



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS III
CENTRO DE HUMANIDADES
CURSO DE LICENCIATURA EM HISTÓRIA**

DANIEL PEDRO ALCÂNTARA SALUSTIANO

**AS ACADEMIAS DE GINÁSTICAS DE GUARABIRA E A CONSTRUÇÃO DOS
CORPOS MASCULINOS “SARADOS”**

**GUARABIRA -PB
2017**

DANIEL PEDRO ALCÂNTARA SALUSTIANO

**AS ACADEMIAS DE GINÁSTICAS DE GUARABIRA E A CONSTRUÇÃO DOS
CORPOS MASCULINOS “SARADOS”**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação de Licenciatura Plena em História da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Licenciado em História.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Edna Maria Nóbrega Araújo

**GUARABIRA-PB
2017**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do Trabalho de Conclusão de Curso.

S181a Salustiano, Daniel Pedro Alcantara.
As academias de ginásticas de Guarabira e a construção dos corpos masculinos "sarados" [manuscrito] / Daniel Pedro Alcantara Salustiano. - 2017
47 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em História) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Humanidades, 2017.

"Orientação : Prof. Dr. Prof.^a Dr^a. Edna Maria Nóbrega, Coordenação do Curso de História - CH."

1. Corpo. 2. Academia. 3. Estética.

21. ed. CDD 796

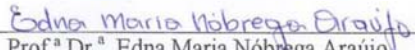
DANIEL PEDRO ALCÂNTARA SALUSTIANO

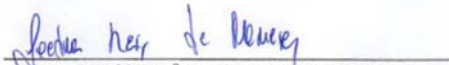
**AS ACADEMIAS DE GINÁSTICAS DE GUARABIRA E A CONSTRUÇÃO DOS
CORPOS MASCULINOS "SARADOS"**


Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Graduação Licenciatura Plena em
História da Universidade Estadual da Paraíba,
em cumprimento à exigência para obtenção do
grau de Licenciado em História.

Aprovada em: 22/11/2017.

BANCA EXAMINADORA


Prof.^a Dr.^a Edna Maria Nóbrega Araújo
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)
Orientadora


Prof.^a Dr.^a Joedna Reis de Meneses
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)
Examinadora


Prof.^a Dr.^a Susel Oliveira da Rosa
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)
Examinadora

AGRADECIMENTOS

A Deus primeiramente o arquiteto da vida e autor de toda inspiração, força que projeta os sonhos dentro de cada ser. mostrando que é com perseverança que podemos vencer. A vida que por mais que seja frágil, e cheia de estradas tortuosas ela merece ser celebrada, pois cada viver é único. Vida que possibilita encontros, desencontros.

A minha orientadora Prof.^a Dr.^a Edna Maria Nóbrega Araújo pela paciência, e o empenho durante a orientação, que foram essenciais no desenvolvimento e construção desse trabalho. Ela abraçou a temática que optei em pesquisar, e foi tirando minhas inquietações, e dúvidas durante o trajeto e orientou-me com maestria sou muito grato. Aos professores do Curso de Licenciatura Plena em História da UEPB, campus III e funcionários da instituição.

A Universidade Estadual da Paraíba campus III, a UEPB foi o lugar aonde me refiz, me encontrei foi o lugar que fez ampliar meus horizontes de conhecimento, contribuído tanto com minha vida pessoal quanto profissional me fazendo um ser humano melhor, sensível e cheio de afeto, pois se faz necessário em nossa profissão enquanto educadores formamos indivíduos de maneira mais afetiva.

Aos meus colegas de classe pelos bons vínculos de amizade e apoio estabelecido no período da graduação.

Aos amigos Danilo Fernandes e Antônio Carlos dos Santos amigos que durante toda a graduação foram essenciais me deram apoio e sempre proporcionaram momentos enriquecedores de reflexões, importantes do fazer histórico levarei eles sempre em minha vida.

Ao amigo Flaviano Grangeiro de Moura pela disponibilidade e atenção que a me concedeu. Nosso encontro ao longo da pesquisa me proporcionou muitas indagações e reflexões importante sobre o fascínio que é ir a campo pesquisa sobre os corpos masculinos nas academias.

O autor Rubens Alves (2015) fala no seu texto: *A arte de educar* que: “a educação se divide em duas partes: Educação das Habilidades e Educação das Sensibilidades. Sem a Educação das Sensibilidades, todas as habilidades são tolas e sem sentido”. De fato, precisamos ser sensíveis ao olhamos e nos importamos com o próximo a nossa volta.

Um agradecimento muito especial pela atenção, e disponibilidade de todos os frequentadores das academias onde pesquisei, e que colaboram relatando suas experiências

nas academias na busca em transformar o corpo. Aos educadores físicos/*Personal Trainer* profissionais de educação física, e proprietários (as) que me concederam relatos interessantes e por ter me recepcionado bem. Não citarei nomes para não correr o risco de esquecer alguém. Durante o trabalho de campo, que me foi muito gratificante esses companheiros me suportaram aturando o meu olhar curioso, e intrometido bem ofício da profissão que é ser historiador.

Agradeço a minha mãe Maria das Graças Pedro Alcantara mãe, amiga e incentivadora ao longo da minha vida escolar e acadêmica.

Para concluir agradeço a todos (as) que fizeram parte direta ou indiretamente dessa etapa decisiva em minha vida.

Meu muito. Obrigado!

“O corpo é uma multidão excitada, uma espécie de caixa de fundo falso que nunca mais acaba de revelar o que tem dentro. E tem dentro toda uma realidade” (Artaud, 1995).

AS ACADEMIAS DE GINÁSTICAS DE GUARABIRA E A CONSTRUÇÃO DOS CORPOS MASCULINOS “SARADOS”

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo perceber como são lançados olhares, e discursos sobre os corpos construídos e moldados conforme os padrões estabelecidos na contemporaneidade por meio dos discursos de poder e controle associados ao ideal da saúde e boa forma que pretende governar os gestos e corpos dos indivíduos que os meios midiáticos cinema, revista, comerciais programas televisivos panfletos publicitários dentre outros insistem em exhibir os corpos definidos e magros como modelo de referência a serem atingidos. A pesquisa tem o recorte temporal entre as últimas décadas do século XX e início do século XXI. Ao longo do texto podemos perceber a estética masculina sendo enquadrada na busca por esse “ideal” de corpo sarado malhado. Desde de cedo, são impostos discursos que controlam e regularizam os corpos, observamos isso através dos brinquedos infantis no jogo de sedução que vão incentivando as crianças a buscarem uma estética considerada “ideal”. A todo instante, a mídia insistente em pregar um corpo cada vez mais magro, forte e sarado. Como fonte durante a pesquisa foram analisados os depoimentos dos alunos frequentadores de academia, educadores físicos e proprietários da cidade de Guarabira, apresentam-se também alguns anúncios publicitários tais como capas da revista Men’s Health (do ano de 2010 a 2015), imagens que apontam um padrão estético que se torna anseio a ser atingido pelo público masculino que deve ser magro, sarado e definido como representado nas entrevistas realizadas nas academias e nas imagens trabalhadas ao longo do texto.

PALAVRAS CHAVE: Corpo; Academia; Estética

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura: 01 – Máquinas da academia	19
Figura: 02– Lista de Parceiros da Academia <i>Studio</i> Personalizado Hidroformas.....	22
Figura: 03- Etiqueta da Malhação Adote bons modos na academia DNA <i>Gym</i>	23
Figura: 04– Folha de Avaliação Física da Academia <i>Studio</i> Personalizado Hidroformas....	24
Figura: 05– Como ganhar massa muscular rápido	25
Figura: 06–Exercícios físicos para modelagem de pernas e coxas	27
Figura: 07– Frequentadores da Academia <i>Studio</i> Personalizado Hidroformas, e Academia DNA <i>Gym</i> realizados exercícios.....	28
Figura: 08– Capas da Revista <i>Men's Health</i>	30
Figura: 09- Personagens de Filmes	31
Figura: 10- Brinquedos infantis	32
Figura: 11- Panfletos com anúncio de atividades físicas voltado ao público infantil	32

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO	11
2. OLHARES SOBRE O CORPO	14
3. A BUSCA PELO CORPO “SARADO” NA ACADEMIA	18
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	37
REFERÊNCIAS	38
APÊNDICE.....	42
APÊNDICE-A Questionário Aplicado aos alunos Frequentadores das Academias.....	43
APÊNDICE –B Questionário Aplicado aos Proprietários (as) das Academia.....	45
APÊNDICE -C Questionário Aplicado aos educadores físicos/ <i>Personal Trainer</i>.....	47

1.INTRODUÇÃO

A busca incessante pelo ideal de corpo não se resume apenas em possuir um físico magro, convém que essa magreza precisa ser trabalhada a fim de se obter uma forma física definida, sarada acompanhada de uma estética musculosa, robusta mesmo que seja preciso transformar cada uma de suas partes conforme os desejos dos indivíduos para chegar ao resultado de físico dito “ideal” com isso os corpos tendem a “[...] sofrer retoques, reparos, modificações, e deixa de ser um corpo humano para abrigar outra morada”. (GARCIA, 2005, p.25).

Devido a muitos avanços científicos e tecnológicos o corpo vai sofrendo transformações extremas modificando de muitas maneiras seus aspectos físicos e devido os resultados obtidos esses indivíduos não cessam de exercitar esses corpos, pois os mesmos sempre serão submissos às atividades físicas para manter o padrão corporal adquiridos sendo assim o corpo de acordo com Sant’Anna (2001) terá a principal competição dentro de cada um, entre o corpo que se é e o ideal de boa forma que se sonha. Dessa forma, cada época vai construir e reforçar um determinado padrão corporal, e para que esse ideal se torne fixo no imaginário das pessoas se estabelece, cria-se uma serie de mecanismos, e aparatos midiáticos que reforçará a ideia de corpo considerado “ideal”.

