

ALEXANDRE MENOSSI

**SAÚDE OU ESTÉTICA: A AMBIGUIDADE NA MOTIVAÇÃO DOS
FREQUENTADORES DE UMA ACADEMIA DA CIDADE DE CURITIBA**

Monografia apresentada como requisito parcial
para a conclusão de curso de Licenciatura em
Educação Física, do Departamento de Educação,
do Setor de Ciências Biológicas, da Universidade
Federal do Paraná.

**ORIENTADOR:
MARCELO MORAES E SILVA**

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao professor e orientador Marcelo Moraes e Silva, pelo acompanhamento ostensivo e dedicação para a elaboração e finalização deste trabalho, pois sem ele o trabalho seria muito mais difícil de ser executado.

A todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização e divulgação deste trabalho, esperando que possa colaborar para a ampliação do conhecimento a respeito dessa temática.

Meu especial agradecimento a todas as pessoas que colaboraram como sujeitos da pesquisa e ao proprietário da Academia que gentilmente me cedeu espaço e tempo para realizar a pesquisa em seu estabelecimento.

“Pros erros há perdão; pros fracassos, chance; pros amores impossíveis, tempo. De nada adianta cercar um coração vazio ou economizar alma. O romance cujo fim é instantâneo ou indolor não é romance. Não deixe que a saudade sufoque, que a rotina acomode, que o medo impeça de tentar. Desconfie do destino e acredite em você. Gaste mais horas realizando que sonhando, fazendo que planejando, vivendo que esperando, porque embora quem quase morre esteja vivo, quem quase vive já morreu.”

Luiz Fernando Veríssimo

SUMÁRIO

LISTA DE TABELAS	vi
LISTA DE GRÁFICOS	vii
RESUMO	viii
1. INTRODUÇÃO	1
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	3
2.1 A VISÃO DO CORPO ATRAVÉS DOS TEMPOS	3
2.2 A INFLUENCIA DA MÍDIA NA EXPLORAÇÃO DO CORPO	7
2.3 AS ACADEMIAS DE GINÁSTICA VIRAM MODA	12
3. METODOLOGIA	17
3.1 APURAÇÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA	18
3.2 CONCLUSÃO	39
REFERÊNCIAS	45
ANEXOS	47

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 - RESULTADOS FAIXA ETÁRIA DA POPULAÇÃO PESQUISADA.....	18
TABELA 1.1 - RESULTADOS DA ESTATURA DA POPULAÇÃO PESQUISADA.....	19
TABELA 1.2 - RESULTADOS DO PESO DA POPULAÇÃO ESTUDADA.....	20
TABELA 1.3 - RESULTADOS DA ESCOLARIDADE DOS ENTREVISTADOS	21
TABELA 1.4 - PROFISSÕES DOS ENTREVISTADOS.....	23
TABELA 2 - RESULTADOS DA FREQUÊNCIA, HORAS E VEZES POR SEMANA DOS ENTREVISTADOS.....	28
TABELA 2.1 - DEMONSTRATIVO DA DIVISÃO DE CLASSES APLICADAS A TABELA 2 DESCRITA ACIMA.....	29
TABELA 2.2 - RESULTADOS SOBRE A ÉPOCA DO ANO PREFERIDA PELOS ENTREVISTADOS.....	30
TABELA 2.3 - RESULTADOS SOBRE AS MODALIDADES PRATICADAS NA ACADEMIA.....	31
TABELA 2.4 - RESULTADOS SOBRE A POSTURA REFERENTE A NUTRIÇÃO DOS ENTREVISTADOS	32
TABELA 3 - RESULTADOS SOBRE A LEITURA DE REVISTAS LIGADAS A SAÚDE E BOA FORMA.....	35
TABELA 3.1 - REVISTAS CITADAS (MASCULINO / FEMININO).....	35
TABELA 3.2 - RESULTADOS SOBRE A BUSCA DE UMA REFERENCIA ESTÉTICA NA SOCIEDADE.....	37
TABELA 3.3 - RESULTADOS SOBRE A NECESSIDADE DE IR A ACADEMIA.....	37

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 - ESCOLARIDADE MASCULINA.....	21
GRÁFICO 1.1 - ESCOLARIDADE FEMININA.....	22
GRÁFICO 2 - RESPOSTAS SOBRE A ACADEMIA (MASCULINO).....	24
GRÁFICO 2.1 - RESPOSTAS SOBRE A ACADEMIA (FEMININO).....	25
GRÁFICO 3 - RESPOSTAS SOBRE A MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS (MASCULINO).....	26
GRÁFICO 3.1 - RESPOSTAS SOBRE A MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS (FEMININO)	27
GRÁFICO 4 - RESULTADOS SOBRE A SUPLEMENTAÇÃO UTILIZADA PELOS ENTREVISTADOS (MASCULINO).....	33
GRÁFICO 4.1 - RESULTADOS SOBRE A SUPLEMENTAÇÃO UTILIZADA PELOS ENTREVISTADOS (FEMININO)	34

RESUMO

Hoje em nossa sociedade, as pessoas têm procurado a academia de ginástica para exercitar seus corpos tornando-os assim mais belos e fortes. Tomada por essa temática esta monografia vem a investigar algumas motivações dos freqüentadores de uma academia da cidade de Curitiba para que se possam levantar questões a respeito do uso desse espaço cada vez mais cobiçado entre os indivíduos. A população estudada foi de 60 sujeitos, sendo 30 homens e 30 mulheres em uma academia de ginástica de Curitiba objetivando identificar quais os fatores que levam as pessoas a freqüentar a academia. Como base teórica foi realizada uma pesquisa bibliográfica contextualizada historicamente, para analisar a crescente procura pela estética corporal dentro das academias de ginástica. Os dados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente, os fatores que influenciam os alunos a prática de exercícios físicos e a busca por aceitação e satisfação com sua imagem corporal vista por si e pela sociedade. Através de um questionário semi-fechado foram feitas questões antropométricas (idade, peso, estatura) e sócio-comportamentais para traçar um perfil dos freqüentadores da academia. Alguns resultados interessantes foram apontados pelo questionário, onde os homens têm admitido a busca pela estética na academia, que utilizam suplementações para aumentar o desempenho e que ainda persiste a confusão entre os conceitos de saúde e estética, onde um corpo bonito aparentemente significa um corpo saudável e entre as mulheres isso também se identifica mais em menor ocorrência, que elas passam mais tempo nas academias e que buscam utilizar diversos serviços que as academias oferecem. Também se discute um descontentamento dos corpos que freqüentam a academia mesmo que aparentemente bonitos de forma física, bem como o sentimento de culpa por deixar de ir por um dia que seja a mesma.

Palavras-chaves: academia, corpo, estética e saúde.

1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas uma grande transformação na concepção de corpo tem feito com que as pessoas se utilizem de novas técnicas para se adequar aos costumes que hoje são aceitos e ditos como referencial para todos os indivíduos.

Com o crescimento das chamadas 'doenças modernas' como o *stress* e o sedentarismo, o homem busca novos espaços para cuidar de sua saúde, beleza e por que não dizer de suas relações sociais fora dos ambientes de trabalho ou mesmo familiar. Dentre esses novos espaços a academia traz uma possibilidade de tentar suprir essas necessidades, oferecendo-lhes serviços que tornam a atividade física uma opção para solução de alguns desses problemas apontados acima.

As academias de ginástica vendo a transformação na mudança de visão do corpo e das relações sociais, tem se adaptado para atender às necessidades que esse novo mercado exige, procurando qualificar profissionalmente seus funcionários e buscando novos atrativos para seu público alvo. A explosão das academias nos últimos 30 anos no Brasil confirma a mudança de necessidade desses indivíduos, sendo a mídia uma das grandes responsáveis por esse fenômeno em nossa sociedade. Como somos bombardeados diariamente com as concepções transmitidos pela indústria de comunicação de massa, em grande parte sentimo-nos obrigados a se adequar para obter uma aceitação maior em nosso meio social.

Os mecanismos que levam os indivíduos a procurarem formas de se ajustar à cultura de sua sociedade principalmente quanto às relações estabelecidas dentro das academias ainda não estão muito bem delineados, pretendo iniciar as discussões de como essas relações se processam e também identificar algumas das motivações dos frequentadores de uma academia de Curitiba.

A necessidade de entender como funciona a motivação de parte da população que frequenta as academias de ginástica se faz presente e importante para o entendimento da mesma com um fenômeno presente em nossa sociedade.

Este trabalho tem como objetivo tentar entender porque as pessoas buscam a academia de ginástica e quais as relações que são estabelecidas dentro da mesma.

A importância desse estudo empírico está em buscar um entendimento maior sobre a motivação das pessoas que frequentam em específico uma academia de Curitiba, os fatores físicos, psicológicos e sociológicos que norteiam os alunos e

que os mantêm durante parte de seu dia exercitando seus corpos.

Sendo assim, entender a motivação dos alunos em freqüentar a academia se torna mais complexa do que se apresenta, justificando a importância da pesquisa dos fatores que mobilizam e norteiam os alunos à prática da atividade física dentro da mesma, para melhor atender as necessidades dos alunos verificando quais são os seus desejos perante esse serviço.

Pretendo com essa pesquisa:

Identificar quais são a(s) motivações que levam as pessoas a freqüentar uma academia de ginástica.

Compreender quais são as causas da origem destas motivações.

Mas para tanto, precisamos contextualizar brevemente as transformações com que o corpo vem sofrendo através dos séculos para chegar a nossos dias, resgatando assim, as origens dessa nova concepção que predomina em nossa sociedade.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 A VISÃO DO CORPO ATRAVÉS DOS TEMPOS

Desde a antiguidade o corpo tem sido estudado e discutido, o homem sente a necessidade de criar uma imagem de seu corpo e fazer com que ela seja aceita dentro dos parâmetros estabelecidos por sua sociedade. O corpo desde esse período é esteticamente valorizado, pois os gregos sempre se preocupavam com seus corpos, estimulando os exercícios físicos, a ginástica, e os esportes. As competições de jogos eram feitas com os corpos nus, onde poderiam apresentar em sua plenitude toda a sua beleza para a apreciação da sociedade grega que tanto valorizava a perfeição estética dos corpos humanos.

Muito se produziu de conhecimentos sobre o corpo através da filosofia grega, pois o interesse em explicar o homem não como uma unidade, mas como um composto por duas partes diferentes: o corpo material e alma (espiritual e consciente) eram muito discutidos naquela época. Durante séculos essa teoria da dualidade governou as divagações dos filósofos. Aranha (1993, p. 311) descreve a visão do homem daquela época:

O homem sempre teve dificuldade em ver claramente e sem preconceitos seu próprio corpo. De maneira geral, sempre houve a tendência entre os filósofos em explicar o homem não como unidade integral, mas como composto de duas partes diferentes e separadas: o corpo (material) e a alma (espiritual e consciente). Chamamos a isso dualismo psicofísico, ou seja, a dupla realidade da consciência separada do corpo.

Precisamos entender o corpo, na forma com que ele vem evoluindo, desde a antiguidade até a atualidade para que possamos ver como o corpo foi concebido durante a história da humanidade e as transformações desses pensamentos e concepções se modificaram trazendo uma visão de corpo diferente a cada época até chegar na atual proposta de beleza corporal adotada pela nossa sociedade.

Segundo Aranha, (1993, p. 311), o final do período da antiguidade é marcado pelas migrações bárbaras, causando muitas crises. Isso fez com que a concepção do corpo também mudasse, sobretudo com os monges que recusavam os pecados do corpo, buscando a elevação do espírito através do refugio na fé, recusando-se a adoração do corpo. É nesse período que foram desenvolvidas práticas de purificação que estimulavam o ascetismo – exercício – para o espírito,

visando o controle dos desejos por meio da mortificação da carne. Faziam isto através da prática do jejum, abstinência e flagelações, para atingirem a realização da virtude e da plenitude espiritual na vida mortal, nessa época o corpo não era mais venerado como na antiguidade, mas sim, escondido e 'torturado' para alcançar a plenitude da alma, tão mais importante que o próprio corpo.

No Renascimento e na Idade Moderna o corpo era considerado inferior, mas nem por isso deixava de ser criação divina. A Igreja teve um papel muito influente na concepção daquela época, bem como a sua visão estética mudou, sendo belo um corpo mais 'carregado de curvas', isto é, mais obeso. As formas esculturais de musculatura definida dos gregos não eram tão valorizadas, sendo fortemente retratada pelos pintores renascentistas a nova concepção de beleza. Além disso, conceituava-se o corpo aliado a religiosidade e a sacralidade, onde muitos anjos e santos foram pintados e esculpidos nas igrejas com formas mais arredondadas, próximas às formas com que o mesmo era visto como belo naquela época.

