

# Mulheres, aparência corporal e saúde: estudo qualitativo sobre atividade física na Baixada Fluminense

Women, body appearance and health: a qualitative study on physical activity in the Baixada Fluminense

*Francisco Lamassa Junior*<sup>1</sup>

*Alan Camargo Silva*<sup>2</sup>

*Sílvia Maria Agatti Lüdorf*<sup>3</sup>

## RESUMO:

O objetivo do estudo foi compreender as formas de produção de corpos de mulheres praticantes de atividades físicas de uma Vila Olímpica da Baixada Fluminense. Por meio de entrevistas e observação, resultados apontam para relações entre as inserções sociais e atividade física, revelando nuances para se alcançar dada forma corporal por este grupo específico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Corpo. Mulher. Pesquisa Qualitativa

## ABSTRACT:

The objective of the study was to understand the forms of production of bodies of women who practice physical activities in an Olympic Village of Baixada Fluminense. Through interviews and observation, results point to relationships between social insertions and physical activity, revealing nuances to achieve a given body shape by this specific group.

**KEYWORDS:** Body. Woman. Qualitative Research

\* \* \*

---

<sup>1</sup> Doutor em Educação Física. Programa de Pós-graduação em Educação Física da UFRJ. Brasil. E-mail: lamassaufRJ@gmail.com

<sup>2</sup> Doutor em Saúde Coletiva. Programa de Pós-graduação em Educação Física da UFRJ. Brasil. E-mail: alancamargo10@gmail.com

<sup>3</sup> Doutora em Educação. Programa de Pós-graduação em Educação Física da UFRJ. Brasil. E-mail: sagatti.rlk@terra.com.br

## Introdução

Pesquisas voltadas à atividade física experimentaram sensível crescimento no campo da saúde e, cada vez mais, há iniciativas governamentais de promoção da atividade física particularizadas em determinados contextos socioculturais (HALLAL, 2012; 2014), como a implantação de políticas públicas pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2006; 2011; 2014). No entanto, para a consolidação dessa perspectiva no âmbito da promoção da saúde, seria preciso considerar que a atividade física está ligada aos significados de corpo e também à sua construção simbólica (GOMES; MINAYO, 2016).

Programas criados para o desenvolvimento de políticas de incentivo à prática de atividade física, normalmente, têm o predomínio do caráter utilitário de promoção da “vida ativa”, que privilegiam os efeitos orgânicos e um estilo fisicamente ativo (BECALLI; GOMES, 2016). Isso implica na ideia da atividade física como uma “vacina” para o corpo social, o que pode ser observado em discursos moralizantes sobre sedentarismo, que culpabilizam ou responsabilizam o sujeito pela sua própria condição de saúde (FERREIRA *et al.*, 2012). No entanto, de acordo com Le Breton (2007), o corpo não é restrito à sua dimensão biológica, mas também construído socialmente, por consequência, também generificado. Para Beauvoir (1980), o biológico não define a forma que a mulher assume na sociedade, pois “ninguém nasce mulher: torna-se mulher” (p.361).

Como parte destas políticas nacionais de incentivo à realização de atividades físicas, existem as chamadas Vilas Olímpicas na cidade do Rio de Janeiro e em municípios da Baixada Fluminense. Nestes locais, além das instalações para livre utilização, são oferecidas atividades físicas sob a orientação de profissionais de Educação Física.

Programas semelhantes ao destas Vilas Olímpicas são frequentados em sua maioria por mulheres (MEDEIROS *et al.*, 2014). Geralmente, a preocupação com a saúde é um dos principais motivos para adesão à atividade física (CASTRO *et al.*, 2016). Entretanto, Oliveira *et al.* (2010) apontam que, para as mulheres, a adesão à prática de atividades físicas

parece residir mais no desejo de modelagem das formas corporais do que nas questões relacionadas à saúde.

Estética e saúde são noções complexas e passíveis de serem analisadas por referenciais teóricos distintos. No entanto, em que pese a inspiração na filosofia clássica, neste texto, estética será compreendida na perspectiva da aparência corporal (SANTOLIN; RIGO, 2015), como modo de representar os cuidados com o corpo e a maneira cotidiana de se apresentar socialmente, conforme determinados contextos socioculturais (LE BRETON, 2007). A concepção de saúde aqui empregada, por sua vez, distancia-se do sentido de ausência de doenças (LUZ, 2009) e alinha-se ao conceito ampliado de saúde que reflete as questões econômicas, políticas e culturais de uma determinada classe social (SCLIAR, 2007).

A busca pela aparência, pelo bem estar e a preocupação em permanecer jovem, faz surgir diversos mercados em torno do corpo, como cosméticos, cuidados estéticos, atividades físicas e tratamentos para emagrecimento, dentre outros (LE BRETON, 2011). Embora, na atualidade, os homens cada vez mais tenham preocupação com a sua aparência corporal, as mulheres ainda formam o maior grupo consumidor destes cuidados (LIPOVETSKY; SERROY, 2015). De acordo com Goldenberg (2014), o “corpo feminino”, em especial, “o brasileiro”, continua sendo alvejado por uma série de padrões e representações de beleza.

Estudos com o foco em mulheres realizados no contexto das academias de ginástica apontaram a importância da aparência corporal em suas relações/inserções sociais (TEIXEIRA *et al.*, 2014; BERGER, 2010). Especificamente sobre a Baixada Fluminense, ainda no ambiente das academias de ginástica, detectou-se a estética como sendo o principal objetivo para adesão às atividades físicas (SILVA *et al.*, 2018). Contudo, entende-se que ainda há uma lacuna quanto a investigações, com enfoque sociocultural, sobre frequentadores de espaços públicos destinados à prática de atividades físicas gratuitas, que não têm acesso a estabelecimentos como as academias de ginástica ou similares.

Sugere-se, portanto, que explorar as normas, costumes, crenças e valores dos praticantes de atividade física em relação ao corpo e, sobretudo com base em determinados marcadores sociais, auxilia a compreender como os sujeitos se engajam nas atividades físicas e de que formas podem impactar no processo saúde-doença de dados grupos sociais (SILVA, 2017).