É importante salientar que essas mudanças corporais são frutos do processo histórico que o corpo vem sofrendo ao longo dos tempos, com isso nos permite indagarmos quais outras mudanças corporais serão atribuídas ao corpo? Que corpos se almejam construir em determinada época histórica? Sendo que há “a principal corrida rumo à juventude[...]competição[...] dentro de cada um, entre o corpo que se é e o ideal de boa forma que se sonha”. (SANT’ANNA, 2011, p.70). Essas transformações vão ocorrendo em vários momentos ao longo da história fazendo com que o corpo ora seja motivo de vergonha, prazer, reprimido ou exibido, etc.

Para Goellner (2003) O corpo é uma construção sobre a qual são conferidas diferentes marcas em diferentes tempos, espaços, conjunturas econômicas, grupos sociais, e étnico. Sendo assim ele vai sendo reelaborado, moldado, e transformado, ao longo da história.

Cada época apresentará um discurso corporal que moldará a relação dos indivíduos com seus corpos, essas mudanças se refletem nos comportamentos, gestos, e a própria relação pessoal entre indivíduo e seu próprio corpo estabelecendo determinados padrões que abordam para si como afirmar Barbosa; Matos e Costa (2011, p.24) “cada sociedade, e cultura

possivelmente vai estabelecendo determinadas detalhes, atributos e particularidades afim de estabelecer seus próprios padrões que podem ser referentes a beleza, sensualidade, saúde e postura, e que se consolidam e dão referências aos indivíduos”.

A academia de ginástica como um espaço para a realização de práticas corporais é algo novo. Surgiu no Brasil no início da década de 1980. Segundo Nobre (1999, apud FURTADO, 2009, p.1) até então havia espaços semelhantes, mas com outros nomes como “Institutos de Modelação Física”, “Centros de Fisiculturismo”, “Clubes de Calistenia”, dentre outros, já existiam há mais tempo.

As academias de ginástica surgiram tendo essa finalidade, tanto é que os donos das primeiras academias muitos deles eram halterofilistas, atletas, ou pessoas que, em geral, estavam envolvidas em práticas corporais. Com o desenvolvimento do ramo das academias de ginástica como negócio, ou seja, com a boa capacidade de acumulação de capital apresentada pelas academias de ginástica, a visão antes restrita ao fitness foi se ampliando e aos poucos foram sendo aglutinados outros enfoques para a academia de ginástica atingir seu mercado de forma mais eficaz e também ampliar seu público alvo. (FURTADO, 2009, p.10).

E ainda:

Essa mudança do fitness para o wellness acompanha, portanto, a consolidação e o desenvolvimento dos já explicados estágios das academias como um negócio. O primeiro estágio caracteriza-se pelo surgimento do fitness, o segundo pelo desenvolvimento e consolidação do fitness e início de abordagens do wellness e o terceiro estágio, de academias híbridas, com o wellness tornando-se o conceito norteador na determinação das características da academia. (FURTADO, 2009, p.10).

A partir da observação desses aspectos sentido, o presente artigo tem por objetivo compreender os discursos sobre as práticas de atividades físicas que são construídos por frequentadores das academias da cidade de Guarabira.

Buscamos analisar: Os motivos que levam os homens a frequentarem as academias? A idade? O período que costumam frequentar? Como se sentem em relação ao corpo? Qual o conceito de beleza? Como pensam o corpo? O que são capazes de fazer para ter um corpo dentro dos padrões de beleza? Terá uma fronteira? Quais os seus limites? “O que é um corpo?”, “Infindáveis perguntas. Improváveis ou impensáveis para alguns, instigantes para outros. Questões que excitam teóricos e artistas. Questões que justificam teses, promovem debates e intervenções estéticas, políticas, virtuais, tecnológicas. (LOURO, 2012, p, 11).

Tema que nos instiga a adentrar vários espaços, alguns iluminados, cheios de janelas, aparelhos, equipamentos modernos, outros, pequenas salas, equipamentos artesanais, pessoas

soando e feliz na mesma intensidade. O objetivo: Malhar. Malhar o corpo. Malhar os músculos, malhar cada parte do corpo e livrar-se das gorduras, dos “pneus”. Corrigir, transformar, adquirir outro corpo. Não importa qual a academia. Todos possuem o mesmo desejo.

Para a realização desse trabalho foram visitadas 03 academias sendo 01 localizada no centro da cidade e a outra num bairro (considerado nobre) perto do centro e na periferia mais distante do centro, entregamos cerca de 40 questionários, no entanto, só recebemos 20 questionários respondidos. Sendo esses 20 apenas de duas academias: a do centro e da periferia no quais foram entrevistados 20 frequentadores sendo 10 de cada academia (Ver modelo em Apêndice –A), 02 proprietários (as) das academias (Ver em modelo em Apêndice-B) e 05 educadores físicos/ *Personal Trainer* (Ver modelo em Apêndice –C). Os nomes dos entrevistados ao longo do artigo são todos fictícios para preservar a identidades dos mesmos.

O artigo permitiu nos envolver no desafio de trabalhar com o tempo presente.

Bédarida declarou que a “história do tempo presente é feita de moradas provisórias” (Bédarida, 2002, p.221). Assim, a noção de história do tempo presente está associada à ideia de um conhecimento provisório que sofre alterações ao longo do tempo. Isso significa dizer que ela se reescreve constantemente, utilizando-se do mesmo material, mediante acréscimos, revisões e correções. Outra singularidade do tempo presente é a valorização do evento, da contingência e da aceleração da história. O trabalho do historiador enfrenta também aí dificuldades, porque ele mesmo é também testemunha e ator de seu tempo e, muitas vezes, está envolvido nesse movimento de aceleração que o faz supervalorizar os eventos do tempo presente, especialmente porque os séculos XX e XXI têm sido mais ricos em grandes mudanças do que nos fenômenos de longa duração que necessitam de maior recuo. Por sua vez, essa singularidade de objeto deve nos alertar para a necessidade de buscar métodos e temáticas também específicos, como, por exemplo, a importância das cronologias antes das análises de conteúdo; a valorização dos períodos de ruptura e dos eventos políticos, a utilização das fontes orais e a busca de interdisciplinaridade. (DELGADO; FERREIRA, 2013, p.23).

Se em alguns momentos o trabalho com o tempo presente não foi bem aceito por se afirmar que o historiador deveria ter como objetivo o passado, na atualidade tem sido bem valorizado por ampliar seus temas, suas fontes e as possibilidades de trabalhar com a interdisciplinaridade.

Como fontes utilizamos os depoimentos orais de frequentadores e de proprietários das academias da cidade de Guarabira, panfletos das academias, fotografias de pessoas praticando atividade física, capas da revista *Men's Health*, e outras imagens relacionadas ao tema disponíveis na internet que exibem o físico musculoso e fortes.

Os referenciais teóricos utilizados foram amplamente diversificados, destacando autores como: Alex Fraga, Denise Sant'anna, Wilton Garcia, George Vigarello, Edvaldo Couto entre outros voltando para a discussão do corpo, e os discursos de modelagem infligida sobre ele.

2-Olhares sobre o corpo

Cultuar o corpo é cultivar a vivacidade da carne [...] Implicar ressignificar o direito à vida.
(GARCIA, 2005, p.26).

Na contemporaneidade a busca por um padrão de corpo tido como ideal tem sido uma prática constante na vida de muitos homens de diferentes idades. A busca incessante pelo ideal de corpo não se resume apenas em possuir um físico magro, convém que essa magreza seja trabalhada a fim de se obter uma forma física definida, sarada acompanhada por uma estética musculosa, robusta mesmo que seja preciso transformar cada uma de suas partes conforme os desejos dos indivíduos para chegar ao resultado de físico dito “ideal” logo, os corpos tendem a “[...] sofrer retoques, reparos, modificações, e deixa de ser um corpo humano para abrigar outra morada”. (GARCIA, 2005, p.25).

Devido aos muitos avanços científicos e tecnológicos o corpo sofre transformações extremas modificando de muitas maneiras seus aspectos físicos, e devido os resultados obtidos esses indivíduos não cessam de exercitar o corpo, pois os mesmos sempre estarão submissos às atividades físicas para manter o padrão corporal adquirido, logo assim, o corpo de acordo com Sant’Anna (2001) terá a principal competição dentro de cada um, entre o corpo que se é e o ideal de boa forma que se sonha. E assim, cada época vai construir e reforçar um determinado padrão corporal, e para que esse ideal se torne fixo no imaginário das pessoas se estabelece, cria-se uma série de mecanismos, e aparatos midiáticos que reforçará a ideia de corpo considerado “ideal”.

É importante salientar que essa mudança de padrão corporal são frutos do processo histórico que o corpo vem sofrendo ao longo dos tempos, de modo que nos permite indagar quais outras mudanças corporais serão atribuídas aos corpos? Que corpos se almejam construir em determinada época histórica? Sendo esse “corpo humano, [...] território a ser conquistado, [...] e controlado”. (SANT’ANNA, 2011, p.76). Essas transformações ocorrem em vários momentos ao longo da história fazendo com que o corpo seja motivo de vergonha, prazer, reprimido ou exibido, etc.

Para Goellner (2003) O corpo é uma construção sobre a qual são conferidas diferentes

marcas em diferentes tempos, espaços, conjunturas econômicas, grupos sociais e étnico. Sendo assim ele vai sendo reelaborado, moldado, e transformado, ao longo da história.

Cada época se apresentará um discurso corporal que moldará a relação dos indivíduos com seus corpos essas mudanças se refletem nos comportamentos, gestos, e a própria relação pessoal entre o indivíduo e seu próprio corpo estabelecendo determinados padrões de estéticas como afirma Barbosa; Matos e Costa (2011,p.24) “cada sociedade, e cultura possivelmente vão estabelecendo determinados detalhes, atributos particularidades afim de estabelecer seus próprios padrões que podem ser referentes a beleza, sensualidade, saúde e postura, e que se consolidam e dão referências aos indivíduos”.