A partir do século XVII, novamente a concepção de corpo sofria transformações, pois com a revolução científica promovida por Bacon, Descartes e Galileu, novas formas de vê-lo foram adotadas. O corpo agora é analisado física e biologicamente, sendo visto como um objeto da ciência, sendo tratado como uma máquina, o desenvolvimento da anatomia e da medicina tem uma evolução expressiva nessa época apesar da igreja condenar e perseguir os estudiosos da época por estarem violando um santuário (o próprio corpo). Diante dessa nova filosofia de se ver o corpo, uma nova abordagem se concretizava como podemos ver com a autora Aranha (1993, p. 313):

Descartes começa duvidando da realidade do mundo e do próprio corpo, até chegar à primeira verdade indubitável: "o cogito", o pensamento. Ao recuperar a realidade do mundo e do corpo, encontra um corpo que é pura exterioridade, uma substância extensa, material. Considera então que o homem é constituído por duas substâncias distintas: a substância pensante, de natureza espiritual – o pensamento; e a substância extensa, de natureza material – o corpo. "Eis aí o dualismo psicofísico".

Esta nova visão é diferente da que Platão concebia, que considerava o corpo como algo menos importante que deveria ser mantido saudável através dos exercícios para que a alma pudesse ter as condições para se elevar concentrando-se no mundo das idéias, para Descartes o corpo é um objeto, cujos quais, a alma se utiliza para manifestar a consciência, pensamento esse de corpo objeto que se

associa com a idéia mecanicista de homem-máquina, pois ele só tem função quando a alma racional se junta ao corpo. O pensamento mecânico do homem máquina e da alma imortal, proporcionaram outras formas de pensar o corpo, trazendo principalmente o desenvolvimento das ciências que tornou possível a substituição de partes 'defeituosas' a partir de meados do século XIX e início do século XX (ARANHA, 1993, p. 312).

A visão mecanicista do corpo também foi explorada para a formação da classe operária, já que todas as 'peças' da produção deveriam estar funcionando em perfeitas condições, a nova transformação dos meios de produção instituídos nas revoluções industriais fizeram com que as classes dominantes se preocupassem com o treinamento físico de seus trabalhadores. Os corpos deveriam trabalhar como as máquinas e para isso deveriam ser preparados e fortificados, surgiram as aulas de ginástica, que ajudaram a preparar o homem para o trabalho e para a defesa do estado.

A consolidação das nações foi um dos fatores que ajudaram nessa nova concepção de corpo, pois os interesses das mesmas tinham que ser defendidos, além do que o acúmulo de capitais tinha que ser consolidado. A higienização do povo foi também concebida nessa época e utilizada pelo estado para preparar militarmente a defesa do mesmo.

Após o sofrimento das Grandes Guerras Mundiais, a visão do corpo tornou-se mercantilizada, isto é, visava-se investir no corpo como uma forma de ganhar dinheiro e foi implantado nas sociedades a necessidade de satisfação pessoal através da utilização de bens de consumo. Com a popularização dos meios de comunicação novamente o corpo sofre uma mudança em sua concepção. Apelos são constantemente deflagrados nas propagandas e comerciais dizendo o que o novo homem deve consumir para satisfazer seu ego.

Na modernidade se vê uma variação dessa temática, com a promoção do corpo como caminho para a auto-realização. Porém o que alguns autores tem ressaltado é que são, na verdade, apelos à vontade, em associação com as pedagogias do corpo. Algumas propagandas da mídia escrita podem ser bons exemplos para tanto, com apelos ao consumidor: "prove que você gosta de você mesmo – prove" – compre, use, exercitese. (GRANDO, 2001 p. 22).

A mídia torna-se um poderoso veículo de manipulação das massas humanas trazendo a necessidade de conquistar *status* perante a sociedade. Agora mais que nunca, investe-se na comercialização de produtos que seduzam o

consumidor a comprar.

O que se pode perceber é que há estratégias de marketing em torno de “padrões de beleza” que contribuem para uma nova relação dos indivíduos com sua dimensão corporal, trabalhando na conexão entre a promessa do valor de uso da mercadoria e a necessidade do consumidor. (GRANDO, 2001 p.23)

A sociedade é quem define os padrões de corpos que são impostos à população, sobre tudo a moda com suas tendências de comportamento temporárias fazem com que as pessoas se encaixem nesses modelos, com isso, instituindo dependência dos consumidores com os produtos veiculados a ela. O culto ao corpo passou a ser moda e todos querem entrar nessa forma de auto-satisfação. Esse fenômeno tem embasamento na estética corporal, ou seja, na obtenção cada vez mais acirrada, de um corpo escultural para que se possa ser admirado e também enquadrado aos padrões sociais.

Zelar escrupulosamente pela preservação do seu corpo é a máxima do homem contemporâneo. Na mídia, na publicidade e na moda, por toda a parte estão as lições de higiene e as regras fundamentais para uma vida saudável. O prazer em cuidar de si mesmo passa a ser visto como a estratégia primeira para ser e apropriar-se do mundo. Nesse universo, o jogo da aparência do corpo exhibe toda a sua teatralidade contínua e onipresente. O importante é que os sentidos sejam atiçados, os afetos explorados, que as linguagens estejam todas em ação. (GRANDO, 2001 p. 43)

Não acompanhar a moda implica em uma sensação de angústia por não conseguir se enquadrar nos padrões vigentes, não adquirindo ou consumindo os produtos ou o *status* que a mídia ‘aponta’ como melhor para sua satisfação pessoal traz a frustração para muitas pessoas dependentes desse ‘circulo vicioso’.

Dentro deste contexto surgem as academias de ginástica que nas últimas três décadas vem se difundindo por todo o país, trazendo consigo um grande número de pessoas que querem fazer exercícios para se enquadrar nos padrões de beleza impostos pela mídia e pela sociedade, caracterizando-se assim, a concepção de corpo contemporânea um corpo vendável que traz um novo mercado à tona, a das fábricas da forma física.

2.2 A INFLUENCIA DA MÍDIA NA EXPLORAÇÃO DO CORPO

Como já sabemos hoje, a mídia é o maior veículo de propagação de cultura, comportamento, modos, valores, entre outras formas de trazer ao público, conceitos a respeito da nossa sociedade. Com uma abrangência mundial ela pode mostrar acontecimentos com rapidez, chegando ao fato ao vivo. Isto agrega um poder muito grande aos meios de comunicação sobre a população, pois, são eles quem farão a ligação do fato ao espectador, é a mídia quem vai nos dizer de que forma, quando e como aconteceram e acontecem os fatos, bem como, os comportamentos, costumes, e as atitudes adotadas pela sociedade.

A vida agitada hoje em muito não nos permite estar criticando os fatos e comportamentos as quais a mídia nos traz como verdades ou posturas, fazendo com que aceitemos todos os valores que ela carrega em sua estratégia de 'vender aquilo que nós queremos comprar'.

Para trabalharmos a exploração do corpo através dos meios de comunicação em massa, queremos antes, conceituar levemente a questão da indústria cultural para assim, contextualizar melhor o processo de mercantilização do corpo.

Segundo Vaz (2003, p. 63), para entender a Indústria Cultural é necessário visualizar "as condições de produção e reprodução social em uma das suas faces mais importantes, relacionada à mercadorização da cultura – sua banalização e reificação", pois, ela vem carregada de contradições e ambigüidades que nos levam a crer que devemos seguir as regras impostas no modelo capitalista tornando-as naturais.

Em suma podemos afirmar que a mídia é um dos agentes dessa manutenção do *status quo* da sociedade, já que ela continua a controlar as massas e vender suas idéias com o interesse de manter sua hegemonia, buscando sempre o mascarar seu controle, a fim de se manter 'invisível' aos olhos das mesmas que a mantém.

O corpo como um mercado lucrativo, entra nesse contexto e sofre assim influência das concepções atribuídas a ele por nossa sociedade. Exercendo um controle sobre o mesmo, projetando assim, as necessidades que o corpo deve possuir, as posturas que ele deve assumir, bem como o papel que ele deve adquirir.

A moda é uma das formas de controle mais visíveis em nossa sociedade,

pois faz com que os indivíduos, seja consciente ou inconscientemente, tenham que se ajustar aos padrões que ela dita. Como mecanismo de controle, ela serve aos propósitos do capitalismo industrial, que busca padronizar e doutrinar seus consumidores aos produtos que ele quer vender, tornando-nos assim, escravos quase sempre de falsas necessidades (Marcuse, 1982) de ajuste social e comportamental cujos quais nem sempre podemos alcançar.

Como servente aos propósitos capitalistas a moda teve seu momento de explosão em meados do século XX, junto com a explosão consumista da cultura de massas (SANTAELLA, 2004, p. 117). Vemos aqui, um ponto importante para o controle exercido pelo capitalismo, levar o maior numero de pessoas a consumir seus produtos de forma alienada, isto é, sem se questionar sua real necessidade para a felicidade do indivíduo.

Santaella (2004, p. 118) trabalha o acompanhamento da moda ao capitalismo contemporâneo globalizado:

Embora do século XIX para cá, o capitalismo tenha passado por todas essas transformações de que a moda foi dando seu testemunho, até atingir o seu estágio atual globalizado, a lógica do capital essencialmente não mudou, assim como não mudou o papel fundamental que a moda desempenha em prol da superestimulação do consumo, papel este que ela executa graças à sua face volátil, capaz de fisgar o apetite dos sentidos.

O capitalismo se alia a moda justamente para exercer uma pressão maior de controle sobre os indivíduos, tornando-os cada vez mais submissos aos valores e comportamentos ditados pelo mercado.

Esse controle pode exigir sacrifícios que marcam o corpo. “Esse controle sobre o corpo não é isento de tributos, que são pagos, em grande parte, com a própria felicidade” (VAZ, 2003, p.62).

Ainda confirmando o controle do corpo podemos citar Fraga (2000, p. 68):

... é possível dizer que o corpo entendido como uma unidade coerente, paradoxalmente material e transcendente, não existe mais (ou talvez nunca tenha existido!); é uma produção cultural com roteiros históricos distintos; é um resultado sempre provisório de diversos discursos; é sempre atravessado por um poder regulador que o ajusta em seus menores detalhes, impondo limitações, autorizações e obrigações, que vão além da sua condição fisiológica.

Como já afirmado antes, o corpo sofre pressões da mídia e da sociedade que marcam sua existência. Podemos ver isso claramente no texto de Maria Denis

Schneider e Ana Márcia Silva (2001, p. 100):

O alerta de que os indivíduos se preocupam, cada vez mais, com o corpo e a aparência a ser apresentada em público, há muito já foi feito. Cotidianamente, vemos nos meios de comunicação, o grande espaço destinado a dizer a melhor forma de cuidar do corpo e de manter o corpo em forma.

Essas pressões que o corpo sofre são frutos de uma necessidade de se ajustar ao modelo, ao que a moda prega e aos produtos que a mídia quer vender. Assim o corpo se torna um objeto de consumo que necessita constantemente ser moldado, esculpado e esquadriado. Aliás, são as necessidades humanas que movimentam a indústria cultural do culto ao corpo. A sociedade de consumo é baseada em satisfazer nossas necessidades desde primordiais como alimentar-se, até as supérfluas como ter um bem material ou um carro novo a cada ano. Podemos ver esse comportamento da sociedade de consumo nas palavras de Melani (2002, p. 48):

A sociedade de consumo desenvolveu ao máximo essa tendência humana e criou setores especializados na criação de necessidades. (...) Criar necessidades de toda ordem é tão importante para o sistema capitalista quanto o oxigênio o é para a vida humana. A propaganda em especial e a mídia como um todo tratam de fornecer cada vez mais oxigênio para o sistema. O ser humano é tão bombardeado por novas necessidades que não consegue distinguir as necessidades primárias das secundárias, o básico do supérfluo.

Tal comportamento de consumo mantém um ciclo vicioso que não dá espaço para os indivíduos refletirem a respeito desse controle. Muitos até sabem que ele existe, mas estão conformados com sua presença. A criação de falsas necessidades ao indivíduo traz uma comodidade ao capitalismo e a mídia, um controle praticamente invisível, mas poderoso, que envolve todas as classes sociais de forma a mascarar os objetivos do capitalismo moderno que é de provocar dependência e satisfação ilusórias aos consumidores, para que eles continuem alimentando essa indústria de falsas necessidades e controle.

Marcuse (1982, p. 13) fala sobre os meios de informação e as necessidades da sociedade principalmente dos dominantes em relação a seus subordinados:

Em tais circunstâncias, os meios de informação em massa encontram pouca dificuldade em fazer aceitar interesses particulares como sendo de todos os homens sensatos. As

necessidades políticas da sociedade se tornam necessidades e aspirações individuais, sua satisfação promove os negócios e a comunidade, e o conjunto parece construir a própria personificação da Razão.

Fica claro nessa passagem que os interesses dos dominantes é o que impera no capitalismo e se faz presente nas atitudes tomadas pela nossa sociedade. Aqui os interesses de poucos que querem acumular riquezas e poder movem a vida da população que busca uma melhor condição de vida.

