contudo, a presença das que estão acima dos quarenta anos é predominante. Como se pode observar também, somente duas entrevistadas estão na faixa etária dos vinte anos.

Em relação à escolaridade, oito alunas no total possuem ensino superior completo (dessas, três têm especialização³⁹ e uma possui mestrado) e outras três possuem ensino superior incompleto.

³⁶ Renda Mensal Familiar aproximada.

³⁷ Renda Mensal Individual aproximada.

³⁸ Não possuem renda.

³⁹ Destaca-se que a aluna Fabiana possui três especializações na sua área.

Sobre o tempo⁴⁰ total dedicado à prática de atividade física na *Contours*, observa-se o quadro a seguir:

ENTREVISTADA	TEMPO DE PERMANÊNCIA NA <i>CONTOURS</i> (anos)
Márcia	5
Sandra	8
Carla	4
Bruna	3
Cátia	8
Adriana	5
Luísa	5
Patrícia	4
Fabiana	8
Amanda	3
Rose	5

QUADRO 2 - TEMPO DE PERMANÊNCIA NA *CONTOURS*.

Fonte: Elaborado pela autora

De acordo com as entrevistas, as alunas Sandra, Adriana, Amanda e Rose possuem o mesmo tempo dedicado ao exercício físico e de permanência na academia exclusiva. Isso quer dizer que essas alunas iniciaram a prática de exercícios físicos quando se matricularam na *Contours*. A maioria das alunas, com exceção de Bruna e Amanda, está há mais de três anos matriculada na *Contours*, ou seja, além de terem se exercitado na primeira unidade, tiveram contato com a antiga gestão. Uma das alunas comenta sobre o perfil da gestão anterior:

[...] a primeira *Contours* que foi inaugurada lá, ela passava uma ideia de uma academia para velhas e gordas, eu sempre falava isso, inclusive pra dona, você precisa procurar alunas jovens, porque ela precisava pra fazer reportagens, pra sair em revistas, jornais, mas chamava a mim e outras

⁴⁰ O tempo exposto no quadro está baseado em um valor aproximado, pois muitas entrevistadas não souberam informar com exatidão há quanto tempo estão matriculadas na *Contours*.

amigas da minha idade pra fazer a entrevista, pra aparecer na televisão, eu falava: 'não, você tem que mostrar mulheres jovens, mostrar que essa academia passa a ideia que é uma academia de velha e gorda, mas na verdade também tem jovens e bonitas aqui, né' (Cátia, 59 anos).

De acordo com o relato, percebe-se que os perfis de “velha” e “gorda”, descritos e atribuídos pela aluna, traziam uma conotação pejorativa e negativa para aquele local. Isso se articula com certa negatividade, no que se refere à gordura corporal, que é digna de rejeição e vista como um inimigo que precisa ser combatido (BAUMAN, 2009). Com efeito, a gordura corporal representa o pesadelo realizado. O ganho de peso corporal e de centímetros na cintura é um

[...] alerta para o terrível fato de que todas as laboriosas fortificações da fronteira/interface entre o mundo e o seu corpo de nada valeram – as forças inimigas se infiltraram pelas linhas defensivas e invadiram o território defendido. Pior ainda, as forças invasoras se estabeleceram no território conquistado, construíram guarnições dentro do corpo e assumiram a administração das terras dominadas (BAUMAN, 2009, p. 126).

Para o autor, no contexto contemporâneo, a gordura do corpo representa inimigos e estão prontos para lançar um ataque a partir de dentro, quando menos se esperava o perigo. Combater o inimigo é preciso, e os principais inimigos das batalhas privadas identitárias são o envelhecimento e a gordura corporal. Lipovetsky (1997) argumenta que duas normas dominam a nova galáxia feminina da beleza: o antipeso e o antienvelhecimento. Assim, lê-se essa tendência na evolução e expansão do consumo de cosméticos e a procura pelas academias de ginástica.

Outro fator interessante a se considerar sobre as alunas é a respeito do trabalho e da renda mensal. Como se pode observar, nove alunas trabalham, sendo que duas já estão aposentadas. As outras duas entrevistadas, Adriana e Amanda, não trabalham, pois uma se considera dona de casa e a outra é universitária, respectivamente. Esses dados de alguma forma indicam o crescimento da inserção da mulher brasileira no mercado de trabalho:

[...] A participação da mulher no mercado de trabalho brasileiro aumentou consideravelmente a partir da década de 70, sendo maior aqui do que em

muitos outros países de igual ou maior desenvolvimento mundial. Segundo o Relatório sobre Desenvolvimento Humano do PNUD (Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento), de 1998, revelou que no Brasil as mulheres representavam 44% da força de trabalho, proporção essa superior à de países como o Chile (36,6%), Argentina (34,3%), Venezuela (42,1%) e México (38,4%), e até mesmo à de alguns países europeus, como Espanha (24,3%) e Grécia (26,5%) (BAYLÃO; SCHETTINO, 2014, p. 5).

O fortalecimento da participação no mercado de trabalho e o aumento da responsabilidade no comando das famílias vêm aumentando, principalmente, seus investimentos no nível de escolaridade. Como visto no quadro 1, há alunas pós-graduadas e com mestrado.

O trabalho da mulher fora de casa vem sendo estimulado pela demanda do mercado e pelo crescimento da sua competência profissional que decorre, em grande parte, da melhoria educacional (BORGES; PEREIRA; SANTOS, 2005, p.6).

A inserção da mulher no mundo do trabalho compete a uma das características da terceira mulher. Nesse sentido, as entrevistadas se aproximam desta fase proposta por Lipovetsky (1997). Mesmo que tenha apenas uma entrevistada que se “avalia” como dona de casa, as demais apresentam um empenho pessoal e social de fugir da identidade que as constituía somente a responsabilidade de ser mãe e esposa.

No que se refere à renda das alunas, nenhuma apresenta renda mensal familiar inferior a oito salários mínimos⁴¹. As alunas Carla, Adriana e Amanda não possuem renda individual, mas a única que depende da renda do marido é Adriana. Amanda é universitária e é dependente dos seus pais; já Carla trabalha junto com o marido, e o que lucram do seu empreendimento é dividido entre os dois, isto é, é uma renda total em comum. As alunas Márcia e Patrícia não possuem renda familiar, pois a primeira é divorciada e a segunda solteira, contam com seus salários individuais para se sustentarem.

⁴¹ Segundo o Ministério do Trabalho e Emprego, o valor atual do Salário Mínimo é de R\$ 788,00 a partir de 01/01/2015.

Nos próximos tópicos, serão apresentados indícios para a compressão dessas questões, bem como os motivos de escolha da academia *Contours* pelas alunas.

3.2 ENTRADA EXCLUSIVA: MOTIVOS QUE LEVARAM AS MULHERES A FREQUENTAREM UMA ACADEMIA FEMININA

Quando se fica sabendo da existência de uma academia exclusiva para mulheres, quais os principais questionamentos feitos? Primeiro, o que essas academias exclusivas se diferenciam das não exclusivas, das mistas? Segundo, o que motivam essas mulheres a aderirem e frequentarem esses espaços?

Esses questionamentos se tornaram a alavanca propulsora do trabalho, isto é, foram os incentivadores em eleger e estudar sobre uma academia exclusiva para mulheres. Desse modo, considera-se pertinente utilizar essas questões a título de orientação, a priori, na construção do roteiro das entrevistas e nas idas ao campo de pesquisa.

A fim de elucidar os questionamentos e o que instigou esta pesquisa a partir das observações em campo e do relato das entrevistadas, elaboraram-se as categorias “Fora de Alcance” e “A personalização e seus atrativos”. A categoria “Fora de Alcance” expõe como o olhar/presença do homem pode interferir na escolha das mulheres por uma academia exclusivamente feminina. Já “A personalização e seus atrativos” mostra que a oferta de serviços personalizados pela franquia *Contours* se destaca como um dos principais motivos de aderência pela mesma. Essas categorias se vinculam de modo a fornecer ao leitor subsídios para identificar e compreender sobre os motivos que levaram as entrevistadas a escolherem uma academia só para mulheres.

3.2.1 Fora de alcance: o olhar/presença do homem como elemento decisivo na escolha de uma academia

Identificou-se que oito das onze mulheres entrevistadas responderam que escolheram a *Contours* por ser uma academia frequentada só por mulheres, ou seja, não há a presença de homens. As outras três alunas responderam que escolheram

essa academia por apresentar treinamentos e equipamentos direcionados à mulher. É importante deixar claro que as oito alunas que escolheram a *Contours* pela ausência do sexo masculino também mencionaram sobre os treinamentos e o espaço “personalizados” oferecidos pela academia.

Assim sendo, Coelho Filho e Frazão (2015) expõem que o fortalecimento do setor das academias femininas a partir da década de 1990 se mostra associado ao fato de o homem ser representado com um elemento interventor negativo no contexto da prática de exercícios físicos e academias de ginástica mistas. Dessa forma, segue a fala algumas entrevistadas:

Porque eu acho mais confortável, do que todo mundo junto, misturado, eu não gosto não, eu acho que você tem mais liberdade aqui, nesse sentido, liberdade de ter só mulher, de ser todo mundo do mesmo sexo, eu acho melhor (Amanda, 20 anos).

Olha... a liberdade né, por não ter homem, eu acho isso uma vantagem (Adriana, 51).

[...] a gente tem muita liberdade, pelo fato de ter só mulher, não tem desfile de moda, eu sou muito simples, não tem essas coisas que você vê nas outras academias, você não tem que tá desfilando, não tem que tá muito linda e maravilhosa, isso me incomoda muito (Luísa, 57 anos).

O sentido de liberdade entendido pelas entrevistadas se refere mais uma vez à exclusão do olhar masculino. A presença de apenas mulheres na academia inibe aquela sensação de “estar sendo observada” e, assim, elas se sentem mais à vontade em vestir a roupa que quiserem e realizarem determinados exercícios de uma maneira mais “tranquila”.

No estudo de Coelho Filho e Frazão (2015) não foi diferente. Das vinte e três entrevistadas, vinte e uma responderam que preferem as academias femininas por se sentirem mais à vontade, além de uma maior liberdade para a prática de exercícios físicos. Então, isso significa dizer que, com a ausência do homem, a mulher se sente mais confortável em transitar, vestir-se e realizar os exercícios despreocupadamente nas academias para mulheres? A partir da análise das entrevistas realizadas, tudo indica para a possibilidade de se afirmar positivamente essa questão.

Mesmo que as entrevistadas tenham afirmado que escolheram a *Contours* por não haver a presença de homens, apenas uma aluna mencionou sobre a influência do marido na escolha da academia:

Eu escolhi porque acho bem mais confortável de se malhar entre mulheres, você não tem que se preocupar 'ai vai aparecer isso, vão olhar pra minha bunda'. Então meu motivo foi esse, além de ficar bem perto da minha casa, mas o principal era esse, malhar junto com mulheres. Não gosto esse negócio de homem ficar olhando, né... falei pro meu marido: 'vou malhar!' ele: 'onde?', ai eu falei que só tem mulher... ai ele: 'tem certeza?'... 'Não entra homem nenhum, não tem nem vigia', ai ele disse 'ah, tá bom!'. Então é isso, pra mim foi isso (Rose, 55 anos).

Considerando a fala da aluna Rose, percebe-se que o olhar masculino a fez procurar por alternativas, sendo uma delas a academia exclusiva para mulheres. Contudo, vale destacar que essa aluna não teve nenhum tipo vivência em academias mistas, ou seja, nunca fez musculação na presença de homens. Ora, em que ela se baseia para repudiar a presença do homem no momento da prática de atividade física, sendo que não teve nenhum tipo de experiência em academias mistas? Será que ela se orienta a partir da opinião de suas amigas?

Algo motivou a Rose em escolher a *Contours* por ter somente mulheres, porém, é sabido que essa escolha não foi determinada por uma possível experiência negativa em uma academia mista. Além disso, pode-se citar como outro motivador de escolha dessa mesma aluna o aval, a permissão do marido para se matricular na *Contours*. Nesse sentido, parece que o que mais motivou a aluna a procurar essa academia foi a prevalência da opinião do marido sobre um "possível" incômodo da mesma a respeito do olhar masculino.

A presença da mulher na modernidade é acompanhada por mudanças, direitos concedidos e espaços conquistados. No entanto, não é de se estranhar, quando se depara com situações como essa, relatada pela Rose. Mesmo que Lipovetsky (1997) tenha caracterizado a mulher contemporânea como um novo modelo imbuído de autonomização em relação à influência tradicional exercida pelos homens, acredita-se que ainda serão vistas situações semelhantes como essa descrita pela aluna. Contudo, entende-se que as mulheres de hoje não se encontram mais no período de submissão alienada ao representante patriarcal e/ou

estrutura de poder que as estabelecia, simplesmente, como produto (COELHO FILHO; FRAZÃO, 2015).

O caso da Rose, considerando as demais entrevistadas, é isolado. Ou seja, nenhuma outra aluna afirmou solicitar a opinião do marido ou namorado no momento de matricular-se em uma academia. Assim, refere-se aqui a mulheres que são donas de si, possuem certa autonomia nos momentos de escolha e na tomada de decisões, características que se aproximam do conceito de terceira mulher.

3.2.2 A personalização e seus atrativos

Outro fator bastante citado nas entrevistas com as alunas e com a professora Carol diz respeito à presença de equipamentos e treinamentos específicos para mulheres na *Contours*, além de um atendimento personalizado oferecido pela equipe da academia. A entrevistada Luísa conta sobre a sua preferência:

Eu gosto porque eu acho um treino bom, as meninas são atenciosíssimas, são quase um *personal*; [...] os aparelhos tão sempre atualizados, tá tudo muito atualizado, elas estão sempre fazendo revisão, passa um tempo “ah vamos mudar o treino”. A variedade de aula né, a gente tem o circuito normal que já é bem divertido, que você não faz a mesma coisa, não é enjoado, é curto o tempo... se você quiser fazer mais tempo, você tem a opção, mas se você tiver só aquele tempo, ele é curto, não é cansativo. Me agradou demais.

A atenção diferenciada, os aparelhos personalizados e a variedade de aulas são possibilidades oferecidas pela academia a fim de atender os desejos/necessidades de suas alunas/consumidoras. A foto do site da academia exposta no capítulo II - “Do meu jeito, no meu tempo!” – ilustra o nível de exigência daquele público frente às possibilidades de consumo oferecidas pelo mercado. E essa exigência se materializa no momento de escolha de uma academia de ginástica e o que ela tem a oferecer. A escolha e a permanência em uma academia feminina também se faz presente por esses atrativos:

[...] Aqui o treinamento é mais específico pra mulher, dá um treinamento mais pra mulher, o que você quer, eu acho legal. As aulas coletivas também, eles olham o que a mulher gosta né, que nas outras academias tem assim, aulas mais diversificadas, mas não é tanto assim, pra mulher (Carla, 45 anos).

Os atrativos “personalizados” oferecidos pela academia buscam ampliar a satisfação de suas alunas, planejando aulas e arquitetando um ambiente que corresponda ao gosto e preferência das mesmas. Nessa perspectiva, para que aconteça a satisfação das exigências do público em questão, há a diversificação cada vez mais vasta de bens e serviços.

O estudo de Pavani (2008) realizado em uma academia para mulheres, franquia de Novo Hamburgo-RS, mostra que a maioria das entrevistadas acha importante que sejam oferecidos serviços além da musculação. Para essas alunas, a principal condição de frequência nessa academia é a disponibilização de vários serviços além da modalidade musculação. As entrevistadas comentam sobre essa diversificação:

[...] aqui você tem coisas diversificadas, você faz exercício diferente, aqui de minuto a minuto, você muda de exercício, isso até mexe com a cabeça da gente, tá sempre em constante mudança (Luísa, 57 anos).

[...] Elas mudam de semana a semana, entendeu, eu gosto, porque é fundamental pra mudança, quando muda, muda os exercícios, muda a sua posição no exercício, eu acho fundamental a mudança (Patrícia, 69 anos).

Hoje, o “*self-service*” designa o modelo geral da vida nas sociedades contemporâneas que vem expandir de modo vertiginoso as fontes de informação, o leque de produtos expostos nos centros comerciais e hipermercados tentaculares, nos armazéns ou restaurantes personalizados (LIPOVETSKY, 1983).

A personalização dos espaços, como o caso da *Contours*, prolifera a sedução dos consumidores, e essa sedução opera em função das motivações individuais, de uma vida flexível cheia de opções. Para Lipovetsky (1983, p. 19),

[...] sedução no sentido em que o processo de personalização reduz os quadros rígidos e coercivos, funciona suavemente jogando a cartada da

pessoa individual, do seu bem-estar, da sua liberdade, do seu interesse próprio.

A flexibilização de horários e a oferta de novas modalidades de exercícios físicos, quando se trata das academias para mulheres, vêm para atender alunas como Márcia:

[...] Olha só, eu sou um pouco exigente pra exercício, detesto academia que todo mundo faz a mesma coisa, num acredito que todo mundo precisa da mesma coisa, todo mundo precisa trabalhar muito braço, muito perna, muito bumbum. Então aqui eu acho que o trabalho é mais direcionado ao que você precisa, faz o trabalho aeróbico, faz alongamento, faz fortalecimento de joelho, faz tudo antes e depois você parte para o exercício que o seu corpo precisa realmente. Então por isso que eu procurei, porque ela é direcionada para o que a gente quer.

A fala da aluna vai ao encontro dos argumentos de Lipovetsky (1983). A academia feminina, por ser um espaço personalizado, buscou propor treinamentos e exercícios diferenciados dos que são, geralmente, encontrados nas demais academias. Essa diferenciação “seduziu” mulheres como a Márcia, que não acreditam que “os mesmos” exercícios devem ser prescritos para todos, levando em consideração as diferentes particularidades. A personalização reduziu o “enquadramento” das atividades oferecidas, diminuiu os quadros rígidos e coercivos, nas palavras do autor. Agora, os exercícios são oferecidos e planejados de acordo com o desejo da aluna, “o trabalho é direcionado ao que você quer”, suscitando a liberdade e o bem-estar individual.

Nessa ótica, considera-se que a individualização dos exercícios físicos na *Contours* é tido como algo positivo. As particularidades das alunas são levadas em consideração e os treinamentos são construídos de acordo com essas limitações. Isso pode ser constatado nas observações em campo. A participação como aluna me fez perceber que o cuidado da academia com as limitações físicas das suas alunas é real.

As prescrições de exercícios considerando as particularidades das alunas promovem a ideia de treinamentos personalizados. A especial atenção das professoras, posteriormente, ao realizarem os *feedbacks*, ganha a simpatia das

frequentadoras, pois percebem que a evolução do seu corpo está sendo “observada” de perto. De modo algum, afirma-se que as academias mistas não façam esse tipo de trabalho. Contudo, se o destaque dos treinos e a atenção direcionada às alunas sobressaíram no relato das entrevistadas, é porque, de alguma maneira, a recepção dessas mulheres é diferenciada.

Sobre o atendimento personalizado, a professora Carol expõe sua visão sobre o diferencial da *Contours*:

[...] Na minha concepção, assim, é o atendimento que é diferenciado. É o que a gente tenta, nós não vamos ser perfeitas, a gente tenta a excelência, mas a diferença daqui com uma academia convencional é o nosso atendimento. Por exemplo, a gente tem um acompanhamento da aluna, a gente tenta no máximo saber o que a aluna tem, o que está acontecendo, fazer o *feedback*, avaliação física. Se ela falta, a gente liga, se ela não está vindo na academia, a gente vai procurar o porquê, se ela quer cancelar, a gente quer entender por qual motivo desse cancelamento... ‘é insatisfação com a academia?’ As vezes não, a maioria das vezes é porque ela precisou sair da cidade, as vezes apertou no financeiro, então assim, o que eu vejo de diferente hoje é o atendimento, é isso.