O culto ao novo padrão estético considerado ideal de beleza existente na contemporaneidade traz sentidos e concepções que ressignificar a concepção e relação própria com o corpo, fazendo-se necessário modificar essa forma física, caso ela não seja a considerado a forma ideal exibida na mídia, se faz necessário atribuir mudanças afim de modificá-la seja por meio de técnicas cirúrgicas que são possíveis devido os últimos avanços tecnológicos científicos, seja por meio de exercícios físicos inseridos cotidianamente, ou realizados nas atividades rotineiras nas academias, ou por outros meios que propiciem de maneira rápida o ideal de corpo almejado.

Assim, o corpo passa a adentrar em uma “maquinaria do agito”, ponto de partida em direção a análise mais geral do governo dos corpos no mercado da vida ativa. (FRAGA, 2006).

Portanto, promove-se uma série de discursos normativos que se intensificam, estabelecendo controle e disciplina sobre os corpos como por exemplo podemos destacar os discursos que propagam os preceitos da promoção da saúde e os riscos de vida diante do sedentarismo.

O estilo de vida ativo está em toda parte. Multiplica-se em textos científicos, matérias jornalísticas, filmes, novelas, clínicas médicas, academias de ginásticas, currículos escolares, peças de marketing. Constituem-se em uma forma de controle que opera sobre os corpos através de tecnologias de poder destinadas não só a imprimir um determinado modo de conduzir a vida, mas também de regular as múltiplas formas de manifestação do viver. (FRAGA, 2006, p. 19)

Para ter saúde, é preciso se cuidar, corpo saudável mente saudável são aqui reafirmados fortemente nessa relação indivíduo e corpo que para Goellner (2012) baseia-se num totalitarismo corporal em buscar da beleza, da saúde, da potência e da performance.

Através das informações vinculadas pelo governo e profissionais médicos exercem um discurso de alerta, sobre o perigo da gordura visto que ela pode causar várias doenças por isso se investiu em programas e promoção de campanhas de saúde contra a vida sedentária, promovendo-se a vida ativa. O lema disseminado é de vigilância dos corpos dos indivíduos possibilitando assim que circule o maior número possível de publicidades, anúncio na mídia combatendo a vida sedentária. “Informações sobre os benefícios da vida ativa e os malefícios da vida sedentária passou a ser a arma mais valiosa no combate a essa praga sorrateira que lentamente envenena o corpo e enfraquece a alma” (FRAGA, 2006, p.24).

Ser gordo tornou-se sinônimo de descuido com o corpo e a saúde, possuir uma estética corporal que não seja definida, magra e sarada, não corresponde aos anseios médicos. A gordura passa a ser um grande mal à saúde sinônimo também de preguiça, de acordo com Couto (2012), manter o corpo parado passa a ser vergonhoso, sinal de desleixo, falta de amor a si. O objetivo que se intensifica é o prolongamento da vida e potencialização da existência. A falta de atividade física é tida como elemento danoso à saúde. (GOELLNER, SILVA, 2003).

Mas nem sempre a gordura foi malvista e considerada uma doença, um mal do século, uma “praga” que precisava ser combatida, a “gordura era formosura. Ainda não havia se tornado sinônimo de doença nem ofuscava o charme de milhares de homens e mulheres dotados de ventres proeminentes. ” (SANT’ANNA, 2001, p.20). Ainda conforme a autora a aversão aos gordos surgiu por volta da década de 1920 e partir de então se cultivava um novo padrão corporal estético que passou a ser disseminado pela publicidade em massa de um corpo magro, sarado e forte. “Ser gordo não mais representa saúde, e prosperidade. Ser gordo representa descuido, exige ajustes ou até mesmo disfarce, quer seja em nome da saúde ou da beleza. ” (ARAÚJO, 2010, p.143).

Disfarces, ajustes e retoques corporais são as práticas que tendem a ser efetivadas por aqueles indivíduos que não se encontram satisfeitos com seus corpos que seduzidos por um padrão de beleza considerado “belo” se esforçam para ter um “corpo perfeito” um físico transformado pelo discurso médico enquadrado em um corpo promovido pela economia do consumo.

Corpo, outrora motivo de vergonha e restrições, a partir das necessidades econômicas do desdobramento, e [...] desvendado pela ciência, torna-se [...] elemento de consumo [...] sendo submetido, todavia a uma nova ordem disciplinar: na medida em que fica mais exposto, também se torna mais sujeito a novas norma de comportamento, suscetível a estratégias comerciais, enquadrado pelos ditames relacionados à saúde e ao bem-estar [...] apresenta-se um receituário para o bom uso do corpo (MELO, 2011, p.509).

Entre os discursos da saúde, da “boa forma” e do “bem-estar”, os corpos promovem mudanças não só associadas a viver bem consigo mesmo, mas para aprovação do outro que legitima se o corpo se encontra ideal segundo os padrões estabelecidos.

Aparência corporal que de acordo com Chaves (2010) é servida como vitrine, marketing para aquisição de status social, como enfatiza o autor pensar o corpo em si só, sem considerar os padrões de beleza que nele se difundem, torna-se impossível devido hoje ser o físico uma grande mercadoria na qual é apreciada com prazer.

A mensagem que se divulga é que os indivíduos são os responsáveis pela sua forma física, caso não tenha um corpo considerado ideal como os demais que se encontram expostos nas capas de revista e comerciais, mas podem chegar a tê-lo, desde que se disponham a ter uma vida orientada por atividades e exercícios físicos. (BARBOSA; MATOS; COSTA; 2011). O corpo é um projeto pessoal flexível e adaptável aos desejos do indivíduo, e caracteriza-se também num projeto da aparência no qual se explicita e distingue um valor corporal inteiramente físico e pessoal. (VIGARELLO; HOLT; 2009, p.405). “O corpo não é (mais) um dado, mas uma fabricação. Um feito e uma ficção. O corpo é o que se diz dele e o que se faz dele” (LOURO, 2012, p.12).

Corpos volumosos, fortes, e sarados associados ao ideal viril é o padrão de beleza que os homens almejam para si, e que é vendido no mercado gerenciando pelo capitalismo. Justamente essa indústria do consumo com sua promoção indicativa de beleza que veicula uma representação do “belo” estético associado aos ideais de saúde, magreza, bem-estar e atitude. (BARBOSA; MATOS; COSTA; 2011).

Constitui-se uma rede [...] multiplicando-se as ações propagandista que valorizam o corpo atlético [...] um novo estilo de vida para o homem principalmente o jovem burguês [...] “homem ideal”[...] forjar sua identidade introduzindo uma série de hábitos físico, mentais, e sensoriais [...] para exercitar o corpo e mente (OLIVEIRA, 2003, p.25).

Conforme o autor, as propagandas passam a disseminar na sociedade os padrões de corpo adotados pelos fisiculturistas no final do século XX e início do século XXI, e logo jovens, homens e mulheres almejam os corpos musculosos, definidos e fortes. É a busca de um ideal de corpo atlético. O corpo trabalhado pelo exercício físico aos poucos emerge com novas características forjando as identidades dos indivíduos. (OLIVEIRA, 2003, p.25).

Você sem sombra de dúvida e com toda certeza pode ter o corpo magro e bem desenhado com o qual você sonha, e se eu mostrar a você como [...] transformar seu corpo de modo radical e ainda mais depressa [...] se eu mostrar [...] como chegar ao

corpo enxuto e que você adora (e que faz as mulheres babarem) investindo não mais do que 5% de seu tempo [...] se eu lhe disser que você pode chegar ao físico dos astros de Hollywood sem precisar fazer sua vida girar em torno disso. (MATTHEW, 2013, p.7).

Esse discurso traduz um novo sentido de corpo perfeito, ligado ao cuidado de si, a necessidade de transformação de forma radical que além de uma modelagem no corpo deixa a aparência semelhante à de um astro do cinema. Dessa forma, as academias passam a ganhar cada dia mais frequentadores e investem em novidades, como maquinários, atividades físicas diferenciadas, vendas de suplementos energéticos e outras vitaminas que se combinadas melhoram o condicionamento físicos.

3- A busca pelo corpo “sarado” na academia

Nas últimas décadas do século XX, a perspectiva do “novo higienismo” é a da prática de atividade física como “obrigação” para homens e mulheres de diversas idades.

Existem exercícios indicados para se alcançar diferentes objetivos, desde os simples voltados para a terceira idade que, segundo as ordens médicas, são apontados como decisivos para “viver mais e melhor” quanto aos direcionados aos adolescentes que se encontram com o corpo em formação e, principalmente para aquele público jovem onde o corpo é visto de maneira fragmentada para que possa ser moldado em suas diversas partes, segundo os critérios da moda e a legitimidade do período. (ARAÚJO, 2008, p.34).

Durante a realização da pesquisa a maioria dos homens entrevistados dizem não se sentirem satisfeitos com seu corpo, eles almejam modificar, transformar alguma parte considerada indesejável. São discursos promovidos sobre o ideal de uma “crença na beleza corporal como garantia de aceitação social e felicidade que estimula e legitima a busca de procedimentos”. (ARAÚJO, 2008, p.210). Nos depoimentos foi possível perceber que os entrevistados acreditam que só vão se sentir feliz quando começarem a crescer os músculos e a barriga ficar definida. E depositam toda expectativa nos equipamentos presentes nas academias conforme podemos observar abaixo.

Figura 01: Máquinas da academia: máquina abductora, bicicleta ergométrica e a Hack que tem a o objetivo e finalidade exercitar, e esculpir os corpos.



Fonte: Acervo do autor, Guarabira, 10/10/2016.

A importância dos equipamentos pode ser percebida na fala da proprietária de uma das academias da cidade de Guarabira:

A academia está equipada mais preciso de dez máquinas novas sabe. Eu já tenho uma lista feitas das máquinas que preciso. É preciso manter sempre o diferencial sabe pra não morrer no mercado. O diferencial mantém você no mercado e o meu objetivo é vender qualidade de vida, é orientar os clientes. Há um corpo belo é estético! Que é se olhar no espelho se sentir bem com você mesmo e em relação ao público. É essencial a estética principalmente o público alvo os jovens. (Mary. Profissional de Educação Física, 53 anos, Proprietária da academia. 05/10/2017).