Para Marcuse (1982) as pessoas deveriam tomar consciência de que a sociedade atual deve ser criticada para refletir e balancear o poder de controle que sofre a grande parte da população. Mas isso deve começar pela conscientização de que o controle exercido pelos dominantes nos mantém alienados, e como tais aceitamos o que nos é imposto, pois não nos parece útil lutar contra esse fato já consolidado em nossa sociedade.

Podemos ver o conformismo e a necessidade de conscientização da população a respeito do controle do capitalismo na seguinte passagem de Marcuse (1982, p. 17):

O fato de a grande maioria da população aceitar e ser levada a aceitar essa sociedade não torna menos irracional e menos repreensível. A distinção entre consciência verdadeira e falsa, entre interesse real e imediato, ainda tem significado. Mas a própria distinção tem de ser validada. O homem tem que vê-la e passar da consciência falsa para a verdadeira, do interesse imediato para o interesse real. Só poderá fazê-lo se viver com a necessidade modificar o seu estilo de vida, de negar o positivo, de recusar. É precisamente essa necessidade que a sociedade estabelecida consegue reprimir com a intensidade com que é capaz de “entregar as mercadorias” em escala cada vez maior, usando a conquista científica da natureza para conquistar o homem cientificamente.

A manutenção dos pensamentos e imposições dominantes da sociedade industrial alimenta a ‘máquina’ capitalista e contribui para sua perpetuação. Marcuse (1982) se posiciona que as origens das falsas necessidades estão pautadas nos direitos e liberdades originais do capitalismo, que hoje são inverdades, pois não existe liberdade, mas controle para manter essa organização de classes dominadoras e serventes.

Os direitos e liberdades que foram fatores assaz vitais nas origens e fases iniciais da sociedade industrial renderam-se a uma etapa mais avançada dessa sociedade: estão perdendo o seu sentido lógico e conteúdo tradicionais. Liberdade de pensamento, liberdade de palavra e liberdade de consciência foram – assim como o livre empreendimento, que elas ajudaram a promover e proteger – idéias essencialmente

críticas destinadas a substituir uma cultura material e intelectual obsoleta por outra mais produtiva e racional. Uma vez institucionalizados, esses direitos e liberdades compartilharam do destino da sociedade da qual se haviam tornado parte integral. (MARCUSE, 1982, p. 23).

Podemos verificar que o processo de industrialização ao evoluir também modificou o pensamento e as premissas que ele possuía. As necessidades primordiais e intelectuais foram substituídas gradativamente para as necessidades de aquisição de poder econômico e político. Mesmo aqueles que não visam nenhum desses poderes, precisam acumular riqueza para consumir o que a indústria produz e diz que é um bem necessário a sua satisfação e felicidade, que normalmente nunca são alcançadas. As falsas necessidades são impostas ao indivíduo por interesses sociais particulares que ao reprimi-lo “perpetuam a labuta, a agressividade, a miséria e a injustiça” (MARCUSE, 1982, p. 26). Isto é, o mantém preso ao sistema produtivo e de consumo, perpetuando o controle exercido pela sociedade industrial.

Para manter a dominação foi criada uma indústria que dita o que você deve ser, fazer e o que precisa para obter a felicidade. Essa indústria de necessidades que na maioria das vezes são falsas, mas imperceptíveis aos olhos dos indivíduos enquadrados no sistema.

Sua satisfação pode ser assaz agradável ao indivíduo, mas a felicidade deste não é uma condição que tem de ser mantida e protegida caso sirva para coibir o desenvolvimento da aptidão (dele e de outros) para reconhecer a moléstia do todo e aproveitar as oportunidades de cura. Então o resultado é euforia na infelicidade. A maioria das necessidades comuns de descansar, distrair-se, comportar-se e consumir de acordo com os anúncios, amar e odiar o que os outros amam e odeiam, pertence a essa categoria de falsas necessidades. (MARCUSE, 1982, P. 26)

Na criação de falsas necessidades podemos enquadrar aqui o ajuste corporal ao modelo vigente de saúde, beleza e estética, as academias tendo um papel importante nesse processo, podem realizar essas tarefas.

Com a possibilidade de satisfazer essas falsas necessidades dos indivíduos, as academias de ginástica vem a suprir uma parte desse fenômeno o que se tornou então - por grande parte, força do poder da mídia e exportação de costumes de outras sociedades - uma moda espalhada por todo o país.

2.3 AS ACADEMIAS DE GINÁSTICA VIRAM MODA

Para entrar no mérito da academia como um potencial de mercantilização do movimento se faz necessária à contextualização histórica com o qual ela foi concebida, principalmente na sociedade Norte Americana – modelo influenciador do Brasil no século XX – que ao longo do século XIX e XX modificou sua concepção a respeito do corpo criando a cultura do *body-building* a qual se espalhou para todo o mundo, através da mídia e cinemas americanos, tornando assim, as academias um grande provedor dessa nova cultura.

No início do século XIX o pensamento puritano americano a respeito do corpo começa a sofrer transformações fazendo com que a atenção ao corpo e a saúde tomassem importância essencial, pois cuidar do próprio corpo asseguraria a salvação da alma. Multiplicaram-se assim, nos Estados Unidos, pessoas “propagandistas da cultura física” que contribuíram para concepções contemporâneas a respeito do corpo americano (COURTINE, 1995, p. 89).

Podemos verificar a mudança de concepção de corpo na sociedade americana na primeira metade do século XIX descrito no texto de Courtine (1995, p. 90):

Assim durante a primeira metade do século XIX, o interesse suscitado pelo desenvolvimento corporal vai modificar sensivelmente as imagens do corpo masculino: o reflexo byroniano do homem romântico, magro, pálido e lânguido, é apagado progressivamente a partir de 1830, diante das definições de masculinidade que pouco a pouco vão abrir espaço à potência muscular. (...) A partir de 1840, o modelo do homem musculoso influenciará fortemente a imagem ideal de corpo do homem americano.

Os americanos desde 1850 começaram a conceber o corpo como ‘um signo essencial de beleza e poder’ com corpos atléticos, esportivos, será a norma padrão para o homem norte americano. Com a evolução industrial, econômica e social das cidades norte americanas, novos problemas também surgiram através do modo de vida sedentário e estresse urbano. Assim, as academias de ginástica a partir de 1860 foram construídas para combater esses males e atender a crescente demanda dos praticantes de exercícios físicos (COURTINE, 1995, p.91).

Além dessa transformação, a religião teve um papel crucial na construção desse ideal de corpo e suas concepções. O que podemos ver na seguinte passagem:

...os americanos foram, aliás, particularmente sensíveis à cruzada desencadeada pelos adeptos da Cristandade Muscular. Esse movimento apareceu no início do século XIX, na Inglaterra, e renasceu nos Estados Unidos entre os numerosos renovadores religiosos da segunda metade do século XIX. Seu credo: a moralidade é tanto uma questão de forma muscular quanto de piedade religiosa, e os melhores cristãos têm o dever de possuir um corpo atlético (COURTINE, 1995, p.92).

Todos os caminhos levavam a cultura física americana a se massificar, pois a política de esportivização do povo americano se tornava mais intensa, trazendo consigo o aparecimento da 'educação física de massa'. No período de 1870-1880 começa a nascer um mercado até então nunca explorado, a aparelhagem muscular que sai do circuito da academia, invadindo o cotidiano das pessoas, "preenchendo os vazios do tempo de trabalho, ocupa cada vez mais ampla e regularmente o tempo de lazer". Agora os americanos lutavam contra a ociosidade fazendo de seu tempo livre um novo momento de culto ao corpo (COURTINE, 1995, p. 94).

Para a sociedade americana os corpos deveriam ter incondicionalmente uma musculatura forte que seria mostrada agora como um "rotulo de vigor e de saúde, isto é, uma força moral", esse pensamento contribuiu muito para a pratica de esportes, onde o corpo poderia ter um treinamento intenso que visava a forma física, o futebol americano sendo um esporte que exige uma preparação física muito forte, foi um dos esportes mais utilizados para atingir esse objetivo.

Sendo assim, o corpo seminu e forte não era mais vergonhoso, os homens usarem 'tangas' para exibir seus corpos talhados pelos exercícios, pois, agora era vergonhoso mostrar corpos desprovidos de musculatura o que para uma sociedade puritana há alguns anos atrás era uma ofensa, nesta época se tornava normal. "Um corpo de homem, se é musculoso, não está jamais verdadeiramente nu" essa passagem reflete qual era a nova concepção de corpo para a sociedade americana valorizando o corpo pela sua beleza estética (COURTINE, 1995, p.96).

Como já observadas antes as transformações ocorridas na sociedade americana com relação ao corpo tendiam a massificação do esporte e culto ao músculo, além de novos mercados estarem surgindo o que podemos ver na seguinte passagem do texto de Courtine (1995, p. 97):

Na virada do século, o ideal corporal masculino via reclamar uma massa muscular aumentada. O mercado de aparelhos de musculação desenvolve-se então, juntamente com o de publicações consagradas à cultura física. Bernarr Mac Fadden funda a Physical Culture, em 1899. Esta revista reconhece um sucesso imediato, primeira pedra de um

império da imprensa que iria cantar a glória do corpo na primeira metade do século XX. Promovido pelas revistas populares, o ideal do corpo masculino musculoso vai dominar definitivamente o curso dos primeiros vinte anos deste século.

É nesse contexto do início do século XX que o corpo feminino começa a ser valorizado e explorado pela indústria cultural que se forma que se projeta no mercado da beleza e estética que conhecemos hoje, além de compor um novo mercado, uma nova forma de ganhar dinheiro, tratando o corpo agora como uma mercadoria. Podemos ver essas afirmações na seguinte passagem do texto de Courtine (1995, p. 98):

É num tal contexto que a exibição do corpo feminino vai escapar às habituais acusações de obscenidade. A profissão de manequim desenvolve-se, a de chorus girl é melhor admitida. As figuras femininas invadem pouco a pouco a publicidade. Os primeiros títulos de Miss América são concedidos. A exposição pública de seus corpos permite a algumas mulheres uma maior mobilidade social e profissional. O corpo, qualquer que seja seu sexo, vai, desde então, desempenhar um papel essencial no imaginário americano de promoção individual. A beleza é um capital, a força, um investimento; todos os dois são mercadorias cujo valor de troca vai crescer ao longo do século.

O que foi demonstrado através de fatos históricos da cultura americana do corpo, já descritos, vem a determinar como se processou o início e desenvolver dessa 'corpolaria' que se espalhou para o mundo através da mídia, tendo seu crescimento acelerado depois da 2ª Grande Guerra Mundial, as academias acompanharam todo o desenvolvimento tanto tecnológico como econômico subsequentes a mesma, o que facilitou o crescimento da indústria do corpo, isto é, a academia agora ganha *status* e se difunde para todos os cantos. Espalhadas pelos Estados Unidos e alguns países da Europa, com um mercado cada vez maior, logo tiveram seu êxito e explosão mundial, pois além dos concursos dos *body-buildings*, proporcionava a indústria da moda uma nova forma de corpo tanto para os homens como para as mulheres, o corpo 'sarado', magro (pouca gordura) e forte, por ser o ideal de corpo produtivo evitando a ociosidade e ser o desejo de uma forma física dita saudável e bonita. A mídia como já afirmado não perdeu tempo em explorar esse mercado ascendente, trazendo para as telas do cinema e da televisão corpos musculosos e atrizes esculturais para mexer com o imaginário das pessoas que consumiam cada vez mais esse produto, além de angariar novos adeptos dessa cultura de veneração ao corpo esteticamente esculpido.

O período de enaltecimento do corpo no Brasil ocorreu por volta das

décadas de 70/80, representado pelo chamado 'boom das academias' de ginástica, que tomou as propostas de corpo das classes dominantes e as disseminou junto à nossa sociedade. A crescente comercialização do corpo fez com que as academias conquistassem seu espaço e entrassem no lucrativo mercado de beleza e estética. A idolatria do corpo faz com que estes locais ganhassem o *status* de templos, onde a religião praticada era o culto ao corpo. Não podemos esquecer que a expansão das academias no Brasil deveu-se muito a espetacularização do corpo através da mídia principalmente americana, com seus filmes que exibiam homens cada vez mais musculosos e mulheres com corpos firmes e fortes.

A ginástica de academias se apropriou do discurso de trazer para os indivíduos a estética e a saúde como principais valores, fazendo com que seus adeptos mascarassem o modismo de freqüentadores de academias por influência da sociedade, por benefícios que trariam melhor qualidade de vida a essas pessoas, além da satisfação com seu corpo. Que não se subentenda que estou contra a prática de atividade nas academias, mas o fato é que muitas pessoas usam os benefícios que a ginástica de academias pode trazer, para mascarar a verdadeira motivação de seus freqüentadores que era a de se enquadrar nos padrões de beleza estabelecidos pela sociedade e não dos benefícios à saúde e bem estar que podem ser proporcionados pela atividade física orientada.