Assim como as alunas, que apreciam o retorno dos seus treinamentos pelas professoras, a academia também estimula a realização de constantes avaliações através das urnas de reclamações/sugestões instaladas nos banheiros e também através do contato telefônico. Por se tratar de uma franquia, quanto maior a adesão de novos alunos/clientes, maior será o lucro da empresa. Nesse sentido, as avaliações das alunas são importantes, pois a direção da unidade saberá no que está errando e o que pode melhorar/investir, “segurando” por mais um tempo as clientes que estavam insatisfeitas e, talvez, gerar novas matrículas.

Destacou-se, neste tópico, os principais motivos que levaram as entrevistadas a escolherem e se matricularem em uma academia exclusiva para mulheres. Para essas alunas, exercitar-se somente na presença de mulheres, sem o contato ou o olhar do homem, foi o que mais as motivaram a procurarem a *Contours*. Outra causa que tomou quase a mesma proporção foi a de possuir equipamentos, treinamentos e uma atenção exclusiva, personalizada, a fim de atender a esse público. Na próxima categoria, será revelada a relação das entrevistadas com o consumo de serviços na *Contours*.

3.3 ENTRE O CONSUMO COOL E O CONSUMO REFLEXIVO

No tópico anterior, salientaram-se algumas características das entrevistadas, mas de uma maneira que não fossem totalmente esgotadas. A partir das análises, apresenta-se que as entrevistadas trazem motivações e anseios que fazem com que elas não recebam tão passivamente aquilo que é socialmente ofertado. Denomina-se essa interpretação de consumo reflexivo. Consumidoras reflexivas ou consumo reflexivo é a consciência reflexiva dos indivíduos, que monitoram continuamente as circunstâncias de suas atividades. Esses sujeitos são capazes de fazer interpretações da natureza e das razões do seu comportamento (GIDDENS, 2002). A reflexividade está ligada aos aspectos discursivos (“entrada” e “saída” do conhecimento disponível). Ou seja, as informações consumidas pelas alunas são utilizadas no seu dia a dia.

Percebe-se que através desse acesso e consumo de informações socialmente ofertadas, provém certa exigência, especificamente, por parte das alunas da *Contours*. Essas mulheres buscam por uma oferta de qualidade no que se refere às academias de ginástica. Uma vez que, ao ter acesso a determinadas informações sobre atividade física e saúde, sabem o que querem ou imaginam saber o que querer. A exigência das alunas foi um componente de grande recorrência nas entrevistas realizadas com a dona da unidade e a professora de Educação Física. Dessa forma, ressalta-se que essa exigência está vinculada ao que se chama por consumo *cool*.

Em seu relato, Juliana afirmou que as alunas são exigentes, que querem ter um acompanhamento diferenciado pelas professoras, exigem limpeza da academia, mudança de horários, organização, novidades, dentre outros. Sendo assim, traz-se para reflexão a fala das entrevistadas a respeito do suposto “nível de exigência”. Das onze alunas, somente duas não fizeram nenhum tipo de reclamação ou sugestão para a academia. Isso significa dizer que, em algum momento, as alunas não estavam satisfeitas com os serviços oferecidos ou com a estrutura física da *Contours*.

O que mais foi abordado nas entrevistas foi a sugestão e até mesmo reclamação sobre as aulas e o próprio espaço físico, principalmente do antigo endereço:

[...] às vezes colocar uma aula ou, por exemplo, a mesma professora tem uma aula que você gosta e que outra não tá dando muito certo, aí uma sugestão sobre as aulas, os horários, o que a gente gostaria. O antigo espaço, porque era bem pequenininho, tudo apertado, quando começava as aulas, tinha que ser as primeiras, porque não tinha lugar (Carla, 45 anos).

[...] Eu acho que sou chamada de “a chata da academia”. Pra ter mais aulas especiais, pra ter aula de alongamento que não tem [...] Ah, tem a parte física da academia né, colocar mais ar condicionado, fechar a porta do banheiro, aí todo mundo que entrava lá, via quem tava pelada, mudando de roupa ali dentro, algumas sugestões eu vou fazendo, muitas sugestões físicas também (Cátia, 59 anos).

[...] O espaço físico ali era pequeno, a gente achava pequeno, a gente ficava esperando um tempo pra fazer a bicicleta, eram poucos aparelhos, porque o espaço físico também não dava para comportar, fizemos sim, reivindicando mais aparelhos. Foi mais a parte do maquinário, regular os aparelhos, uma manutenção melhor da academia (Sandra, 59 anos).

Melhorias no espaço físico foram reivindicações solicitadas para trazer mais conforto e comodidade às alunas, ou seja, ampliação do espaço físico, novos equipamentos de musculação e instalação de mais aparelhos de ar condicionado. O espaço e os equipamentos da antiga unidade foram as mais criticadas, porém este relato chamou atenção:

[...] eu fiz uma reclamação, porque não tinha espelho, eu achava um absurdo, eu fiz umas três vezes isso, deixei na caixa de sugestão. E, a questão da música também, eu não sei se você chegou a pegar a época da academia antiga, mas antigamente as músicas... axé, tipo músicas assim, muito antigas assim, sabe e a gente reclamava, as professoras sempre falavam...escreve isso e coloca lá na caixinha (Bruna, 26 anos).

Outro elemento que merece ser destacado é a questão dos espelhos. Mesmo por fazer parte da logística da franquia, as mulheres se incomodavam pelo fato de não tê-los no local onde se exercitavam. A aluna Márcia comenta sobre a importância do uso do espelho somada ao exercício físico:

[...] Eu adoro espelho! Eu gosto de fazer exercício de frente ao espelho, porque eu me corrijo o tempo todinho, eu acho que o espelho é importante, eu acho que a pessoa tá no pique do circuito, tem que fazer o circuito e tem resultado.

Sem dúvida, os espelhos são muito presentes nas academias mistas, principalmente nas salas de dança e musculação. Assim, as alunas que tiveram contato anterior com essas academias, logo sentiram falta desse objeto no momento da realização dos exercícios na *Contours*. Parece ser evidente, para as alunas da academia feminina, a função “corretora” dos espelhos na execução dos movimentos e posturas. Por outro lado, Pereira (2009), afirma que o espelho também proporciona a contemplação daquele que se vê para aquele que é visto e permite a contemplação do corpo “aperfeiçoado”, ou que se pretende aperfeiçoar. O espelho funciona

[...] não só como meio de admiração do próprio, mas especialmente como meio de auto-regulação. De facto, são muitas as situações que demonstram o carácter examinador do espelho, porque o espelho descreve-nos, devolve-nos, nele examinamo-nos, confirmamos os lugares do nosso corpo, exercemos uma conduta afectiva (PEREIRA, 2009, p.64).

A autora apresenta o meio da “auto-regulação” dos espelhos, momento em que os alunos se examinam e se regulam conforme o que o espelho os mostra. Desse modo, seguem critérios e normas para alcançar as características do que é considerado como “perfeito”. E assim, aqueles corpos que foram aperfeiçoados entram em conflito novamente com o espelho, no sentido de aprimorar o aperfeiçoamento atual e influenciar outros corpos a se aperfeiçoarem. Significa dizer que o corpo aperfeiçoado – o corpo universalizado – é apresentado/idealizado como referência para aquele corpo que deseja se aperfeiçoar, isto é, que deseja atingir determinado padrão.

Aos poucos, percebe-se o poder da auto-regulação dos espelhos e também a presença de certos anseios e motivações das alunas, principalmente quando se refere a um objeto (espelhos) que a própria franquia não priorizava em suas unidades. Outra aluna também incluiu em seu relato a reclamação de não haver espelhos e outras demandas:

[...] Lá no início, eu queria peso, eu queria trabalhar com o corpo e a academia era só aquele circuitinho, aquele negocinho... e eu falava ‘Não gente, eu quero caneleira, eu quero peso, né’. E quando a Juliana pegou a

academia a gente conversava muito, ela me chamava na sala dela e a gente conversava sobre a academia e tal, limpeza, que, quando ela pegou era tudo muito sujo. Mas a mulher estava muito desmotivada, a outra dona né, as caneleiras rasgando, gente, eu olhava e falava 'a gente merece mais, pelo amor de Deus'. A academia era triste, depois que ela pegou, não... deu uma bombada. Eu reclamava dos espelhos, a gente queria espelho, eu precisava, porque a gente ficava no reflexo da janela (risos). A gente precisava (Adriana, 51 anos).

A aluna relata que o seu desejo e o de outras alunas era que a academia instalasse espelhos. Os espelhos de certa forma participam desse cenário montado pelos ideais modernos, uma vez que fomentam um estado pleno de autoexame, autocrítica e autodepreciação permanentes (BAUMAN, 2001). Considerando então o contexto da hipervigilância, o indivíduo, ao se olhar no espelho, possui a prova física e visual do que acertou e/ou o que errou no que se refere ao seu corpo. O princípio é um só, melhorar sempre.

A imagem refletida que o indivíduo recebe do seu corpo, por meio do espelho, provoca sensações. No caso do público feminino, essas sensações correspondem – geralmente- a sentimentos negativos, principalmente quando são confrontados com o ideal de corpo já estabelecido. Por isso que em seu relato, a professora Carol justificou que a não presença dos espelhos no antigo endereço era para evitar o culto ao corpo pelas alunas. Considerando esse ideal de corpo, mesmo que certos objetivos sejam traçados a fim de atingi-lo, eles serão passageiros. Para Bauman (2001), é apenas uma etapa alcançada de um esforço sem fim.

Lipovetsky (1997, p.152) argumenta que a terceira mulher pode estar interessada na busca desse corpo ideal, pois o contexto social em que ela está inserida promove ações e oferta serviços e informações que estão vinculadas ao corpo, como a atividade física, alimentação, moda e outros:

[...] Proliferação de imagens sublimes do feminino, difusão de massas das informações estéticas, associação da beleza e do consumo, valorização social dos cuidados corporais, retórica publicitária, voluntarismo das mensagens, são todos eles dispositivos que edificam a era democrática do belo sexo.

A era democrática da mulher e o seu novo lugar na sociedade se confrontam com certo modelo midiático e perfil de corpo desejável. Dessa forma, a terceira mulher está disposta a tantas opções de consumo e a diversas maneiras e informações sobre como atingir esse determinado corpo. Para o autor, o mundo da publicidade educou as mulheres para uma visão consumista da beleza. A beleza é importante, mas o consumo é primordial.

Ainda sobre os espelhos, Sabino, citado por Vaz (2001, p.67), fez uma interessante comparação entre os templos religiosos e as academias. Assim como os templos, as academias possuem hierarquia, roupa, gestos, sons, gostos, olhares e odores muito próprios, assim como as orações repetidas e as penitências peculiares. Desse modo, os espelhos aparecem como confessionários desses templos. Refletem os “pecados” dos fiéis, pecados que os levaram ao arrependimento de não haver seguido as normas do corpo considerado ideal. O arrependimento se transforma em penitências corporais e alimentares, onde o fiel se dispõe a seguir rigorosas dietas e exercícios físicos. Se não seguir as determinadas recomendações, o sujeito será castigado, terá que conviver com os resultados do pecado instalados no seu próprio corpo.

Considerando ainda o relato de Adriana e o que foi exposto no Capítulo I, pode-se citá-la como um exemplo de consumidora *cool*. Consumidora exigente, aquela que busca qualidade para a satisfação de seus desejos plurais. Nesse sentido, percebe-se que o perfil de “exigente” das entrevistadas se articula com o consumo *cool* e que transita pelo que se interpreta por consumo reflexivo.

Giddens (2002, p.39) argumenta que a consciência reflexiva é inerente e acompanha toda ação humana,

[...] Todos os homens monitoram continuamente as circunstâncias de suas atividades como parte do fazer o que fazem, e esse monitoramento sempre tem características discursivas. Em outras palavras, se questionados, os agentes são normalmente capazes de fazer interpretações discursivas da natureza e das razões do seu comportamento.

Nesse sentido, a partir dessa consciência reflexiva, as alunas questionam, investigam, refletem sobre o que é melhor e se os serviços que buscam correspondem positivamente ao que querem. Ao mesmo tempo, são consumidoras

que querem um trabalho personalizado, serviços de qualidade, como o caso da aluna Adriana.

Certamente, vive-se em um contexto em que o consumo e a qualidade são priorizados a cada instante, permitindo as pequenas e até mesmo as grandes extravagâncias de refinamentos nem sempre visíveis. Refinamentos para o prazer dos sentidos, que provocam uma emoção, sensação de conforto e bem estar (SANTAELLA, 2008). “A gente merece mais, pelo amor de Deus”. A fala da aluna elucida um tipo de “sentimento”, “emoção” quando se referiu a um possível “descaso” da ex-dona da unidade. As usuárias querem qualidade dos equipamentos, prazer em permanecer na academia, ouvir músicas da sua preferência, estar em um espaço limpo, bem climatizado e usufruir de um atendimento também de qualidade. No que se refere ao atendimento, a aluna Fabiana reclamou sobre uma profissional que trabalhava na antiga unidade:

[...] Entrou uma estagiária na antiga gestão e ai ela foi, nada competente, nada ética, nada atenciosa, sabe esse excesso de “num dá pra ficar nenhum dia”... aí eu fiz uma sugestão. [...] Esse foi o único *feedback* negativo que eu dei, porque nossa, não tinha condição da estagiária continuar mesmo.

A dona da unidade pode ter assimilado as exigências com o nível social e profissional das alunas. Foi perguntado à professora Carol sobre a “exigência” de suas alunas:

[...] são bastante exigentes, a gente tem aquelas mais exigentes, elas vão cobrar mesmo, elas vão pedir, por exemplo, coisas que pra gente é muito pequeno e que pra elas é muito grande, faz toda diferença, desde a limpeza, até o som, se tá alto ou se tá baixo, se o ar condicionado tá muito quente ou não tá. Eu olho isso também até por onde a gente está situado, tipo assim, o nível delas né, a localização onde elas estão, porque eu já trabalhei em outras academias, então você vê que o nível de exigência, até pelo valor que elas pagam, é diferenciado. E eu tô falando de mulher, porque eu trabalhei em outra academia convencional, mas eu só trabalhava com mulher, então o nível de exigência é bem diferente, mas eu coloco isso tudo na balança, localização, o nível de escolaridade delas, a profissão, então a gente sempre procura estar na linha delas, a gente tenta antecipar os problemas.

A professora também associa a exigência das alunas com o valor da mensalidade pago, a localização da academia, a escolaridade e o nível profissional. Conforme relatos das entrevistadas, elas alegam que esses fatores influenciaram, na verdade, no momento de escolha da academia. Considerando as opções disponíveis no mercado, a aluna escolherá aquela que melhor lhe atenda, mesmo que essa academia não esteja de acordo com o que deseja, fará sugestões/reclamações para ajustar os serviços prestados ao que considere como ideal. A aluna Márcia mostra isso:

[...] Olha só, eu sou um pouco exigente pra exercício, detesto academia que todo mundo faz a mesma coisa, num acredito que todo mundo precisa da mesma coisa [...] Aqui [*Contours*] eu acho que o trabalho é mais direcionado ao que você precisa [...] Então por isso que eu procurei, porque ela é direcionada para o que a gente quer.

A reflexividade contínua se propaga em todos os comportamentos e ações dos indivíduos, até mesmo na decisão de escolha e permanência em uma academia. Para Giddens (1991, p.45), a reflexividade é social, por ser, mais que uma forma de pensar, por ser um modo de vida.

A reflexividade da vida social moderna consiste no fato de que as práticas sociais são constantemente examinadas e reformuladas à luz de informação renovada sobre essas próprias práticas, alterando assim seu caráter.

Para se entender melhor essa reflexividade, Giddens traz a questão dos pais e filhos. O autor observa que, na sociedade contemporânea, as relações de parentesco, que até então eram fundamentadas na autoridade total dos pais ou dos mais velhos, são supridas pela confiança e diálogo, fundamentadas na reflexividade. Com a ampliação da reflexividade, passa-se por uma fase que demonstra um novo tipo de relacionamento entre pais e filhos: “declarar independência emocional dos pais é um meio de ao mesmo tempo começar a modificar a narrativa do eu e fazer uma defesa dos próprios direitos” (GIDDENS, 1993, p.122).

Desse modo, através das interpretações e do monitoramento das informações constantemente vinculadas socialmente, as alunas estão cada vez mais conscientes do que querem e do que esperam encontrar na academia. Por mais que para Juliana seja considerado algo mínimo, para essas consumidoras são detalhes bastante relevantes, como o caso do uso dos espelhos ou a presença de papel higiênico nos banheiros.

Sabendo do valor pago, as alunas disponibilizarão de sugestões que atendam suas necessidades e que façam juízo aos investimentos realizados nesse específico serviço. Aos olhos da gerência e dos profissionais, são exigências de suas clientes. No que diz respeito às alunas, refere-se a um consumo que oscila entre o *cool* e o reflexivo. É importante destacar que a reflexividade não significa somente um conhecimento altamente elaborado, mas um conhecimento, no caso das alunas *Contours*, do que estão consumindo enquanto produtos e informações.

A fim de atender aos “ajustes” das alunas, Juliana mudou para um novo endereço e conseguiu atender boa parte das sugestões e sanar as reclamações. A intenção é sempre manter a satisfação das alunas e proporcionar um serviço de alta qualidade e, para isso, projetam rigorosamente um ambiente que possa trazer “satisfação” às alunas nos momentos que permanecem na academia.

Desse modo, a empresa que adota a segmentação de mercado, no caso a *Contours*, reconhece que os alunos/clientes têm desejos, poder de compra, localização geográfica, atitudes e hábitos diversificados. O poder de compra atrelado aos desejos/necessidades dos consumidores faz como que esses empreendimentos específicos planejem programas de marketing que se aproximem mais da satisfação de desejos e necessidades do grupo, ou dos grupos escolhidos como mercado-alvo. Assim, para Las Casas (1997), uma empresa que pretende atender bem aos desejos e necessidades de seus clientes precisa identificar qual a porção exata do mercado que quer atingir.

Além da seleção exata dos clientes a partir das suas preferências, as organizações precisam identificar as partes de um mercado consumidor homogêneo, que ainda não tenha sido preenchido por concorrentes (PAVANI, 2008). Como se observa, a *Contours* conseguiu identificar esse grupo consumidor específico e se instalou em um local sem concorrentes para esse segmento, isto é, não há outra academia para mulheres no Município de Vitória. Uma vez identificado o grupo

consumidor, a academia/empresa sempre procura atender bem as preferências das suas alunas/consumidoras, mesmo considerando-as exigências dispensáveis.

3.4 AS ACADEMIAS E OS SEUS SERVIÇOS

Esta categoria formou-se a partir de elementos que surgiram no relato das entrevistadas e nas observações no campo. Durante as observações, surgiram indagações sobre quais seriam as aproximações e as distinções entre a academia feminina estudada e as academias mistas. Para isso, entende-se que seria apropriado mostrar ao leitor a opinião das alunas sobre possíveis diferenças e/ou equidades entre a *Contours* e as academias mistas. Além disso, será feita uma análise comparativa entre pesquisas já publicadas sobre as academias mistas e a *Contours*, de modo a contribuir com reflexões para esclarecer algumas lacunas que emergiram no período das observações.

Em um primeiro momento, será exposta a opinião das entrevistadas sobre essa questão. Em segundo, um diálogo com trabalhos sobre as academias mistas, comparando os seus achados com as observações realizadas na *Contours*, descritas no Capítulo II.

O quadro 3 – Frequência nas academias mistas - expõe a relação das alunas que já frequentaram ou não as academias mistas:

ENTREVISTADA	JÁ FREQUENTOU?	QUANTO TEMPO?
Márcia	Sim	35 anos ⁴²
Sandra	Não	-
Carla	Sim	6 anos
Bruna	Sim	3 anos
Cátia	Sim	20 anos
Adriana	Sim	1 mês

⁴² A aluna não soube relatar exatamente quanto tempo frequentou as academias mistas. Ao relatar essa frequência de 35 anos, ela quis dizer que desde muito nova se preocupava com a saúde e realizava atividade física, como: corrida, exercícios acompanhados por um profissional em sua residência e, posteriormente, frequentou as academias.