No caso de mulheres em determinadas condições socioeconômicas e culturais, argumenta-se a relevância de estudá-las, pois os obstáculos políticos, históricos e sociais dificultaram/ dificultam a participação das mesmas nas práticas corporais e esportivas (GOELLNER, 2016). Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi compreender as formas de produção de corpos de mulheres praticantes de atividades físicas de uma Vila Olímpica da Baixada Fluminense.

### **Procedimentos metodológicos**

A presente pesquisa caracteriza-se por ser qualitativa, pois não busca estudar um fenômeno em si, mas entender seus significados, individuais ou coletivos para a vida das pessoas (TURATO, 2005). Dessa forma, almeja-se apreender algumas noções e lógicas que levam à produção de corpos das mulheres que realizam atividades físicas nas Vilas Olímpicas da Baixada Fluminense.

Nesse sentido, foram identificadas sete Vilas Olímpicas, na região conhecida como Baixada Fluminense, no estado do Rio de Janeiro, a saber: Nova Iguaçu, Duque de Caxias, São João de Meriti, Queimados, Belford Roxo, Nilópolis e Mesquita. Com a finalidade de compreender como ocorria a organização destes espaços, junto à administração, foram coletadas informações sobre estrutura, funcionamento e atividades que ocorriam nestes locais.

A partir dessa incursão inicial ao campo de pesquisa, optou-se por investigar a Vila Olímpica de Mesquita. A razão de escolher esta Vila Olímpica não está pautada na sofisticação ou nas estruturas novas, mas em compreender para além da questão estrutural, o que a diferencia das demais, pois das Vilas Olímpicas da Baixada, a de Mesquita apresenta

maior número de frequentadores, nos diversos horários, conforme dados obtidos.

Destaquem-se alguns indicadores referentes ao município de Mesquita, importantes para se conhecer o contexto socioeconômico. A população de Mesquita foi estimada em 2019 com 176103 mil pessoas, cuja proporção de pessoas ocupadas em relação à população total era de 10.4%. O PIB é o último dos municípios do Estado do Rio de Janeiro e 36,5% da população tem rendimento mensal de até meio salário mínimo (IBGE, 2020).

Já a Vila Olímpica de Mesquita foi construída em 2008 e é composta de: uma piscina de 18x10 metros, uma pista de atletismo de 256 metros, um campo de futebol, um ginásio coberto, uma quadra descoberta, um espaço para lutas, aparelhos de ATI (academia da terceira idade), barras fixas, barras paralelas, estacionamento e duas salas (secretaria e coordenação). Segundo informações obtidas junto à Secretaria Municipal de Cultura, Esporte, Lazer e Turismo, no ano de 2019, aproximadamente 3000 pessoas por semana frequentavam o espaço.

Para a realização da pesquisa, foram utilizadas a observação e entrevista semiestruturada, aliadas a registros em diário de campo. Para Gaskell (2010), a combinação de técnicas ou triangulação possibilita que fenômenos sociais se apresentem de forma distinta na medida em que são enfocados de diferentes ângulos, o que aumenta a confiabilidade da pesquisa qualitativa.

Durante seis meses em dias e horários variados foram realizadas observações da Vila Olímpica e de seu público, que permitiram apreender as características do ambiente, da utilização dos espaços e conhecer minimamente o perfil, a dinâmicas e os diferentes fluxos de frequência dos frequentadores. Com base nesta imersão no campo, notou-se que as mulheres eram maioria nos diferentes espaços de realização das atividades físicas.

A fim de conhecer a visão destas mulheres que frequentavam a VOM, alguns critérios foram adotados para a seleção das participantes: a) ser maior de 18 anos; b) praticar alguma das atividades com maior número de

mulheres inscritas: hidroginástica, Pilates, natação, zumba e ginástica localizada; c) aceitar participar da presente pesquisa. O convite para a participação foi feito *in loco*, mediante esclarecimentos sobre a pesquisa às turmas que estavam sob supervisão de profissionais de Educação Física.

Após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido foram aplicadas as entrevistas semiestruturadas, pois para Gaskell (2010), fornecem dados básicos para o desenvolvimento e compreensão da relação entre os atores sociais e a situação estudada. As perguntas versaram sobre corpo, atividades físicas e o cotidiano destas frequentadoras.

O número de 20 mulheres foi dimensionado a partir do critério de saturação teórica, conforme Fontanella *et al.*, (2008, p.17): “É operacionalmente definido como a suspensão de inclusão de novos participantes quando os dados obtidos passam a apresentar, na avaliação do pesquisador, certa redundância ou repetição”. As entrevistas duraram aproximadamente 30 minutos e foram respondidas, ao final das aulas, na própria Vila Olímpica. Isso não somente permitiu compreender algumas particularidades e interações do grupo, como também identificar situações que ocorriam durante as atividades.

Quadro 1 – Perfil das participantes

| ENTREVISTADAS | IDADE | OCUPAÇÕES              | ATIVIDADES FÍSICAS |         |         |       |                      |
|---------------|-------|------------------------|--------------------|---------|---------|-------|----------------------|
|               |       |                        | HIDROGINÁSTICA     | PILATES | NATAÇÃO | ZUMBA | GINÁSTICA LOCALIZADA |
| E01           | 48    | Ass.<br>Administrativa | X                  |         |         | X     |                      |
| E02           | 35    | Comerciária            |                    | X       |         |       |                      |
| E03           | 30    | Desempregada           |                    | X       |         |       |                      |

|     |    |                     |   |   |   |   |   |
|-----|----|---------------------|---|---|---|---|---|
| E04 | 71 | Aposentada          | X | X |   |   |   |
| E05 | 36 | Comerciária         |   |   |   |   | X |
| E06 | 56 | Do Lar              | X |   |   | X | X |
| E07 | 56 | Professora primária |   | X |   | X | X |
| E08 | 30 | Desempregada        |   |   |   | X | X |
| E09 | 66 | Aposentada          | X | X |   | X |   |
| E10 | 46 | Do Lar              | X | X |   | X | X |
| E11 | 63 | Aposentada          | X | X |   |   |   |
| E12 | 47 | Desempregada        | X | X |   |   |   |
| E13 | 18 | Manicure            |   |   |   | X |   |
| E14 | 46 | Comerciária         | X |   | X |   |   |
| E15 | 60 | Aposentada          | X |   |   |   |   |
| E16 | 63 | Aposentada          | X |   |   |   |   |
| E17 | 42 | Do Lar              |   | X |   |   | X |
| E18 | 23 | Autônoma            |   |   | X |   |   |
| E19 | 48 | Carteiro            | X | X |   |   | X |
| E20 | 50 | Policial Militar    | X |   |   |   | X |

Fonte: Elaborado pela autoria.