Na década de 80 a ginástica aeróbica revoluciona o universo das academias, e tinha entre outros objetivos de igual importância na aquisição e manutenção da estética, pois, com o avanço da pesquisa científica a respeito do corpo humano notou-se que a atividade aeróbica era muito mais eficaz na perda de gordura corporal, portanto, era uma grande arma para melhorar a beleza estética dos praticantes da academia. Já na década de 90 surgem varias opções também para aumentar o número de adeptos, como a musculação, hidrogenástica, step e outras atividades alternativas, como yoga e o alongamento, que trazem benefícios para o organismo, mas como já afirmado anteriormente, para muitos era só uma 'mascara' para obter a estética desejada.

Com a oferta de novos produtos no mercado de fitness um atrativo a mais se criou em torno das academias, principalmente com a difusão dos chamados '*body systems*' onde atraíram milhares de pessoas na Nova Zelândia e nos Estados Unidos foram exportados para todo o mundo, inclusive o Brasil, onde teve uma boa aceitação entre os consumidores. Hoje as academias além de espaços planejados

para prática de varias atividades físicas também recebe uma estrutura para fornecer ao cliente um ambiente de sociabilização, com áreas de alimentação e venda de produtos direcionados a esse público, como roupas, acessórios e suplementos alimentares, fazendo com que os alunos queiram passar mais tempo no espaço da academia.

Investimentos pesados em instalações e equipamentos, sido utilizados para atrair mais clientes, pois a 'febre' que se tornou aliar a tecnologia ao exercício trouxe muitos ganhos ao mercado do fitness. Todo esse avanço no marketing e planejamento das academias faz com que essas pessoas passem boa parte do dia cuidando de sua forma e suas relações sociais sem se dar conta do que realmente os motiva a terem essa postura.

Muitas pessoas têm problemas em admitir que estão 'viciadas' no culto ao corpo, mas é só fazer algumas perguntas simples que elas caem em contradição. Exemplos disso quando perguntamos a uma pessoa quantas vezes por semana ela frequenta a academia e ela responde todos os dias. Quando se indaga em quanto tempo ela fica na mesma por dia e o que acontece quando ela deixa de ir um dia, o que ela sente. Normalmente a pessoa responde que se sente mal por ter faltado, sente-se culpada pelo deslize de não ter malhado naquele dia. Identificamos aqui, pessoas que não conseguem se afastar das academias e se sentirem bem, por uma dependência física e psicologia dos frequentadores das academias.

Para afirmar estas questões e apresentar outras é que a apuração dos resultados do questionário - que será apresentada logo após a metodologia utilizada na pesquisa - vai nos trazer subsídios para realizarmos a discussão dos fatores que norteiam os alunos a prática de atividade física em uma determinada academia de ginástica da Cidade de Curitiba.

3. METODOLOGIA

O presente trabalho foi realizado como uma pesquisa descritiva, objetivando diagnosticar e analisar quais os fatores que influenciam os indivíduos a procurarem uma Academia de Ginástica. Segundo Issac e Michael (1983), o design, permite classificá-lo como Survey ou estudo de Levantamento.

A população estudada foram os alunos de uma academia de Ginástica de Curitiba, a amostra considerada foi de 60 pessoas, sendo 30 homens e 30 mulheres, nos meses de maio e junho (inverno) de 2004.

O questionário semi-fechado abrangeu perguntas antropométricas (idade, peso e estatura) e sócio-comportamentais para que fosse traçado um perfil das pessoas que freqüentam a academia e identificado quais os motivos que as levam para lá. Para melhor avaliar a eficiência do questionário aplicado foi realizado um teste piloto com 4 indivíduos antes da aplicação do mesmo.

Como base teórica foi realizada uma pesquisa bibliográfica contextualizada historicamente, para analisar a crescente procura pela estética corporal dentro das academias de ginástica. Os dados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente, os fatores que influenciam os alunos a prática de exercícios físicos e a busca por aceitação e satisfação com sua imagem corporal vista por si e pela sociedade.

As fontes utilizadas na pesquisa foram:

- Primárias: através um questionário, de monografias e artigos que dissertam sobre o assunto abordado;
- Secundárias: na contextualização histórica através de livros que tratam a respeito do corpo e suas relações.

3.1 APURAÇÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA

Neste capítulo apresentarei os dados obtidos através do questionário aplicado na academia, foi realizado um tratamento estatístico contendo tabelas e gráficos para representar e discutir os resultados. Apenas um campo do questionário não será analisado por não ter encontrado nenhuma resposta, o item outros das duas primeiras perguntas, por nenhum dos entrevistados relatar que existia outro motivo como resposta para pergunta ele foi retirado da discussão dos dados. Todos os itens do questionário serão discutidos na seqüência estabelecida no mesmo. (grifo para identificar o campo do questionário).

Na presente pesquisa, discutirei item a item os dados obtidos:

TABELA 1 - RESULTADOS FAIXA ETÁRIA DA POPULAÇÃO PESQUISADA

Faixa Etária	Masculina	Feminino	Percentual
	Nº Individuos	Nº Individuos	Total de Individuos
<18	2	4	10%
≤20	7	3	17%
21 -25	11	12	38%
26 -30	7	6	22%
>30	3	5	13%
Médias Aritméticas (Anos)	23,8	25,6	

As faixas etárias foram divididas em 5 classes para facilitar a compreensão dos dados apurados na pesquisa, cada classe foi planejada para analisar o perfil da amostra dos entrevistados, mostrou-se o percentual de menores de 18 anos na amostra coletada na academia foi de 10%, mesmo pequena a incidência, isto pode nos apontar que há uma procura por atividades não condizentes a maturação corporal, se não for acompanhada e orientado com um cuidado ainda maior – a maturação é definida pelo final do crescimento ósseo em suas epífises, nos homens

se dá em média aos 18 anos e nas mulheres aos 20 anos - pois a musculação pode determinar o fim do crescimento ósseo do indivíduo antes que o previsto, bem como, prejudicar a postura dos mesmos, por estes motivos a orientação se torna imprescindível, para não ocasionar problemas posteriores. Na tabela acima podemos ver que o maior número de indivíduos tanto masculinos como femininos, estão próximos às médias aritméticas que são de 23,8 anos para homens e 25,6 anos para mulheres, podemos afirmar que a população pesquisada se encontra num período jovem, já que 87% dos entrevistados têm menos de 30 anos, revelando a preocupação entre os jovens com o corpo. Com a exposição do corpo em praias, clubes, festas, outros eventos sociais e porque não na própria academia os jovens preocupam-se mais com seus corpos visando principalmente a estética, pois os dados constataam que é nessa idade que os indivíduos mais necessitam ser notados por sua beleza e vigor, através da questão de número 2, já com o amadurecimento normalmente algumas dessas premissas tornam-se secundárias e menos valorizadas, sendo gradativamente substituídas pela preocupação com a saúde e qualidade de vida.

TABELA 1.1 - RESULTADOS DA ESTATURA DA POPULAÇÃO PESQUISADA

Estatura em metros	Masculino	Feminino
	Nº Indivíduos	Nº Indivíduos
1,50 – 1,60	1	12
1,61 – 1,70	2	15
1,71 – 1,80	16	3
1,81 – 1,90	11	0

A estatura foi dividida em 4 classes possuindo 10 cm cada, variando da menor para a maior estatura encontrada na pesquisa. Aqui se confirma a tendência para os homens de aumento da estatura média girando em torno de 1,8 metros, pois a média de estatura vem aumentando a cada década, sendo encontrados 11 entrevistados entre a faixa de 1,81 á 1,90, já para as mulheres pesquisadas isso não se mostra tão claro pois a média gira em torno de 1,6 metros, mas já apresenta pequenos indícios de aumento pois 3 entrevistadas responderam ter entre 1,71 e 1,80. O aumento da estatura da população se dá principalmente pela melhora nas

condições de vida, sobressaindo-se mais a melhor alimentação da população. Não é senso comum que essas médias vêm aumentando, pois hoje várias pesquisas apontam esse crescimento na estatura de todos os países com bons índices de desenvolvimento humano – condições boas de alimentação, saneamento e moradia - apenas países muito pobres como alguns localizados na África não registram essa tendência, já que infelizmente nesses países as guerras e a desnutrição fazem com que as condições de vida sejam piores.

TABELA 1.2 - RESULTADOS DO PESO DA POPULAÇÃO ESTUDADA

Peso em Kg	Masculino	Feminino
	Nº Individuos	Nº Individuos
40 – 50	0	4
51 – 60	1	12
61 – 70	7	7
71 – 80	11	6
81 – 90	7	1
91 – 100	3	0
>100	1	0
Média Aritmética	78,9	61,7

Esta tabela mostra o peso dos entrevistados, para melhor entendimento as faixas de peso foram divididas de 10 em 10 quilogramas, como o esperado os homens tem uma média maior que a das mulheres, sendo 78,9 quilogramas para homens e 61,7 quilogramas para mulheres, isso se deve pelos homens terem maior estatura que as mulheres, mas principalmente por ter uma massa muscular e óssea maior. Verifica-se que os entrevistados normalmente em sua maioria 12 mulheres e 11 homens, se enquadram em duas faixas de 51-60 quilos para as mulheres e 71-80 quilos para os homens, faixas próximas às médias encontradas. A grande maioria dos entrevistados eram visualmente fortes e não gordos, não foi feito o cálculo do IMC (Índice de Massa Corporal) por se tratar de pessoas que praticam atividade física intensa e para os homens o resultado não seria fidedigno pois eles poderiam estar pesados mas no entanto não se encontrarem gordos. O IMC é mais indicado para pesquisar uma população mais sedentária. Por motivos de impossibilidade de

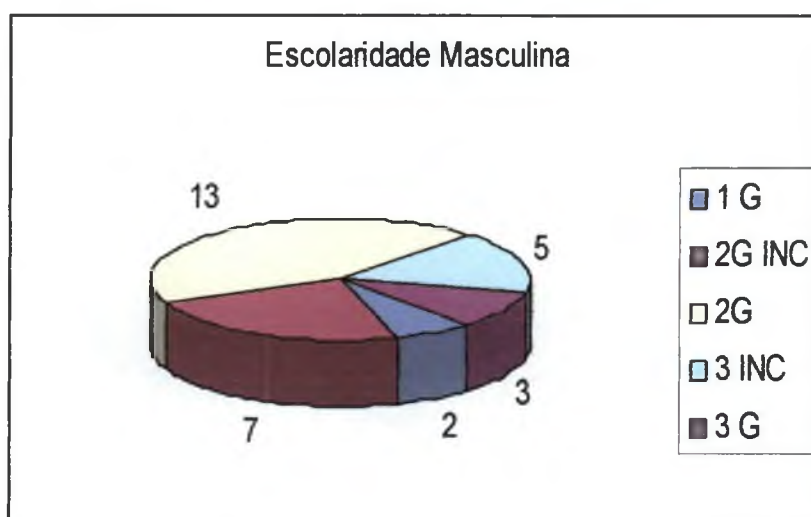
material e tempo não foi feita o exame de dobras cutâneas que mostraria de forma mais fidedigna os percentuais de gordura dos entrevistados. Também não se pode avaliar a quantidade de entrevistados que usam anabolizantes para aumento da massa muscular, por se tratar de um assunto delicado, já que há dificuldade em encontrar pessoas que assumam essa postura e não se importem em relatar seus hábitos. Na pesquisa esse assunto foi abordado com descrição e relacionado na pergunta de número 8, a qual será explorada mais à frente.

TABELA 1.3 - RESULTADOS DA ESCOLARIDADE DOS ENTREVISTADOS

Escolaridade	Masculino		Feminino	
	Graduados	Percentual	Graduados	Percentual
1 Grau	2	7 %	3	10 %
2 Grau Incompleto	7	23 %	5	17 %
2 Grau Completo	13	43 %	16	53 %
3 Grau Incompleto	5	17 %	3	10 %
3 Grau Completo	3	10 %	3	10 %

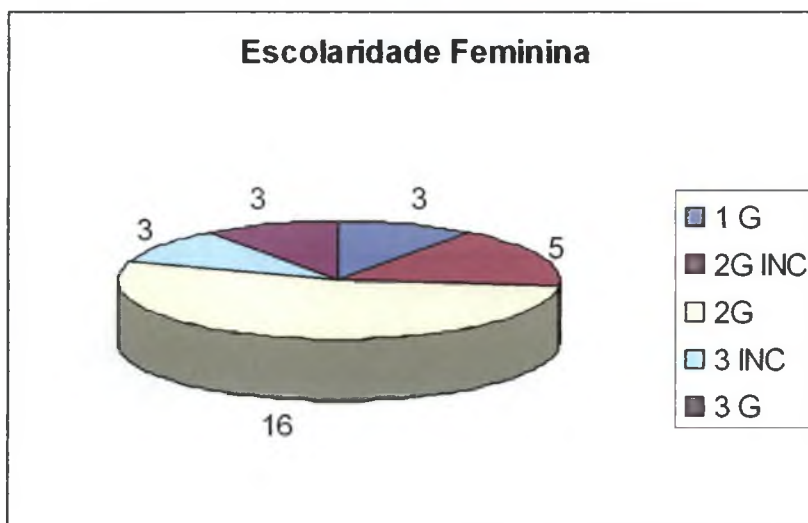
Nesta tabela estão relacionados os Graus de Escolaridade dos Entrevistados mostrando o número de graduados por faixa e seus percentuais.