Luísa	Sim	15 anos
Patrícia	Sim	10 anos
Fabiana	Sim	13 anos
Amanda	Não	-
Rose	Não	-

QUADRO 3 - FREQUÊNCIA NAS ACADEMIAS MISTAS.

Fonte: Elaborado pela autora.

Como se pode observar, das onze entrevistadas, oito já praticaram atividade física em uma academia mista. A aluna Adriana teve uma experiência rápida nessas academias, comparada com o longo período que as demais entrevistadas apresentaram. Adriana relata o motivo da sua breve passagem por uma academia não exclusiva e sua impressão:

[...] Pois é, meu marido queria que eu malhasse com ele, então eu sai daqui [da *Contours*] por 1 mês e fui pra academia dele, ai eu não gostei. Eu disse “só fico se você me pagar um personal”, ai ele disse “num vô não senhora”. Eu acho que depende do perfil da pessoa sabe, aqui [a *Contours*] são pessoas mais tranquilas, com questão de visual, com aparência, tem gente que gosta de aparecer. Eu nunca tive esse perfil nem quando mais nova, de mostrar corpo essas coisas [...].

Apesar de a aluna não caracterizar claramente em seu relato sobre a academia mista que frequentou, deixa pistas que são academias que transmitem uma visão contrária a *Contours*. Ou seja, são espaços compostos por pessoas “preocupadas” com a aparência, que gostam de aparecer, de serem notadas.

Em relação a ser “notada”, uma aluna comenta sobre sua percepção entre a *Contours* e a academia mista que frequentou:

[...] Eu sinto muita diferença, assim pela atenção das professoras, que é quase uma personal, tá ali do lado o tempo inteiro [...] O que mais me chamou atenção foi ser uma academia para mulheres, eu achei que a gente tem mais privacidade, num fica sujeito ao olhar do homem, do outro, mulher com mulher tudo é mais tranquilo né, a gente fica mais íntima [...] A

academia grande tipo a Vitória Sports⁴³, meus filhos malharam lá por muitos anos, e a Vitoria Sports vivia me convidando pra ir, porque seria um plano familiar e ia ficar mais barato, sempre fiquei tentada, cheguei a olhar, mas eu acho que é uma **academia impessoal**, num tem essa interação que tem aqui. Lá é cada um com seu *personal*, todo mundo desfilando, a roupa mais chique, se você num tiver maquiada, se você num tiver com aquela roupa top da moda, **você é um nada, ninguém nem te olha** (Cátia, 59 anos, grifo nosso).

O depoimento da entrevistada ratifica a principal escolha das mulheres ao frequentarem uma academia feminina: maior “privacidade”, não ter a presença de homens. Além disso, a aluna sentiu certo desconforto quando visitou a citada academia mista. Nesse caso, Cátia caracterizou as academias mistas como impessoais, com pouca interação e intimidade entre os alunos, sendo um local onde cada indivíduo está preocupado somente com os fins direcionados ao corpo. Ao mesmo tempo, segundo a aluna, se você não estiver portando o “padrão” que a moda e a mídia sugerem nesses ambientes, “você não é nada, ninguém te olha”. A entrevistada se limitou falando sobre a indumentária e maquiagem que as mulheres usam na específica academia mista. Porém, acredita-se que também se pode citar o corpo como algo da “moda” e até mesmo como um elemento intimidador.

No período em que realizava as observações em campo como aluna, consegui prestar atenção na conversa entre duas alunas⁴⁴ enquanto realizavam seus exercícios. Uma comentou com a outra que havia saído da academia Vitória Sports, pois havia se sentido intimidada pelas outras alunas que se exercitavam lá. A aluna explicou para a amiga que as mulheres eram “grandes”, ou seja, musculosas, com o corpo definido, e se sentiu desconfortável por não possuir aquele corpo, por não ser como elas. Essa intimidação a motivou a procurar outra academia, no caso, a *Contours*.

Considerando ainda o relato da entrevistada Cátia, a aluna afirma o que a fez permanecer na *Contours*: “[...] me sinto parte da família, tô aqui há tantos anos, conheço todo mundo. Todo mundo me conhece, sabe o meu nome, todo mundo sabe o que eu faço, como é que eu sou, então isso é muito legal”. Cátia se sente bem na academia feminina, pois se sente reconhecida pelas demais usuárias. Para a aluna, esse reconhecimento e proximidade com os profissionais da academia e as

⁴³ A Vitória Sports é uma academia mista, também situada no bairro da Praia do Canto.

⁴⁴ A aluna que fez o comentário no diálogo descrito foi a entrevistada Bruna, a outra não compõe o quadro de entrevistadas.

colegas de atividade física é um diferencial, quando comparado a uma academia mista.

As entrevistadas Carla e Bruna descrevem, respectivamente, sobre algumas diferenças que perceberam entre a *Contours* e a academia mista:

[...] É, se diferencia porque é mais voltada pra mulher né, eu acho que é isso. Nas outras academias, eu achei, é fazer e pronto! Aqui, elas olham se você tem dor aqui, tem dor ali... vamo fazer desse jeito. Então tentam adaptar pra todo mundo, então, é diferente das outras academias.

Tem, assim... é, primeiro que os aparelhos, a maioria dos aparelhos são aparelhos voltados pro feminino, assim, e as professoras [...] E também, assim... a gente fica mais a vontade, também de malhar, quando tem só mulher, porque as vezes a gente faz... eu assim, fiz uns 3 exercícios que eu acho que não teria coragem de fazer perfeitamente numa academia com homem, entendeu... eu já malhei em academia com homem e querendo ou não... ou você vai pra um cantinho reservado fazer, ou você acaba fazendo com a postura errada, porque você olha aqui...tipo, vê se tá legal, vê se tá aparecendo alguma coisa. Então eu acho essa questão de você ficar mais à vontade, acho que é isso.

As entrevistadas, ao compararem suas experiências em uma academia mista com a *Contours*, frisam que há diferenças em relação ao maquinário que são específicos, ou seja, uma academia voltada para as mulheres. Bruna deu ênfase à ausência de homens, que demonstrou trazer certo desconforto. Para evitar esse constrangimento, na época em que se exercitava em academias mistas, procurava um lugar reservado ou acabava realizando-o com uma postura errada, justamente para evitar o “olhar” masculino.

É comum se encontrarem nas academias mistas lugares reservados para as mulheres realizarem exercícios que utilizam caneleiras, geralmente direcionados para pernas e glúteos. Do mesmo modo, algumas academias separam os aparelhos de perna e glúteo dos aparelhos dedicados aos braços, costas e peito. Pode-se dizer que há uma divisão da academia por gênero. Há uma área destinada para a musculação masculina e a outra para a musculação feminina. Mesmo que para muitos alunos não seja um problema transitar entre essas “áreas classificatórias”, para outros pode se tornar um problema a ponto de não realizar o exercício recomendado (ou corretamente, como a Bruna) ou procurar outra academia. Outra aluna expõe a sua percepção:

[...] Com certeza, na direção dos exercícios, porque acaba que os homens e as mulheres ficam fazendo os exercícios nas academias tradicionais, igual né. Eu tenho a sensação que são iguais, e a feminina dirige mais pros **músculos femininos**, que ficam mais evidentes de serem trabalhados, mas também porque a feminina pelas profissionais serem mulheres, entendem com mais **sensibilidade** como a gente se sente quando não alcançamos um objetivo ou, ai como é que vou explicar..... ah! Entende quando tá de TPM, entende quando você tá pra baixo, porque não alcançou um objetivo. Já nas academias tradicionais, passa um pouco, pra mim, pra minha experiência... **uma coisa meio mecânica, não é muito personalizada** (Fabiana, 51 anos, grifo nosso).

Destacam-se alguns pontos no relato de Fabiana que merecem ser problematizados. A aluna usa o termo “músculos femininos” para fazer alusão a específicas partes do corpo que são mais trabalhadas pelas mulheres, como as pernas, glúteos e abdome. Da mesma maneira que os aparelhos de musculação nas academias mistas são dispostos “de acordo com o gênero”, pode-se associar que o grupo muscular exercitado por essas máquinas também sofre um tipo de “classificação”. Ou seja, músculos dos braços, costas e do peitoral correspondem ao sexo masculino, e os músculos do glúteo e das pernas remetem ao sexo feminino. Sobre as academias mistas, Santos e Salles (2009, p.95) destacaram:

[...] observamos, em nosso estudo, uma verdadeira divisão de espaços. Existem aparelhos que parecem ‘vedados’ a um e a outro. As mulheres se concentram nas áreas onde se encontram os aparelhos que ‘trabalham’ os músculos das pernas e os glúteos, enquanto os homens se exercitam nos aparelhos que ‘trabalham’ intensamente os braços e o tórax. Os exercícios para glúteos são completamente ‘interditados’ aos homens. Para as mulheres, são vedados os exercícios mais pesados de supino e de barras, considerados masculinos.

De acordo com as observações realizadas na *Contours*, há a predominância de aparelhos de musculação “inerentes” às mulheres ou aos “músculos” femininos, como: o Leg Press 45, a cadeira extensora, cadeira adutora e abduutora, *Smith Machine*, mesa flexora, entre outras máquinas. A relação dos músculos com o gênero é percebida no próprio relato da aluna, quando justifica sua escolha por uma academia exclusiva:

[...] Primeiro, quando vi a placa pra mulheres, pensei que ela podia ser adaptada em termos de equipamento ou direção de exercício mais pras mulheres, porque **meu marido reclamava** que algumas atividades, alguns exercícios trabalhavam muito as costas [quando a aluna se exercitava em uma academia mista], e ele falava “Fabiana, **você tá ficando com costas de homem!**”... Ai eu fui procurar exercícios mais específicos pras mulheres [...] (Fabiana, 51 anos, grifo nosso).

Fabiana, com a intenção de atender às reclamações do marido, foi procurar outra academia que não a deixasse com “costas de homem” e/ou que não trabalhasse os “músculos” ditos masculinos. Sobre essa questão, ao abordar as construções corporais da feminilidade e da masculinidade, Malysse, citado por Santos e Salles (2009, p.95), anunciou que no Brasil, a ideologia do gênero associada ao erotismo parece expandir a distância anatômica entre homens e mulheres. Essa estetização de ideologia de gênero isola o corpo em duas partes: “as partes superiores (braços, ombros, peitorais), associadas aos atributos de virilidade, enquanto as partes inferiores (quadril, nádegas e pernas) representariam os atributos da feminilidade” (idem).

Além disso, o estímulo inicial da entrevistada para sair de uma academia mista e ir para uma academia feminina foi a reclamação do marido. Isso significa que não foi uma motivação pessoal, a priori, buscar uma academia que possuísse equipamentos e exercícios específicos para o público feminino.

Outros pontos que merecem ser problematizados referem-se ao momento em que Fabiana comenta sobre uma maior sensibilidade e compreensão por parte das professoras no que diz respeito “aos problemas femininos”, como a Tensão Pré-Menstrual, por exemplo. Além disso, ao comparar a *Contours* com as academias mistas, considera estas pouco personalizadas.

A aluna quis destacar o desempenho das professoras de uma maneira além da prescrição de exercícios. É atribuído a essas profissionais o importante papel de “psicólogas”, ou seja, quando as alunas possuem algum obstáculo, algum tipo de dificuldade ligado, principalmente, ao plano emocional, as professoras as recebem de uma forma mais positiva e “sensível”.

Pereira (2009) considera, atualmente, os denominados *personal trainers* como profissionais que também desenvolvem processos de exame pessoal e de confissão contemporâneos, na relação estabelecida com seu aluno/cliente. Os

indivíduos que desejam treino individualizado, aconselhamento técnico ou apoio emocional para os seus programas de exercícios podem contratar treinadores pessoais, da mesma forma como podem contratar advogados, psicoterapeutas, entre outros.

Nessa perspectiva, pode-se aproximar o papel de “conselheiros” do *personal trainer* com a “sensibilidade” em recepcionar as lamentações das mulheres pelas professoras da *Contours*, até porque as entrevistadas associaram o trabalho dos *personal trainers* com a atuação das professoras. De fato,

[...] a atmosfera confessional estabelecida pela relação privada de intimidade e confiança com o *personal trainer* encoraja a que o cliente livremente confesse as suas limitações e fraquezas, a ‘verdade’ de que o seu corpo não está em forma, que tem que manter-se no exercício e na dieta (PEREIRA, 2009, p.72).

Na realidade, afirma Pereira (2009), uma das qualidades apontadas pelos treinadores pessoais (professoras da *Contours*) para o seu sucesso é a capacidade de ser um “bom ouvinte”, não só para ouvir as necessidades do aluno/cliente face aos cuidados do corpo, mas até mesmo para ouvir confidências que revelem as suas fraquezas frente a esses mesmos cuidados: “elas são sempre muito atenciosas, a gente brinca, conversa coisas pessoais, profissionais, entendeu” (Bruna, 26 anos).

Essa compreensão “diferenciada” ou “personalizada” das professoras contribuiu, de certo modo, para a permanência das entrevistadas na *Contours*. Todavia, ficam questões: e as academias mistas que possuem professoras? O que as diferenciam das professoras que trabalham nas academias exclusivas?

Adiante, será trabalhado o segundo momento do tópico, tomando como base pesquisas sobre as academias mistas, de modo a trazer também para o debate as observações em campo.

O estudo de Santos e Salles (2009) se concentrou em uma academia mista da zona norte do Rio de Janeiro. Observaram que essa possuía aparelhagem de som com músicas modernas e ritmos acelerados. Como já foi relatado no capítulo das observações, a *Contours* também possui esse tipo de estilo musical, que tem o propósito de “estimular” os alunos durante a execução dos exercícios.

Em relação às roupas e os calçados usados na academia, os autores evidenciaram que esses acessórios, muitas vezes de elevado custo, associam-se a um corpo “bem malhado”, parecendo fazer parte de um processo “competitivo”:

[...] As roupas, sob um discurso de facilitarem os movimentos corporais, deixam o corpo bem exposto ao olhar, não apenas pelo reduzido tamanho das peças, mas, sobretudo, por serem justas no corpo, permitindo uma ‘exibição’ das suas formas e contornos (SANTOS; SALLES, 2009, p.91).

Apesar de as alunas portarem tênis e roupas de ginástica de elevada aquisição, não se presenciou nenhum tipo de competição entre elas, principalmente com a finalidade de exibi-los em um corpo “sarado”. Esse aspecto também foi observado entre as alunas mais jovens, no momento das observações e considerando o relato das entrevistadas Amanda e Bruna, também não se percebeu nenhum tipo de competição no que se refere à exposição do corpo.

Em relação ao tamanho das peças, com a intenção de deixar o corpo exposto ao olhar do outro, percebe-se que as mulheres não estão muito preocupadas com isso. A maioria das alunas usam roupas que não marcam o corpo. Contudo, são roupas provenientes de marcas famosas do meio esportivo. É claro que há aquelas que vestem roupas mais justas, no entanto, relataram que se sentem mais à vontade em usá-las na academia feminina. Apesar de a roupa justa destacar as formas do corpo, não há a presença do homem. Esse detalhe acaba as deixando despreocupadas se a roupa está “marcando” ou não.

Os autores também observaram, na academia mista investigada, que os alunos conversavam mais do que se exercitavam. E os assuntos eram variados, conversavam sobre dietas a relacionamentos amorosos. Sobre a modalidade musculação, os autores relataram que

[...] Apesar de a musculação ser uma atividade individual, vimos a formação de grupos, reunidos ao redor dos aparelhos, ajudando-se nos exercícios e conversando durante o repouso. Vários grupos combinavam encontros e programas fora da academia, evidenciando que dali surgem relacionamentos de amizade, ampliados para outros espaços (ibidem, p.92).

Já na *Contours*, essa modalidade também possibilitava momentos de interação entre as alunas, bem diferente do que foi visto sobre o circuito dos 30 minutos. Perguntou-se para as onze entrevistadas se haviam feito amizades na academia e todas responderam positivamente. No entanto, cinco alunas responderam que essas eram amizades de academia, isto é, não se encontravam em outros lugares, apenas na *Contours*. O relato da Fabiana exemplifica essa situação:

Eu fiz, mas dentro da academia, *facebook*, redes sociais. Eu fico naquela de ir ao café, mas às vezes o café é na hora que eu tô no consultório, às vezes o café é na semana que eu tenho algum compromisso, acabo não indo.

Esse é o perfil da terceira mulher. Por conta dos compromissos relacionados ao trabalho, casa e filhos, acaba não restando tempo para desenvolverem e/ou realizarem certas atividades, como, por exemplo, sair para tomar um café com as amigas. Lipovetsky (1997, p. 238) argumenta que

[...] Devido aos encargos familiares de que estão incumbidas, as mulheres estão profissionalmente menos disponíveis e têm menos mobilidade do que os homens; elas saem menos frequentemente do seu domicílio por razões profissionais do que os homens e trabalham mais perto dele do que o seu cônjuge. Quando os filhos estão doentes, são maioritariamente as mães que assumem os cuidados.

O lugar contemporâneo das mulheres no mundo do trabalho e da família ilustra a figura da terceira mulher como um combinado de avanço igualitário e de continuidade desigual. Nos dias atuais, as mulheres conquistaram o direito a independência econômica e o direito de desempenhar todos os empregos e deter todas as responsabilidades. Contudo, a diferença trabalho masculino *versus* trabalho feminino continua em grande medida. As mulheres são maioritariamente ativas, mas sua preponderância na esfera doméstica continua a ser gritante (LIPOVETSKY, 1997).

Mesmo que Fabiana tenha citado compromissos apenas pelo lado profissional, sabe-se que, como mãe e esposa, há outras responsabilidades, como

cuidados com a casa e com os filhos. Esses cuidados demandam tempo e, provavelmente, são postos em prática no período em que ela não está no trabalho. Nesse sentido, mesmo que no contemporâneo os homens intervenham, mais do que no passado, nos afazeres domésticos, a gestão da vida cotidiana continua a caber prioritariamente às mulheres (LIPOVETSKY, 1997).

Já a aluna Márcia, embora tenha suas obrigações como empresária, não abre mão de sair:

[...] Encontramos, foi como eu falei, tem a turma do café, de sair pra conversar. [É um grupo específico?] Não, tem uma jovem aqui que trabalha o dia inteiro e estuda, quer dizer, essa aí nem podemos contar com ela, mas tem pessoas que tem mais tempo, tem mais disponibilidade, então a gente marca um café, marca um shopping, vai na casa de alguém. Acho que a questão não é de ser um grupo fechado, mas sim de oportunidades.

A Márcia também é um exemplo de terceira mulher. Como é sabido, essa entrevistada é divorciada e, assim, as “obrigações” domésticas não são tão evidentes quando comparadas com uma aluna casada. Diante disso, imagina-se que a Márcia detém de maior tempo livre para sair e socializar com as amigas. Considerando os casos da Fabiana, que não possui tempo para sair, e o da aluna Márcia, que consegue participar desses encontros, parece que há um “dualismo” que transpõe aspectos negativos e positivos, respectivamente. Isto é, a mulher que trabalha fora e ainda executa tarefas do lar é impedida de investir na sua vida social. Sobre essa questão, Lipovetsky (1997, p. 252) argumenta que

[...] as novas classes médias, as mães vivem por vezes com orgulho a sua capacidade de conseguir conjugar a profissão com as tarefas maternas. Transferindo as suas competências profissionais de organização e de iniciativa para a esfera doméstica, as mulheres detêm uma dupla recompensa da sua capacidade de dominar dois universos, o do trabalho profissional e o da ‘empresa-família’.