Percebemos por meio de Mary proprietária da academia que há 14 anos encontra-se trabalhando na área, que é a venda de qualidade de vida, boa forma tem que ser mantida através da manutenção de máquinas e equipamentos modernos.

Ficar magro, sarado e ter um corpo definido é o desejo do enfermeiro Marcos de 23 anos que começou a frequentar a academia há três semanas, o mesmo vai a academia os cinco dias da semana orientado pela sua nutricionista ele afirma: “passei a frequentar a academia por questão de saúde” afirmação que se contradiz na fala dele logo abaixo mostrando que a busca por uma “boa estética” foi a vontade maior para ele começar na academia. Inclusive a sua nutricionista trabalha como parceira na academia que ele frequenta. Assim, podemos observar que profissionais da saúde, pedagogos dentre outros podem exercer o discurso de controle sobre os corpos dos indivíduos.

Diante da pergunta se ele estaria satisfeito com seu corpo, o mesmo responde com insatisfação:

No momento não! Porque eu estou acima do peso. Minha nutricionista falou que primeiro eu tenho que controlar minha alimentação que é o que eu venho tentando fazer a muito tempo e tô quase conseguido é muito difícil, e depois prática... tenho que praticar os exercícios físicos com a caminhada sabe e a musculação. Só assim mesmo eu terei um corpo belo e saudável. Ela está certa mesmo do jeito que estou não posso ficar né preciso ter um corpo bonito e ainda conseguir manter uma situação de saúde com todos os índices necessários em relação a uma saúde “normal” o peso e a quantidade de gordura enfim tudo dentro dos parâmetros certo. (Marcos, 23 anos, enfermeiro. 10/10/2017).

A fala do entrevistado Marcos com relação ao seu corpo se assemelha com a de João 22 anos de idade que frequentador a academia já há três semanas, ele vai os seis dias por semana. Por não se encontrar satisfeito com seu físico, antes de se tornar frequentador da academia realizava exercícios em casa mesmo por conta própria assistindo vídeos no aplicativo do *youtube* com o objetivo definir ficar em forma física para ter um corpo dito bonito.

Não, não estou satisfeito com meu corpo por que estou gordinho, pesado sabe é só olhar no espelho e perceber isso tenho que baixar essa barriga e defini-la, e malhar os músculos também né. É bom uma malhação completa eu antes de iniciar na academia assistia muitos vídeos no aplicativo sabe do *youtube* mesmo em casa na internet e fazia, o que importa é emagrecer e fica com o corpo bonito e apresentável. (João, 22 anos, garçom, 05/10/2017).

É notável na fala de Marcos, João e os outros participantes da pesquisa, que frequenta a academia o combate ao corpo gordo por ser considerado indesejável em nossa sociedade, isto é, reproduzido a partir de um discurso que sujeita as formas corporais a uma estética que precisa ser trabalhada e ajustada, e assim, impondo de forma natural que o corpo natural que se teve ter é o corpo malhado.

Logo, os gordos são ordenados na ordem do momento a praticarem exercícios que movimentem o corpo, pois conforme Araújo (2010, p.143) “ser gordo passa a representar descuido, que exige ajuste ou disfarce, quer seja em nome da saúde ou da beleza”. À estética é envolvida por um discurso de ordem que dita os modelos corporais a serem definidos, tornando o “emagrecer uma obrigação rigorosa, generalizada” conforme enfatiza Vigarello (2006, p.189). Nas academias percebemos que existem parcerias formadas entre os profissionais, ou lojas fitness para que um indique o trabalho, serviços ou produtos um do outro. Assim, forma-se uma rede onde cada empresa de alguma forma contribui para moldar,

disciplinar o corpo dispendo de produtos e técnicas que os enquadrem nos padrões impostos pela sociedade do consumo passando assim a exercer normas e controle sobre a forma física dos sujeitos, que passam a investir a todo custo e sem limites no culto ao corpo e no cuidado de si.

Cuidar de si [...] Cuidar do corpo, sentir-se bem a partir de regras de conduta e de princípios impostos como verdades e prescrições. Cuidar de si é munir-se de verdades construídas pela mídia através da exposição incessante de imagens dos corpos belos. [...]. O corpo é submetido a um mecanismo social disciplinar nos diferentes contextos que atua, ele não é sempre o mesmo e sua escolha é baseada nas estratégias de poder. [...] Cada vez mais é esculpido segundo padrões internacionais de beleza magra e está ligado à capacidade, desenvolvida dentro das culturas, de educá-los e adapta-los a diversos usos, ou técnicas corporais [...] desse modo, somos pressionados por circunstâncias a concretiza em nosso corpo o ideal de nossa cultura. (PEREIRA, 2013, p.134-135).

Sendo assim, cada contexto social produz um ideal cultural de corpo imerso em estratégias de poder que atuam sobre o padrão corporal dito. Portanto, nutricionistas, médicos, educadores físicos, profissionais da saúde, da mídia em geral passam a ditar regras de relações e normas sobre os indivíduos, o exemplo disso são os parceiros das academias que vendem suas marcas e produtos industriais sejam farmacológicos, ou alimentícios com ideais capitalistas impondo aos indivíduos práticas discursivas de poder e controle por meio de divulgações publicitárias, consumo de alimentos fitness, suplementos. As marcas dos produtos a serem consumidos podem ser produtos tanto de produtos que adornam o corpo quanto alimentares. A academia *Studio Personalizado Hidroformas* é parceira de muitos outros profissionais que variam de nutricionista, psicóloga Auriculoterapeuta ⁴, Odontologia e Harmonização Orofacial, a *Soft food Delivery*⁵.

⁴ É uma terapia que consiste na estimulação com agulhas, sementes de mostarda, objetos metálicos ou magnéticos em pontos específicos da orelha para aliviar dores ou tratar diversos problemas físicos ou psicológicos, como ansiedade, enxaqueca, obesidade. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/auriculoterapia/> acesso: 14/11/17.

⁵ Restaurante de comida natural. Cujo objetivo é através da alimentação cuidar não só da estética corporal por meio da atividade física como também por meio de uma alimentação dita saudável.

Figura 02: Lista de Parceiros da Academia *Studio Personalizado Hidroformas*



Fonte: Arquivo pessoal do autor, Guarabira, 10/10/2017.

Como podemos perceber na figura 02, encontra-se exposto na academia um cartaz com a lista dos parceiros que prometem cuidar do corpo, da mente e da aparência dos clientes em associação com a academia. Observa-se que a nutricionista tem especialização em materno infantil, mas tem a divulgação de seu nome na lista de parceiras da academia e os frequentadores dizem ter orientação da nutricionista. Ou seja, não é uma profissional especializada para trabalhar com dietas voltadas para o público de academias.

Contudo, o corpo vai sendo moldado e controlado por meio dos exercícios dos equipamentos das academias. Os gestos e comportamentos tem que se adequar às normas da academia que por sua vez, dita como devem se comportar nesse espaço regularizador das formas físicas de cada indivíduo como exposto na figura 03 abaixo as regras de etiqueta da Malhação na academia de ginastica DNA Gym em o público tem que seguir essas regras se quiser frequenta a academia.

Figura 03: Etiquetas da Malhação Adote bons modos na academia DNA Gym



Fonte: Arquivo pessoal do autor, Guarabira, 10/10/2017.

É possível visualizarmos regras que vão desde o manuseio dos equipamentos a organização de como devem ser guardados pelos próprios usuários após o uso até maneira de se comportar. Na academia DNA Gym corpo e gestos são treinados para melhor se enquadrarem nesse espaço. Do uso de perfume, que precisa ser controlado a regras que ditam e exercem controle de como se devem comportar diante do espelho enquanto malham, até mesmo em relação à transpiração do corpo (suor) dos frequentadores.

Alguns dizeres acima indicam boas maneiras na malhação tais como: “nos horários de pico, opte por revezar com outro frequentador”, “evite palpite no treino alheio”, evite usar perfume forte porque incomoda em qualquer lugar. Pior ainda é na academia, quando o cheiro acaba se misturando ao da transpiração”, suar no aparelho e não limpar é um dos itens campeões de reclamações pelos frequentadores” essas e outras regras são as regras consideradas essenciais para uma “boa etiqueta da malhação” nessa academia. É o “controle do tempo e da vigilância [...] de cada movimento para bem governar não só os corpos desalinhados mais manter na linha os já disciplinados” (FRAGA, 2006, p.26). Com o objetivo de inserir e manter o corpo no padrão considerando “perfeito”, “belo” e da boa forma.

No *Studio* Personalizado Hidroformas segundo os frequentadores, ao chegar na academia pela primeira vez, todos fazem uma avaliação física através na qual é realizada uma anamnese da composição corporal, avaliação do percentual de gordura que o corpo possui para só então definir o quanto de gordura deverá ser eliminada e os exercícios que cada um deve executar.

Figura 04: Folha de Avaliação Física da Academia *Studio* Personalizado Hidroformas



Fonte: Arquivo pessoal do autor, Guarabira, 10/10/2017.

Na ficha de avaliação física além das promoções para matrícula em grupo, nos chama atenção a frase motivadora: “Não existe treino milagroso, dieta mágica. O que existe é foco, disciplina, perseverança e o mais importante NUNCA DESISTIR”. Ou seja, o mais importante é a permanência na academia. Não sair, só assim é possível o resultado. A questão é: se não conseguiu o resultado esperado no tempo programado, não desista, continue, tenha disciplina e foco que um dia atingirá seu objetivo.