O tratamento dos dados foi realizado com base na análise de conteúdo (TURATO, 2011), que compreende inicialmente a leitura flutuante das entrevistas transcritas, e posterior elaboração de categorias, a partir dos princípios de repetição (atividade de destacar os pontos recorrentes) e relevância (aspectos que não necessariamente apresentem repetição, mas que são importantes para a investigação). Já o material derivado das anotações em diário de campo foi articulado e confrontado com os relatos das participantes com o intuito de aprofundar as interpretações e fornecer mais elementos a empreitada investigativa.

A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em pesquisa do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho da Universidade Federal do Rio de Janeiro sob o número de CAAE: 47335715.7.0000.5257 e o número de parecer: 1.205.191.

## Apresentação e discussão dos resultados

Dentre as atividades físicas observadas (hidroginástica, Pilates e ginástica localizada), a impressão era de que se admitiam apenas mulheres, dada a presença maciça, ou mesmo exclusiva das mesmas, como no caso da zumba. A natação era a única exceção, pois havia homens participando, ainda que em menor número que as mulheres.

Embora aberto ao público em geral, ficou claramente demarcado que esse espaço para realização de atividades físicas era eminentemente feminino, ou seja, caracterizava-se pela produção de corpos para/com e entre elas, o que de imediato possibilitou notar um campo singular de culto ao corpo e de interações sociais estabelecidas por mulheres. Desse modo, o universo empírico relativo aos sujeitos de pesquisa estabeleceu-se durante o próprio trabalho de campo.

Ao entrevistá-las, pode-se perceber que a palavra estética apareceu amiúde e associada à busca pelo “corpo perfeito”. Assim, entender os significados associados ao termo estética na perspectiva das frequentadoras da Vila Olímpica de Mesquita tornou-se importante para compreender algumas interações sociais naquele espaço:

É estético mesmo! É estar com quase 50 anos com corpinho de 30. (Risos) [...] Eu me considero melhor que muita menina nova com o corpo todo deformado. Com idades, às vezes, a metade da minha. (E01, 48 anos, hidroginástica e zumba, assistente administrativo).

Acho que a estética sinceramente fala em primeiro plano [...] Mas entrar numa loja e poder escolher a roupa, não a roupa que escolhe que vai caber em você, mas você ir lá e escolher a roupa que você quer, que você vai entrar. Isso é muito bom. Qual a mulher que não quer caber dentro da roupa? (E08, 30 anos, ginástica Localizada e zumba, desempregada).

Não vou mentir a estética é também uma necessidade minha. Para mim com 42 anos estética seria diminuir as celulites, a barriga os braços, endurecer um pouquinho o tecido, enrijecer né! Eu me olhar no espelho e dizer eu estou bem. (E17, 42 anos, ginástica localizada e Pilates, do lar).

Percebe-se que a noção de estética apresentada é direcionada à padrões de beleza preestabelecidos. A sedução constante de buscar um corpo utopicamente considerado “perfeito” parece impelir as pessoas à adesão da



prática de atividades físicas no desejo de modelagem das formas corporais (OLIVEIRA *et al.*, 2010), e as mulheres, em especial, demonstram preocupação excessiva com seus corpos (SAUERBRONN; TEIXEIRA; LODI, 2019). Ressalta-se que, historicamente, cobranças relativas a um determinado “corpo feminino”, considerando-se diferentes atributos, variam conforme a época e grupos sociais (VIGARELLO, 2006; SANT’ANNA, 2014).

Atualmente nas sociedades hipermodernas, os recursos estéticos para a beleza feminina constituem um mercado de expansão contínua (LIPOVETSKY; SERROY, 2015). Assim surgem alguns modelos hegemônicos de corpo (o magro, o musculoso, o performático) e conhecer como determinado grupo pensa e concebe o corpo contribui para a compreensão desse fenômeno (BRAGA *et al.*, 2010).

No entanto, para além dessa interpretação já classicamente abordada na literatura, é crucial compreender o perfil e as singularidades deste público específico. São mulheres aposentadas, desempregadas, atuantes do comércio municipal e do lar, que frequentam o local a pé ou de bicicleta. Ademais, relatam não ter condições de pagar uma academia e, assim, a realização das atividades físicas naquele espaço está associada à gratuidade:

“Eu faço atividade aqui por que não tenho condição de pagar” (E15, 60 anos, hidroginástica, aposentada)

“Seu eu tivesse que pagar não teria como eu fazer” (E16, 63 anos, hidroginástica, aposentada).

Isso demonstra que as iniciativas governamentais de promoção da atividade física, como as Vilas Olímpicas da Baixada Fluminense, permitem, no nível local, o acesso a um espaço fundamental para essas mulheres (re)pensarem, (re)modelarem ou ressignificarem seus corpos. As frequentadoras parecem se submeter a uma série de estratégias para garantir presença no local, desde se deslocarem de outros municípios até ficar em longas filas para conseguir vagas. Essa dificuldade de acesso aos serviços públicos também pode ser detectada igualmente no setor da saúde e da educação, em que os moradores da região enfrentam determinados problemas para conseguir o que teriam como direito (BRASIL, 1988).