Para o autor, a mulher que consegue ser independente financeiramente e ao mesmo tempo ter controle sobre a organização do lar é tido como algo positivo, nos dias de hoje:

[...] Ninguém duvida que o lugar central das mulheres na vida doméstica se pode relacionar com normas legadas pela história, mas se esta posição se mantém nos nossos dias é porque, através dela, as mulheres podem demarcar as suas fronteiras, organizar um interior conforme ao seu gosto, e assumir-se como construtoras de todo um conjunto de atividades quotidianas. Apesar de serem muitas vezes vividas como tarefas desagradáveis, as atividades domésticas não deixam de ser formas de controlar um território e de edificar um mundo próprio.

O que se quer destacar é que o perfil e/ou a posição social da terceira mulher não é algo estritamente definido, como foi no passado. As características das entrevistadas, como se pode observar, são diferentes, porém as condições sociais atuais fazem com que essas mulheres se aproximem do que Lipovetsky (1997, p. 254) aborda sobre o conceito de terceira mulher. Para o autor, a posição social da terceira mulher é tida como indeterminada, pois já nada define imperativamente o seu lugar na ordem social. “Presentemente, o lugar privilegiado das mulheres na esfera doméstica se tornou conciliável com a vida profissional e a autonomia individual”.

Percebe-se que as alunas da *Contours* interagem, fazem amizades e a sociabilidade está presente nessa academia. No entanto, não com a mesma intensidade como descrito na academia mista do estudo de Santos e Salles (2009). Pode-se dizer que as alunas mais se exercitam do que conversam. Nesse sentido, socializar-se e fazer amizades não são os principais objetivos buscados pelas mulheres quando escolheram se exercitar na *Contours*.

Outro ponto a ser considerado na relação entre as academias mistas e a *Contours* é a crescente preocupação com a saúde e, sobretudo, com a beleza, especialmente na contemporaneidade. Bassani, Torri e Vaz (2007) argumentam que as expressões mais significativas dessa centralidade do corpo estão relacionadas ao consumo. O consumo cada vez maior de espaços e intervenções tecnológicas destinados à prática de atividades corporais, como as academias, as clínicas para tratamento estético e consultórios médicos de cirurgia plástica. Desse modo, inclui-se como opções de consumo as academias mistas e as academias para mulheres. Esses espaços se aproximam com a mesma finalidade: oferecer atividades e exercícios que melhor atenda ao desejo/necessidade do consumidor.

Nas academias mistas, a ideologia do *fitness* é predominante. E um dos maiores estandartes anunciados por essa ideologia foi chavão “*no pain, no gain*”, que em síntese significa:

[...] incitava os participantes a sempre ultrapassar os limites físicos da dor durante as atividades de exercitação corporal intensa, pois só dessa maneira seriam obtidos os benefícios estéticos, emocionais, morais e de saúde preconizados em tais práticas (ESTEVÃO; BAGRICHEVSKY, 2004, p.19).

A dor muscular proveniente da exercitação corporal é vista como resultado um de trabalho sério. O corpo desejado só será alcançado mediante a grandes esforços, sempre na tentativa de ultrapassar a condição física atual. Sobre esse aspecto, foi perguntado para as entrevistadas o que elas achavam sobre esse tipo de dor. Nove alunas responderam que gostam quando sentem essa dor após realizarem os exercícios. Fabiana e Luíza, respectivamente, relatam as suas experiências:

[...] Adoro, adoro, parece que a dorzinha mostra que a gente trabalhou, eu sei que não é, mas como se lembrasse... olha, ‘você conseguiu trabalhar esse músculo!’ Gosto. Vale a pena, porque eu vejo resultado de ganho de massa, de redução de celulite, de firmeza dos músculos, o braço é o mais difícil né.

[...] Ah, vale a pena, é ruim não, é uma dorzinha boa. Porque eu não sei, é uma dorzinha que você fala ‘ah, eu treinei’. Eu não acho ruim não.

A aluna Fabiana associa a dor aos ganhos estéticos do corpo. Isso significa dizer que a dor é considerada como um “sinal” que transmite ao sujeito a sensação de que os músculos estão sendo trabalhados com vigor e de forma “correta”. Pode-se aproximar a realidade das alunas que apreciam a dor proveniente dos exercícios físicos com o treinamento de atletas e bailarinas. É claro que a intensidade e o tipo de treinamento são totalmente diferentes, até mesmo quando se refere à “gravidade” da dor. A dor, quando se trata de atletas e bailarinas, pode perdurar por um período mais longo ou estar associada a algum tipo de lesão oriunda dos treinamentos.

Contudo, o que se destaca é o sentimento de vivenciar o “limite” que está presente entre esses indivíduos.

Esses sujeitos “se habitam a viver no limite; sofrem, mas acreditam ser superiores e fortalecidos após cada superação: cicatrizes e hematomas provam um suposto avanço” (GONÇALVES; TURELLI; VAZ, 2012, p. 147). Desse modo, pode-se pensar que a dor sentida pelas alunas reflete o eminente avanço do corpo e a sua concentração em determinada região denota o fortalecimento e a superação dos limites. A entrevistada Cátia comenta sobre isso:

[...] Eu acho que é necessário né, isso significa que você trabalhou bastante o seu músculo, ele precisa se inflamar pra poder ficar forte, enrijecer, talvez até crescer, dependendo do objetivo de cada uma. Eu acho que é importante, significa que eu malhei com vigor e eu gosto que tudo que eu faço fazer com muito vigor, com muita verdade, não finjo, tem gente que chega aqui, faz o exercício com moleza e ainda vai embora reclamando. Eu não, eu justamente sinto prazer, porque eu faço tudo com muito rigor, na hora de correr e caminhar é a mesma coisa.

Além de a dor ser associada à uma constatação satisfatória dos exercícios físicos, as entrevistadas também a aproximam ao sentido de prazer:

[...] Ah eu acho gostoso, que assim trabalha meu músculo. Sábado eu fiz umas aulas, nossa senti músculos que tinha tempo que não sentia (risos). Ai falei ‘que dor gostosa’. Eu gosto porque você vê que trabalhou seus músculos, que as vezes se tá fazendo as mesmas coisas, ai você fala “nossa, parece que você não tá fazendo nada”. Eu percebi isso no sábado, eu fiquei toda dolorida, pra mim é bom (Carla, 45 anos).

Assim como o prazer está presente no consumo de produtos e serviços, pode-se também relacioná-lo com a dor proveniente da exercitação corporal. A recepção da dor pela a maioria das entrevistadas é vista como algo positivo, prazeroso, como já dizia Courtine, citado por Estevão e Bagrichevsky (2004, p.19), “os *dolorosos prazeres* dos exercícios físicos”. As alunas atribuem significados positivos à dor, pois a relacionam como uma consequência para a construção ou alcance de um “bem maior”, no caso, um corpo livre de celulites e mais próximo de resultados esperados:

[...] Eu acho bom, adoro sentir. Eu acho que, sei lá, penso que é resultado vindo, num ligo de sentir não (Amanda, 20 anos).

[...] Nossa, é bom demais!! Isso pra mim é um retorno, essa dorzinha... viajei agora quinze dias e voltei semana passada. Nossa, na sexta-feira eu tava igual uma operada, amo! Isso pra mim é um máximo (Adriana, 51 anos).

A dor é a consequência mais ambicionada pelas alunas após os exercícios físicos. E quanto maior a sua persistência, maior será o incentivo e satisfação em continuar com a exercitação do corpo. Porém, quando a dor não é percebida, sentimentos de preocupação e dúvida assombram as mulheres:

[...] Olha, quando não dói, você fica preocupada! (risos). 'Essas pernas não estão quentes', 'essas pernas não estão pesadas', então o negócio não funcionou bem. Eu sou o contrário, se não dói depois do treino, eu fico preocupada (Rose, 55 anos).

“Sem dor, não há ganho”, chavão tão popular, materializa-se no cotidiano das alunas entrevistadas. O esforço e a dor não são somente experienciados através dos exercícios físicos, mas também pelas dietas, procedimentos estéticos e cirurgias plásticas a que elas se submetem. Parece que a preocupação da aluna Rose não se refere ao não “sentir dor”, e sim às transformações e resultados que essa sensação proporciona ao corpo. Apesar de se identificar e associar a *Contours* com o sistema *wellness*, muitas alunas também buscam o *fitness*, onde a dor e o intenso esforço físico se transformam em prazer e motivação.

De modo geral, a maioria das alunas teve experiências tanto nas academias mistas quanto na academia feminina. Tomando como referência a opinião e a vivência das entrevistadas, estas escolheram a *Contours* por seus treinamentos, equipamentos e orientações personalizadas. Além disso, ao se fazer uma breve análise comparativa entre as academias mistas e a *Contours*, foi percebido que há diferenças entre elas. As mais notáveis se referem ao fato de a *Contours* ser uma academia projetada exclusivamente para o público feminino, o esforço em oferecer um serviço “personalizado” às alunas/clientes, as roupas utilizadas pelas alunas sem o propósito de competição e a interação entre as alunas comprometida pela

metodologia dos 30 minutos. Já em relação aos pontos em que mais se aproximam, podem-se citar as músicas reproduzidas e o interesse pelo *fitness*.

3.5 O CORPO-BELEZA DA TERCEIRA MULHER: COMPREENSÕES DO CORPO A PARTIR DAS MULHERES FREQUENTADORAS DE UMA ACADEMIA EXCLUSIVA

O presente tópico foi construído a partir das observações e questionamentos que surgiram em contato com o campo de pesquisa. A vivência no cotidiano da academia e, posteriormente, o contato e as entrevistas com as alunas, permitiu ampliar o olhar e as interpretações que envolvem o corpo feminino. Como visto no Capítulo I, o corpo e a beleza no contemporâneo foram articulados socialmente como sinônimos, isto é, a beleza feminina, em tempos passados, estava concentrada na face ou na indumentária. Atualmente, enfatiza-se principalmente o corpo, o qual arrisca-se em denominar, neste trabalho, de corpo-beleza.

Nesse sentido, esses elementos foram primordiais para delimitar a proposta deste tópico, formado por duas categorias que se articulam: a categoria “Principais cuidados e investimentos no corpo feminino” se dispõe a mostrar as principais influências e preocupações das alunas com o corpo. Se estão satisfeitas com os corpos que possuem, quais os investimentos e cuidados corporais e as suas relações, sobretudo, com o consumo. Posteriormente, a categoria “Compreensões e idealizações do corpo da terceira mulher” propõe esclarecer sobre as interpretações e compreensões de beleza e ideal/padrão de corpo e suas associações com a saúde e bem-estar. Interessa destacar que, também, será verificado se as concepções de beleza e corpo se aproximam, a ponto de formarem o binômio corpo-beleza.

3.5.1 Principais cuidados e investimentos no corpo feminino

Conforme as análises das entrevistas e o diário de campo, percebe-se o destaque e a relevância dos cuidados corporais no cotidiano das alunas. Para se entender melhor sobre essa questão, as alunas foram indagadas sobre quando

começaram a se preocupar com o corpo e o que realmente as influenciaram nessa decisão. Seguem os relatos:

[...] Eu me senti muito sedentária, porque eu trabalho muito sentada, desenho, desenvolvo, chegou um ponto nos 50, eu me senti um pouco cansada, queria alguma coisa pra me movimentar, o corpo, eu senti os braços numa lentidão, não estavam acompanhando muito bem a minha mente. Minha mente não estava acompanhando o meu corpo, eu senti aí umas dores, aí fui ao ortopedista ele recomendou RPG, pilates, procurar uma academia. E nesse meio tempo que surgiu a academia da mulher, veio na hora certa (Sandra, 59 anos).

[...] Quando a gente é mais novo, come tudo. A gente percebe né? Deveria ser depois dos 35 anos, que começa as coisas ficar diferente.... Aí depois os 40, que você vê passar o tempo e fica mais difícil conseguir as coisas, é mais depois dos 35 (Carla, 45 anos).

[...] Foi aos 17 anos, me deu um estalo, aí decidi mudar minha alimentação, seguia a orientação da minha família, da minha mãe de não comer muito sal, gordura, não comer fritura, mas aí agreguei outros conhecimentos que a **medicina**, sei lá, os estudos, as pesquisas vão nos indicando e fui sempre procurando esse caminho (Cátia, 59 anos, grifo nosso).

[...] Eu sempre me preocupei, sempre não, depois que eu tive filho né, engordei, só tive um, porque tive filho com 40 né, aí eu engordei muito na minha gravidez (Luísa, 57 anos).

[...] eu fui criada numa família que se preocupava com isso né. A alimentação era rotina na casa dos meus pais, então não havia uma preocupação, era uma cultura mesmo de comer saudável, eu comecei a preocupar mesmo com 38 anos, quando eu pensei que ia chegar aos 40 anos, porque parece que até diminui de estatura, aí falei: 'tô precisando alongar o corpo', 'tô precisando movimentar o corpo', aí entrei na academia. Eu buscando me senti melhor ou prevenir problemas futuros (Fabiana, 51 anos).

[...] Eu sempre tive uma cabeça assim, uma mentalidade saudável, então as minhas filhas falam: 'minha mãe é natureba', 'minha mãe é toda natureza', então eu comecei a conhecer o suco verde, foi uma das primeiras coisas que eu coloquei na minha vida, que eu sabia que me fazia bem. Então eu comecei colocar pra todo mundo em casa tomar, fazia diariamente o suco verde. A partir daquilo ali, eu comecei a investigar a alimentação, eu só não tinha a noção correta, **a internet ajudou muito**, então a partir do momento que tive acesso à internet, facilidade né (Adriana, 51 anos, grifo nosso).

[...] Acho que com meus 18 anos. Acho que **a mídia**, de uns anos pra cá, tá muito isso né, academia, todo mundo ficar bonita, acho que isso, mais a mídia. [Perguntamos que tipo de mídia] A televisão, minha mãe também é assinante de algumas revistas, a 'QUEM', 'CONTIGO', 'CARAS', minha mãe assina e eu acabo vendo (Amanda, 20 anos, grifo nosso).

Expõem-se aqui alguns relatos que chamaram atenção no que se refere às questões levantadas. Percebe-se que as influências e o início da preocupação com

o corpo são variados. Porém, eles apresentam pontos em comum. As alunas destacaram que o princípio da preocupação se constituiu a partir do momento que começaram a sentir os efeitos do envelhecimento no corpo, outras apontaram a influência da família e o ganho de peso após a gravidez. Além disso, o consumo de informações provenientes da ciência (medicina), pesquisas através da internet e a leitura de revistas também influenciaram as mulheres, concomitantemente, na busca de novas alternativas.

Nessa direção, através das influências para a composição de um corpo ideal, as mulheres aderem a variadas práticas cotidianas:

[...] a angústia da idade e das rugas; obsessões com a saúde, com a 'linha', com a higiene: rituais de controlo (check-up) e de manutenção (massagens, sauna, desportos, regimes); cultos solares e terapêuticos (consumo de cuidados médicos e de produtos farmacêuticos), etc. (LIPOVETSKY, 1983).

Compreende-se que as alunas que estão acima dos quarenta anos, porém não mais que as demais mulheres, preocupam-se com o corpo, principalmente devido aos efeitos e consequências do envelhecimento. É preciso “zelar permanentemente pelo seu bom funcionamento, lutar contra a sua obsolescência, combater os signos da sua degradação através de uma constante reciclagem cirúrgica, desportiva e dietética” (LIPOVETSKY, 1983, p. 58).

O combate à “degradação” física e os seus efeitos são permitidos por meio dos cuidados corporais. Antes de abordarmos sobre os principais cuidados, é interessante destacar quanto, mensalmente, as entrevistadas consomem/ gastam com produtos e serviços destinados ao corpo:

ENTREVISTADA	CONSUMO MENSAL (R\$)
Márcia	2.000,00
Sandra	800,00
Carla	900,00
Bruna	900,00
Cátia	2.700,00

Adriana	1.500,00
Luísa	700,00
Patrícia	1.000,00
Fabiana	500,00
Amanda	1.000,00
Rose	1.000,00

QUADRO 4 - CONSUMO MENSAL.

Fonte: Elaborado pela autora.

Diante das informações contidas no quadro e o que foi relatado no tópico das observações em campo, pode-se afirmar que as alunas possuem boas condições financeiras. Em média, gastam R\$ 1.200,00 em produtos para a pele (ácidos dermatológicos, protetor solar, *peeling*, creme antirrugas), suplementos alimentares, tratamentos em clínicas de estética, academia de ginástica, roupas *fitness*, depilação a laser, salão de beleza, remédios manipulados e alimentação específica prescrita por nutricionista.

As alunas Cátia e Márcia chamaram atenção pelo valor investido nesses produtos e serviços, R\$ 2.700,00 e R\$ 2.000,00 respectivamente. Cátia afirmou em seu relato que não poderia ser uma mulher pobre, pois se fosse, ficaria velha. A partir dessa afirmação é possível se associar os cuidados com o corpo e com a beleza com o poder aquisitivo do indivíduo. Ou seja, aquelas mulheres, assim como a Cátia, que desejam manter-se jovens, bonitas e com determinado corpo, precisam investir. Logo, para alcançar esses desejos, é preciso ter capital e tempo para consumir produtos e serviços que de alguma forma contribuam para isso. Em seu relato, Cátia comenta sobre o seu consumo/gasto mensal:

É mais de R\$2.000,00, se eu contar com a dermatologista, com a minha médica de longevidade, os produtos, os remédios manipulados, só de manipulados sei que são R\$1.700,00, botox, a consulta da minha médica de longevidade que o plano não cobre, pago R\$400,00 a consulta, acho que uns R\$2.600,00 /R\$2.700,00 vai por mês, eu disse que eu não posso ser uma mulher pobre, se não eu vou ficar velha [risos].

É notório o poder de compra e o acesso por esse público à informação, produtos e serviços variados no que se refere ao corpo. Como se observa, com base no quadro 3, o valor dos investimentos são variados, da mesma maneira que o destino desse investimento. A aluna Adriana, por exemplo, afirmou que gasta mais com roupas de usar na academia do que com roupas de sair, de usar no dia a dia.

A partir dos investimentos em produtos e serviços dedicados ao corpo, é possível afirmar que as mulheres entrevistadas estão interessadas e preocupadas com o embelezamento de seus corpos. A magnitude do interesse em se embelezar reflete no que a mulher pode pagar – poder aquisitivo, e a compreensão sobre o seu corpo, no que realmente deve ser investido.

Os números dos investimentos não negam o poder de compra das alunas *Contours*, porém, não deixam claro em que, realmente, elas investem. Nessa assertiva, todas as entrevistadas relataram que o destino dos seus maiores investimentos e que cuidar do corpo está relacionado, principalmente, à alimentação. Os outros cuidados mais citados se referem ao exercício físico e aos procedimentos estéticos. Diante disso, serão trabalhados com esses três cuidados, uma vez que tiveram notável predomínio nos relatos. Observa-se as falas das alunas:

[...] Alimentação, alimentação correta, sem gordura, sem açúcar, pra mim é isso, é cuidar do corpo (Adriana, 51 anos).

[...] Eu particularmente cuido do corpo assim, alimentação e atividade física. Eu não sou de creme, meu negócio é comida e atividade física, eu acho que é isso, não eu não bebo, eu não fumo, nunca comi gordura (Rose, 55 anos).

[...] Eu acho que cuidar do corpo é você tem uma boa alimentação, uma vida regrada, procurar não abusar de nada, desses alimentos venenosos, bebida alcoólica, aquilo que todo mundo já sabe que é venenoso e que não precisa investir nisso sabendo que vai te fazer mal, é logicamente se eu vou num casamento eu como doce, eu não sou louca, não sou neurótica, tinha épocas que sim, mas procuro não ser. Mas no dia a dia, na minha vida normal, isso ao longo de todos os anos que eu tenho me preocupado com isso né (Cátia, 59 anos).