Por outro lado, nos deparamos com a mídia bombardeando a população com informações sobre como ter um modelo corporal malhado e forte. Na figura 05, observamos dicas de como ganhar massa muscular rápida. Dentre as nove regras descritas destacaram: “2) tenha confiança no que está fazendo e vá até o fim, e regra de número 9) “use suplementos de forma inteligente” (Disponível em: <http://www.hipertrofia.org/blog/2017/10/30/> / Acesso em: 11/10/2017).

Figura 05: Como ganhar massa muscular rápido



Fonte: Disponível em: <http://www.hipertrofia.org/blog/2017/10/30/> / Acesso em: 11/10/20 17.

Para obter massa muscular mais rápido muitos recorrem ao excesso de exercícios e ao uso de anabolizantes e outras drogas colocando a própria vida em risco.

O entrevistado Paulo, sai de Cuitegi cidade vizinha à Guarabira para fazer academia há 9 anos, trabalha durante o dia, mas, a noite se desloca para a academia três vezes na semana, em busca de um físico “perfeito” e um corpo que todo atleta que malha “tem que procurar” (aqui o entrevistado se enquadra como atleta por prática futebol e outros esportes voltando para manutenção do corpo em movimento junto com os exercícios físicos da academia).

Que são para Couto (2012, p.178) “amadores [...] esportistas das horas vagas, férias, feriados e fins de semana, que lotam escolas, agências de viagens e [...] academias de ginásticas que programam e oferecem um menu de expedições e temporadas excitantes. ”

Ele é um atleta que faz suas competições vivendo na constante busca de um dito “corpo ideal”. O grande prêmio que almeja não só ele, mas outros entrevistados é possuir um corpo “belo e perfeito” que não só levanta a auto estima, como traz satisfação e bem-estar em relação a si mesmo e o público a sua volta. Ao ser feita algumas perguntas como: Qual seu objetivo ao frequentar a academia? Você se encontra satisfeito com seu corpo? E o que seria para você ter um físico belo e sarado? Paulo rir timidamente e fala:

É procurar ter um corpo perfeito ter uma boa saúde. Não estou satisfeito com meu corpo acho que estou acima do peso procuro ter uma massa magra e um corpo perfeito. Modificaria o seguinte no meu corpo: queria ter uma boa massa magra, músculos definidos é uma alegria muito grande sabe?! Poder conseguir um corpo belo, perfeito que todo atleta procura ter. Um corpo sarado para mim é uma riqueza muito grande. (Paulo, 26 anos, costureiro, 10/10/2017).

A busca masculina por um físico “perfeito” em primeira instância é visível nas falas dele e outros entrevistados bem como suas insatisfações em relação com ao seu corpo que segundo ele para ter uma massa magra, tem que ser semelhante ao físico dos atletas, pois o mesmo caracteriza como grande riqueza possuir tal forma física. E após a fala de Paulo que trago a do Artur que já trabalha na academia há 8 anos e define o trabalho dele na academia como uma atividade a ser exercida incessantemente de maneira contínua. E que afirma:

O corpo é um projeto pessoal cara que você precisar modifica e manter após ser modificado não pode descuidar, desleixo não são para os fortes que querem manter o corpo assim sabe é dedicação e foco trabalho com todos o público da academia e sempre digo para chegar a esse padrão eu tive foco e objetivo, mas não pode descuida entendeu eu oriento além dos exercícios da academia alimentação saudável, dormir bem, dou dicas para a recuperação pós treino mesmo só. Os jovens procuram corpos perfeitos, poucos é os que se preocupam com a saúde eles querem secar barriga e ficar bem de modo geral mesmo corpo perfeito com treino eficiente adequando é preciso equilibrar o treino também. O problema é que muitos dessa galera jovem querem corpo sarado de maneira muito rápida sabe mais pode até ter, porém tem um preço corpo tem que ser construído a base de treino mesmo que demore um pouco mais o resultado é muito gratificante. (Artur, 28 anos, educador físico/*Personal Trainer*. 06/10/2017).

Artur estava responsável pela academia no dia da entrevista, portanto ele respondeu a entrevista como educador físico/*Personal Trainer* e proprietário temporariamente pela academia devido à ausência do dono por motivos de saúde durante o período da pesquisa de campo. Perguntei a Artur o que significa para ele um corpo belo? O que mais os frequentadores buscam na academia? E o que tem contribuído para o aumento de frequentadores?

É estar bem com você mesmo. Aliás o ser humano é complicado por que nunca tá bem com seu corpo, por isso sempre quer de alguma forma de modificar o corpo ou alguma parte nele. Tenho esse corpo, mas se parar ele não ficará assim do jeito que tá. Hoje procura-se academia mais completa com aulas danças, jiu jitsu, são 90% de atividade que faz perde peso uma academia que oferece várias modalidades não só máquinas, mas bom treino e mais modalidade. Como eu falei né são atividades que gastem calorias com alta intensidade, que movimente bastante o corpo, treino aeróbica, esteira musculação. (Artur, 28 anos, *Personal Trainer*. 06/10/2017).

Tanto a fala de Artur quanto a fala de Ricardo se assemelham na necessidade de frequentar a academia constantemente para a manutenção física.

Eu sinto o seguinte quando por exemplo passo um mês e meio sem ir à academia é uma sensação de abstinência tipo você vê o resultado que você teve ido embora aos poucos. Porque tipo um braço fica flácido uma perna não fica mais do jeito que era entendeu vai meio que murchado por que é uma dependência. Quando eu não vou a academia me sinto mal realmente eu não sei se é por costume já ou hábito que eu já peguei e o ruim é que quando eu não vou eu acabo cometendo o erro que é de querer

compensar o dia que não fui no outro dia fazendo mais exercícios pesado e acaba fatigado os músculos e acabo tendo problemas, mas é coisa da minha cabeça mesmo que eu sinto, mas é verdade sobre a abstinência quando passo um mês sem ir.
(Ricardo, 27 anos, auxiliar administrativo. 07/10/2017).

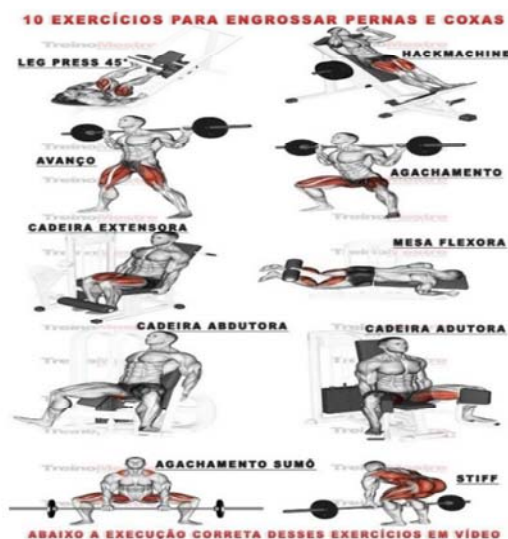
A fala de Ricardo, Artur e dos outros entrevistados mostrar como o discurso da boa forma é perverso no sentido de incansavelmente moldar os desejos, as vontades e o próprio corpo dos praticantes de atividade física, tudo em nome do ideal da “boa forma”. Gerando dependência, frustrações e complicações por faltar um mês a academia.

É possível perceber que a maior parte dos entrevistados encontra-se infeliz por não terem um corpo considerando “belo” em relação aos padrões de beleza estabelecidos que existem. Paulo é um deles e ainda deixa claro que é:

Importante academia sim! Você malhar fica com o físico legal apresentável e você se sentir bem além de você colocar uma camisa que mostre seus músculos fortes sendo exibidos e as pessoas comentarem tá grandão mano vou passar a malhar também é bom ter um corpo que sempre sonhou ter e aumenta a autoestima. Um *Personal Trainer* auxilia muito dando dicas né para se chegar ao corpo perfeito, mas um corpo perfeito é saúde, não é só beleza não. (Paulo, 26 anos, costureiro. 05/10/2017).

Os homens anseiam chegar ao referencial estético reproduzido pelos meios midiáticos e com a ajuda dos educadores físicos, manuais, guias e orientações para ter uma boa forma aumentou significativamente a quantidade de frequentadores nas academias de ginásticas. Abaixo podemos observar o modelo de dez exercícios físicos para malha o corpo especificamente definir a musculatura das pernas e coxas deixando os homens sarados.