Em outras palavras, o grau de envolvimento dessas mulheres está atrelado à gratuidade que, por sua vez, influencia como lidam com o culto de si, o que, de certo modo, as distingue social ou corporalmente daquelas que não conseguem ou não se interessam pelas Vilas Olímpicas. Assim, com base em Shilling (2005), era possível identificar que o exercício ou a transformação de certo capital corporal associava-se, majoritariamente, a determinado capital econômico. O estudo de Berger (2010), por exemplo, identificou como o corpo das mulheres pode servir de instrumento fundamental para possíveis inserções sociais.

Tais dados indicam que se trata de uma camada da população menos favorecida economicamente e que condições objetivas de vida, de algum modo, também interferem nas formas de usos do corpo. À luz da argumentação de Bourdieu (2007), de que há distinção de corpo conforme as classes sociais, poder-se-ia interpretar que as munícipes de Mesquita assemelham-se ao perfil social, econômico e cultural das classes populares, as quais valorizam o corpo mais robusto, por considerá-lo forte, dentre outras representações associadas. Em estudo com mulheres com características socioeconômicas semelhantes também foi identificado que estar acima do peso estaria vinculado às noções de força e saúde (FERREIRA; MAGALHÃES, 2006).

No entanto, o modelo almejado para mulheres da Vila Olímpica de Mesquita é o corpo magro. Assim, a busca por esse modelo de corpo parece interferir em situações pessoais, familiares e no cotidiano:

Porque a mulher vai morrer gorda. É a verdade! A gente sempre quer emagrecer dois quilos, você emagrece, mas você nunca acha que tá bom, a verdade é essa, vai falar que é mentira? (E05, 36 anos, ginástica localizada, comerciária).

Excesso do peso que quero me livrar [...] Eu me sinto infeliz, porque eu estou acima do peso, bastante acima do peso. (E08, 30 anos, ginástica localizada e zumba, desempregada)

O valor dá estética para mim é 1000%, eu deprimos mesmo. Eu perco a vontade de sair, de estar em grupos, eu me sinto mal, [...] acabo me isolando, isso acaba criando conflitos dentro da minha casa, porque meu marido gosta de sair, gosta de se divertir e eu acabo me reservando pra não ficar com vergonha, ficar sem jeito. (E12, 47 anos, hidroginástica, Pilates, desempregada).

[...] aquele problema do padrão que mundo engloba uma pessoa magra, se você não tem aquilo, por mais que você se sinta bem, em algum lugar você é discriminada. Você passa certos preconceitos, até na família [...] tem sempre alguém para falar, tem sempre alguém para apontar, por mais que você esteja bem, você sempre fica em uma situação desconfortável com alguma coisa. (E18, 23 anos, natação, autônoma).

O uso das expressões: “eu deprimido mesmo”, “eu me sinto infeliz, porque estou acima do peso”, “eu perco a vontade de sair”, “em algum lugar você é discriminada”, refletem questões pessoais/sociais causadas pela busca por este corpo “padrão”. De certa maneira, isso demonstra como as questões de ordem biológica, psicológica e social não são dicotômicas e estão relativamente imbricadas no ser um “corpo feminino” naquele espaço. Ou melhor, esses dados apontam para a produção moral de um corpo de uma mulher inserida no contexto da Baixada Fluminense que, compulsoriamente, sente-se no dever de uma forma de cuidar de si, acima de qualquer condição em termos socioeconômicos na vida.

Nesse caso, questiona-se se a própria possibilidade de se exercitar na Vila Olímpica torna-se um processo de “adoecimento” já que as mulheres, naquelas condições sociais, precisam dar conta das práticas ali ofertadas. Muitas delas realizam mais de uma ou duas modalidades de atividade física, o que indica a ideia de que se esforçam, a fim de angariar lucros sociais a partir dos lucros corporais representados em dados modelos estéticos.

Para as pesquisadas, o esquadrinamento do corpo era delineado a partir do resultado ou da soma dos benefícios específicos de cada atividade física ali praticada. Por exemplo, a ginástica localizada e zumba proporcionariam maior gasto calórico, a hidroginástica diminuiria o impacto sobre joelhos e tornozelos, o Pilates melhoraria “problemas de coluna” e a natação atingiria melhorias na capacidade respiratória. Assim, no ponto de vista dessas mulheres, por vezes representado em um ideal estético, bastaria alcançar determinado nível de aprimoramento da aptidão física relacionada à saúde apenas frequentando determinada aula.

O desejo de um corpo magro deixou de ser privilégio das camadas economicamente superiores e hoje também está presente na população de

baixa renda (FERREIRA; MAGALHÃES, 2005; NICOLINO, 2012). Independentemente das possíveis classificações em estratos sociais, o fracasso de não atingir um corpo considerado ideal tem um efeito estigmatizador que pode desencadear comportamentos ditos patologizantes (ORTEGA, 2008). Para Goffman (2008), os indivíduos estigmatizados desenvolvem sentimentos de angústia, atitudes defensivas e sentimento de isolamento em algumas interações sociais.

Se não alcançarem o corpo desejado, podem emergir sentimentos de isolamento, depressão e infelicidade nestas mulheres, ao passo que se aproximar deste ideal de corpo é motivo para expor a conquista, principalmente ao olhar do outro:

Olhar para mim! As pessoas olharem para mim e dizer ela está bem! Porque, às vezes, nem a parte de saúde, a gente nem liga, a gente quer mostrar a estética mesmo. (E01, 48 anos, hidroginástica e zumba, assistente administrativo).

É gratificante a pessoa ouvir um elogio, não precisa nem ouvir, mas é ótimo você ouvir. Poxa! Caramba, você emagreceu pra caramba! O que você fez? Então, isso tudo te motiva, né? A você continuar a fazer as coisas que você já está fazendo, por mais sacrifício que seja. (E12, 47 anos, hidroginástica e Pilates, desempregada).

A Vila Olímpica de Mesquita pode ser considerada também como uma passarela, onde as mulheres desfilam seus corpos, com suas roupas coloridas e, de preferência que despertem o olhar dos que ali frequentam. A exposição somática naquele local não parecia estar necessariamente associada ao ser “atraente”, mas tornava-se como um dispositivo de destaque perante o coletivo. A coesão social daquelas mulheres, portanto, estabelecia-se entre “ser notada” e “notar a outra”, isto é, para além das possíveis alterações estéticas, ou vinculadas à saúde no sentido físico-orgânico, elas privilegiavam, a todo instante, se sentirem pertencentes aos grupos que ali conviviam diariamente.