Percebe-se nos relatos certa preocupação com a ingestão de alimentos calóricos, ou seja, as alunas, ao se referirem à alimentação, citaram dietas baseadas em alimentos integrais, evitando aqueles ricos em gordura e açúcar. Além disso, Rose e Cátia mencionam a bebida alcoólica como elemento nocivo ao corpo. O

discurso do bem estar condena a ingestão da bebida alcoólica, pois assim como o fumo, são vícios prejudiciais ao estilo de vida saudável e à defesa corporal (GOMES, 2008). Nesse panorama, para se atingir os objetivos da juventude, beleza e saúde, deve-se reprimir a gula, mantendo alguma forma de dieta, controlar o vício do cigarro e do álcool, entre outros (LOVISOLO, 2006).

Ao evitar o consumo desses alimentos calóricos, que às vezes são considerados literais “sacrifícios”, as mulheres desejam emagrecer ou manter o corpo “na linha”. O medo e a aversão à gordura corporal podem ser notados na fala desta aluna:

[...] Eu tenho pavor a gordo, porque eu acho que é relaxamento, eu acho que é falta de vontade, pelo menos o meu marido, ele era lindo, era magro... ai ele me fala assim ‘é ansiedade!’... que ansiedade que nada... tira esse negocio da cabeça, sabe, então eu fico irritada. Ai ele diz, ‘já passou tantas horas de comer, já estou ficando com dor de cabeça’... ai falei, ‘com esse monte de gordura que você tem nessas pernas, você acha que seu corpo tá precisando de alguma coisa?’ Ai falei, ‘você pode ficar numa cova, numa caverna um mês que você não vai morrer de fome’. Então, me irrita. Só que adoro criança pequena gordinha, se você apontar uma magrinha e uma gordinha, eu vou na gordinha (Rose, 55 anos).

A aluna Rose associa as pessoas acima do peso com relaxamento e falta de vontade. Ora, em uma sociedade em que os indivíduos são responsabilizados por seus cuidados, aquele que se encontra com excesso de peso é caracterizado como preguiçoso, negligente e irresponsável. Essa sociedade líquida, que preza pela flexibilidade e pela rápida mobilidade, começa a nutrir uma franca aversão pelos gordos, a paixão tende a se transformar em um bem exclusivo daqueles considerados esbeltos (SANT’ANNA, 2001).

Além disso, a aluna descarrega o seu “terror” quando se trata do seu cônjuge. Ela o questiona, irrita-se com suas atitudes que não o “ajudam” frente a sua condição de obeso. Talvez, sua aversão aos gordos se deve à condição atual do marido que, para ela, não move esforços suficientes para emagrecer. Sobre a caracterização pejorativa direcionadas ao marido, pode-se citar o que Fischler (1995) retrata sobre o duplo estereótipo do gordo. O primeiro se constitui como o gordo brincalhão, extrovertido, alegre e bem humorado, talvez até sofra por sua corpulência no seu íntimo, mas nada deixa transparecer. O segundo estereótipo é o

do gordo depressivo, um irresponsável sem controle sobre si mesmo, que só suscita nos indivíduos reprovação, quando não a aversão. Para o autor,

[...] De fato, a classificação de um obeso na categoria positiva ou negativa resulta, sem dúvida, não de traço particular, mas da relação entre os traços físicos e a imagem social da pessoa, por exemplo, sua profissão: no exercício de certas funções, a condição de obeso tornar-se-ia mais ou menos incongruente (1995, p. 72).

Evidentemente a aluna classifica o seu esposo dentro da categoria negativa. Um indivíduo considerado obeso, que através das suas atitudes de irresponsabilidade e descontrole permanece sob essa condição, provocando nas pessoas de convivência próxima, a estimada reprovação. No entanto, o entendimento da Rose na associação do excesso de peso com a preguiça e a irresponsabilidade se torna até mesmo confuso, quando narra sobre as crianças obesas. Segundo ela, se fosse para escolher entre uma criança obesa e uma magra, escolheria a obesa, pois era da sua preferência. A criança ainda não é “responsável” por suas ações e escolhas. Logo, não é sua culpa estar nessa condição. Ou seja, aparentemente, as crianças são dotadas de uma “natural” irresponsabilidade social. Nesse sentido, a infância é passível de uma interpretação/visão positiva no que se refere à obesidade.

Ainda nesse viés, a aluna Cátia também manifesta a sua insatisfação e negatividade contra as pessoas com excesso de peso. Ela também possui um marido sob a mesma condição, ao qual faz duras críticas:

[...] o meu marido, que quando eu casei com ele, ele já era um veneno ambulante e é até hoje (risos). Ele tá lá colhendo o que ele planta, cheio de stents no coração, gordo, ferrado e não desperta. Por mais que eu converse com ele, tento ensinar, ele sempre tá deixando na minha mão a saúde dele. A alimentação tá na mesa, mas ele vai procurar o fora da mesa, aquilo que não faz bem a ele, então é dele.... eu já desisti de lutar, vou ser viúva, daqui a pouco vou ficar viúva e num posso fazer mais nada, tem uns oito anos já que ele colocou o primeiro stent, continua se ferrando e não aprende, então num é pra mim.

Ferreira (2015) argumenta que o sofrimento decorrente do corpo obeso é resultado de apontamentos que denotam como responsável por essa condição a própria pessoa que exhibe o sobrepeso. A ideologia da saúde e do corpo perfeito leva a considerar as doenças que atingem e deformam a figura humana como sinônimo de fracasso pessoal (ORTEGA, 2003). Assim, frases como “ele tá colhendo o que ele planta”, irão se repetir cada vez mais em um contexto marcado pelo individualismo.

Outro elemento que compõe o ritual das dietas alimentares é o controle, uma “vida regrada”, nas palavras da aluna Cátia. Sandra também comenta sobre essa questão: “É cuidar bem da alimentação, saudável, fazer uma alimentação equilibrada, nada de excesso [...]”. Elias e Rodrigues, citados por Berger (2006, p.201), comentam que, na passagem da Idade Média para a Moderna, há uma mudança de sensibilidade quanto às questões alimentares e corporais, sendo que um dos indicativos dessa mudança refere-se à questão do controle. Se no período da Idade Média

[...] banquetear-se com alimentos calóricos era sinal de *status* e de alegria vitoriosa na Moderna isto assume um caráter de culpa, já que a modernidade reforça as sanções frente ao corpo. Para Elias, temos uma mudança na própria estrutura da personalidade, que pressionada por sanções sociais externas, desenvolve mecanismos de autocontrole mesmo quando o indivíduo encontra-se sozinho em casa (BERGER, 2006, p. 202).

O autocontrole do corpo através das dietas alimentares é geralmente orientado por especialistas, no caso, os nutricionistas. Cinco entrevistadas afirmaram, explicitamente, que frequentam ou frequentaram alguma vez esses profissionais:

[...] frequento nutricionista, tenho uma orientadora que me tira todas as dúvidas e me ensina como me alimentar direitinho, a mim e a minha família (Cátia, 59 anos).

[...] sigo uma dieta, certinha com meu nutricionista, tem mais de um ano já, que tô fazendo direitinho, às vezes dou uma ‘derrapadinha’ (risos) (Amanda, 20 anos).

[...] Dieta eu faço assim, às vezes quando eu tô com a nutricionista, mas às vezes eu mesma faço (Luísa, 57 anos).

[...] Essa vida saudável custa caro, esses dias mesmo eu sai da nutricionista, foi mil reais na loja de suplementos, então no dia a dia, é barrinha, se eu tô fora de casa, eu como a barrinha que a nutricionista passou, pra não ficar sem comida (Adriana, 51 anos).

As demais entrevistadas, mesmo que não tenham comentado ou realmente não tenham tido orientação de um nutricionista, afirmaram que já fizeram dieta em algum momento, ainda que por conta própria. Sobre a temática da alimentação, Lipovetsky (1997) afirma que é inegável que cada vez mais as mulheres – a terceira mulher- modificam sua alimentação e obrigam-se a regimes de emagrecimento, mas, a longo prazo, a maioria delas voltam ao seu peso normal. Quanto mais interiorizado estiver o ideal de magreza, mais o fracasso em emagrecer duradouramente se manifesta:

[...] é verdade que a norma do corpo magro é geradora de auto-entraves e autovigilância para um número crescente de pessoas. Porém, ao mesmo tempo, assiste-se ao progresso da destruturação das maneiras de comer, aos comportamentos erráticos, as compulsões, à *junk food*, as perturbações do comportamento e dos hábitos alimentares. Embora a nossa cultura assista ao triunfo da tirania da linha, ela está igualmente marcada pelo desenquadramento das condutas alimentares e pela derrocada das imposições colectivas de algum modo relacionadas com o acto de ‘comer’ e que têm, como consequência, a desordem, o petiscar anárquico, a alimentação vagabunda e desestruturada, característica da nossa cultura ‘gastronômica’. De onde a dificuldade de defender a tese da identificação dos dispositivos disciplinares (LIPOVETSKY, 1997, p. 142).

O autor ainda argumenta que quando corpo está inegavelmente submetido a regras estéticas mais imperativas, surgem concomitantemente outras restrições coletivas, como a alimentação, que abrem caminho a comportamentos impulsivos ou desordenados, causadores do aumento de peso. Posterior à alimentação, o exercício físico foi um dos cuidados mais citados pelas alunas, como afirma a aluna Luísa: “[...] meu exercício, eu não abro mais a mão, eu tenho lido muito sobre exercício, tanto físico quanto mental e já vi que não podemos abrir mão dele, pro nosso próprio bem”. Para Lipovetsky (1997), cada vez mais as mulheres praticam exercícios físicos. No entanto, mais intermitentes do que regulares. No que se refere

às mulheres da terceira idade, o estudo de Berger (2006), constatou que também houve um aumento significativo na procura dessas mulheres pela atividade física:

[...] A estética da magreza ganhou, disso não há dúvida, mas, longe de engendrar uma racionalidade disciplinar, surge acompanhada de práticas instáveis e sismográficas que oscilam entre a atividade e a inatividade, a restrição e o excesso, a mobilização e o abandono, o controle e o abrandamento. Embora o código da magreza gere culpabilidade e ansiedade, apenas muito imperfeitamente consegue fabricar corpos dóceis, autocontrolados e conformes às normas (LIPOVETSKY, 1997, p.143).

Mesmo que o código da magreza não controle totalmente as mulheres, as entrevistadas buscam esse controle do que é considerado como ideal. As sociedades atuais intensificam as prescrições relativas ao corpo, reforçam os princípios dietéticos e desportivos mas, ao mesmo tempo, o universo do consumo exacerba os desejos e o “tudo e já” proporciona os impulsos e os entusiasmos passageiros e aumenta a aversão pelos esforços regulares e rigorosos (LIPOVETSKY, 1997). Mesmo que as alunas, como diz o ditado popular, “enfie o pé na jaca”, pensamentos negativos e de culpa as fazem retomarem suas prescrições alimentares e exercícios físicos. Para exemplificar essa circunstância, comentaram sobre o que sentem quando faltam à academia:

[...] Muito triste, hoje eu num vou poder vir, eu já tô com o coração apertadinho, com raiva da faxineira (risos). Eu gosto de vir todos os dias, eu procuro tirar um dia pra não malhar, mas às vezes nem tiro. Acho que sou um pouco até viciada (Cátia, 59 anos).

[...] Ah, eu fico me sentindo culpada, ‘ah eu num fui malhar’, parece que tudo o que você fez durante a semana vai por água abaixo, mas ai tento pensar que não, um diazinho só. Mas eu só falto quando tem muita necessidade só ou quando a preguiça bate muito (Amanda, 20 anos).

[...] Me sinto mal, não me sinto bem. Assim, me sinto com o corpo pesado, indisposta (Carla, 45 anos).

As alunas se sentem culpadas e/ou tristes por faltar à academia, cada vez mais se responsabilizam, associam que se deixarem de realizar seus exercícios físicos diários estarão predispostas à preguiça e indisposição e, conseqüentemente,

correm o risco de engordar. No entanto, nem todas se sentem dessa maneira. Aparentemente, a aluna Márcia não parece estar preocupada:

[...] Ah, eu me sinto bem do mesmo jeito, eu não sou dramática não, 'ah hoje eu tô mal porque não malhei'. Não, eu acho que é importante, mas se não vir, é porque teve um motivo justo, então eu não fico me cobrando essas coisas não, eu gosto muito de mim e do meu corpo, então eu não me agrido, isso é do meu perfil, de não me agredir.

Ainda que os códigos do corpo ideal sejam causadores de ansiedade em boa parte dos seus adeptos, outros já não sentem os mesmos efeitos, nem todos digerem e absorvem da mesma maneira o “passo a passo” para o alcance desse corpo. O que se quer destacar é que por mais que o ideal de corpo gere um processo de homogeneização da aparência, os caminhos que levam até ele são cada vez mais heterogêneos (LIPOVETSKY, 1997). Da mesma forma que as informações consumidas pelas alunas são interpretadas cada uma ao seu modo. Por isso, determinadas alunas, através da sua carga de conhecimento, se sentirão culpadas ou tristes em ter que faltar à academia, porém, outras não.

O último cuidado, a princípio, para o alcance e manutenção desse corpo diz respeito aos procedimentos estéticos:

[...] cuido do cabelo, da pele, se eu tiver que colocar um *botox* eu coloco, tô pensando em ano que vem fazer um *lifting*, então, mas eu não sou neurótica não, não tô procurando ninguém não, 'ah ela tá procurando juventude eterna' Isso não, eu procuro envelhecer, mas assim me olhar e dizer: '**tô feliz em me olhar mesmo com essa idade**' É a minha maneira de olhar a vida (Márcia, 62 anos, grifo nosso).

[...] faço estética, frequento estética, que tem massagens, drenagens. Drenagem eu faço toda semana. Na pele, eu frequento minha dermatologista quatro vezes ao ano, eu vou lá faço uma geral, faço laser... posso vir a fazer plástica, não agora, só quando tiver bem enrugada, mas agora eu não pretendo. Peço orientação da minha dermatologista, 'o que eu posso fazer?' Ela sempre fala pra mim, 'você não vai precisar fazer plástica nunca, se você seguir a minha orientação direitinho'. Então eu uso ácido, eu uso os cremelhos que ela me indica, filtro solar até de noite, duas vezes por ano eu faço laser, *botox*, eu tento manter aquilo que ela me orienta. **Sou muito fiel a minha dermatologista** (Cátia, 59 anos, grifo nosso).

No relato das alunas, podem-se observar os principais procedimentos estéticos para o cuidado do corpo, como o *botox*, o *lifting*, a drenagem linfática, o uso de cremes dermatológicos e outros. Além disso, destacam-se duas frases que chamaram atenção. A primeira diz respeito à fala da Márcia, “tô feliz em me olhar mesmo com essa idade”. Expressa que o avanço da idade carrega ideias de insatisfação e até mesmo de tristeza. Ou seja, se a aluna se vê feliz apesar da idade atual, significa dizer que outras mulheres com a mesma idade podem estar em situações diferentes, isto é, tristes.

Parece que envelhecer transformou-se em sinônimo de languidez, onde poucos indivíduos, submetidos aos mesmos condicionantes, encontram-se otimistas e felizes. Assim como o ganho de peso, o envelhecimento também se transforma em tendência e preocupação entre as mulheres, devido à evolução e expansão do consumo dos produtos cosméticos (LIPOVETSKY, 1997). A evolução e expansão desses produtos foram permitidas pelo desaparecimento da naturalidade do envelhecimento e a intensa busca pela conservação da juventude já se transformou em equivalente geral da riqueza. Lipovetsky (1997, p.158) admite que, na modernidade democrática, a terceira mulher deve oferecer a imagem da beleza e fazer de tudo para conservar o brilho da juventude:

[...] Não ter cuidados com a sua pessoa, não procurar corrigir e melhorar a falta de graça estética surge como um defeito, por um lado porque a mulher é feita naturalmente para agradar e encantar e, por outro, porque a beleza constitui uma vantagem considerável na luta pela vida, um meio para as mulheres conquistarem a felicidade, o estatuto social e a fortuna.

Vive-se em um contexto em que a juventude deve apresentar o mesmo fulgor, ainda que o indivíduo, biologicamente, esteja sujeito ao envelhecimento. A “Conservação antes concebida como virtude ou vício, hoje transformada em objeto de consumo (*diet* ou *light*), através da medicina, da higiene e das técnicas de embelezamento” (SANT’ANNA, 2001, p.27). Como visto no quadro 4, a busca por “envelhecer jovem” custa caro:

A industrialização dos tratamentos para a aquisição de um superávit de vida não cessa de transformar milhares de pacientes em clientes, sequiosos por garantir seus direitos de consumo e coagidos a negociar constantemente o preço de cada tratamento. Evidentemente, nesta negociação, a responsabilidade pelo que é comprado e consumido tende a recair mais sobre o cliente do que sobre o vendedor (SANT'ANNA, 2001, p.27).

A autora descreve que o indivíduo motivado a agir como cliente, comprador de quantidades de bem estar e saúde, tem a possibilidade de ficar cada vez mais solitário e responsável por suas decisões, bem como por seus lucros e prejuízos. Vencer e fracassar tornam-se respectivamente um mérito e um demérito relacionados exclusivamente às suas qualidades e deficiências.

A segunda frase grifada denota um tipo de fidelidade e confidencialidade na relação entre mestre e seus discípulos. Onde o mestre (a dermatologista) promove uma série de ensinamentos que devem ser respeitados e obedecidos, de preferência não questionados. Os discípulos (sujeitos como a Cátia) juram fidelidade ao seu mestre e tentam reproduzir e pôr em prática seus ensinamentos.

As lições transmitidas pelo mestre são valiosas. Tempo e esforços não são medidos pelos discípulos, os quais almejam contemplar e alcançar a perfeição. A comparação metafórica visa exemplificar o relato da aluna, que se diz fiel aos “ensinamentos” da sua dermatologista. Assim como há o consumo de produtos e serviços atualmente, parece que também há o consumo de especialistas, tal como já se citou: o especialista dos exercícios físicos (*personal trainer*), o especialista da alimentação (nutricionista) e, agora, o especialista da pele (dermatologista). Esses se aproximam do que Bauman (2001) caracteriza como os conselheiros do mundo privado:

[...] Os conselhos que os conselheiros oferecem se referem à *política-vida*, não à Política com P maiúsculo; eles se referem ao que as pessoas aconselhadas podem fazer elas mesmas e para si próprias, cada uma para si – não ao que podem realizar em conjunto para cada uma delas, se unirem forças (BAUMAN, 2001, p.77).

Segundo o autor, os conselheiros cuidam para jamais pisarem fora da área delimitada do privado. Estão ligados às questões do viver bem e da política-vida⁴⁵, porém, quando o sujeito que solicitou as recomendações desses especialistas não está satisfeito, simplesmente o descarta:

[...] Eu até fui numa nutricionista, não achei interessante, eu achei que ela tinha menos conhecimento do que eu na verdade, eu saí decepcionada, porque eu queria trabalhar nessa minha pré-diabetes, e ela não tinha um conhecimento pra poder me dá uma orientada legal (Márcia, 62 anos).

Dessa forma, o descontentamento de clientes como a aluna Márcia promove a demissão e, talvez, a procura e a contratação de outros conselheiros. Isso não acontece somente em relação aos especialistas, mas também na rotatividade encontrada nas academias de ginástica, na substituição de produtos de beleza e dos procedimentos estéticos, entre outros. Vale lembrar que “esta vastidão de especialistas e conselheiros privados, embora ofereçam informações diferenciadas e conflituosas, reforça a atribuição de responsabilidades aos indivíduos contemporâneos” (GOMES, 2008, p.59).

Por conseguinte, as alunas mencionaram que cogitaram a possibilidade ou já realizaram alguma intervenção cirúrgica estética. Sete entrevistadas responderam positivamente, porém somente duas alunas realizaram cirurgia plástica:

[...] Eu já fiz, já coloquei silicone, já tirei porque meu organismo rejeitou, então eu fiquei sete anos com prótese na mama e depois rejeitou e tirei, ai depois coloquei outra marca, por baixo do músculo [...]. Lipoaspiração eu já fiz uns anos atrás, muitos anos atrás, eu já fiz uma lipo, acho que tava com 42 anos. Tenho medo agora, mas eu acho que faria, se tivesse num estado ‘tenso’, se eu não conhecesse a atividade física, que eu sei que posso melhorar meu corpo, com certeza eu faria (Adriana, 51 anos).