GRÁFICO 1 - ESCOLARIDADE MASCULINA



Valores absolutos sobre o total de entrevistados, isto é, o número de indivíduos que responderam ao item do questionário.

GRÁFICO 1.1 - ESCOLARIDADE FEMININA



Valores absolutos sobre o total de entrevistados, isto é, o número de indivíduos que responderam ao item do questionário.

Podemos perceber claramente que a graduação de 2º Grau seja completo ou incompleto é a fixa a qual se enquadra o maior número de entrevistados representando 41 dos 60 entrevistados (68 %) da amostra. Variando muito pouco entre os indivíduos que transitam entre as faixas podemos perceber um equilíbrio entre a graduação dos homens e das mulheres, apesar de estudos já apresentarem que as mulheres hoje estão buscando uma maior qualificação estudantil que os homens. Um número ainda pouco expressivo dessa amostra tem a graduação de 3º grau cerca de 27% para os homens e 20% para as mulheres, com certeza se a amostra fosse maior esse numero seria mais reduzido ainda, já que o acesso ao ensino superior ainda é muito restrito e mesmo com o aumento do número de Universidades Particulares no país torna-se muito difícil entrar nessas instituições pois a renda média da população ainda é baixa. Ao se comparar o número de entrevistados que tem 1º grau com o restante da amostra podemos afirmar que o grau de instrução está ligado a presença dentro do espaço de academia, pois são poucos os indivíduos que encontramos nessa amostra. Por associação podemos entender que esse fenômeno se deve que o grau de escolaridade privilegia cargos ou profissões de maior grau de complexidade aumentando assim a renda, dando uma margem para os indivíduos possam aplicar seu dinheiro e tempo com a manutenção de saúde, estética e por que não o *status* pessoal.

TABELA 1.4 - PROFISSÕES DOS ENTREVISTADOS

Profissões Citadas	Homens	Mulheres
Atendente		4
Atendimento Telemarketing		3
Atleta Futebol	1	
Autônomo (a)		1
Aux. Administrativo		1
Aux. De Cobrança		1
Aux. De Enfermagem		1
Bancário (a)	1	
Cabeleireiro (a)		1
Dançarino (a)	1	
Do lar		2
Esteticista		1
Estudante	6	6
Fisioterapeuta		1
Funcionário (a) Público (a)	1	
Instalador (a) de Antenas	1	
Logista	2	
Manicuri		1
Motoboy	1	
Motorista	1	
Operador (a) de Alarme Monitorado	1	
Operador (a) de Produção	1	
Policia Militar	1	
Prof (a) de Musculação	3	
Professor (a)		1
Programador (a)	1	
Secretário (a)		2
Supervisor (a) Comercial	1	1
Tatuador (a)	1	
Téc. Em Informática		1
Vendedor (a)	4	2

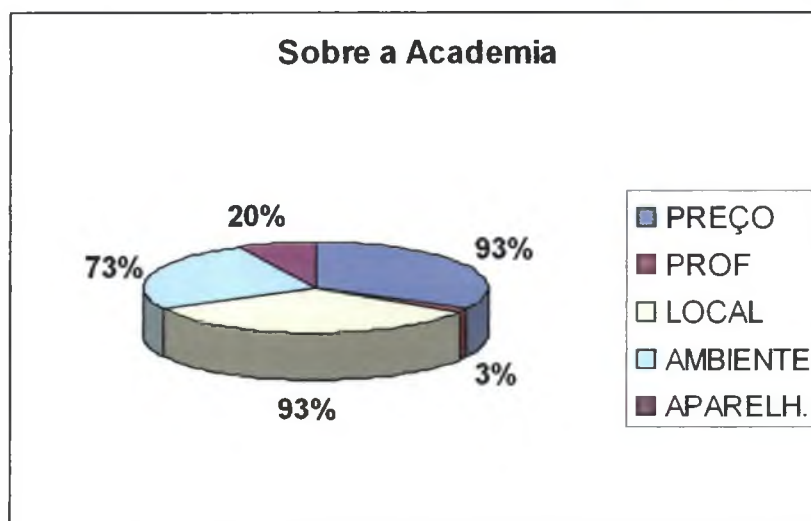
Vigilante	2	
-----------	---	--

Nesta tabela foram apenas relacionadas às profissões citadas pelos entrevistados, configurando aqui a diversidade de atividades exercidas. Um bom número de entrevistados ainda se enquadram como estudantes cerca de 20% da amostra total. Se classificados em setores: primário (produção de matérias primas), secundário (produção de bens de consumo) e terciário (prestação de serviços), o setor de serviços é o que se enquadram todos os indivíduos. Na amostra podemos verificar também que algumas profissões citadas são exclusivamente praticadas por homens e outras exclusivamente praticadas por mulheres, como Motoboy, Manicuri, atleta de futebol e do lar, não que um gênero não possa exercera a profissão do outro, mas isso não acontece entre os indivíduos da amostra, a mulher como já se sabe conquistou espaço no mercado de trabalho e isso se verifica na variedade de atividades que elas exercem. Não foi perguntada a faixa salarial, para que não houvesse nenhum tipo de constrangimento ao entrevistado, até porque a intenção de se colocar esse item no questionário não se justificaria de acordo com a proposta da pesquisa.

Sobre a academia os dados obtidos com a pergunta:

1) Por qual (is) motivo(s) você frequenta esta academia?

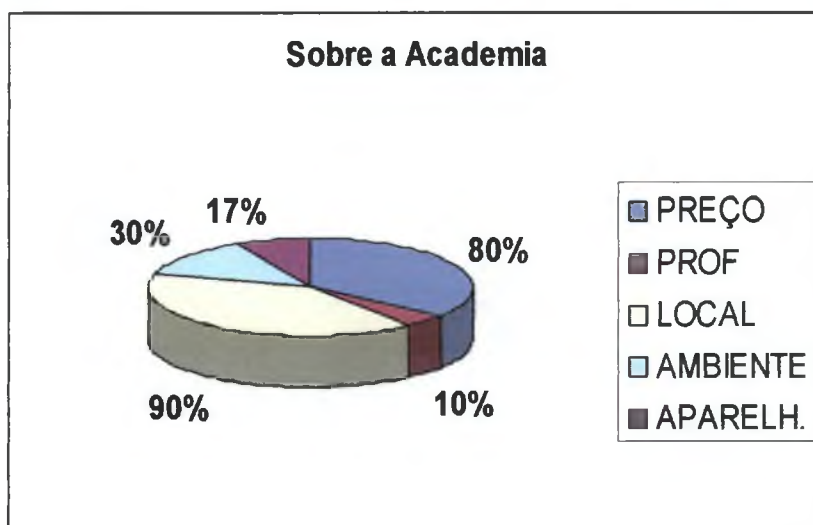
GRÁFICO 2 - RESPOSTAS SOBRE A ACADEMIA (MASCULINO)



Percentuais absolutos sobre o total de entrevistados considerando-se

100% de cada item relatado na entrevista.

GRÁFICO 2.1 - RESPOSTAS SOBRE A ACADEMIA (FEMININO)



Percentuais absolutos sobre o total de entrevistados considerando-se 100% de cada item relatado no questionário.

Os valores dos gráficos acima foram considerados com base nas respostas dos (as) entrevistados (as), as porcentagens representam o valor sobre o total de entrevistados. Ex: 93% dos homens entrevistados responderam que o preço é um dos fatores que o levam para aquela academia; 90% das mulheres entrevistadas disseram que vão a academia porque a localização é boa.

O preço e a localização da academia foram os itens mais citados tanto por homens como por mulheres, além da academia ter um custo barato R\$ 30,00 reais por mês para prestar os serviços de musculação, dança, condicionamento e lutas, ela esta localizada em um ponto estratégico, próximo a sua residência e mesmo ao um meio de transporte público, pois fica em uma avenida com estações tubo a 50 metros da academia, esses fatores são preponderantes para a maioria dos entrevistados e decidem na hora da escolha entre essa academia e as outras que se localizam na mesma região. Os itens professores e aparelhagem não são expressivamente citados como fatores atrativos, pois como sendo uma academia mais próxima da população de classe média baixa e praticando esse preço, que é menor que o praticado no mercado aproximadamente R\$ 50,00 reais só para musculação, não pode manter um quadro maior de professores, bem como adquirir

maquinário mais sofisticado. O item ambiente está sendo constantemente remodelado pelo proprietário para melhor atender as necessidades dos alunos, investimentos tem sido feitos nessa área da academia para atrair os olhos dos freqüentadores. Apesar de ainda não ser tão atrativo para as mulheres (30%) o proprietário está concentrando seus esforços em transformar o ambiente a fim de satisfazer o desejo das alunas, um ambiente esteticamente mais bonito e mais prático. Os homens normalmente não são muito exigentes com o ambiente, o que eles querem é uma aparelhagem mais nova, moderna e completa para massificar seus treinamentos e tirar maior proveito da área de musculação, em sua maioria os homens estão satisfeitos com o ambiente, isso se deve as pessoas que freqüentam a academia e não ao local físico onde elas treinam.(grifos para identificar os itens abordados na pesquisa).

Sobre as motivações que levam as pessoas a freqüentarem a academia os dados obtidos sobre a seguinte pergunta foram:

2) Qual(is) principal(is) motivo(s) pessoais de você freqüentar a academia?

GRÁFICO 3 - RESPOSTAS SOBRE A MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS (MASCULINO)



Percentuais absolutos sobre o total de entrevistados considerando-se 100% de cada item relatado no questionário.

GRÁFICO 3.1 - RESPOSTAS SOBRE A MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS (FEMININO)



Com relação a este item ainda se confunde muito os conceitos de beleza e saúde, pois durante a aplicação do questionário conforme os indivíduos respondiam as perguntas eles se contradiziam, alguns dos entrevistados que colocaram que buscavam somente a saúde na prática da academia e em outro item do questionário (questão 8), responderam que se preocupavam com a nutrição para não engordar mantendo assim uma bela estética. Alguns entrevistados também responderam que a saúde era o ponto principal, mas quando questionados sobre a nutrição diziam que comiam de tudo inclusive gorduras provenientes de fontes animais, que são ricas em LDL, isto é, colesterol ruim para o organismo. A mesma questão pode-se dizer dos entrevistados que disseram utilizar anabolizantes (alguns confirmaram) e quando questionados sobre a motivação de se frequentar a academia diziam que era a saúde, estes porém cuidavam da sua alimentação para potencializar os resultados estéticos em seus corpos. Apesar desses casos representarem uma minoria dentro da amostra eles revelam que algumas pessoas não aceitam o fato de estarem preocupados principalmente ou mesmo apenas com sua aparência. Ao se tratar os dados uma surpresa se constatou os homens disseram que também estão preocupados com a estética, revelando 80% da amostra, sendo que um indivíduo respondeu que a estética era seu ponto central na academia e não incluiu o item saúde em sua resposta. Hoje o homem tem se desvinculado de diversos tabus que até algumas décadas atrás ele era obrigado a mascarar, este parece um, que está sendo vencido, de que o homem deve cuidar também da sua beleza estética. Já

entre as mulheres 20% responderam que se motivavam a ir para a academia só pela estética um número maior que o dos homens e esperado, pois a pressão social que a mulher sofre em ser esteticamente bonita ainda é maior em nossa sociedade. Outro fato interessante é que compararmos o percentual de mulheres (67%) que disseram se motivar pela estética com o percentual dos homens (80%), vamos ter uma inversão de valores, onde os homens admitem mais que as mulheres buscar esse elemento nas academias. A socialização foi pouco citada na amostra total de 60 pessoas (17%), isto é, 10 pessoas, mas ao observar os entrevistados, poucos realmente se concentravam em seus treinamentos, a grande maioria buscava ficar parte de seu tempo conversando com os amigos, por algumas vezes chegavam a parar o treinamento não importando que quebrassem seu ritmo.

Sobre os Hábitos que os entrevistados tem dentro da academia os dados obtidos sobre as perguntas 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 foram:

3) Quanto tempo você frequenta a academia?

4) Quantas horas p/ dia?

5) Quantas vezes por semana? Quantos meses por ano?

Essas três perguntas foram aglutinadas e serão analisadas juntas. Como todos os entrevistados responderam que procuram frequentar a academia durante todos os meses do ano não se faz necessário o apontamento dessa questão na tabela abaixo, mas será analisada em sua discussão.