Desse modo, foi possível observar que o importante é ser percebida naquele espaço e demonstrar que para alcançar o corpo desejado é necessário enfatizar a lógica do sacrifício. A realização de atividades físicas passa, portanto, por um processo de esportivização, que envolve dedicação

de tempo, sacrifícios autoimpostos e ainda uma vigilância constante do corpo (HANSEN; VAZ, 2004). Ou seja, não bastava apenas exercitar-se em função de determinados aspectos estéticos ou relacionados à magreza, mas compartilhar ou retroalimentar um sentimento de que “ser mulher de sucesso” era sinônimo também de “batalhadora” ou “lutadora” pelos seus ideais sociais e corporais. Por isso, emerge a necessidade de se conjugar e articular diferentes marcadores sociais a fim de compreender as distintas realidades das mulheres (MOUTINHO, 2014).

Nesta perspectiva, a forma como algumas práticas são realizadas, aparentemente fazem estas mulheres submeterem o corpo para além do que podem suportar e, mesmo com dores ou lesões, não deixam de realizá-la:

Entrei pra localizada, vai fazer um mês agora. Ai que dizer, com o joelho ruim, tá me incomodando, mas eu tô fazendo [...] Estou à base de remédio, estou tomando remédio, hoje não abusei muito, ali na hora do pular, mas eu vim. (E06, 56 anos, hidroginástica, zumba e localizada, do lar).

Para as frequentadoras da Vila Olímpica de Mesquita, a construção do corpo não se consolida apenas pelo olhar do outro, mas também a partir de como conseguem resistir diante das possíveis adversidades que as distanciam de uma aparência vista como aceitável. Em outras palavras, ali não bastariam corpos belos, mas corpos bonitos e sofridos, que parecem se adequar ao cotidiano destas mulheres. Em estudo realizado em uma academia de ginástica com público de características semelhantes aos da cidade de Mesquita, detectou-se que os sacrifícios corporais eram relevantes na construção das interações sociais daquele espaço, pois seria uma forma de transformar uma dor “ruim” em dor “boa” (SILVA, 2014).

Segundo Malysse (2007), o olhar do outro geralmente aponta a parte da anatomia que deve concentrar mais esforços. Assim, a parte do corpo que as mulheres da Vila Olímpica de Mesquita demonstraram preocupação foi a barriga:

Mas a minha estética sabe o que que é? É de eu me sentir bem, eu vou às vezes assim, vou pra piscina eu não me sinto bem, por causa da minha barriga, você está entendendo? (E06, 56 anos, ginástica localizada, hidroginástica e zumba, do lar).

Sem a barriga! Para mim sem a barriga tava muito bom! O que eu mais queria era isso, tirar a barriga. Não consigo, já me acostumei com ela. (E09, 66 anos, hidroginástica, Pilates e zumba, aposentada)

Eu gosto muito de fazer abdominal, para tirar a barriga, eu acho que a "barriguinha" me deixa bem gordinha. É a minha maior preocupação. Mulher muito barriguda eu acho feio. (E17, 42 anos, ginástica localizada e Pilates, do lar).

Porque é feio visualmente, você se sente bem, bota uma roupa, você vê que não fica legal. Ai quando a barriga tá legal você bota uma roupa se olha no espelho e vê que está bem aquilo te agrada [...] hoje eu quero definir, perder barriga, por isso eu entrei com a localizada. (E19, 48 anos, ginástica localizada, Pilates e hidroginástica, carteiro).

As expressões como “tirar a barriga” e “sem barriga” estavam associadas à realização de exercícios abdominais. É possível apreender que, no imaginário deste grupo, a tentativa de “tirar a barriga”, somente é possível na ginástica localizada, sendo a realização dos exercícios abdominais, um meio para cuidar da “aparência da barriga”, o que para as entrevistadas torna-se mais difícil durante a realização das demais atividades oferecidas.

O desejo de modelar especificamente esta região do corpo para mulheres que realizam atividades físicas na Vila Olímpica de Mesquita é uma forma de pensar o corpo como se fosse um rascunho, uma estrutura isolada a ser modificada ou transformada a qualquer momento (LE BRETON, 2003). Estas modificações no que diz respeito à centralidade do corpo, representada na barriga, estariam associadas ao visualmente feio. A insatisfação por não alcançar o padrão de beleza aceitável socialmente indica uma marcante frustração e, por consequência carregam um traço de descrédito que as limitam ou as colocam vulneráveis perante as outras ali (GOFFMAN, 2008).

Ressalta-se que, embora a gordura localizada possa ser considerada um fator de risco à saúde, geralmente disseminado, de modo amplo, na mídia, nos produtos do mercado e no campo da saúde (MATTOS, 2012). As pesquisadas reconhecem a barriga como um “problema eminentemente estético”. Isso não somente tem relação com os anseios delas para/com/no corpo, como também nos seus objetivos com as atividades físicas. Destarte, a

motivação para a prática de exercícios atrela-se fundamentalmente em esconder ou eliminar o que as tornaria, a princípio, inferiores às outras.

Se durante a realização das atividades físicas uma das preocupações das frequentadoras da Vila Olímpica de Mesquita é com a barriga, quando se trata da utilização de aparatos cosméticos para “cuidar” da aparência corporal, o foco muda para pele, o cabelo e as unhas:

Eu uso muito creme! Creme para isso, creme para aquilo, filtro solar para não ficar “queimadona”. Eu venho pra cá, eu passo filtro solar no rosto, um que apropriado pro rosto, outro nos braços que é apropriado pro corpo. Acho que toda mulher faz isso. (E09 – Mulher, 66 anos, hidroginástica, Pilates e zumba, aposentada).

Toda semana tenho que fazer minhas unha, tenho com meu cabelo meio “criloura”, porque loura toda branca é mas “criloura” só eu. (Risos) Tenho isso e tenho muito. (E10 – Mulher, 46 anos, Pilates, hidroginástica e ginástica localizada, do lar).