[...] hoje eu já procurei, fiz, por exemplo, peito, era muito grande e diminuí. Não tenho silicone, porque eu já tinha peito de mais, pra que eu iria querer colocar uma coisa artificial (Cátia, 59 anos).

⁴⁵ A política-vida está vinculada as estratégias presentes na sociedade de consumidores em que destacam o poder de autonomia dos sujeitos no sentido de que são eles os responsáveis pela resolução de tarefas. Considerando que enfatizam o poder para dominar, racionalizar e condicionar o curso da vida individual (BAUMAN *apud* GOMES, 2008, p.159).

As demais alunas responderam que não fariam por medo de algo dar errado na cirurgia ou por não sentirem necessidade no momento:

[...] Não, não tenho vontade de fazer cirurgia não, eu acho que é me arriscar muito sabe, eu nunca fiz, pode até ser, a gente nunca sabe o que vai ser o amanhã né, não vou dizer que não vou fazer, mas até o momento, eu não tenho vontade de fazer. Eu vou fazendo meu exercício mesmo, fica uma bainha, mas ninguém é perfeito mesmo, tem que se assumir também sabe. A gente não tem que ser perfeita não, eu não quero ser perfeita não, eu quero só ficar bonitinha, ficar mais bonitinha e ser feliz (risos) (Luísa, 57 anos).

[...] Morro de medo, mas adoraria. Queria colocar botox, mas depois vou ter que continuar e continuar... ah não, deixa assim. É a idade não se pode fazer nada, entendeu, eu adoraria fazer, mas não faria (Rose, 55 anos).

Embora tenham relatado negativamente sobre a questão das cirurgias, as falas das alunas indicaram certa tendência em realizá-las futuramente. Até porque o combate da terceira mulher, na contemporaneidade, contra as rugas e os volumes indesejados já não se restringe aos regimes, aos exercícios físicos e aos artifícios da maquiagem. “Trata-se, doravante, de ‘refazer’, de remodelar a aparência ao desafiar os efeitos do tempo” (LIPOVETSKY, 1997, p.131). Interpreta-se a decisão das mulheres em realizar as cirurgias como ações dotadas de protagonismos, atitudes que não se restringem somente a realização dos exercícios físicos, mas também na procura por esses serviços de risco.

As mulheres “donas de si” vivem em uma época que desencadeou um abalo sem precedentes no modo de socialização e de individualização do feminino, uma generalização do princípio de livre arbítrio do próprio indivíduo, uma nova economia dos poderes femininos. Agora, “tudo na existência feminina, se tornou uma opção, um objecto de interrogação e de arbítrio” (LIPOVETSKY, 1997, p.233). No entanto, existem autores que compreendem que as mulheres, ao se deitarem em uma mesa de cirurgia, buscam uma espécie de substituição de responsabilidades e protagonismos, isto é, ficam suscetíveis as ações do outro. “[...] na cirurgia o corpo é trabalhado pelas mãos de outro, enquanto na malhação é o próprio esforço físico da pessoa que produz a transformação estética.” (EDMONDS, 2007, p. 235).

Apesar do consumo de especialistas e produtos, dos esforços e cuidados que foram destacados pelas alunas, afinal, elas estão satisfeitas com seu corpo? Sete alunas responderam que não estão satisfeitas com o corpo, atualmente:

[...] Não, tem que dar uma enxugada (risos), tem que emagrecer um pouco (Carla, 45 anos).

[...] Não, tipo assim, a gente nunca tá satisfeita completamente né, mas assim, eu sei que eu tô no caminho, num tô satisfeita, porque às vezes a gente escapa da dieta, fim de semana, acaba que você fica com peso na consciência e engorda um pouco (Bruna, 26 anos).

[...] Não. Eu acho que posso ficar mais definida, ganhar mais músculo, mas ainda num tá nada legal (risos) (Amanda, 20 anos).

[...] Não, eu quero emagrecer uns 10 kg, depois que tive filho, tive filho com 40 anos, então depois que tive filho dei aquela engordada. Já tem 17 anos que tive filho, mas eu tô com muita dificuldade de voltar o corpo que eu tinha antes, mas não sei se volto mais não, talvez pela própria natureza, mas eu quero emagrecer (Luísa, 57 anos).

[...] Hoje, o dia de hoje não. Porque eu viajei tem um mês, comi muita besteira, fique sem ir à academia um mês e ai hoje eu num tô satisfeita com meu abdômen, nem com meu braço (Fabiana, 51 anos).

[...] não, a única coisa que me irrita é o meu estômago (risos). Eu acho que é até bom, porque eu tenho que vir pra academia né, pra tentar diminuir (Patrícia, 69 anos).

[...] Não, tô muito triste, muito aborrecida, porque eu malho muito pra acontecer o que aconteceu comigo, mas eu acho que foi cabeça, não tem explicação. Eu perdi massa dentro da academia, a primeira pesquisa da nutricionista, a primeira coisa que ela viu de errado foi a minha alimentação que era pouco pro tanto que eu malhava, então ela falou 'você tá perdendo massa dentro da academia, duas horas dentro da academia e comendo uma fatia de pão integral e uma fatia de queijo é pouco' (Adriana, 51 anos).

A maioria das alunas indicou que essa insatisfação é decorrente do ganho de peso. Pode-se observar que as justificativas giram em torno dos efeitos da gravidez, da realização de viagens e o desvio das orientações dietéticas. Somente duas alunas associaram sua insatisfação com o ganho de massa muscular, ou seja, desejam adquirir músculos.

O estudo de Assis et al (2015, p.36) mostrou que há um elevado grau de insatisfação com a imagem corporal nos indivíduos mais velhos. Para os autores, “esses dados se tornam preocupantes, uma vez que esse descontentamento pode estar associado a padrões corporais jovens, que atualmente passam a ideia de

corpo saudável”. Todavia, no quadro de entrevistadas, temos duas alunas na faixa etária dos 20 anos e descontentes com seus corpos. Apesar de representar uma pequena parcela, as alunas mais jovens também se encontram insatisfeitas.

Outro elemento que se pode associar com a insatisfação corporal das alunas é o nível de escolaridade, também abordado pelo trabalho de Assis et al (2015, p. 37-38):

[...] foi verificado que quanto maior a escolaridade maior era o nível de insatisfação com a imagem corporal [...] Isso pode estar associado a uma melhor situação socioeconômica desse grupo que, por possuir mais recursos para tentar alcançar um padrão estético condizente com o das classes dominantes, tende a se frustrar mais quando comparado ao grupo menos escolarizado e possivelmente com o menor poder socioeconômico.

Os autores salientam sobre a necessidade de mais estudos a respeito da relação entre a insatisfação corporal e o estado socioeconômico, em prol da confirmação de tal hipótese. Contudo, vale destacar que a Cátia e a Fabiana são as alunas mais instruídas no que se refere ao nível educacional, e estão dentro do grupo de mulheres insatisfeitas com o corpo. Esse dado não é suficiente para a sustentação da hipótese de Assis et al (2015), porém, fornece reflexões sobre a insuficiência e a imprescindibilidade de mais pesquisas sobre o tema. Entende-se que a insatisfação relacionada ao corpo é uma das principais motivações das alunas de investirem e prosseguirem com as dietas alimentares, os exercícios físicos e os procedimentos estéticos.

3.5.2 Compreensões e idealizações do corpo da terceira mulher

Ao longo do trabalho, foi vista a trajetória e as atribuições da beleza feminina por meio da face e/ou indumentária. Atendendo às características da modernidade e aos grandes investimentos da indústria, os olhares direcionados a face/indumentária foram substituídos pelo eminente destaque do corpo. Assim, a beleza feminina se relaciona, principalmente, com o corpo e esse contexto permitiu formar o binômio

corpo-beleza. Este, por se tratar do contexto contemporâneo, compõe o cotidiano e a realidade da mulher moderna, ou seja, da terceira mulher.

Considerando esses fatores, pretende-se mostrar ao leitor as compreensões de corpo a partir das entrevistadas, que possuem perfis próximos ao que Lipovetsky (1997) caracteriza como a terceira mulher. Para isso, serão consideradas as interpretações das alunas sobre beleza e ideal/padrão de corpo. Por intermédio das interpretações, verificar-se-á se as concepções desses dois elementos se aproximam de modo a constituírem o binômio corpo-beleza.

As entrevistadas responderam que beleza está associada com o bem-estar emocional, formam um equilíbrio entre o corpo e mente:

[...] Ser bonita é tá bem emocionalmente, bem fisicamente, de bem com a vida, pra mim ser bonita é isso, é gostar de você. Eu gosto de mim, sou apaixonada por mim, eu falo assim 'eu sou narcisista' [...] **ser bonita é estar bem por dentro**, porque você atrai coisas boas, porque se eu sou uma pessoa negativa, de mal com a vida, eu não vou atrair ninguém, entendeu (Márcia, 62 anos, grifo nosso).

[...] Eu acho que se a gente não tá bem dentro da gente, não é ser bonita. Agora, por exemplo, você pode tá com uma gordurinha a mais e você **tá feliz, você se sente bonita**. Ser bonita e se ver toda esguia, toda durinha, eu acho que não é isso não, eu acho que ser bonita é mais como você tá por dentro, com saúde, dormindo bem, sabe. Beleza é interna também, eu vejo mais dentro da pessoa (Sandra, 59 anos, grifo nosso).

[...] Bonita pra mim é não só por fora, mas dentro também, **se sentir bem né**. É estar bem com seu corpo, sua mente e seu corpo, às vezes a gente se sente mais bonita uma semana do que outra, isso todo mundo né (Carla, 45 anos, grifo nosso).

[...] Olha, **eu me sinto bonita quando eu tô feliz**, sabe. Se eu não tiver feliz, eu não me sinto bonita, pode tá com o corpo que for, não me sinto bonita. Pra mim ser bonita é tá feliz, tem que tá bem comigo mesma, cabeça, essas coisas (Adriana, 51 anos, grifo nosso).

[...] Olha, pra mim ser bonita, meu conceito é um pouco diferente, porque eu acho que hoje a beleza tá sendo muito fanática, essa beleza exterior. Eu quero ser linda, eu gosto de ser bonita, mas eu acho que a gente não pode viver em função disso. **Eu cultivo muito a beleza interior, eu particularmente, procuro ser muito alto astral**, eu acho que a beleza são as duas coisas, é você ver o mundo bonito, é você procurar se cuidar, é você não ficar feia, não ficar descuidada. Eu, por exemplo, a minha idade requer mais cuidado, os hormônios já dificultam a gente emagrecer né, quando a gente vai ficando mais velha, difícil. Então eu acho que a beleza deve ser dividida, você tem que pensar na beleza exterior, mas uma pessoa que só pensa na beleza exterior e esquece a interior, ela termina ficando feia, porque se a parte interior dela não for bonita, ela termina externando isso. Tem que ser cuidada sim, uma boa alimentação, com uma boa ginástica sabe, com uma roupinha bonitinha. A gente tem que cuidar de si,

cuidar da alma, então a minha opinião de beleza é essa, é ser dividida (Luísa, 57 anos, grifo nosso).

[...] Ah, pra mim ser bonita é uma coisa de alma né, **uma coisa de estar bem com você**, com o outro e com o mundo e passar uma beleza de existir, num é uma beleza estética. Ser bonita não tá relacionado à estética (Fabiana, 51 anos, grifo nosso).

[...] **Ah, se sentir bem. Se eu me sinto bem**, tô nem aí pros outros, meu marido é um, adora criticar, mas eu falo assim, 'inveja', só pode ser porque ele é gordo. Então, eu acho que ser bonita é isso, tá satisfeita com o que você tá vendo de você (Rose, 55 anos, grifo nosso).

[...] Ah, é ser saudável né! Cabeça, principalmente, é tudo de bom quando você tem um pensamento positivo, não é a aparência, aparência ajuda é claro, mas eu acho que a mente da pessoa ela estando no equilíbrio (Patrícia, 69 anos).

Pode-se observar que as interpretações das mulheres sobre a beleza denotam um bem estar físico e mental. Parece que elas só se sentem bonitas quando estão “felizes” e “satisfeitas”, de bem consigo mesmas. Caso contrário, a infelicidade e a insatisfação conduzem a feiura. Considera-se, nesse sentido, que a beleza está associada, muito além do corpo, também a um estado de espírito, pois, nas palavras da aluna Carla, “às vezes a gente se sente mais bonita uma semana do que outra”. Sant’Anna (2001) expôs que as técnicas de embelezamento devem causar nos indivíduos satisfação física, porém, parece-nos que não é somente a satisfação física, mas também a satisfação mental. De acordo com o relato das alunas, pode-se imaginar que é o bem estar mental que promove a satisfação física e, conseqüentemente, a capacidade ou a sensação de ser bela.

Lima, Roble e Rodrigues (2015, p.345) investigaram os discursos das academias brasileiras por meio de seus sítios eletrônicos. Esses discursos listam muitas promessas, a maior parte delas em torno das ideias de saúde, bem-estar e aparência física. Uma das chaves de análise se refere a “emoções e estados emocionais”, em que os discursos aproximam as práticas da academia com a possibilidade de um bem-estar proporcionado por sensações agradáveis:

[...] De modo tácito, o discurso expresso assume um tom compensatório, em que uma possível condição emocional insatisfatória do sujeito seria atenuada. Contra a suposta rotina exaustiva da vida moderna, a academia ofereceria um contrabalanço emocional, ou seja, por meio de suas práticas, o indivíduo buscaria alívio à pressão de tal rotina.

Além disso, o apelo ao estético também se fez presente nos discursos das academias. Desse modo, pode-se depreender que ao associarem o conceito de beleza com o de bem-estar (estado emocional), as entrevistadas, na verdade, também procuram por sensações agradáveis, um alívio às pressões e cobranças do cotidiano, principalmente quando se trata das demandas do corpo ideal. Isso significa que as alunas estão em busca da beleza. No entanto, talvez para fugirem das requisições desse corpo ideal, apostam no bem-estar emocional para vivenciarem refúgios momentâneos das pressões dos modelos corporais. Até porque para “[...] manter o equilíbrio e a moderação em tempos que exigem um olhar e uma escuta incessante em relação à saúde corporal e o bem-estar tornam-se uma tarefa árdua” (GOMES, 2008, p.102).

No que se refere às alunas restantes, estas responderam que ser bela é ter saúde, além de estar associada a um corpo universalizado:

[...] Primeiro lugar é ter saúde, acho que saúde interna, ela diz tudo, porque você tá com brilho no olhar, tá com uma pele viçosa, que tá sem mancha. Ai quando você olha pra pessoa assim, e toma um susto, eu acho que isso não é saúde, eu procuro isso a minha vida inteira, tô sempre atrás disso. Em primeiro lugar, ser bonita é ter saúde, ai depois é cuidar da estética, que eu acho muito importante, cuido num todo (Cátia, 59 anos).

[...] Eu acho que ter um corpo bom, ter saúde, ser simpática, inteligente, eu acho que isso tudo leva a ser bonita (Amanda, 20 anos.)

[...] Ah, ser bonita é ser vaidosa, ter um corpo legal, cabelo, simpática, pra mim é isso (Bruna, 26 anos).

Notoriamente, os conceitos de beleza, saúde e corpo ideal estão imbricados e correspondem aos principais investimentos das alunas. O estudo de Ana Lúcia de Castro (2003) mostra que saúde e estética são os principais motivadores para a frequência à academia de ginástica e a prática regular de atividade física. Não muito diferente desse estudo, seis das onze mulheres entrevistadas relataram que procuraram as academias em busca de saúde; três desejavam emagrecer e as duas restantes buscavam hipertrofia muscular, um corpo considerado bonito.

Todavia, muitos desses sentidos são entrelaçados, principalmente, entre o sentido de saúde e beleza. Para a autora, isso se justifica pela maneira que esses

conceitos foram historicamente construídos. Por exemplo, no início do século XX, no Brasil, a beleza era associada à saúde e vice-versa. Eugenistas mostravam-se empolgados em embelezar os corpos, com o objetivo de eliminar os traços da doença e da fraqueza. Para esses médicos, toda beleza externa possuía foco interno (SANT'ANNA, 2014). Dessa forma, para ser belo(a) era preciso ter saúde. As alunas que estão em busca de saúde, de certa forma, associaram-na com o emagrecimento e/ou ganho de massa muscular:

[...] Busco ficar com um corpo bom, tipo, ganhar músculo, essas coisas, então ter um corpo definido, saúde também, acima de tudo né (Amanda, 20 anos).

[...] Saúde e me sentir bem com meu corpo. Me sentir ativa, alongada, com movimentos com velocidades mais normais, com a idade a gente vai perdendo um pouco o movimento, equilíbrio, não ter barriga, diminuir barriga, é isso (Fabiana, 51 anos).

[...] Olha eu busco saúde, em primeiro lugar, é mais a saúde, pra manter o músculo, manter a saúde e me manter magra que já faz parte da saúde (Luísa, 57 anos).

[...] Bem estar em primeiro lugar, beleza né, melhoria de tudo. A saúde do corpo mesmo, da forma do corpo, principalmente, prazer, eu sinto muito prazer quando eu saio da academia (Cátia, 59 anos).

Saúde e beleza têm seus sentidos entrelaçados, resultado da maneira como foram incorporados nas práticas cotidianas. A ação das políticas de saúde pública, na primeira metade do século XX, divulgou os sabões e sabonetes como itens de higiene e limpeza, fundamentais para a manutenção de uma vida saudável (CASTRO, 2003). A autora argumenta que a publicidade no Brasil do século XX não tardou em associar o apelo higienista ao estético, colocando atores e atrizes famosos como protagonistas dos anúncios de sabonete, cremes, batons, rouge, pós-de-arroz, isto é, todo produto que possibilitasse a reparação de pequenos defeitos (cosméticos) e a manutenção de higiene (sabões e sabonetes). “Vende-se a ideia de que o sabão deixa a pele mais limpa e, portanto, mais saudável, logo, mais bonita, armando-se a equação: limpeza/perfeição = saúde/beleza” (CASTRO, 2003, p.64). Sant’anna (2014) expõe que, nesse mesmo período, os anúncios dos produtos afirmavam que os cuidados com o corpo valiam à pena, pois beleza rimava com felicidade e saúde.

Esses elementos históricos, que retratavam o contexto brasileiro, contribuíram para a aproximação entre os significados de saúde e beleza na atualidade. Assim como o uso dos sabões e sabonetes para a manutenção da saúde e da beleza no século anterior, hoje, tem-se exemplos como o protetor solar e o tabagismo. Lovisolo (2006, p.163) enfatiza que:

[...] o protetor solar pode ser recomendado para a prevenção do câncer de pele, contudo, a recomendação parece ser mais eficiente quando se diz: olha as rugas, use protetor para reduzi-las! A campanha contra o tabagismo possibilita maior eficiência quando se argumenta: para conservar a pele jovem não se deve fumar! O recurso ao estético, à beleza e juventude, continua sendo relevante, ainda quando se trata de atingir resultados em termos de saúde.

Canais de TV como o Shoptime⁴⁶ e os catálogos em domicílio, com ofertas e preços populares de aparelhos que anunciam “tirar a barriga”, cremes para celulite, pastas emagrecedoras, *steps* e esteiras domésticas são exemplares para ilustrar a lógica do mercado e a lógica de conservação da beleza e da saúde. Esse “modelo visa a gratificação imediata, prometendo à consumidora que nada lhe será negado. A beleza é vendida como uma promessa para todas!” (DEL PRIORE, 2000, p.92).