TABELA 2 - RESULTADOS DA FREQUÊNCIA, HORAS E VEZES POR SEMANA DOS ENTREVISTADOS

	H	Moda						M	Moda					
	Méd.	1	2	3	4	5	6	Méd.	1	2	3	4	5	6
Frequência (anos)	2,9	6	4	4	6	3	7	1,46	10	10	6	1	3	0
Horas	1,8	6	10	9	2	2	1	2,1	3	6	12	5	3	1
Dias	5	-	-	1	6	11	12	5	-	-	1	5	18	6

Nesta tabela foram colocados as média aritméticas dos anos, das horas e

dias que os entrevistados responderam as questões 3, 4 e 5. A moda reflete o número de vezes que aparece repetidamente na amostra em cada item. As classes foram divididas da seguinte forma:

TABELA 2.1 - DEMONSTRATIVO DA DIVISÃO DE CLASSES APLICADAS A TABELA 2 DESCRITA ACIMA

Classes	Frequência	Horas por dia	Vezes por semana
1	0,1 a <1;	1	
2	1 e <2;	1,5	
3	2 e <3;	2	3
4	3 e <4;	2,5	4
5	4 e <5;	3	5
6	>5	≥3,5	6

Essas classes foram divididas de acordo com as respostas dos entrevistados, abrangendo assim, 100% da amostra.

De acordo com as respostas dos indivíduos a média que os homens freqüentam a academia gira em torno de 3 anos o que é justificado pela soma das classes 1 e 2 = 10 indivíduos, 3 e 4 = 10 indivíduos e 5 / 6 = 10 indivíduos. No geral os homens tem uma média de permanência na academia bem maior que a das mulheres que gira em torno de 1 ano e meio. Com relação ao tempo de permanência na academia também existem diferenças, pois os homens permanecem bem menos tempo na academia, isso se deve à seu comportamento, todos entrevistados masculinos fazem musculação como atividade principal, desses 6 indivíduos fazem lutas e 4 fazem dança como outra atividade, isso dá um tempo menor para realizar as tarefas do dia, já as mulheres 24 fazem musculação, dessas 11 fazem condicionamento físico aumentando assim seu tempo de permanência dentro da mesma. Quanto ao número de dias da semana tanto masculino como feminino a maioria (78% dos entrevistados, 47 pessoas) procura freqüentar a academia de 5 a 6 dias. Além dessas perguntas foi realizada a questão de quantos meses em média os alunos freqüentavam a academia devia a opção todos responderam que freqüentavam os 12 meses, mas muitos disseram que um mês de férias eles estavam na praia, portanto reduzindo para 11 meses a freqüência na academia, não

foram apontados outros motivos para faltar a meses específicos do ano. Uma prática visível e constante no passado que os alunos de academias tinham era de três meses antes do verão entrar na academia para malhar e deixar seus corpos fisicamente bonitos para as estações mais quentes, onde a exposição do corpo era mais visível com o uso de menos roupas ou mesmo ir a praia, piscinas e parques. Dentre os entrevistados isso parece não acontecer, eles buscam estar na academia todo o ano.

6) Qual a época do ano?

TABELA 2.2 - RESULTADOS SOBRE A ÉPOCA DO ANO PREFERIDA PELOS ENTREVISTADOS

Estações	Homens		Mulheres	
	Absoluto	Percentual	Absoluto	Percentual
Primavera	6	20%	4	13%
Verão	8	27%	13	43%
Outono	7	23%	2	7%
Inverno	18	60%	16	53%
Só meses Frios	17	57%	14	47%
Só meses Quentes	8	26%	11	36%
Meses Quentes e Frios	5	17%	5	17%

Nessa questão os entrevistados em sua maioria 31 pessoas (52% do total) disseram que o inverno é a época do ano que mais gostam de treinar na academia, influência ou não da época a qual a pesquisa na academia foi feita maio e junho, portanto em pleno inverno, quando questionados do porque dessa resposta disseram que nessa estação a academia ficava mais vazia e mais fácil de treinar, nos meses quentes a academia fica lotada e isso dificultava a malhação. Outro fator também apontado pelos entrevistados que nessa época sentiam-se menos cansados e o treinamento também renderia melhor por esse motivo. As mulheres gostam mais dos meses quentes para treinar que os homens, mesmo apresentando apenas 10% da amostra a diferença entre homens (26%) e mulheres (36%) isso se constatou mais expressivamente quando comparado às modalidades praticadas na

academia - que será tratada na próxima questão - pois nem todas as mulheres fazem musculação e é nesse local onde o maior número de pessoas se concentra na academia, dificultando o acesso. Como as mulheres em geral fazem mais atividades que os homens na academia e normalmente elas gostam de malhar as pernas, deixando braços e costas de lado elas não sentem tanto o problema da “lotação” da academia.

7) Que modalidades você pratica?

TABELA 2.3 - RESULTADOS SOBRE AS MODALIDADES PRATICADAS NA ACADEMIA

Modalidades	Homens		Mulheres	
	Absoluto	Percentual	Absoluto	Percentual
Musculação	30	100%	24	80%
Dança	4	13%	7	23%
Lutas	6	20%	4	13%
Condicionamento	0	0%	18	60%

Questão de múltipla escolha, por esse motivo a soma dos valores absoluto e percentual não fecham 30 e 100%.

Nessa questão podemos ver diferenças grandes dos hábitos entre homens e mulheres, os homens se concentram na musculação (100% dos entrevistados) com pouca representatividade em dança (13%), lutas (20%) e nenhum dos homens respondeu que faz condicionamento físico. Já as mulheres praticam além da musculação (80%), o condicionamento (60%) e sendo menos expressivas como nos homens a dança (23%) e as lutas (13%). Esse comportamento explica porque as mulheres demoram mais tempo na academia, pois no geral elas praticam mais atividades que os homens. Além desse fato nem todas as mulheres gostam de praticar a musculação sendo 6 delas (20%) praticam outras modalidades. Se considerarmos o aproveitamento das instalações da academia as mulheres se sobressaem, pois se utilizam mais dos serviços que a academia oferece pelo mesmo preço de R\$ 30,00 reais.

Ao analisar os comportamentos com relação as atividades praticadas na

academia, posso inferir que os homens visam a hipertrofia muscular como fator principal de motivação, não praticando outras modalidades por receio de prejudicar os ganhos da musculação, já as mulheres buscam o emagrecimento e manutenção da forma física buscando em exercícios aeróbicos formas de manter a forma, pois o condicionamento físico possui muitos exercícios desse tipo. É claro que os objetivos são diferentes entre os dois gêneros, mas se analisarmos bem o resultado esperado é o mesmo, a beleza física para a grande maioria e em segundo plano a saúde.

8) Você se preocupa com sua nutrição?

TABELA 2.4 - RESULTADOS SOBRE A POSTURA REFERENTE A NUTRIÇÃO DOS ENTREVISTADOS

Respostas	Homens		Mulheres	
	Absoluto	Percentual	Absoluto	Percentual
Sim	23	77%	28	93%
Não	7	23%	2	7%
Abertas	Dentre as pessoas que afirmaram cuidar da sua nutrição e apresentaram um motivo			
P/ Saúde	11	48%	15	54%
P/ Estética	11	48%	14	50%
P/ Treinamento	14	61%	1	3,6%

Entre aqueles que disseram não se preocupar com a nutrição a principal resposta obtida era que eles não engordavam e por isso poderiam comer de tudo, essa resposta foi de encontro à pergunta número dois que buscava saber para que motivo as pessoas freqüentavam a academia, pois elas buscavam a saúde e a estética e para alcançá-la se faz necessário uma preocupação com a alimentação, esse ponto de contradição por si só nos denota que uma confusão no conceito de saúde e estética. Podemos ver uma diferença entre os homens e as mulheres na preocupação com a nutrição, pois as mulheres (93%) se preocupam mais que os homens (77%) nessa questão. Bem como há diferenças nos enfoques, enquanto os homens buscam em sua maioria um aumento de performance de treinamento, nas mulheres isso não acontece, elas se preocupam mais com os exercícios aeróbicos

que potencializam a queima de gordura. Não houve muitos casos de contradição entre os homens, pois a grande maioria revelou que buscavam saúde, beleza e estética. Os casos de contradição entre os homens foram daqueles que disseram não se preocupar com a nutrição. Já entre as mulheres houve 9 casos (30%) em que se confundiram os conceitos de beleza e saúde entrando assim em contradição, destas 4 disseram que estavam na academia para melhorar a saúde, mas se preocupavam com a nutrição para potencializar a beleza, 3 buscavam saúde mas não se preocupavam com a nutrição, 2 buscavam estética mas se preocupavam com a nutrição para melhorar a saúde.

9) Você já utilizou suplementação, ergogênicos ou outras alternativas nutricionais para melhorar seus resultados?

Nesta pergunta não foram especificados pelo entrevistado quais os tipos de suplementos utilizados para não causar nenhum tipo de constrangimento ao responder sobre o assunto.

GRÁFICO 4 - RESULTADOS SOBRE A SUPLEMENTAÇÃO UTILIZADA PELOS ENTREVISTADOS (MASCULINO)



Percentual dos entrevistados que utilizaram suplementação.

GRÁFICO 4.1 - RESULTADOS SOBRE A SUPLEMENTAÇÃO UTILIZADA PELOS ENTREVISTADOS (FEMININO)



Os gráficos 4 e 4.1 trazem os resultados sobre a utilização de suplementação entre os entrevistados.

Esta questão foi abordada no questionário com o intuito de saber o percentual de pessoas que estão utilizando suplementação na academia, para não constranger nenhum entrevistado não foi perguntado o tipo de suplementação que ele utilizava, isto é, suplementos, anabolizantes ou remédios para emagrecer. Mas um fato constatado é que esses tipos de substâncias estão sendo utilizadas principalmente pelos homens - 90% contra 47% das mulheres - para potencializar seu treinamento. Aqui fica a questão de que não existe um acompanhamento médico para saber quais as possíveis conseqüências dessa prática. A pouco tempo foi noticiado nos meios de comunicações, que jovens estavam se drogando com altas doses de anabolizantes e pagaram um preço muito alto por esse fato. A maior parte dos alunos não tem informação de todas as alterações que acontecem em seu organismo ao utilizar essas drogas, podendo posteriormente se arrepender dessa prática. Como aponta os dados no gráfico 90% dos homens utilizam-se de algum tipo de suplementação o que denota uma preocupação, pois poucos possuem acompanhamento médico. Já as mulheres entrevistadas se utilizam de remédios para emagrecer em geral, pois o importante para elas não é ganhar massa muscular com anabolizantes, também constatamos que o número de pessoas que utilizam alguma substância cerca de 47% é bem menor que o dos homens, mas não menos preocupante pelo mesmo fator de em muitos casos o acompanhamento médico ser

dispensado. A suplementação para mulheres é pouco utilizada se levarmos em conta a amostra estudada.

Sobre as perguntas Abertas que revelam alguns comportamentos relacionados com informação, identificação e sentimento quanto a falta a atividade:

10) Você Costuma ler/folhar revistas ligadas à saúde e boa forma física?

TABELA 3 - RESULTADOS SOBRE A LEITURA DE REVISTAS LIGADAS A SAÚDE E BOA FORMA

Respostas	Homens		Mulheres	
	Absoluto	Percentual	Absoluto	Percentual
Sim	26	87%	24	80%
Não	4	13%	6	20%

TABELA 3.1 - REVISTAS CITADAS (MASCULINO / FEMININO)

continua

Revistas Citadas		Homens	Mulheres
Revistas Ligadas a Treinamento e Musculação	BODY-BUILDING	1	
	SUPER TRAINING	1	
	MUSCLE FORM	6	
	TREINO	3	
	FLEX	2	
	FITNESS	1	
	CONTRARELOGIO	1	
Revistas Ligadas a Conhecimentos Gerais	VEJA	3	1
	ISTO É	2	
	VIVER BEM	1	
	EPOCA	1	
	SELEÇÕES		1
PLAY BOY		2	

TABELA 3.1 - REVISTAS CITADAS (MASCULINO / FEMININO)

		conclusão	
Revistas Citadas		Homens	Mulheres
Revistas Ligadas a Saúde e Boa Forma	BOA FORMA	9	17
	CORPO E FORMA	1	
	PENSE LEVE		1
	SAUDE		2
	DIETAS JÁ		1
	DIETA		1
Revistas Ligadas a Fofocas	NOVA		2
	CAPRICO		1
	CLAUDIA		1

Na Tabela 3 podemos ter uma perceber que grande parte dos entrevistados 87% para homens e 80% procuram ler ou folhar revistas ligadas a saúde e boa forma. Mostrando uma preocupação com informações referentes a esse tema.

Na tabela 3.1 temos as revistas citadas pelos entrevistados as quais eles lembravam que tinham lido alguma matéria a respeito de saúde e boa forma. Ela foi dividida em áreas de atuação para melhor identificação do leitor. A revista Play Boy por única do gênero citada ficou sem classificação na tabela, mas sabemos que ela pertence a Revistas ligadas a erotismo.