Não deixa de ser o corpo, mas a parte externa do corpo, vamos colocar aí, um tratamento de pele, um tratamento de cabelo, do que te apresenta né? Vamos tirar aí os músculos e colocar aí a tua apresentação porque conta muito (E20 – Mulher, 50 anos, ginástica localizada, hidroginástica, policial militar).

Ao priorizarem estas partes do corpo com os cuidados de beleza, estas mulheres corroboram uma das características das mulheres das classes populares, que é a utilização de produtos para maquiar o rosto e partes do corpo que ficam expostas (BOLTANSKI, 2004). Como exemplo, pode-se observar os cuidados com as unhas. O significado de “estar de unhas feitas” parece estar associado a termos como bem-estar e melhoria da aparência corporal, sendo a pintura a parte principal deste processo e a falta de esmalte, sentida como nudez (BOUZÓN, 2010).

Vale apontar ainda que estes comportamentos de cuidados com as unhas estão associados, especialmente ao final de semana:

As pessoas querem fazer a unha quando está chegando perto do final de semana. Segunda, terça e quarta não existe para as pessoas. Só de quinta em diante para ficar bonita para o final de semana [...] só porque vai sair, acha que não pode sair com a unha feia, outras fazem por vaidade mesmo. Não gosta de ficar com unha feia. (E13 mulher, 18 anos, zumba, manicure).

O fazer as unhas no/para o final de semana sugere duas conotações distintas: a primeira tem relação com “sair da rotina”. Fazer as unhas para alguma festa ou para atividades de lazer com a família parece ser o

principal motivo dos cuidados cosméticos. Para as mulheres das classes populares, estes serviços são institucionalizados e estão ligados aos momentos altos da vida social e às saídas aos domingos (BOLTANSKI, 2004). Nos finais de semana e próximo das festividades, os salões de beleza apresentam maior demanda, o que aponta a relação com o lazer e com a diferença que deve haver na apresentação de si, no cotidiano e em dias especiais (BOUZÓN, 2010). Já a segunda é o “parecer relaxada”. No ponto de vista das mulheres entrevistadas, não cuidar das unhas representa um comportamento condenado, diante das oportunidades de acesso aos serviços de beleza, mais especificamente naquele local.

Próximo à Vila Olímpica de Mesquita, em menos de 300 metros, é possível encontrar três salões de beleza. Independentemente de sua situação financeira, estas mulheres parecem investir tempo e recursos em serviços de manicure, que na cidade de Mesquita custam em média, R\$ 10,00 a R\$ 20,00. Parece haver uma tendência de criação de diferentes estabelecimentos e serviços de cuidados para o corpo, a fim de garantir uma rede de clientes que frequentem determinados espaços e sejam potenciais consumidores (SILVA, 2014).

Embora existam diversos salões de beleza na cidade, existe um incontável número de mulheres que oferecem estes serviços de forma autônoma. Assim, a relação com estética, principalmente das unhas, para estas mulheres, revela outra característica, o serviço em domicílio. A princípio duas situações levam as pessoas a procurarem este serviço: por comodidade ou por não gostar do “ambiente” do salão (BOUZÓN, 2010).

Desta forma, verifica-se que a produção dos corpos dessas mulheres está engendrada por diferentes artifícios que ultrapassam a Vila Olímpica de Mesquita, mas que a ela estão associados. Ainda que os corpos apresentados naquele espaço, por vezes sejam tratados como universais, uma aparência preestabelecida parece ser construída especificamente pelas mulheres que frequentam aquele espaço. Torna-se imperativo, portanto, compreender que “[...] formular políticas públicas voltadas à saúde depende de identificar as nuances de usos do corpo dos sujeitos a partir



substancialmente do ponto de vista simbólico e relacional daqueles que realizam as práticas corporais.” (SILVA, 2017, p. 54).

É possível verificar a particularidade das representações dessas mulheres sobre o corpo quando, ao mesmo tempo em que o consideram como um instrumento de suas ações cotidianas ou para continuar vivendo, também demonstram um vocabulário da racionalidade biomédica que é ressignificado ou reapropriado a partir da realidade delas, para justificar seus engajamentos nas atividades físicas:

É bom tá bonita, mas tá com saúde e melhor ainda. Você pode subir a passarela ali e não sentir dor, por causa de outros problemas de saúde, o peso só piora, tudo que você pensa em saúde o peso só piora. Se você tem um joelho que não é muito bom, você fica acima do peso vai doer mais, alergia só vai piorar. (E08, 30 anos, ginástica localizada, desempregada).

Eu já tenho endometriose, aí os médicos já ficavam... “você tem que mudar sua alimentação, fazer exercício, qualidade de vida”, tudo aquilo que a gente acha que é balela, aí quando eu já estava no limite, pressão subindo, tudo ruim, muito gorda, aí o cardiologista falou comigo, se continuar nesse ritmo você não chega aos 50. (E03, 42 anos, Pilates, desempregada).

Segundo Boltanski (2004), os membros das classes populares usam o seu corpo principalmente como um instrumento, como meio para sobreviver e é preciso que o corpo funcione bem para ir à luta. Para estas mulheres o corpo precisa estar apto para a realização das tarefas e demandas cotidianas. De modo ilustrativo, parte das frequentadoras vai à pé até a Vila Olímpica de Mesquita e necessitam utilizar a passarela, uma vez que a Vila está localizada em frente à uma estação ferroviária. Assim, poder subir e descer estas escadas com maior facilidade é um sinal de que a atividade física contribui para eficiência do seu corpo.

Embora exista a noção de que os membros de classes populares utilizem o corpo como instrumento, estas mulheres também são diretivas em relação ao binômio saúde-doença. Assim, mesmo que o imediatismo com o corpo esteja presente nos discursos, demonstram preocupação em cuidar-se agora para colher os frutos no futuro:

Eu prezo muito pela saúde. Eu pretendo chegar velhinha (risos), bem né! Do que algumas senhoras. É só saúde mesmo, eu visó isso, meu foco é esse, lá na frente daqui uns 15 anos vou estar na terceira idade, então eu foco nisso não

ser aquela velhinha toda entrevadinha. Não quero ser assim. (E02, 35 anos, Pilates, comerciante).