Sobre a questão da beleza, Berger (2006) salienta que a sociedade disponibiliza ou não para os seus membros a possibilidade de acesso aos recursos que deverão ser aproveitados na conquista do que é considerado bonito. Os indivíduos

[...] não perdem a possibilidade de lançar mão desses recursos, para se aproximarem do ideal de estética corporal que a sociedade define, destacando, dissimulando ou atenuando particularidades de sua aparência: submetem-se a dietas especiais, praticam exercícios físicos, pintam-se ou deitam-se em mesas de operações cirúrgicas – porque creem que, procedendo assim, estarão incrementando a vitalidade de sua constituição orgânica e social. (RODRIGUES, 1983, p.64).

⁴⁶ Endereço televisivo da SHOPTIME: NET CANAL 29; SKY CANAL 19; OI TV CANAL 78 ou pelo site <http://www.shoptime.com.br/ofertasdatv>.

Acredita-se que as compreensões e aproximações entre saúde e beleza se estabeleceram a partir do que foram historicamente e socialmente construídos sobre os dois conceitos, e estes seguem uma linha tênue. Ao caracterizar o modelo JUBESA⁴⁷, Lovisolo (2006, p. 167) expõe que uma propriedade do modelo é que seus termos são intercambiáveis, a força do modelo está na ‘intercambiabilidade’ dos termos, na circulação que os reforça. Significa que “se manter jovem é estar saudável, a beleza da pele indica a saúde e a juventude, o rosto sem rugas pode ser visto como jovem e por aí *ad infinitum*”. Desse modo, as alunas acabam aproximando o sentido de beleza com o de saúde, sem perceber possíveis diferenças, isto é, se as alunas querem “perder barriga”, “se manter magra” ou “ganhar músculos”, imediatamente, associarão que estarão cuidando da sua saúde. A intercambiabilidade entre os termos promove aproximações sem acarretar conflitos ou dúvidas sobre as suas reais atribuições.

Além disso, entende-se a importância de destacar que a idade das alunas pode estar relacionada com as compreensões sobre a beleza. Ou seja, a maioria das alunas que está acima dos quarenta anos acredita que a beleza está relacionada a um estado de espírito, que está vinculada ao seu interior. Já as entrevistadas mais novas, Bruna e Amanda, consideram que a beleza corresponde à estética do corpo.

Falar sobre saúde e beleza induz também a falar sobre o corpo. Pode-se afirmar que o corpo é a grande preocupação das mulheres e um dos principais motivos de recorrerem às academias de ginástica. Nesse sentido, é a razão dos investimentos das alunas na *Contours*, mas está relacionado com objetivos distintos. Quando se associa o corpo à beleza, instantaneamente se imagina um corpo ideal ou um corpo considerado bonito. E as alunas? O que elas consideram como um corpo ideal? Nove alunas responderam que corpo ideal significa ter um corpo dentro dos padrões, isto é, um corpo magro:

[...] É como a gente se vê bem né, na média né, nem magro e nem muito gordo, obeso nem nada, **é estar na média**. Mas nem muita magreza, **bem na média mesmo**. Por exemplo, de um tempo pra cá, pela idade, eu

⁴⁷ Lovisolo (2006) caracteriza JUBESA como o conjunto de crenças articuladas nos discurso sobre o valor da juventude, beleza e saúde. A valorização positiva desses elementos em suas inter-relações, tornou-se hegemônica no Ocidente, ao longo de um processo que contabiliza, aproximadamente, dois ou três séculos de existência.

engordei um pouco mais, então eu tento procurar voltar como quem eu era. Mas sem ser obsessiva, com tranquilidade. E depois, definir o corpo, **ter mais músculos**, é quando eu me sinto melhor, é o que procuro mais, ter um condicionamento melhor (Carla, 45 anos, grifo nosso).

[...] Olha, eu assim acho um corpo bonito, um corpo ideal pra mim assim, **é magra, com perna e glúteo tonificado**, braço também, com cintura fina (Bruna, 26 anos, grifo nosso).

[...] um corpo ideal é tá saudável, num é um corpo desenhado, apesar de eu correr atrás disso. **Eu não quero gordura, eu quero músculo**. É, porque o músculo além dele te deixar bem, saudável, ele sustenta o seu corpo, então cada dia que passa eu me conscientizo que eu preciso de músculo e a idade ela vai te tomando isso, então eu luto muito pra ter músculo. Então, um corpo ideal é ter um corpo com músculo (Adriana, 51 anos, grifo nosso).

[...] Um corpo ideal seria um corpo que tem o peso dentro do padrão né, bem alimentado, bem cuidado, seria isso, **um corpo com o peso dentro do padrão**, eu não gosto de muita magreza também não, acho feio, mas que tivesse um peso bom, que as roupas fiquem bonitas (Luísa, 57 anos, grifo nosso).

[...] **Um corpo saudável onde o peso possa estar de acordo com a tabela de saúde**, nem sobrepeso, nem abaixo, um corpo que tenha bons movimentos, que você não fique limitado, por algum motivo e que tenha um peso dentro da tabela de saúde (Fabiana, 51 anos, grifo nosso).

[...] Ah, difícil! (risos). Eu acho que **uma pessoa magra, com um corpo definido**, não igual a homem, tipo Gracyanne Barbosa (risos), mas uma coisa mais feminina, com um bumbum legal, perna torneada, bonita. Eu acho que é um corpo ideal (Amanda, 20 anos, grifo nosso).

Pode-se observar que as interpretações de corpo ideal das entrevistadas giram em torno de um corpo livre de gordura. Ao mesmo tempo, um corpo tonificado e firme também aparece no discurso das mesmas. Na raiz da alergia das mulheres à adiposidade, Lipovetsky (1997) argumenta que se encontra o novo desejo de neutralizar as marcas excessivamente enfáticas da feminilidade e a vontade de ser julgado mais como um indivíduo senhor de si mesmo.

[...] A paixão pela magreza, traduz, no plano estético, o desejo de emancipação das mulheres face ao seu destino tradicional de objectos sexuais e de mães e, ao mesmo tempo, uma exigência de controlo sobre si mesmas. Se, nos nossos dias, a celulite, as curvas e a flacidez desencadeiam atitudes negativas por parte das mulheres, é que a esbelteza e a firmeza significam o autodomínio, o sucesso, o *self management*. Qualquer mulher que deseja ser magra afirma, através do seu corpo, a sua vontade de se apropriar das qualidades de vontade, de autonomia, de eficácia e de autodomínio, qualidades essas tradicionalmente atribuídas ao homem (LIPOVETSKY, 1997, p.135).

O autor ainda vai mais longe, ao argumentar que o “reinado da magreza” faz eco das transformações conquistadas pelas mulheres, pois manifesta a recusa da identificação do corpo feminino com a maternidade, o enfraquecimento da consideração social associada à mulher-mãe e, correlativamente, à valorização social da mulher ativa e independente. Não se pode negar que a mulher contemporânea está incumbida de novas responsabilidades e ações. Por meio das entrevistas, foi notada certa autonomia das alunas quando abordadas sobre as atitudes e os investimentos no corpo. Desse modo, inevitavelmente, as mulheres tornam-se cada vez mais responsáveis por seus próprios corpos, tanto por suas formas quanto por seu envelhecimento, e as atividades físicas tornam-se assim um dever para consigo mesmas.

Porém, discorda-se sobre o tom generalizado exposto pelo autor no que se refere ao vínculo entre o desejo de ser magra e o de autodomínio feminino. Entende-se que as mulheres possuem o anseio de serem magras não apenas para se firmarem enquanto sujeito de vontade e autonomia, mas também para se sentirem belas diante ao que é exposto socialmente e historicamente como belo e ideal. Até porque, como reforça Lovisolo (2006), os baixos índices de gordura são associados à saúde, beleza e juventude. Dessa forma, é no mínimo contraditório se associar o “reinado da magreza” com um estado de autonomia ou de conquistas femininas. O próprio termo utilizado por Lipovetsky, “reinado”, denota que existem forças maiores, isto é, um soberano com autoridade e influências morais. Consequentemente, o reinado da magreza é regido por leis e códigos do corpo, sendo que os indivíduos que o vivenciam devem segui-los. O que se quer dizer é: como pensar em autonomia e liberdade feminina estando suscetíveis a um sistema de poder e predomínio de um determinado corpo?

Nessa perspectiva, como é possível fugir ou pensar de forma contrária a esse estereótipo tão divulgado pelos meios de comunicação? No que se refere à academia para mulheres, isso seria diferente?

Parece-nos que o discurso dos clubes, que dizem privilegiar a saúde, colocando a beleza em segundo plano, revela rapidamente sua ambiguidade quando observamos, por exemplo, os nomes e logomarcas das academias, que fazem referência explícita à silhueta feminina e à boa forma, chegando mesmo a mostrar contornos de mulheres jovens e

magras/musculosas, passando, sutilmente, a mesma cultura da corpolatria que vigora nas academias tradicionais (ESPÍRITO SANTO; JACÓ-VILELA, 2007).

Por mais que a academia para mulheres adote o sistema *wellness*, traz consigo o discurso da corpolatria expressos em determinados aspectos, como o próprio nome, “contornos” e “curvas”, ou a seguinte frase presente no *site* da academia: “Mais do que modelos, são alunas *Contours*”. Embora a metodologia da academia feminina valorize o discurso da saúde, a própria proposta de marketing reproduz elementos do culto ao corpo. Mais do que com saúde, esses ambientes têm por finalidade o desenvolvimento de uma aparência de saúde identificada com um determinado padrão de beleza.

Pode-se pensar que as alunas até estejam interessadas em um corpo que corresponda ao seu biótipo e identidade. No entanto, os discursos que envolvem o corpo ideal permanecem incorporados no cotidiano dos indivíduos, de uma maneira que os façam seguir as orientações que lhes são recomendadas constantemente. Dessa maneira, no Brasil, “o desenvolvimento do individualismo e a intensificação das pressões sociais das normas do corpo caminham juntas” (GOLDENBERG, 2006, p. 122).

Referente à formação do binômio corpo-beleza sob a ótica das entrevistadas, esse se apresenta, aparentemente, inconcluso. Como se pode observar, para a maioria das alunas, a beleza está associada a um bem-estar emocional. Já as suas compreensões sobre o corpo se aproximam de um corpo universalizado, isto é, magro e com definição muscular. Compreende-se que as entrevistadas relacionam beleza com bem-estar emocional, principalmente as mais velhas, porém, ao mesmo tempo, elas “gastam” muito com o corpo, tanto no sentido de calorias quanto em produtos e serviços.

Portanto, a constituição do binômio para essas alunas está arraigada de muitas interpretações e sentidos. A partir da convivência diária durante o trabalho de campo, foi possível perceber a importância que elas atribuem ao corpo e também pela própria dinâmica metodológica e de marketing da academia feminina. Concomitantemente, ressaltam o valor que a dimensão emocional ou o bem-estar emocional possuem no que se refere às suas percepções sobre a beleza e a saúde.

Assim, parece que há um “equilíbrio de antagonismos”⁴⁸, devido à presença de ambiguidades nos discursos das alunas. Ou seja, entende-se que a beleza pode até estar relacionada ao estado emocional, mas o que as fazem compartilhar e usufruírem plenamente desse estado de bem-estar é alcançar o corpo universalizado. Esse equilíbrio de antagonismos deixa mais claro o paradoxo apontado por Lipovetsky (1997), em que, gradualmente, o poder normalizador dos modelos de corpos colide com o ideal individualista e sua exigência de personalização entre os sujeitos.

⁴⁸ Termo utilizado por Gilberto Freyre (2002). O autor introduziu o conceito de equilíbrio de antagonismos em *Casa-Grande & Senzala* observando paralelos na formação cultural do Brasil. Por exemplo, na cultura, o equilíbrio de interpenetrar diferentes costumes e valores: do africano, do indígena e do europeu; na política, a existência ao mesmo tempo do senhor de engenho, do clero e do Estado português. Esses antagonismos para Freyre constituiu uma organização outrora equilibrada, permanecendo atualmente sobre velhos antagonismos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo buscou-se analisar as compreensões de corpo a partir de mulheres frequentadoras de uma academia exclusivamente feminina da cidade de Vitória/ES. Para tanto, valeu-se de determinadas apropriações das obras de Gilles Lipovetsky na elaboração do argumento central. Este autor forneceu reflexões para se compreender o corpo e a mulher contemporânea, através do seu constante diálogo e descrição sobre o que ele denomina de “terceira mulher”. Outros autores importantes, como Sant’Anna, Del Priore e Goellner, também contribuíram com elementos que envolvem o corpo feminino na atualidade. Silva (2001), por meio do conceito de corpo universalizado, ajudou na interpretação e apresentação ao leitor, de maneira clara, o que as entrevistadas consideravam por corpo ideal/padrão.

Sobre o contexto contemporâneo, Bauman e Lipovetsky o caracterizam como um momento marcado pelo consumo, insatisfação dos sujeitos, pela instantaneidade e flexibilidade dos hábitos, rotinas e formas de agir. Esses apontamentos levaram à compreensão sobre os altos investimentos das alunas em academias de ginástica, na alimentação e em procedimentos estéticos. A insatisfação com o corpo e com serviços oferecidos promoveram a busca das alunas por uma academia que oferecesse um diferencial, um serviço e um atendimento personalizado para o alcance dos seus desejos “voláteis”. Nesse sentido, é preciso apostar em investigações sobre o surgimento e as constantes substituições de novas práticas corporais, produtos de beleza e dietas alimentares, bem como o impacto dessas “evoluções” nos indivíduos.

A leveza e a mobilidade desse contexto priorizam um corpo esguio e adequado ao movimento. Dessa forma, as alunas apresentaram uma aversão à gordura corporal, considerando como ideal um corpo magro. Lipovetsky acredita que a conquista desse corpo ideal é permitida através das restrições alimentares e dos exercícios físicos. O autor foi decisivo para se compreender os principais investimentos da mulher na busca pelo corpo considerado bonito.

Além da procura e a exigência por serviços personalizados e de qualidade, as alunas escolheram a academia estudada por ser frequentada e projetada apenas para mulheres, ou seja, não há a presença de homens. Apesar das inúmeras conquistas sociais e financeiras, as mulheres ainda se sentem constrangidas na exposição do seu corpo em determinadas práticas corporais e indumentárias na

presença do homem. Percebe-se, através dos relatos das alunas, que há influências por meio do “olhar” masculino. Elas não se sentem livres ou totalmente à vontade em ambientes como a academia, compostos por homens. Há uma limitação teórica no que se refere a essa questão. Lipovetsky não menciona possíveis coações, a partir do homem, sobre os modos e as expressões corporais das mulheres, apenas reconhece que o modelo da terceira mulher não coincide de nenhuma maneira com o desaparecimento das desigualdades entre os sexos. Mesmo que o trabalho não tenha se proposto a discutir e se aprofundar em análises sobre o gênero, sabe-se o quanto esse diálogo é importante para o trabalho, até porque o que determinou a procura da *Contours* pela maioria das alunas foi o fato de ser uma academia composta apenas por mulheres.

O contato e a convivência participativa no campo de pesquisa foram primordiais para a problematização de questões que emergiram da proximidade com a academia exclusiva. Vale lembrar que o curto período em que frequentei as aulas no antigo endereço da academia, afetou negativamente uma melhor compreensão da dinâmica daquele espaço, pois a limitação física e as poucas modalidades de exercícios físicos impactavam diretamente no número de matrículas e na diversificação dos perfis das alunas. Porém, o período mais extenso no endereço atual supriu as lacunas enfrentadas no endereço anterior.

No que tange aos perfis das entrevistadas, estas se assemelham às características da mulher contemporânea de Lipovetsky. São mulheres que conquistaram o mercado de trabalho e que apresentam, além do poder de consumo, certa autonomia sobre o seu corpo. Do mesmo modo, essas mulheres não possuem mais uma posição social definida, ou seja, significa dizer que sua dependência relativa ao homem deixa de ser aquilo que as conduzem nas democracias ocidentais. De acordo com as entrevistas, a maioria trabalha ou já se aposentou, sendo que apresentam um empenho pessoal e social de fugirem da identidade que as constitui somente o encargo de ser mãe e esposa.

Porém, concorda-se com Lipovetsky ao apontar que, apesar das conquistas sociais e financeiras, a diferença entre o trabalho masculino e feminino continua em grande medida, isto é, as mulheres são maioritariamente ativas, mas suas responsabilidades na esfera doméstica continuam, de certo modo, preponderantes.

Outro ponto a considerar é a relação das alunas com o consumo. Caracteriza-se como uma relação que transita entre o consumo *cool* e o consumo reflexivo. O

primeiro, pois são mulheres exigentes que buscam qualidade e satisfação no consumo de produtos e serviços. Quando se trata do consumo reflexivo, percebe-se que pelo constante acesso à informação e a instrução acadêmica das alunas, estas estão cada vez mais conscientes do que querem. A consciência reflexiva proporciona o monitoramento e a interpretação de suas ações, isto é, as alunas questionam, investigam com maior frequência as circunstâncias das suas atividades e razões.

Considera-se pertinente destacar o consumo das entrevistadas por profissionais que oferecem serviços “personalizados”, estes são chamados neste trabalho de conselheiros. Viu-se que as alunas associaram o trabalho das professoras da *Contours* aos dos *personal trainers*, pois são profissionais que prezam por uma atenção diferenciada e individual. Ao mesmo tempo, pode-se observar também a contratação de nutricionistas e dermatologistas, ou seja, os “conselheiros da JUBESA” de Lovisolo. Considerou-se pertinente um estudo que divulgue o impacto desses conselheiros na vida dos seus contratantes, pois se esses estiverem insatisfeitos com a atuação desses profissionais, podem descartá-los da mesma forma que um shampoo que não cumpriu com o prometido, ao se propor evitar a queda de cabelo. Além deles, há os consultores *on-line*, conselheiros presentes nas redes sociais que divulgam prescrições de exercícios físicos, receitas e dietas alimentares. Até que ponto e até que preço seus seguidores pagam por seus conselhos?

Nota-se também que a receptividade das alunas se altera de acordo com o peso das professoras. Isso significa que, se a professora é “magra”, ela é tida como uma ótima profissional, sendo que o seu trabalho reflete no seu próprio corpo. Se a professora está acima do peso, afetar a credibilidade na “venda” dos serviços oferecidos por ela. O corpo das professoras se assimila à vitrine de uma loja onde são expostos os modelos “atuais” de corpo, os quais devem ser seguidos e consumidos para permanecer na “moda”. Assim, estudos que se disponibilizem a pesquisar sobre o reflexo do corpo dos professores de Educação Física na sua capacidade profissional corroborarão para se compreenderem frases como o da professora Carol: “a gente vende o que a gente é.”.

Por meio das contribuições e caracterizações do contexto e da mulher contemporânea, pode-se avançar na compreensão das entrevistadas sobre corpo e beleza. No que concerne ao corpo, as interpretações das mesmas se ancoram no

conceito de corpo universalizado de Silva (2001) e um corpo magro no argumento de Lipovetsky. Já a beleza/ser bela está associada a um bem-estar emocional. Interpreta-se essa aproximação entre beleza e bem-estar como uma procura por sensações agradáveis, um escape às cobranças do cotidiano, especialmente quando se consideram as demandas no corpo ideal. Simultaneamente, esses elementos também reforçam o paradoxo apontado por Lipovetsky, em que, por mais que as mulheres se constituam gradualmente como donas de si e protagonistas das suas transformações corporais, o poder normalizador dos modelos de corpo vai de encontro à autonomia conquistada.

REFERÊNCIAS

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

ALMEIDA, Q. F. et al. Identidade(s) feminina(s) e cuidado de si na revista AG. **Motrivivência**. Ano XXIV, Nº 39, P. 113-128 Dez., 2012.

ARAÚJO, C, D. LEORATTO, D. Alterações da silhueta feminina: a influência da moda. **Revista Brasileira Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 717-739, 2013.