Entre os homens a preocupação com a forma muscular é bem visível pela diversidade de revistas que foram citadas com relação a esse tema. Um fato curioso foi que os homens lembraram de revistas como Veja, Isto é, Época relacionando matérias ligadas a saúde e boa forma física. Já as Mulheres lembraram mais a Revistas ligadas a dietas, saúde e de fofocas. Um fato preocupante é que a literatura que os alunos costumam utilizar é de cunho informativo e não científico, isso pode ocasionar interpretações equivocadas dos artigos nelas vinculadas.

11) Dentre os artistas e/ou modelos que aparecem na televisão você gostaria de ter um corpo parecido, isto é, busca uma referencia de beleza para si?

TABELA 3.2 - RESULTADOS SOBRE A BUSCA DE UMA REFERENCIA ESTÉTICA NA SOCIEDADE

Respostas	Homens		Mulheres	
	Absoluto	Percentual	Absoluto	Percentual
Sim	22	73%	27	90%
Não	8	27%	3	10%

Esta tabela nos mostra que as mulheres procuram na mídia um referencial de beleza para si maior (90%) contra (73%) dos homens, não podemos afirmar aqui que ainda entre os homens não haja preconceito em admitir que se espelha em um modelo corporal masculino vinculado a mídia. Mas o que podemos afirmar é que hoje é bem mais aceito esse tipo de comportamento, tanto que a maioria dos entrevistados relatou se espelhar em alguém como um referencial de beleza. Entre os homens que responderam que sim, houve uma certa desconfiança sobre o objetivo da pergunta, pois um pequeno preconceito ainda persiste, tem medo que alguém acredite que eles mantenham alguma paixão escondida pelos seus ídolos. Já com as mulheres esse fato não ocorreu, elas responderam com naturalidade a essa pergunta. O fato é que esse resultado vem de encontro a um tabu que parece estar sendo parcialmente superado de que um homem não possa admirar a forma física de outro homem sem que haja preconceito dos demais a sua volta.

12) Você por alguma vez já se sentiu constrangido ou preocupado por ter faltado à academia pro estar sem tempo ou mesmo por cansaço?

TABELA 3.3 - RESULTADOS SOBRE A NECESSIDADE DE IR A ACADEMIA

Respostas	Homens		Mulheres	
	Absoluto	Percentual	Absoluto	Percentual
Sim	23	77%	22	73%
Não	7	23%	8	27%

Esta pergunta talvez seja uma das questões mais importantes do questionário, pois ela revela que mais de 70% dos entrevistados tanto masculinos quanto femininos se arrependem de não ir a academia, seja por um único dia que

seja. Um grande número de entrevistados disse que se sentia culpado por não ter ido à academia, os motivos da culpa foram diversos, que quebraram a sua rotina de treinamento, que se viciaram na atividade e não poderiam parar, sendo que dois entrevistados chegaram a dizer que se sentiam mais fracos por não ir a um só dia na academia. Diziam que só não freqüentavam a academia todos os dias porque aos domingos ela estava fechada. Muitas vezes o aluno (a) nem mesmo gosta da atividade que está fazendo mais algo faz com que ele vá para academia malhar, as pressões que a sociedade faz tem um papel muito importante sobre essas constatações. Uns viciam e não querem mais parar, outros estão impotentes procurando se ajustar em seu meio social. Nesta questão identificamos dois casos graves de dependência das pessoas com relação às academias, uma é o vício e a outra é o sentimento de culpa por faltar à academia. Há também a dependência psicológica exercida pelas pressões exercidas pela moda e pela mídia em moldar seus corpos de acordo com o padrão.

2.5 CONCLUSÃO

Ao iniciar este trabalho monográfico procurei situar o leitor com respeito ao corpo e suas concepções desde a transformação da sociedade da antiguidade até a atualidade sobre a preocupação em construir corpos mais fortes e atléticos, mostrando a visão de como o corpo é concebido em diferentes 'fases históricas'.

No início dessa transformação buscava-se corpos higiênicos com o propósito de preparar a nação para o trabalho e para a defesa do país, hoje o foco sobre o corpo mudou, busca-se a estética plástica de um corpo bem moldado nos padrões de beleza impostos pela sociedade.

Como já afirmado o corpo hoje, tornou-se um produto vendável pela mídia e a exibição de corpos bem construídos e definidos é constante nos meios de comunicação. Os corpos exibem e são objetos dos produtos do capitalismo moderno, passando a imagem dos padrões de beleza que a sociedade lhes impõe.

No segundo capítulo procurei situar à mídia em seu papel de influenciadora de opinião sendo um importante instrumento na construção desse modelo moderno de corpo e transmitindo assim, a necessidade das pessoas em se enquadrar nesse modelo. As pessoas vendo constantemente corpos belos nos meios de comunicação tendem a querer para si essa beleza e procuram as academias como um dos fatores de transformação do corpo na busca pelos resultados almejados. Na ânsia de obter corpos mais 'aceitos' pela sociedade as pessoas gastam boa parte de seu tempo e dinheiro, dedicando-se a prática de exercícios físicos, isso quando não dependem da exploração da imagem do próprio corpo e necessitam estar em forma o tempo todo, para que possam ser usados pela mídia como um produto vendável, objeto de desejo e satisfação.

Como já afirmado, a mercantilização do corpo se faz presente em nossa sociedade contemporânea, muitas pessoas buscam aceitação perante a mesma e para isso consomem produtos que moldem seus corpos nos padrões estéticos já estabelecidos.

O corpo tornou-se um objeto de consumo, uma mercadoria. Melani (2002, p. 48-49) trabalha essa questão do corpo como objeto de consumo:

A mercadoria corpo obedece à lógica do sistema. O corpo é sempre entendido como uma função cuja incógnita é preenchida pelas necessidades da sociedade do consumo. Não se trata de um corpo real, mas de modelos aos quais a realidade corporal deve se ajustar. Este ajuste nunca é perfeito, pois sempre haverá distinção entre o corpo ideal e o corpo

real. Por um lado, tal diferença alimenta a necessidade de aproximação, movendo o indivíduo ao consumo de bens que prometem tornar o corpo ideal e o real próximos a ponto de parecerem uma coisa só; por outro, a pseudo-satisfação – a satisfação nunca alcançada – gera angústia. A angústia, por sua vez, realimenta a necessidade de consumo. Não é a toa que alguns têm batizado esse processo de “A indústria da angústia”. É sob o signo da criação de necessidades, da promessa, da pseudo-satisfação e da angústia que o mercado corporal se desenvolve.

A academia se enquadra também como um produto vendável, que pode trazer a possibilidade de aceitação, *status* e sociabilização fazendo do corpo sua matéria prima de transformação. Ela pode ser uma ferramenta para que as pessoas possam enquadrar-se no padrão de beleza impostos pela sociedade, que é um dos fatores de motivação para seus freqüentadores e futuros clientes. Em Duarte apud Guaita e Silva (2004, p.10) podemos ver uma espécie de ‘pseudofelicidade’ e uma transformação da beleza da mulher nesse produto vendável em questão:

A situação das mulheres na sociedade masculina mostra-se particularmente dramática, se pensa que elas são mesmo pressionadas a se tornar bonitas: a beleza feminina é quase a única moeda com que elas podem entrar oficialmente no processo de circulação da sociedade burguesa. Mas, por outro lado, se elas, por natureza, são muito bonitas, isso não significa de modo algum que a sua sorte nesse mundo esteja de antemão garantida. Bem ao contrário: a beleza pode dotá-las de capacidade para ter um valor de mercado, mas não para ser uma pessoa feliz.

As mulheres são as mais afetadas por essa significação de corpo objeto de consumo e sofrem pressões mais intensas da sociedade para se adequar a essa realidade. Não que os homens não sofram as mesmas pressões para também se adequar, mas essas pressões ainda são menores.

Num terceiro momento busquei resgatar a história e às concepções que vieram com a ‘importação’ das academias de ginástica e seu ‘boom’ ocorrido nas ultimas décadas em nosso país, bem como a formação das concepções originais das academias americanas que influenciaram a massificação ‘deste negocio lucrativo’ a indústria do corpo, já que o cinema americano influenciou a expansão desse novo mercado.

Um fator importante é que os profissionais presentes nas academias devem estar preparados para entender às necessidades do público, fazendo com que eles se sintam motivados a comprar os produtos que a academia tem a lhes oferecer, o atendimento ao cliente deve ser diferenciado levando a uma satisfação maior e trazendo mais pessoas para a prática das atividades físicas, mas com a responsabilidade de abrir os ‘olhos’ dos alunos pelo gosto a atividade buscando

qualidade de vida e não simplesmente procurarem as academias para tentar enquadrar-se no modelo de beleza vigente em nossa sociedade, 'a ditadura da magreza'.

Com os resultados obtidos na pesquisa de campo posso agora levantar algumas questões que ficaram claras no tratamento de dados e nas visitas a academia.

Ainda se percebe que grande parte da amostra tem problemas em diferenciar beleza e saúde, confundindo assim esses conceitos, elas passam a acreditar que corpos esteticamente bonitos são corpos saudáveis, o que nem sempre é uma verdade. Já corpos saudáveis normalmente expressão uma beleza estética natural. Com base nos resultados obtidos pelas respostas dos entrevistados podemos afirmar que as contradições apontadas nas respostas nos levam a crer que esse problema ainda esta longe de ser sanado, pois ainda as pessoas não se conscientizaram que a saúde pode levar a uma estética bonita, mas o contrario, nem sempre acontece. Com certeza uma grande influenciadora dessa confusão é a mídia que dita nossos comportamentos hoje, veiculando programas, propagandas e mensagens ao público sobre o que você deve ser, vestir, comer, falar e agir, criando um mundo onde a felicidade normalmente não é alcançada mesmo que você adquira o produto (ou o corpo) que ela quer vender, pois sempre será necessário mais, uma insatisfação constante para nos manter submissos e consumidores da 'indústria da beleza'. Um dos produtos que ajudou muito a massificação das academias foi o programa Malhação, que jogou em nossos lares a necessidade de fazer, comprar e acompanhar essa atividade, além de mostrar copos bonitos o programa transmite uma imagem de anseios a serem alcançados, fazendo com que os indivíduos se identifiquem com os conflitos ali presentes. Não procuro aqui 'fixar uma guerra' contra a mídia, mas propor que sejam criticados e repensados os valores que ela passa, para que possamos tomar nossas posturas em relação a sociedade.

Na busca por *status* e estética, a saúde e a qualidade de vida nem sempre é o principal fator de motivação para essa busca. Mas podemos apontar que um fator de motivação bem sucedido é a comparação entre os exercícios de academia com esportes de alto rendimento onde a competição entre os indivíduos é grande. Podemos perceber essa competição entre os corpos amostra em frente ao espelho onde a comparação é inevitável entre os colegas de treino. Hansen e Vaz (2004, p.

136) trabalham esses conceitos:

As semelhanças com as modalidades esportivas podem ser evidenciadas na grande dedicação de tempo, nos sacrifícios auto-impostos e ainda na vigilância do corpo pelas balanças, adipômetros, fitas métricas e, no caso das academias de ginástica e musculação, essencialmente pelos espelhos.

A competição principalmente entre os homens que se assemelha ao que acontece no esporte de alto rendimento esta pautada e demonstrações de força significando que quanto mais peso maior é o rendimento, além desse fato ser um fator excludente dos indivíduos pois os mais fracos, mais velhos e gordinhos procuram manter certa distancia dessa situação, buscando até mesmo horários alternativos para não serem medidos pelo seu desempenho (HANSEN; VAZ, 2004 p.141).

Como apontado na apuração dos dados da pesquisa os homens vem admitindo, nesse caso em específico, até mais que as mulheres que estão buscando também a beleza estética com as atividades relacionadas à academia. Isso se deve também a massificação de propagandas explorando o corpo, até pouco tempo só o feminino, mas recentemente o corpo masculino tem sido utilizado e valorizado como forma de vender os ideais de saúde e beleza que devem ser admirados e seguidos pelos indivíduos de nossa sociedade. Como pouco podemos refletir sobre essa pratica nos sentimos obrigados mesmo que inconscientemente a se enquadrar a esses padrões. Mesmo quando as pessoas estavam aparentando ter corpos saudáveis e bonitos elas sentiam a necessidade de buscar mais e mais o um ideário impossível, não sendo suficiente os esforços que até então elas vem fazendo, essa insatisfação com os corpos que possuem se torna em alguns casos, obsessiva, tornando o indivíduo escravo do exercício e do espelho, sem se dar conta dos malefícios a saúde que o exagero e a atividade mal orientada podem trazer.

Outro fator constatado é que as pessoas sentem culpa por não estarem cuidando de seus corpos, tamanha é a pressão exercida para o cuidado ao corpo que não se permite sair de uma rotina de treinamentos, para torná-lo aceito perante a sociedade. Presos a essa idéia os indivíduos não tem escolha e só podem sucumbir a seus desejos de aceitação, enredados em uma necessidade de pertencer, procuram as academias para se manterem felizes tentando alcançar seus sonhos impossíveis.