Esta preocupação com o futuro, em algum momento, pode desencadear um processo de culpabilização que leva estas mulheres a se engajarem em diferentes atividades físicas como uma espécie de panacéia nas ações para aquisição de saúde. Os cuidados com o corpo, no entendimento delas atuariam como cura e/ou prevenção para determinadas doenças futuras. Ao entrecruzar os referenciais de gênero com o curso de vida, Debert, Simões e Henning (2016) ponderam que as mulheres podem sofrer com determinada vulnerabilidade, em termos sociais quando comparadas aos homens.

Cabe ressaltar que as formas de produção de corpos, apresentadas por estas mulheres, atravessam os diferentes ciclos de vida e ocupações, uma vez que mulheres jovens, adultas, de meia-idade e idosas, aposentadas, desempregadas ou do lar, remetem-se à aparência corporal, em diferentes nuances, como principal motivo para a prática das atividades físicas. Isso não indica, portanto, certo grau de generalização quanto aos ideais de corpos daquelas mulheres, mas, como determinada coerção social vinculada ao “corpo magro e sem barriga” pode impactar (diferentemente) em uma série de feminilidades ali em constante interação ou construção.

### **Considerações finais**

Ao compreender alguns dos modos como as mulheres que realizam atividades físicas na Vila Olímpica de Mesquita produzem seus corpos, pode-se apreender que existe um desejo de adquirir um modelo de corpo, que naquele espaço seja considerado, mais do que magro, desejável ao olhar dos outros.

Para estas mulheres é importante exibir os resultados obtidos para outras pessoas e enfatizar que foi alcançado através de sacrifícios. O engajamento à prática das atividades físicas pode estar atrelado ao desejo de emagrecer ou mudar o corpo, mas para além das questões associadas aos modelos corporais, o discurso da saúde também permeia o cotidiano destas

mulheres. Assim, a realização das atividades físicas atuaria como um processo de cura e/ou prevenção de determinadas doenças e também auxiliaria na realização das tarefas e demandas cotidianas, algumas específicas do local onde habitam. Isso elucida como determinados grupos sociais elegem, hierarquizam e/ou combinam alguns recursos para cuidados de si a depender das suas condições objetivas e simbólicas calcadas em suas inserções sociais.

Sendo assim, o presente estudo ressalta a importância de se compreender o contexto social em que estão envolvidas as frequentadoras da Vila Olímpica de Mesquita. Argumenta-se na necessidade de se ampliar as possibilidades de estudo com outros públicos e espaços, visto ser fundamental compreender as dinâmicas que ocorrem em torno das atividades físicas, por meio também de outras técnicas de pesquisa. Investigar a produção de corpos no contexto das atividades físicas por distintos referenciais teórico-metodológicos significa revelar ou compreender, em parte, as visões de mundo e as experiências de vida de determinados grupos sociais.

Afinal, essas condições subjetivas subjacentes ao engajamento às práticas corporais não somente ajudam uma intervenção mais simétrica dos profissionais com seus públicos, como também revelam a necessidade de compreender o outro para além da racionalidade biomédica, referência essa ainda tão presente no campo da Saúde.

## Referências

BECALLI, M.B.; Gomes, I.M. Práticas Corporais / Atividade física e saúde: da mobilização do sujeito ao movimento de constituição de espaços. In: WACHS, F.; ALMEIDA, U.R.; BRANDÃO, F.F. (Org.). *Educação Física e Saúde Coletiva: cenários, experiências e artefatos Culturais*. Porto Alegre: Rede UNIDA; 2016. p. 199-221.

BEAUVOIR, S. *O segundo sexo*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

BERGER, M. “Felicidade é entrar num vestido P”: o culto ao corpo na sociedade urbana contemporânea. *Cadernos de Campo*, São Paulo, n. 19, p. 69-90, 2010.

BOLTANSKI, L. *As classes sociais e o corpo*. 4.ed. São Paulo: Graal, 2004.

- BOURDIEU, P. *A distinção: crítica social do julgamento*. São Paulo: EDUSP, 2007.
- BOUZÓN, P.G. *Construindo identidades: um estudo etnográfico sobre manipulação da aparência em salões de beleza na cidade do Rio de Janeiro* (Tese). Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2010.
- BRAGA, P.D.; Molina, M.C.B.; Figueiredo, T.A.M. Representações do corpo: com a palavra um grupo de adolescentes de classes populares. *Ciência e Saúde Coletiva*, v.15, n.1, p. 87-95, 2010.
- BRASIL. *Constituição da República Federativa do Brasil*. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 05 out. 1988. [acesso em 13 de fevereiro de 2020]. Disponível em: <https://www.stf.jus.br/arquivo/cms/legislacaoConstituicao/anexo/CF.pdf>
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Promoção da Saúde*. Brasília: 2006.
- BRASIL. Portaria Nº 719/GM/MS, de 07 de abril de 2011. Institui o Programa Academia da Saúde no âmbito do sistema único de saúde. *Diário oficial da União*, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Academia da Saúde. Ministério da Saúde*. Brasília: 2014.
- CASTRO M.R.; Lima L.H.R.; Duarte E.R. Jogos recreativos para a terceira idade: uma análise a partir da percepção dos idosos. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*, v.38, n.3, p.283-289, 2016.
- DEBERT, G.G.; SIMÕES, J.A.; HENNING, C.E. Entrelaçando gênero, sexualidade e curso da vida: apresentação e contextualização. *Sociedade e Cultura*, v.19, n.2, 2016.
- FERREIRA, VA, Magalhães, R. Obesidade e pobreza: o aparente paradoxo. Um estudo com mulheres da Favela da Rocinha, Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saúde Pública*, v.21, n.6, p.1792-1800, 2005.
- FERREIRA, V.A.; Magalhães, R. O corpo cúmplice da vida: considerações a partir dos depoimentos de mulheres obesas de uma favela carioca. *Ciência e Saúde Coletiva*, v.11, n.2. p.483-490, 2006.
- FERREIRA, M.S.; Castiel, L. D.; Cardoso, M.H.C.A. A patologização do sedentarismo. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 21, n. 4, p. 836-847, 2012.
- FONTANELLA, B.J.B.; Ricas, J.; Turato, E.R. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. *Cadernos de Saúde Pública*, v.24, n.1, p.17-27, 2008
- GASKELL G. Entrevistas individuais e grupais. In: Bauer M.W.; Gaskell G. *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. 8. ed. Petrópolis: Vozes; 2010. p. 64-89.
- GOELLNER, S.V. Jogos Olímpicos: a generificação de corpos performantes. *Revista USP*, n.108, p. 29-38, 2016.