ASSIS, M. et al. Insatisfação com a imagem corporal entre pessoas de meia-idade e idosas praticantes de atividade física. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**. Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 27-40, 2015.

AZEVEDO, A. **Lira dos Vinte Anos**. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

AZEVEDO, I, R. **Motivos de adesão à prática de exercícios físicos em uma academia exclusivamente feminina de Porto Velho-RO**. 2011. 69 f. Trabalho de Conclusão de Curso. UNIR, Porto Velho, 2011.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Ed. Edições 70, 2009.

BASSANI, J, J; TORRI, G; VAZ, A, F. Dor e tecnificação no contemporâneo culto ao corpo. **Revista Pensar a Prática**. v.10, n.2, p.261-73, UFG, 2007.

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

_____. **Modernidade e ambivalência**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1999.

_____. **Vida líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2009.

BAYLÃO, A, L, S; SCHETTINO, E, M, O. **A inserção da mulher no mercado de trabalho brasileiro**. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <<http://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos14/20320175.pdf>>. Acesso em: 11 nov. 2015.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. Lei no 8.955, de 15 de Dezembro de 1994. Brasília, 1994. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/CCIVIL/Leis/L8955.htm>>. Acesso em: 19 dez. 2014.

BERGER, M. **Corpo e identidade feminina**. Tese de Doutorado, USP, São Paulo, 2006.

BORGES, N. C. O corpo feminino na contemporaneidade: entre ausências e afetos, lapso ou refúgio? In: **Encontro Baiano de Estudos em Cultura**, Bahia, 2012.

BORGES, W; PEREIRA, R, S; SANTOS, D, A. **A mulher no mercado de trabalho**. São Luís-Maranhão, 2005. Disponível em: <http://www.joinpp.ufma.br/jornadas/joinppII/pagina_PGPP/programa%C3%A7%C3%A3o/321waleska_Rosangela_Danielle.pdf>. Acesso em: 11 nov. 2015.

BORGES, P, J, Albino *et al*. Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness: o caso curves Brasil. **Pensar a Prática**. 10/2: 237-259, jul./dez, 2007.

CASTRO, A. L. **Culto ao corpo e sociedade: mídia, cultura de consumo e estilos de vida**. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) – Instituto de Filosofia e Ciências humanas, UNICAMP, Campinas, 2003.

COSTA, B.M.E. VENÂNCIO, S. Atividade física e saúde: discursos que controlam o corpo. **Revista Pensar a Prática**. 7(1): 59-74, Mar. UFG, 2004.

COUTO, E. S. Uma estética para corpos mutantes. In: COUTO, Edvaldo Souza e GOELLNER, Silvana Vilodre (Orgs). **Corpos Mutantes: ensaios sobre novas (d)eficiências corporais**. Porto Alegre: UFRGS, 2007.

COELHO FILHO, A. A, FRAZÃO, P. D. Motivos para a prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres. **Revista Brasileira Educação Física e Esporte**, São Paulo, Jan-Mar; 29(1):149-58, 2015.

CRUZ, N. D. **A discussão filosófica da modernidade e da pós – modernidade**. Metavóia, São João Del-Rei/MG, n.13, 2011. Disponível em: <http://www.ufsj.edu.br/portal2repositorio/File/revistalable/3_DANIEL_NERY_DA_CRUZ.pdf>. Acesso em: 10 abr. 2015.

DEL PRIORE, M. **Corpo a corpo com a mulher**: pequena história das transformações do corpo feminino no Brasil. São Paulo: Senac, 2000.

EDMONDS, A. No universo da beleza: Notas de campo sobre cirurgia plástica no Rio de Janeiro. In: GOLDENBERG, M. (Org.). **Nu & vestido**: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record, 2007.

ESPÍRITO SANTO, A, A; JACÓ-VILELA, A, M. Cuidando do corpo e da mente em trinta minutos: academias só para mulheres e representações do corpo feminino. In: **Anais eletrônicos do XIV Encontro Nacional da ABRAPSO**. Rio de Janeiro, 2007. Disponível em: <http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/anexos/AnaisXIVENA/conteudo/pdf/trab_completo_318.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2016.

ESTEVÃO, A.; BAGRICHEVSKY, M. Cultura da corpolatria e body-building: notas para reflexão. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.3, n.3, p.13-25, 2004.

FISCHLER, C. Obeso benigno, obeso maligno. In: SANT'ANNA, D, B. **Políticas do Corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

FOUCAULT, M. **Vigiar e punir**: nascimento da prisão. 13ª ed. Petrópolis: Vozes, 1996.

FREITAS, C.M.S.M; SANTIAGO, M.S; VIANA, A.T; LEÃO, A.C; FREYRE, C. Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de exercícios físicos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, 2007

FREYRE, G. **Casa-grande & senzala**. Rio de Janeiro: Record, 2002.

FURTADO, R, P. Do Fitness ao Wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Pensar a Prática**, Goiânia, 12/1: 1-11, jan./abr. 2009.

_____. Novas tecnologias e novas formas de organização do trabalho do professor nas academias de ginástica. **Pensar a Prática**, Goiânia, 10/2: 307-322, 2007.

GIDDENS, A. **As consequências da modernidade**. São Paulo: Ed. Unesp, 1991.

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

GOELLNER, S. V. A produção cultural do corpo. In: LOURO (Org) **Corpo Gênero e Sexualidade**: Um debate contemporâneo na educação. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008.

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

GOLDENBERG, M. A volta do cor-de-rosa. **Jornal do Brasil**. Rio de Janeiro, 10 jan. 2010. Disponível em: <http://miriangoldenberg.com.br/content.php?option=com_content&task=view&id=99&Itemid=106>. Acesso em: 10 set. 2014.

GOMES, I, M. **Conselheiros modernos**: propostas para a educação do indivíduo saudável. Tese de Doutorado, UFSC, Florianópolis, 2008.

GONÇALVES, M, C; TURELLI, C, F; VAZ, A, F. Corpos, dores, subjetivações: notas de pesquisa no esporte, na luta, no balé. **Movimento**. Porto Alegre, v. 18, n. 03, p. 141-158, jul/set de 2012.

HANSEN, R; VAZ, A; F. “Sarados” e “gostasas” entre alguns outros: aspectos da educação de corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação. **Movimento**. Porto Alegre, v. 12, n.01, p. 133-152, jan/abr de 2006.

LAS CASAS, A. L. **Marketing**: conceitos, exercícios, casos. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1997.

LE BRETON, D. **A sociologia do corpo**. Petrópolis: Vozes, 2011.

LIPOVETSKY, G. **A Terceira mulher**: permanência e revolução do feminino. 1997.

_____. **A Era do Vazio**. Barueri, SP: Manole, 1983.

_____. **Os tempos hipermodernos**. São Paulo: Barcarola, 2004.

_____. **A felicidade paradoxal**: ensaio sobre a sociedade de hiperconsumo. (M. L. Machado, Trad.). São Paulo: Companhia Das Letras, 2007.

_____. **O império do efêmero**: A moda nas sociedades modernas. São Paulo: EDITORA SCHWARCZ, 1987.

LUPTON, D. Corpos, prazeres e práticas do eu. **Educação e Realidade**. 2000. Disponível em: < <http://seer.ufrgs.br/index.php/educacaoerealidade/article/view/46831/29115>>. Acesso em: 8 jun. 2015.

LIZ, C.M. **Motivação para a prática de musculação de aderentes e desistentes de academias**. Dissertação (Mestrado) - Centro de Ciências da Saúde e do Esporte, UFSC, Florianópolis, 2011.

LOVISOLO, H. Em defesa do modelo JUBESA (juventude, beleza e saúde). In: BAGRICHEVSKY, M. et al (Org.). **A saúde em debate na Educação Física**. v. 2. Blumenau: Nova Letra, 2006.

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

MARCONI, A.M, LAKATOS, M.E. **Metodologia Científica**. 5. Ed. São Paulo: Atlas, 2007.

MAUSS, M. As técnicas corporais. In: MAUSS, M. **Sociologia e antropologia**. São Paulo: EPU, 1974.

ORTEGA, F. Práticas de ascese corporal e constituição de bioidentidades. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 11 (1): 59 - 77, 2003. Disponível em:<http://www.cadernos.iesc.ufrj.br/cadernos/images/csc/2003_1/artigos/2003_1%20FOrtega.pdf>. Acesso em: 18 mai. 2015.

ORTIZ, R. **Mundialização e cultura**. São Paulo: Brasiliense, 2000.

PEREIRA, L.A. Do “cuidado de si” nas academias de ginástica. In: GOMES, R, M. **O corpo e a política da vida**. Centro de Estudos Biocinéticos, 2009.

ROCHA, J, C. **Corpo belo**: um estudo antropológico em academia de ginástica feminina. 2011. 114 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-graduação em Antropologia e Arqueologia, UFPI, Teresina, 2011.

RODRIGUES, J. **Tabu do Corpo**, Rio de Janeiro, Achiamé, 1983.

SABA, F. K. F. **Aderência à prática do exercício físico em academias**. São Paulo: Manole. 2001.

SANTOS, S, F; SALLES, A, D. Antropologia de uma academia de musculação: um olhar sobre o corpo e um espaço de representação social. **RBEFE**, São Paulo, v.23, n.2, p.87-102. 2009.

SANT'ANNA, D. B. (Org.) **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SANT'ANNA, D.B. **História da beleza no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2014.

SANTAELLA, L. Mulheres em tempo de modernidade líquida. **Comunicação & Cultura**, n. 6, 2008, pp. 105-113. Disponível em: http://cc.bond.com.pt/wp-content/uploads/2010/07/06_05_Lucia_Santaella.pdf. Acesso em: 9 abr. 2015.

SANTIN, S. O corpo simplesmente corpo. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 7, n.15, 2001.

SENNETT, R. **Carne e Pedra: o corpo e a cidade na civilização ocidental**. 2ªed. RJ/SP: Ed. Record, 2001.

SEVERINO, J.A. **Metodologia do trabalho científico**. 23. Ed. rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.

SILVA, A M. **Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo da felicidade**. Campinas/Florianópolis: Autores Associados/EDUFSC, 2001.

SILVA, C, N. **Entre o matrimônio, a beleza, a moda e esportes: imagens da mulher na revista Vida Capichaba (1925-1939)**. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Educação Física. UFES, Vitória, 2014.

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

VIGARELLO, G. Panóplias corretoras: balizas para uma história. In: SANT'ANNA, D.B. (org). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

WENETZ, I. Anatomia da academia: cultura comercial e disciplina do corpo. **Movimento**, Porto Alegre, v. 13, n. 03, p. 245-259. 2007.

WHYTE, F. W. **Sociedade de esquina: a estrutura social de uma área urbana pobre e degradada**. Tradução de Maria Lucia de Oliveira. Rio de Janeiro, Jorge Zahar, 2005.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada para participar, como voluntária, em uma pesquisa. Cabe a você decidir se quer participar ou não. Por favor, não se apresse em tomar a decisão. Leia cuidadosamente o que se segue e pergunte à responsável pelo estudo qualquer dúvida que você tiver. Este estudo está sendo conduzido pelo Dr. Ivan Marcelo Gomes. Após ser esclarecida sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é da pesquisadora responsável. Em caso de recusa, você não será penalizada de forma alguma. Em caso de dúvida, você poderá procurar a pesquisadora responsável ou o Comitê de Ética em Pesquisa da UFES – CEP, nos locais e telefones abaixo:

Pesquisador responsável (orientador):

Instituição/Departamento:

Telefone Institucional:

Telefone para contato (inclusive a cobrar):

Pesquisadora mestrandia:

Telefones para contato:

Comitê de Ética em Pesquisa:

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do projeto: A terceira mulher: significações do corpo em uma academia feminina do município de Vitória ES

O objetivo dessa pesquisa é compreender o corpo a partir de mulheres que frequentam uma academia feminina do município de Vitória/ES, de modo a: descrever a(s) estratégia(s) de trabalho e o ambiente dessa instituição; identificar se as características da terceira mulher se aproximam do perfil das alunas e identificar e analisar a(s) compreensão(ões) atribuída(s) ao corpo por meio das frequentadoras de uma academia exclusiva para mulheres.

Para isso, precisamos construir dados através da observação e de entrevistas, com a utilização do gravador, com as alunas e funcionárias da academia. A entrevista terá início diante da autorização da participante por meio da assinatura deste Termo de Consentimento.

Tanto a observação quanto as entrevistas serão orientadas por um roteiro previamente elaborado, mas flexível para a incorporação de novos instrumentos e técnicas significantes.

A pesquisa não traz quaisquer riscos, prejuízos, desconforto, lesões, ressarcimento de despesas e benefícios diretos para a participante. Fica garantido o sigilo da participante e das informações por ela prestadas, bem como o direito de retirar o consentimento a qualquer tempo sem qualquer ônus.

Se você concordar em participar desse estudo, seu nome e identidade serão mantidos em sigilo. A menos que requerido por lei ou solicitação, somente as pesquisadoras, Comitê de Ética independente e inspetores de agências regulamentadoras do Governo (quando necessário) terão acesso as suas informações para verificação dos dados do presente estudo.

Assinatura da pesquisadora:

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____
 _____, RG _____, CPF _____, abaixo assinado, concordo em participar da pesquisa A terceira mulher: significações do corpo em uma academia feminina do município de Vitória ES, como sujeito. Fui devidamente informada e esclarecida pela mestrandia Camila Rissari Correia sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como de que não há nenhum risco e benefícios diretos decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Vitória, _____ de _____ de 2015.

Assinatura do sujeito ou responsável

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e aceite do sujeito em participar.

Testemunha (não ligadas à pesquisa):

Nome: _____

Assinatura: _____

APÊNDICE B – Roteiro de Entrevista – Alunas

Básicos

- Nome
- Idade
- Escolaridade
- Profissão
- Estado civil
- Religião
- Bairro
- Qual sua renda mensal familiar (salário mínimo):
() 1-3 () 2-4 () 5-7 () 8-10 () 11-13 () 14-16 () 17-19 () 20-22 () 23-25
- Qual sua renda mensal individual:
() 1-3 () 2-4 () 5-7 () 8-10 () 11-13 () 14-16 () 17-19 () 20-22 () 23-25

Específicos

- O que você busca ao frequentar academias de Ginástica?
- Frequenta academias há quanto tempo? E essa academia?
- Por qual(ais) motivos você escolheu malhar nessa academia exclusiva para mulheres e não em outra academia?
- Você gosta de frequentar a academia?
- Quais as atividades você faz na academia?
- Quais as atividades que você mais gosta de fazer? Por quê?
- Você acha que a dorzinha pós treino e a tentativa de conseguir ir malhar todos os dias, valem a pena? Por que?
- Como você se sente quando não vem para a academia?
- O que mais te motiva a permanecer nesta academia?
- Você acha que as academias femininas se diferem das academias mistas? Se sim, em que aspecto?
- O que você acha da metodologia do circuito funcional da academia?
- Você acha que o circuito difere da modalidade musculação? Se sim, em que aspecto?
- Como é a sua relação com as professoras? Em que momento/circunstancia vocês conversam?
- Como é a sua relação com as outras alunas? Em que momento/circunstancia vocês conversam?
- Você fez amizades na academia? Se sim, vocês se encontram fora da academia?
- As outras alunas influenciam na percepção que você tem do seu corpo?
- O que você acha dos eventos promovidos pela academia? Você frequenta esses eventos?
- Você já fez alguma sugestão/reclamação na academia? Foi a respeito do que?
- Para você, o que é ser bonita?
- Qual seria o corpo ideal? Você busca esse corpo ao frequentar a academia?
- O que é cuidar do corpo?
- Quais os cuidados que você tem com o seu corpo?

- Faz tratamentos em clínicas de estética, dietas, frequenta salões de beleza?
 - Faz/Fez uso de algum remédio para engordar ou emagrecer?
 - Toma suplementos?
 - Você está satisfeita com o seu corpo?
 - O que mudaria no seu corpo. Por quê?
 - Você faria alguma intervenção cirúrgica para alcançar o corpo que você deseja?
 - Quando começou a se preocupar com o seu corpo? O que te influenciou nessa decisão?
 - Você acha que a aparência interfere nas relações sociais? Por quê?
-
- O que você acha de investir (dinheiro) em cuidados com o corpo e com a beleza?
 - Em média, quanto do seu orçamento mensal você investe nisso?
 100 400 700 1000
 200 500 800 1500
 300 600 900 <2000
-
- Você acha que gastar tempo e dinheiro com cuidados com seu corpo e sua beleza é perda de tempo ou algo supérfluo? Por quê?

APÊNDICE C – Roteiro de Entrevista – Proprietária da Academia

Básicos

- Nome
- Idade
- Escolaridade
- Profissão
- Estado civil
- Religião
- Bairro

Específicos

- Como surgiu a ideia de abrir uma academia exclusiva para mulheres?
- Desde quando existe essa academia?
- Quantas alunas ativas a academia possui hoje?
- Para qual tipo de público feminino a academia está voltada?
- Quais as principais características desse público?
- As alunas são exigentes? Se sim, o que elas exigem/solicitam mais?
- Foi você que idealizou a decoração da academia?
- Você acha que há relação entre a decoração e o público da academia?
- Por que a academia agora tem a modalidade Musculação? Foi um pedido das alunas ou uma decisão tomada pela direção?
- Por que o antigo espaço da academia não tinha espelhos? E por que tem agora?
- Qual(ais) o(s) diferencial(ais) da Contours em relação às academias mistas?

- Como é a sua relação com as professoras?
- Como é a sua relação com as alunas?
- Você fez amizades na academia? Em que circunstâncias/momentos propiciaram essa aproximação?
- Qual a importância de promover eventos na academia?
- Há diferenças entre os turnos na academia? A que se deve essa diferença?
- Segundo estudos, as academias de ginástica são ótimos lugares para a socialização (troca de experiências, conhecer novas pessoas etc.). Você acha que isso ocorre aqui? Em que momentos você percebe essas interações entre as alunas?
- O que você faria para contribuir com a socialização das alunas?

- Para você, o que é um corpo bonito?
- Para você, o que significa “padrão de beleza?”.
- O que é cuidar do corpo?
- Qual(ais) a(s) preocupação(ões) ou o que essas alunas buscam ao frequentar a academia?
- Você acha que a aparência interfere nas relações sociais? Por quê?
- Você utiliza o critério da aparência para contratar as funcionárias da academia?
- Você contrataria uma professora que estivesse acima do peso? Por quê?

APÊNDICE D – Roteiro de Entrevista – Professora de Educação Física

Básicos

- Nome:
 - Idade:
 - Escolaridade:
 - Profissão:
 - Estado civil:
 - Bairro:
-
- O que você acha sobre os espelhos? O seu uso é importante?
 - Qual o perfil das alunas/mulheres que malham aqui?
 - Quais os objetivos das alunas com a prática de atividade física na Contours? O que elas mais querem?
 - Como é a sociabilidade/socialização entre as alunas?
 - Na sua concepção, por que as alunas escolheram malhar aqui? Qual o diferencial da Contours em relação as academias mistas?
 - Você acha que as alunas dependem muito das professoras para realizarem os exercícios?
 - Quais as mudanças você pode considerar entre o antigo endereço da academia e o atual?
 - Na sua concepção, o que é cuidar do corpo?
 - O que é ser bela?
 - Considerando que uma professora estivesse acima do peso, como seria a receptividade das alunas da Contours em relação ao trabalho dessa profissional?
 - Você acha que as alunas são exigentes?
 - Li no site da Contours que as professoras e as estagiárias de EF recebem treinamento pela franquia. Como é esse treinamento? Em que consiste?
 - Percebi que há um padrão na roupa das professoras. As roupas que as professoras usam são estipuladas pela franquia?
 - Percebi também que as professoras são detentoras de corpos magros. Essa característica é um fator relevante na contratação de uma profissional? Na sua contratação foi assim?
 - Sobre a idade das alunas, em que faixa etária se encontra a maioria das alunas matriculadas na Contours hoje? (Em média).