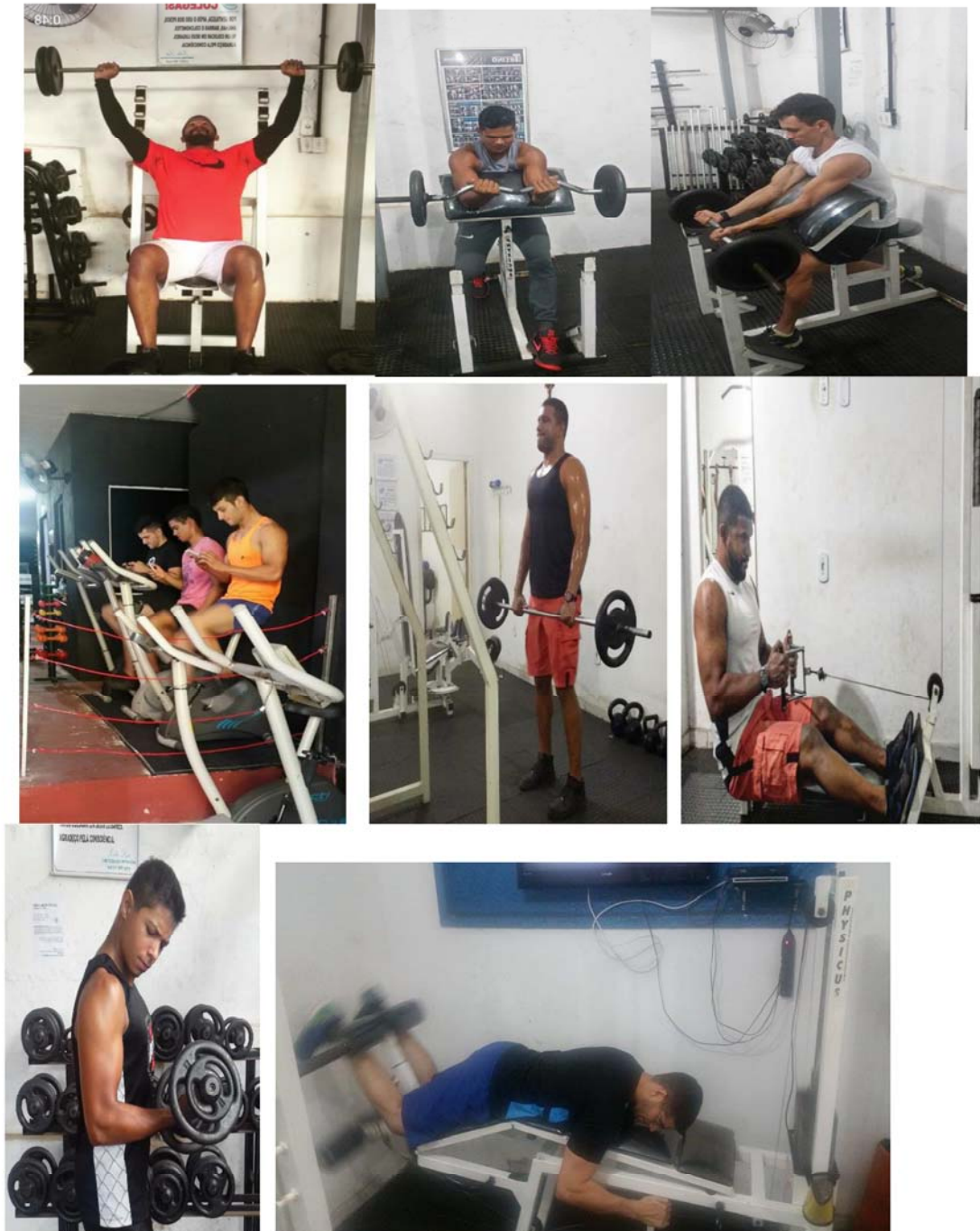
Figura 06: Exercícios físicos para modelagem de pernas e coxas.



Fonte: Disponível em: <http://www.treinomestre.com.br/> Acesso em: 10/10/2017.

Dicas e orientações difundidas na mídia são colocadas como possíveis de serem alcançadas por todos tornando-as um dispositivo de controle em massa construindo e estabelecendo um modelo de sujeito disposto a manter o corpo sempre ativo.

Figura 07: Frequentadores da Academia *Studio* Personalizado Hidroformas, e Academia *DNA Gym* realizados exercícios.



Fonte: Arquivo pessoal do autor, Guarabira, 10/10/2017.

Manter o corpo ativo por meio de diferentes equipamentos. Cada um responsável por modelar uma parte do corpo, modificar cada membro, braços, pernas, costas abdômen, etc., é uma tarefa de todas as academias.

Praticidade, disposição, durabilidade, dinamismo, versatilidade [...] jovialidade são parte de uma lista de distinções que vêm dando sentido à expressão estilo de vida ativo [...] nos sujeitos capturados pela mensagem publicitária [...] porque agregam valor aos produtos anunciados [...] publicidade [...] endereçada àqueles que ‘possuem estilo de vida ativo’[...]. O estilo de vida ativo está em toda parte [...] filmes, novelas, clínicas médicas, academias de ginástica [...]. Construía-se em uma forma de controle que operar sobre os corpos através da tecnologia de poder destinados não só a imprimir um determinado modo de conduzir a vida, mas também de regular as múltiplas formas de manifestação do viver. [...]. Esse discurso aciona um novo sentido de corpo perfeito, não só relacionado à superação dos limites físicos em prol da modelagem padrão, mas também, [...] ligado a capacidade de cuidar de si mesmo (FRAGA, 2006, p.18-19).

As mensagens publicitárias agem como meio disciplinar que influenciam os sujeitos a se encaixarem aos padrões que são veiculados. Através de peças publicitárias, filmes, novelas, revistas e academias são construídos os modelos aos quais o corpo masculino deve ser enquadrado.

A gordura, a flacidez, o sedentarismo simbolizam a indisciplina o descaso. As imagens de homens bonitos desejam ter o mesmo padrão estético. O corpo apresentado enfaticamente na mídia não é um corpo natural, mas um corpo construído, suscetível a (re) significações, e transformações físicas [...] corpo belo, associado à ideia de felicidade e sucesso, afeta os significados da beleza e intensifica a noção de corpo ideal. (PEREIRA, 2013, p.139).

A revista *Men's Health* (saúde dos homens), considerada uma das maiores revistas masculina criada em 1987 tem sua publicação mensal, e sua primeira edição publicada no Brasil em 2 de maio de 2006, abrange conteúdos que enfatizam a busca pelo corpo ideal de maneira rápida e eficaz. Assim é pensado por meio dessa revista e outros meios midiáticos divulgados na sociedade um físico “da fórmula mágica: ‘magreza = beleza = felicidade.’ o corpo perfeito passa a ser um produto padronizado e a mídia sufoca o singular, as formas de [...] pensar o corpo”(PEREIRA, 2013, p. 138).

Os discursos presentes na revista sobre os corpos buscam normatizá-lo no padrão estético da boa forma através de afirmações que prometem resultados em um curto espaço de tempo. Tais como: “sarados em 30 dias!”, “braços fortes já”!, “abdome sarado em 5 passos”, “tchau pança!”, “detone 4kg em 1 mês”, “detone os pneus em 1 mês”. Ver figura 08 abaixo:

Figura 08: Capas da Revista *Men's Health*



Fonte disponível em: <http://brazilmalemodels.blogspot.com.br/> Acesso em: 10/10/2017.

A mensagem que se transmitir é de que o corpo masculino precisa ficar forte, barriga sarada e definida é o padrão dito ideal do belo esteticamente construído como exibidos nas capas da revista *Men's Health* de 2010 a 2015 mostrada acima e vinculada por outros suportes midiáticos como é caso do cinema onde as formas corporais forte, saradas e musculosas ganham espaço de exibição “as imagens cometidas [...] mistura vigor e magreza. “Os efeitos musculares se juntam aqui aos efeitos da carne”. (VIGARELLO, 2006, p.149).

Por meio dos desenhos animados e filmes os corpos musculosos e bem definidos são ostentados de maneira a naturalizar o padrão estético malhado fazendo com que crianças adolescentes já comecem desde cedo desejar, possuir a semelhança com o personagem preferido. “É no corpo que se aplicam diversas tecnologias de poder” (PEREIRA,2013, p.133). Como podemos visualizar nas figuras 09 abaixo onde traz *Superman* (interpretando pelo ator Henry Cavill), *Capitão América* (interpretando por Chris Evans) e *Wolverine* (interpretando por Hugh Jackman). Exibindo o físico definido forte e sarado.

Figura 09: Personagens de Filmes



Fonte: Disponível em: <http://revistamonet.globo.com/Filmes/noticia>. Acesso em 10/10/2017.

Os brinquedos infantis inspirados nos desenhos animados são sucesso de vendas de forma natural. Os padrões estéticos malhados e fortes buscam seduzir as crianças conforme Araújo (2008, p.140) “as propagandas investem muito no público infantil. As crianças começam a imitar seus ídolos, seja na aparência física, nos gestos, atitudes ou no que consomem”. Quem não lembra do desenho de *He-Man* que além de expor o físico sarado o personagem ainda bradava “eu tenho a força!!” como se não fosse visível percebe-se isso devido seu físico apresentado ele ainda precisava afirmar e reafirmar ser forte, e o *Max Steel* de corpo magro, sarado encarando várias aventuras nas telinhas, junto com o boneco do *Batman* com o físico sarado e o personagem do desenho animado *Hulk* que ao sentir raiva é possível constatar que seu corpo se transforma tornando-se hipermusculoso, e forte ao extremo e isso é exibido de maneira natural entre o público infantil como representado nas figuras abaixo:

Figuras 10: Brinquedos infantis



Fonte: Disponível em: <https://www.americanas.com.br>. Acesso em: 10/10/2017.

A sedução voltada para o corpo das crianças se estende aos exercícios físicos na escola, na creche, em colônias de férias, em áreas de lazer e nas academias estimulando diferentes atividades de acordo com a idade. Gerando o “culto, a adoração, a valorização extrema das aparências e da saúde” desde cedo. (SANT’ANNA, 2001, p.76).

Figura 11: Panfletos com anúncio de atividades físicas voltado ao público infantil



Fonte: Arquivo pessoal do autor, Guarabira, 10/10/2017.

Esse cuidado e culto para transformar o corpo é observado na fala de Carlos *Personal Trainer* 26 anos que trabalha na academia há 4 anos e ao ser questionado sobre o que tem contribuído para o aumento do número de frequentadores nas academias relata:

Os homens vêm muito a academia para obter a quantidade de simetria que necessita no corpo então começa o treino sabe tudo em função de sua beleza do seu embelezamento eles procuram muito a musculação ela é topo ainda sabe acredito que muitas pessoas são induzidas pela mídia é a mídia envolvida no nosso dia a dia querendo ou não todo mundo tem acesso aquelas dietas meio malucas geralmente associam dieta com musculação. (Carlos, 26 anos, *Personal Trainer*).

De fato, a mídia tem um papel preponderante no discurso de poder e disciplinarização corporal fazendo com que muitos homens busquem as academias apenas por um ideal estético. Mateus estudante de História 26 anos enfatiza “nossa eu respiro academia! ” O estudante ainda afirma. “Comecei a frequentar academia através dos meus amigos que já frequentavam sabe. Quando eu vi o aumento grande e a procura entrei também, mas inicialmente meu desejo era de competir fica mais fortão que os meus parceiros de academia”. Quando a academia se encontra fechada Mateus viabiliza outra forma de movimentar e exercitar o corpo.