A obsessão e o sentimentos de culpa também foram verificados por

Hansen e Vaz (2004, p. 143):

Esta submissão a privações e a uma árdua rotina de exercícios muitas vezes torna-se algo imprescindível, um “vício” (como dizem alguns alunos entrevistados) do qual não querem se livrar, a ponto de relatarem sentimentos de culpa e de frustração tanto pelas falhas relacionadas à regularidade de suas respectivas frequências na academia, quanto pela não obtenção dos resultados esperados.

Aqui vemos também a dependência física e psicológica do exercício que também é observada em uma passagem do livro *Complexo de Adônis*:

Queremos dizer a esses homens e às pessoas que os amam – mulheres, pais de rapazes em fase de crescimento e parceiros homossexuais – que eles não precisam mais sofrer sozinhos e que o Complexo de Adônis – esta crise secreta da obsessão corporal masculina – aflige milhões de pessoas no mundo todo. Este problema, acreditamos, é criado por forças biológicas e psicológicas que combinam com as poderosas e irreais mensagens da sociedade moderna e da mídia que dão ênfase ao corpo masculino ideal, cada vez mais musculoso, cada vez mais perfeito e não raro inatingível. (POPE; PHILLIPS; OLIVARDIA, 2000, p.16).

A dor também é enaltecida, pois, o indivíduo só se sente satisfeito se houver dor, assim ele ‘pensa’ que teve êxito com seu treinamento. Muitos alunos se sentem bem ao saírem todos doloridos das atividades, pois só assim acreditam que trabalharam eficientemente suas capacidades e necessidades.

Outro fator intrigante é que praticamente todos os entrevistados, inclusive os professores, consideram normal ou até mesmo prazerosa a sensação de dor durante os exercícios ou mesmo após uma sessão de musculação. Segundo eles, não se trata de uma dor com conotação negativa, é simplesmente algo necessário e inevitável, uma “dorzinha” perfeitamente suportável e que na maioria das vezes é vista como o indicador de um “treino” bem-sucedido (HANSEN; VAZ, 2004, p. 143).

O uso de substâncias químicas, para obter resultados mais satisfatórios, foi constatado na pesquisa, uma grande preocupação esta em relação ao acompanhamento especializado desse tipo de prática, pois a má orientação tanto de instrutores como de alunos que por conta própria tendem a tomar medicamentos para aumento de performance pode acarretar em danos permanentes ao usuário, bem como a morte do mesmo. Uma indústria muito grande se instalou sobre essa prática, mesmo ilegal ela vem aumentando facilmente no meio das academias.

Homens e jovens adultos estão gastando bilhões de dólares em suplementos alimentares “construtores de músculos” e auxiliares de dietéticos. Nada menos de três milhões de

homens vêm tomando esteróides anabolizantes e outras drogas perigosas para transformar seus corpos. (POPE; PHILLIPS; OLIVARDIA, 2000, p.13).

O dado acima apontado, refere-se à população americana, mas com certeza isso se reflete também aqui no Brasil com milhares de homens na mesma situação.

A maioria dos estudos feitos a respeito dos anabolizantes relata que não é seguro tomar esses medicamentos, sem conseqüências graves para o paciente, problemas como: ginecomastia (aumento das mamas nos homens), impotência sexual masculina, cânceres, insuficiência renal, degeneração do fígado são algumas delas. Não há garantias que mesmo com acompanhamento médico o indivíduo possa sofrer algum desses males, mas se for utilizar desse método pelo menos procure se informar dos riscos e procurar uma assistência especializada para orientá-lo.

Amparado pelos dados da pesquisa e pela sua contextualização acredito que consegui atingir meus objetivos principais identificando que a principal motivação dos indivíduos é buscar a estética num primeiro momento, podendo ou não mudar para uma melhor qualidade de vida futura. Também identifiquei com base na pesquisa que a principal causa da busca pelas academias mesmo que inconscientemente é a pressão social que o indivíduo sofre todos os dias em se enquadrar no modelo físico imposto pela mídia e pela sociedade.

Fica registrado então, a preocupação em formar profissionais que possam orientar os alunos a buscar as atividades físicas que a academia pode nos oferecer de forma a preservar a saúde mental e física dos indivíduos que as freqüentam, respeitando a individualidade e os limites de cada um, podendo sim buscar uma estética bonita, mas medindo os riscos e sacrifícios para alcançar seus objetivos, isto é, conscientizar os alunos de forma que eles possam assumir suas decisões e buscando aceitar melhor seus próprios corpos.

REFERÊNCIAS

- ARANHA, M. L. de A.; MARTINS, M. H. P. **Filosofando – introdução a filosofias**. 2ª ed. São Paulo: Moderna, 1993.
- COURTINE, Jean-Jacques. Os Stakhanovistas do Narcisismo: Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de. **Políticas do Corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 81-114.
- FRAGA, A. B. Anatomias Emergentes e o Bug Muscular: Pedagogias do Corpo no Limiar do Século. In: SOARES, C. **Corpo e História**. Campinas: Autores Associados, 2001. p. 61 – 77.
- _____. Corpo nosso de cada dia: por onde ele anda, para onde ele vai?. **Motrivivência**. Florianópolis, Ano XI, nº 15, p. 65-70, Agosto 2000.
- GRANDO, J. C. **A (des) construção do corpo**. Blumenau: Edifurb, 2001.
- GUAITA, N. e MORAES, M. S. A Ginástica como Conteúdo Escolar: Notas sob a Ótica da Teoria Crítica da Sociedade. **Anais V**, Amped Sul, Curitiba. p. 1- 14. 2004, disponível em CD-ROM.
- HANSEN, R. e VAZ, A. F. Treino, Culto e Embelezamento do Corpo: Um Estudo em Academias de Ginástica e Musculação. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152, setembro 2004.
- ISSAC, S. e MICHAEL, W. B. **Handbook in research and evaluation**. San Diego: Edits Publishers, 1983.
- MARCUSE, H. **A ideologia da Sociedade Industrial: O Homem Unidimensional**. 6ª ed. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1982.
- MELANI, R. Corpo, Objeto de Consumo. **Discorpo**. São Paulo, v. 13, p. 41-53, 2º Semestre de 2002.
- POPE, H. G.; PHILLIPS, K. A; OLIVARDIA, R. **O Complexo de Adônis: a obsessão masculina pelo corpo**. Rio de Janeiro: Campus, 2000.
- SANTAELLA, L. **Corpo e Comunicação: Sintonia da Cultura**. São Paulo: Paulus, 2004.
- SCHNEIDER, M. D. e SILVA, A. M. E o Corpo, por onde anda? Ou, da pergunta sobre a soberania corporal. **Motrivivência** . Florianópolis, Ano XII, nº 16, p. 99-103, Março 2001.
- SILVA, A. M. A Razão e o Corpo do Mundo. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, cad. 2, p. 52-56, setembro 1999.
- _____. **Corpo, Ciência e Mercado: Reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo da felicidade**. Campinas, SP: Autores associados: Florianópolis: Editora da UFSC, 2001.

SOARES, C. L.; FRAGA, A. B. Pedagogia dos corpos retos: das morfologias disformes às carnes humanas alinhadas. **Pro-Posições**, Campinas, v. 14, n. 2 (41), p. 77-90, maio/ago 2003.

VAZ, A. F. Corpo, educação e indústria cultural na sociedade contemporânea: notas para reflexão. **Pro-Posições**, Campinas, v. 14, n. 2 (41), p. 61-75, maio/ago. 2003.

ANEXOS

Tabela 1 Resultados do Questionário (Masculino / Feminino).

Área	Campo ou Questão do Questionário	Resultado	Percentual	Resultado	Percentual
Antropométricas	Idade	23,8		25,6	
	Estatura	1,8		1,6	
	Peso	78,9		61,7	
Sobre a Academia	Preço	28	93 %	24	80 %
	Professor	1	3 %	3	10 %
	Local	28	93 %	27	90 %
	Ambiente	22	73 %	9	30 %
	Aparelhagem	6	20 %	5	17 %
Motivação	Saúde	29	97 %	24	80 %
	Beleza / Estética	24	80 %	20	67 %
	Socialização	7	23 %	3	10 %
Hábitos a respeito da Academia	3 – Tempo (anos/ meses)	2,9		1,46	
	4 – H / Dia	1,8		2,1	
	5 – X / Semana	5,1		5	
	6 – Primavera	6	20 %	4	13 %
	6 – Verão	8	27 %	13	43 %
	6 – Outono	7	23 %	2	7 %
	6 – Inverno	18	60 %	16	53 %
	7 – Musculação	30	100 %	24	80 %
	7 – Dança	4	13 %	7	23 %
	7 – Lutas	6	20 %	4	13 %
	7 – Condicionamento	0	0 %	18	60 %
Perguntas Abertas	8 – Sim	23	77 %	28	93 %
	8 – Não	7	23 %	2	7 %
	9 – Sim	27	90 %	14	47 %
	9 – Não	3	10 %	16	53 %
	10 – Sim	26	87 %	24	80 %
	10 – Não	4	13 %	6	20 %
	11 – Sim	22	73 %	27	90 %
	11 – Não	8	27 %	3	10 %
	12 – Sim	23	77 %	22	73 %
	12 – Não	7	23 %	8	27 %

Tabela Com os Dados da Pesquisa (Feminino)

ABERTAS	HABITOS										MOTIVACAO			SOBRE ACADEMIA					ANTROPOMETRICOS													
	10S	10N	11S	11N	12S	12N	8S	8N	9S	9N	7 CONDIC.	7 LUTAS	7 DANÇA	7 MUSC.	6 INVERN.	6 OUTONO	6 VERÃO	6 PRIMA.V.	5 X / SEMAN.	4 H / DIA	3 TEMP.	SOCIALIZ.	BEL/ESTÉT	SAUDE	APARELH.	AMBIENTE	LOCAL	PROF	PREÇO	PESO	ESTATURA	IDADE
X							X		X				X				X			5	2	4,00		X	X	X	X			60	1,63	24
X							X		X				X				X			6	4	2,00	X	X	X	X	X		X	52,5	1,63	16
X							X		X				X				X			5	2,5	2,00		X	X	X	X		X	50	1,57	25
X							X		X				X				X			5	2	0,50		X	X	X	X		X	51	1,65	15
X							X		X				X				X			4	3	4,00	X	X	X	X	X		X	54	1,6	14
X							X		X				X				X			6	3	1,00		X	X	X	X		X	74	1,63	17
X							X		X				X				X			5	2	0,80		X	X	X	X		X	64	1,62	23
X							X		X				X				X			6	2,5	2,00		X	X	X	X		X	48	1,58	22
X							X		X				X				X			6	3	1,50		X	X	X	X		X	50	1,58	21
X							X		X				X				X			5	2,5	1,00		X	X	X	X		X	58	1,58	30
X							X		X				X				X			5	2	4,00		X	X	X	X		X	72	1,7	25
X							X		X				X				X			5	1	2,50		X	X	X	X		X	65	1,7	23
X							X		X				X				X			5	2	1,50		X	X	X	X		X	55	1,55	41
X							X		X				X				X			5	1	0,80		X	X	X	X		X	80	1,7	31
X							X		X				X				X			3	1,5	1,50		X	X	X	X		X	51	1,58	27
X							X		X				X				X			5	2	0,50		X	X	X	X		X	68	1,65	24
X							X		X				X				X			4	1	2,00		X	X	X	X		X	53	1,53	23
X							X		X				X				X			5	1,5	2,00		X	X	X	X		X	52,5	1,6	27
X							X		X				X				X			5	2,5	0,60		X	X	X	X		X	75	1,57	44
X							X		X				X				X			4	1,5	0,16		X	X	X	X		X	60	1,57	20
X							X		X				X				X			4	2,5	3,00	X	X	X	X	X		X	51	1,58	29
X							X		X				X				X			5	1,5	0,08		X	X	X	X		X	44	1,62	18
X							X		X				X				X			5	1,5	0,41		X	X	X	X		X	64,5	1,8	19
X							X		X				X				X			5	1,5	1,00		X	X	X	X		X	69	1,7	51
X							X		X				X				X			6	2	0,08		X	X	X	X		X	81,6	1,64	22
X							X		X				X				X			4	2	1,00		X	X	X	X		X	69	1,67	31
X							X		X				X				X			5	2	1,00		X	X	X	X		X	59	1,67	27
X							X		X				X				X			5	2	1,50		X	X	X	X		X	80	1,72	25
X							X		X				X				X			5	2	1,00		X	X	X	X		X	63	1,71	24
X							X		X				X				X			6	2	0,41		X	X	X	X		X	78	1,64	29
8	22	3	27	6	24	16	2	28	18	4	7	24	16	2	13	4	5	2,1	1,46	3	20	24	5	9	27	3	24	61,7	1,6	26		