- GOMES, R.; Minayo, M.C.S.; Atividade física como parte importante da saúde em todas as idades. *Ciência e Saúde Coletiva*, v.21, n.4, p. 998, 2016.
- GOLDENBERG, M. Corpo e envelhecimento: diferenças de gênero na cultura brasileira. *Educere et Educarte*, v.9 n.17, p. 231-242, 2014.
- HALLAL, P.C. Atividade física e saúde: o início de uma nova era. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, v.17, n.4, p.243, 2012.
- HALLAL, P.C. Atividade física e saúde no Brasil: pesquisa, vigilância e políticas. *Cadernos de Saúde Pública*, v.30, n.12, p.1-3, 2014.
- HANSEN, R, Vaz, AF. Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.26, n.1, p.135-152, 2004.
- GOFFMAN, E. *Estigma*: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada. 4ª ed. Rio de Janeiro: LTC, 2008.
- IBGE. *Panorama do município de Mesquita*. [acesso em 13 de fevereiro de 2020]. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/mesquita/panorama>.
- LE BRETON, D. *Adeus ao corpo*: antropologia e sociedade. Campinas: Papius, 2003.
- LE BRETON, D. *A sociologia do corpo*. 2.ed. Petrópolis: Vozes, 2007.
- LE BRETON, D. *Antropologia do corpo e modernidade*. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2011.
- LIPOVETSKY, G.; Serroy, J.A. *Estetização do mundo*: viver na era do capitalismo artista. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.
- LUZ, M. Complexidade do Campo da Saúde Coletiva: multidisciplinaridade, interdisciplinaridade, e transdisciplinaridade de saberes e práticas – análise sócio-histórica de uma trajetória paradigmática. *Saúde e Sociedade*, v.18, n.2, p. 304-311, 2009.
- MALYSSE, S. Em busca dos (H)alteres-ego: Olhares franceses nos bastidores da corpolatria carioca. In: Goldenberg, M. (Org.). *Nu e vestido Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. 2.ed. Rio de Janeiro, Record, 2007.
- MATTOS R. Sobrevivendo ao estigma da gordura. São Paulo: Vetor, 2012.
- MEDEIROS, P.A; *et al.* Participação masculina em modalidades de atividades físicas de um Programa para idosos: um estudo longitudinal. *Ciência e Saúde Coletiva*, v.9, n.8, p.3479-3488, 2014.
- MOUTINHO, L. Diferenças e desigualdades negociadas: raça, sexualidade e gênero em produções acadêmicas recentes. *Caderno Pagu*, v.42, n.1, p.201-48, 2014.
- NICOLINO, A.S. Primazia da beleza feminina e juventude empobrecida: notas de uma relação conflituosa. *Interface* 2012; 16(40): 83-93.

OLIVEIRA, AP, Assis, M, Lacerda, Y, Bagrichevsky, M, Sampaio, KS. Culto ao corpo e exposição de produtos na mídia especializada em estética e saúde. *Movimento*, v.16, n.1, p.31-51, 2010.

ORTEGA, FO. *Corpo incerto: Corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea*. Rio de Janeiro: Garamond, 2008.

SANT'ANNA, D.B. *História da beleza no Brasil*. São Paulo: Contexto, 2014.

SANTOLIN, C.B; Rigo, L.C. O nascimento do discurso patologizante da obesidade. *Movimento*, v.21, n.1, p.81-94, 2015.

SAUERBRONN, J.F.R.; TEIXEIRA, C.S. LODI, M.D.F. Saúde, estética e eficiência: relações entre práticas de consumo de alimentos das mulheres e seus corpos. *Caderno EBAPE.BR*, v.17, n.2, p.389-402, 2019.

SCLIAR, M. História do conceito de saúde. *PHYSIS: Revista de Saúde Coletiva*, v.17, n.1, p.29-41, 2007.

SHILLING, C. *The body and social theory*. 2. ed., London: Sage, 2005.

SILVA, A.C. "Limites" corporais e risco à saúde na musculação: etnografia comparativa entre duas academias de ginástica cariocas (Tese). Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2014.

SILVA, A.C. Da antropologia da saúde para Educação Física: práticas corporais sob análise. In: Telles, S, Lüdorf, S.M.A.; Pereira, E. (Org.). *Pesquisa em Educação Física: perspectivas sociocultural e pedagógica em foco*. Rio de Janeiro: autografia, 2017. p. 50-57.

SILVA, A.C.; Freitas, D.C.; Lüdorf, S.M.A. Profissionais de Educação Física de academias de ginástica do Rio de Janeiro e a pluralidade de concepções de corpo. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte* 2018; <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.04.002>.

TEIXEIRA, F.L.S.; Freitas, C.M.S.M.; Caminha, I.O. A beleza feminina como poder: desvendando outros sentidos para a construção estética de si. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.36, n.2, p. 485-500, 2014.

TURATO, E.R. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. *Revista de Saúde Pública*, v.39, n.3, p.507-514, 2005.

TURATO, E.R. *Tratado de Metodologia da pesquisa clinico-qualitativa: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas*. 6ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

VIGARELLO, G. *História da beleza: o corpo e a arte de se embelezar, do renascimento aos dias de hoje*. Trad. Léo Schlafman, Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

Recebido em jan. 2021  
Aprovado em dez de 2021.