Muitas vezes faço agachamento em casa mesmo sabe nem todos os dias a academia está aberta existe os feriados, e o que eu faço aí lembro que tenho que fazer exercícios com o que está a minha volta faço uma substituição exemplo levanto objetos pesados quando estou em casa. Hoje temos o acesso a academia pública. O início como já falei comecei foi para competição e acabei me apaixonado. Você nunca deve estar satisfeito com seu corpo você sempre precisa evoluir, mas hoje em comparação a tempo atrás estou bem melhor. Mas não satisfeito precisamos melhorar sempre. Hoje eu mantenho esse peso já fico um pouco satisfeito. (Mateus, 26 anos, estudante de História).

Por meio da fala de Mateus é nítido perceber o quanto a academia o fascina. Ele tem um porte físico musculoso, braços fortes e definido assim como os outros frequentadores das academias entrevistados. Ele ainda o mesmo se sente satisfeito com o seu corpo, e segundo sua opinião ainda precisa mantê-lo e também sente necessidade de modifica-lo mais um pouco, para ele não há limites para se chegar ao “corpo ideal”.

Fala que se assemelha muito com a de outro entrevistado que mesmo obtendo esse padrão estético se faz necessário mantê-lo conforme Ricardo 27 anos, aluno auxiliar administrativo que frequenta academia há nove anos, ele iniciou com 18 anos de idade e afirmar: “Você atingir por exemplo seu padrão, você diz aqui é o ponto estético que eu quero ficar. Existe uma manutenção seja três vezes por semana, duas vezes por semana, mas tem que manter entendeu”.

A manutenção desse físico trabalhado conforme o auxiliar administrativo deixa claro e continua

Ser magro pra mim era um problema na adolescência me achava muito magro , eu não me achava eu era muito magro sabe na adolescência você dar aquela esticada você não fica mais satisfeito com seu corpo né você começa a crescer e começa a emagrecer ai eu comecei ir para academia eu sei que é normal por conta da adolescência ter um corpo magro demais, mas quando chega você sabe né na fase da adolescência a gente entra na fase também que você fica mais visível para a sociedade principalmente outros jovens, aos grupos [...] O corpo já facilita você de certa forma a agradar mais as meninas esse tipo de coisa também agrada

primeiramente a você segundo lugar as menininha. (Ricardo, 27 anos, auxiliar administrativo, 07/10/2017).

Evidencia-se por meio da entrevista com Ricardo a não aceitação do corpo por ser magro apesar de entender que era a fase da adolescência e acrescenta que queria ter um corpo bonito e definido que agradasse a ele e as meninas, o corpo percebido como

[...] Valor de troca, ou como bem, adquirir um status a partir das insígnias que carrega. Esses signos, condensados na figura do belo, traduz os valores da cultura da sociedade de consumo. [...] seu status é adquirido por meio de sua jovialidade, de beleza, da aparência de felicidade, de seu poder de atração sexual, e finalmente do quão longo parece ser, isto é tentativa desenfreada em retardar os efeitos do envelhecimento- medicina/ tecnologia aliadas no combate à morte. (NOVAES, 2011, p.483).

É o porte físico “sarado” que os homens anseiam obter, pois o corpo sarado, músculos fortes e definidos são elementos característicos dessa sociedade contemporânea associados a um homem forte, saudável e viril. Ribeiro (2016, p.211) “destacar que essa virilidade centrada na construção corporal se difundiu e deu suporte a várias experiências também centrada na construção de um corpo musculoso e sempre jovem”.

Wil 23 anos, estudante de História gosta muito de academia e foi orientado pelo irmão a ser fiel nos treinos. Ao ser questionado sobre a frequência e seu objetivo o estudante diz:

Eu frequento a academia 06 vezes na semana por que é aberto 06 vezes na semana se fosse aberto no domingo eu frequentava de domingo a domingo. Bem **meu objetivo maior quando eu entrei como eu já disse 90% das pessoas que entra na academia desses 90% apenas 10% são por saúde, eu faço parte desses 90% da estética** mesmo. Me possibilita uma boa visibilidade pessoal hoje em dia um corpo bonito é bem visto. (Grifos nossos).

Boa parte dos indivíduos que entram na academia, justificam a busca do bem-estar e da saúde, no entanto o que ficou claro em todas as entrevistas, principalmente na de Wil, é que a finalidade estética é uma prioridade.

De acordo com Caio, 20 anos, estudante de educação física que frequenta a academia de maneira contínua durante os seis dias da semana há três anos e faz muita musculação, é evidente seu braço forte, barriga definida, mas o próprio não se sente satisfeito com seu físico.

Não, não estou satisfeito com meu corpo preciso ficar mais forte mais apresentável ao público do que já tou um corpo sarado é um corpo com muito volume e definição vou a academia para relaxar o corpo e a mente um corpo belo é um corpo sarado e forte sabe tô afim de ganhar mais resistência física por que meu objetivo é fica brutal ao extremo. (Caio, 20 anos, estudante de educação física. 07/10/2017)

A ida do jovem a academia como podemos perceber, não consiste em chegar a um padrão físico considerado saudável o que interessa é exclusivamente uma estética musculosa dita pelo entrevistado como “brutal ao extremo”. A fala de Caio se assemelha a de Marcos.

Não satisfeitos com seus corpos ou aparência física muitos buscam a mudança por meio das academias.

Ter um corpo trabalhado, está na ordem do dia e não é à toa que o verbo empregado é ‘malhar’ como se malha o ferro, malha significando o intenso esforço embutido nesse significante. Trabalhar diferentes partes do corpo que precisam ser modificadas do joelho ao culote, do braço a panturrilha, o corpo é visto como fragmento; cada parte podendo ser reesculpida, consertada, desconectada de um todo (Segundo Del Priori, 2000 *apud* ARAÚJO, 2010, p.141).

O discurso que a mídia veicula com as imagens de homens com abdômen, barriga malhada músculos fortes em exibição lança um corpo considerado perfeito para ser alcançado. Os que não se encaixam neste padrão estético são obrigados a recorrer às práticas para fugir dos perigos da vida sedentária evidenciadas no discurso médico.

Revistas de cultura física ou de Sport, ou mesmo de educação física, sempre destinaram espaços em suas páginas para convidar as famílias a exercitarem-se. A grande novidade que se apresenta em nossos dias no âmbito deste universo das práticas corporais é a de se fazer norma geral e, ao mesmo tempo, estimular performances individuais: “o importante é fazer alguma atividade física”; “subir e descer escadas do prédio em vez do elevador”; “os serviços domésticos podem auxiliar no emagrecimento e na boa forma”; “emagreça deixando o carro a três quadras do seu trabalho”; “meia hora, três vezes por semana de caminhada”, enfim, os exemplos são abundantes. Entre essas e muitas outras indicações de como ganhar uma melhor performance, ou qualidade de vida, o que está em jogo aqui é exatamente uma ideia de produzir uma cartografia da vida. Uma cultura da performance invade a vida e cria parâmetros gerais para os gostos, estimula uma competição íntima e condena o ócio, a lentidão, a inutilidade dos gestos prazerosos feitos ao acaso e desenham o prazer de ser ativo, prazer único e verdadeiro. É possível, por tanto, falar de “modelos que ao governar o funcionamento do corpo, governam mesmo os meios que o educam [...]” (SOARES, 2006, p.22).

Ser ativo surge como única alternativa para todas as idades. E passou a ser aliada dos médicos que criticam o sedentarismo. “Parece que o exercício físico é mesmo parte importante daquilo que Foucault chamou de governabilidade do corpo e da população! ” (SOARES, 2006, p. XIII).

Autoconfiança você vai sentir por não ter mais aquela barriga flácida, nem ser mais o ‘cara magrelo’, mas em vez disso ter uma barriga ‘tanquinho’ e ter um corpo sarado. Não importa se você tem 21 ou 61 anos, se você está em forma ou não ou completamente fora de forma. Não importa quem você é. Uma coisa eu prometo: você pode mudar seu corpo para que ele fique como você deseja. (MATTHEWS, 2013, p.7-8).

De acordo com as entrevistas para alcançar o corpo desejado não há idade ou físico específico, essa mudança só será possível quando o indivíduo sair do sedentarismo e decidir movimentar o corpo com atividades diárias.

Para Vigarello (2006) é possível perceber o nascer de uma era em que convergem o sentimento de poder dominar a aparência e o poder também de transformar em sinal marcante da individualização. Ora se quer emagrecer para ter um corpo sarado, másculo, eliminando as gorduras indesejáveis, ora também se quer ganhar peso, resultado de horas nas academias, segundo o entrevistado que frequenta a academia diz:

Eu sempre fui magro aí entrei na academia eu consegui ganhar um pesinho e tal eu já comecei a ficar feliz com meu corpo e tal e atualmente estou conseguindo manter meu peso com alimentação balanceada divido meu treino direitinho, treino e musculação e treino de Hapkido⁶ pra mim tá tudo ok. (Eduardo, 25 anos Estudante de História, Prof.de Hapkido. 07/10/2017).

É notório que esse peso adquirido traz como antes citado, um aumento da autoestima gerando satisfação, elevando o indivíduo a felicidade em obter o resultado que espera. “ Ter um corpo perfeito, trabalhado, esculpido à imagem e semelhança do desejo de cada um é uma tendência que vem se firmando. Fazendo parecer normais, inerentes, essenciais, portanto, ‘naturais’ do viver a identidade contemporânea” (FIGUEIRA, 2003 apud, ARAÚJO, 2008, p.15).

Possibilitando que a disciplina e a regularização dos corpos no contemporâneo “funcionam não mais por confinamento’, mas por controle contínuo e comunicação instantânea” (DELEUZE, 1998, apud, FRAGA, 2006, p.27).

A forma física vai sendo trabalhada a cada mensagem disseminada da “boa formar”, a saúde, porém o que realmente o público masculino almejar é uma estética definida, sarada lançada no cotidiano e definida como ideal de corpo o qual se precisa obter.

⁶ É uma arte marcial coreana que é especializada em defesa pessoal o termo representa o caminho da união da força e do espírito. Disponível em: <http://lutasartesmarciais.com/artigos/arte-marcial-coreana-hapkido>. > acesso: 08/11/17.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O corpo vai sendo construído e moldado conforme os padrões estabelecidos em cada sociedade por meio dos discursos de poder exercidos sobre eles em nome de uma boa forma e ideal de saúde, os dizeres de ordem associada às imagens de corpos musculosos e fortes anunciam que se eles não se sentem bem com sua forma física podem modificá-la. É possível percebemos por meio das entrevistas com os frequentadores, proprietários, e educadores físicos essa incessante busca por um físico magro estético musculoso e forte.

A busca desenfreada precisa alcançada a todo custo assim, todos aqueles que não possuem esses modelos, são impulsionados a possuir, caso contrário os que não tem, e não conseguem chegar ao nível desejado devem persistir, os que desistirem são excluídos por não ter um estético conforme os padrões estabelecidos por isso muito frequentam as academias em busca de transformarem sua forma corporal braços “forte em um mês”! “Emagreça já”! São os discursos do momento de ordem e controle que levam o corpo a assumirem uma extrema transformação pois esse público acredita que, ser belo consiste em ser sarado e musculoso.

O corpo masculino é moldado e inserido na discussão da boa forma em busca por mudanças que almejam modificar partes ou toda a forma corpórea que são consideradas indesejadas para os indivíduos, o fazem a aderirem a ordem do momento que é “exercitar-se!”

Se agregam ao corpo mudanças, transformação; porque há uma referência imposta pela mídia de que a cada momento um modelo estético para ser alcançado sempre haverá a necessidade de mantê-lo em contaste e infinita sustentação.

É possível visualizar que o corpo vai sendo construído ao longo de cada sociedade elaborando padrões de modelo e a mídia por sua vez, vai produzindo os discursos de controle afim de governar e normatizar o corpo, e quanto mais estudamos, e analisamos questões voltadas para as formas corporais, mais revelações descobrimos a respeito.

O corpo se encontra imerso na sociedade que o envolve num emaranhado de relações de controle e poder que o reprimem, o controlam, afim de moldá-lo o transformando em um outro corpo que na pesquisa realizada viabilizou a percepção que a prática dos exercícios físicos nas academias se dá em sua maioria por questões de estética. “Meu corpo será sempre meu corpo?” A história do corpo está apenas começando (COURTINE, 2009, p.12).

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Edna Maria Nóbrega. **“Espelho meu, agora a mais bela sou Eu”**: Cartografias da História da Beleza no Brasil. Recife: UFPE, 2008.

ARAÚJO, Edna Maria Nóbrega. “O culto ao Corpo Feminino Através da Mídia”. In: NÓBREGA, Elisa Mariana de Medeiros; *et al.* **História, e (m) diversidade**: artes e artimanhas do fazer histórico. João Pessoa: UFCG, 2010.

BARBOSA, Maria Raquel; MATOS Paula Mena; COSTA, Maria Emília. Um olhar sobre o corpo ontem e hoje. In: **Psicologia e Sociedade**, 23, (1), 2011. Disponível em: <
http://www.itf.org.br/wp-content/uploads/2013/09/artigo_curso-extens%C3%A3o.pdf
>acesso: em 20/09/2017.

CHAVES, José Carlos Oliveira Corpo “sarado”, corpo “saudável? Construção da masculinidade de homens adeptos da prática da musculação na cidade de Salvador. Salvador: UFBA, 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/10368/1/aaaaaaaaaaaaaaaa.pdf>. acesso: 21/09/2017.

COURTINE, Jacques. CORBIN, A; VIGARELLO, G. (Org.). **História do corpo**: As mutações do olhar: o século XX. 3. Ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

COUTO, Souza Edvaldo. “As façanhas dos extremos o triunfo do corpo nas atividades radicais”. In: COUTO, Souza Edvaldo; GOLLNER, Vilodre Silvana. **O triunfo do Corpo**: polêmicas contemporâneas. Petrópolis: 2012.

DELGADO, Lucilia de Almeida Neves, Marieta de Moraes FERREIRA. “História do tempo presente e ensino de História”. **Revista História Hoje**. v. 2, nº 4, p. 19-34 – 2013.

FRAGA, Branco Alex. **Exercício da Informação**: governos dos Corpos no mercado da vida ativa. Campinas: autores associados, 2006.

FURTADO Roberto Pereira. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Revista Pensar a Prática**. v. 12, n. 1. 2009.

GARCIA, Wilton. **Corpo, Mídia e Representação**: estudos contemporâneos. São Paulo: Thompson, 2005.

GOELLNER, Silvana Vilodre; SILVA, André Luiz dos Santos. Biotecnologia e neoeugenia olhares a partir do esporte e da Cultura fitness. In: COUTO, Souza Edvaldo.; GOELLNER, Silvana Vilodre. **O Triunfo do Corpo**: polêmicas contemporâneas. Petrópolis: Vozes, [2003] (2012).

LOURO, Guacira Lopes. **Os estudos queer e a educação no Brasil**: articulações, tensões, resistências. Contemporânea, v. 2, n. 2, p. 363-369, 2012.
Disponível em: <http://www.contemporanea.ufscar.br/index.php/contemporanea/article/viewFile/87/52>. > acesso em: 10/10/17.

MATTHEWS, Michael. **Malhar, Secar, Definir**: A ciência da musculação um guia sobre treino, alimentação e suplementos que realmente funcionam. São Paulo: Lafonte, 2013.

NOVAES, Joana Vilhena. “Beleza e feiura: corpo feminino e regulação social”. In: AMANTINO, MÁRCIA; DEL PRIORI, Mary. (Orgs). **História do Brasil**. São Paulo: Unesp.2011.

OLIVEIRA, Iranilson Buriti de. **“Fora da Higiene, Não Há Salvação”**: a disciplinarização do corpo pelo discurso médico no Brasil republicano. Vol.4, n.7. Fev./Mar. 2003 Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/mneme/article/viewFile/161/151%3E>. >acesso em: 22/10/2017.

PEREIRA, Tânia Maria. “Revista Women’s Health E Men’s Health na Cena midiática: o biopoder em cartaz”. In: SILVA, Antonio de Pádua Dias da.; RIBEIRO, Maria Goretti. (Orgs.). **Rumos dos Estudos de Gênero e de Sexualidades na Agenda Contemporânea**. Campina Grande: Eduepb, 2013.

RIBEIRO, Josiane Maria de Castro. “Hipérboles Corporais e crises de virilidades: exemplo da revista Men’s Health”. In: ANDRADE, Andreza de Oliveira; QUEIROZ, Fernanda Marques de. et al. **Feminismo, Gênero e sexualidade**: Diálogos contemporâneos. Rio Grande do Norte: editora da UERN, 2016.

SANT’ANNA, Denise. **Corpos de Passagem**: ensaios sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo: Estação liberdade, 2001.

SOARES, Carmen Lúcia. Práticas Corporais: invenção de Pedagogias? In: SILVA, Ana Márcia; DAMIANE, Iara Regina. Org. **Práticas Corporais**: Gênese de um movimento investigativo em Educação Física.
Disponível em: <http://www2.esporte.gov.br/arquivos/snelis/esporteLazer/cedes/praticasCorporais/praticasCorporaisVolume1.pdf>. Acesso: 20/10/2017.

VIGARELLO, Georges. **História da Beleza**: o corpo e a arte de se embelezar do renascimento aos dias de hoje. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

VIGARELLO, Georges; HOLT, Richard. “O Corpo trabalhado ginásticas e esportista no século XIX”. In: VIGARELLO, **História do corpo**: da Revolução á Guerra. Petrópolis: Vozes, 2008.

Entrevistas:

Mary, Educadora Física, Proprietária da academia. Entrevista concedida em 05/10/2017.

Artur, 28 anos, Educadores Físicos, *Personal Trainer*. Entrevista concedida em: 06/10/2017.

Carlos, 26 anos, Educador Físicos, *Personal Trainer*. Entrevista concedida em 06/10/17.

Marcos, 23 anos, enfermeiro. Entrevista concedida em 10/10/2017.

João, 22 anos, garçom. Entrevista concedida em: 05/10/2017.

Paulo, 26 anos. Costureiro. Entrevista concedida em: 10/10/2017.

Ricardo, 27 anos, auxiliar administrativo. Entrevista concedida em 07/10/2017.

Mateus, 26 anos, estudante de História. Entrevista concedida em 06/10/17.

Wil 23 anos estudante de História. Entrevista concedida em 07/10/17.

Caio, 20 anos, estudante de educação física. Entrevista concedida em 07/10/2017.

Eduardo, 25 anos Estudante de História, Prof.de Hapkido. Entrevista em 07/10/2017).

Revistas

Men’s Health, N° 53, setembro de 2010, Editora Abril.

Men’s Health, N°66, outubro de 2011, Editora Abril.

Men’s Health, N°71, março de 2012, Editora Abril.

Men’s Health, N° 88, agosto de 2013, Editora Abril.

Men's Health, N°104, dezembro 2014, Editora Abril.

Men's Health, N°106, fevereiro de 2015, Editora Abril.

Sites

Auriculoterapia: Disponível em: <https://www.tuasaude.com/auriculoterapia/> acesso em: 14/11/17.

Hipertrofia .Disponível em: <http://www.hipertrofia.org/blog/2017/10/30/> / Acesso em: 11/10/20 17.

Treinomestre. Disponível em: <http://www.treinomestre.com.br/> Acesso em: 10/10/2017.

Capas da Revista *Men's Health*. disponível em: <http://brazilmalemodels.blogspot.com.br/> Acesso em: 10/10/2017.

Personagens de Filmes. Disponível em: <http://revistamonet.globo.com/Filmes/noticia>. Acesso em 10/10/2017.

APÊNDICES

APÊNDICE A- Questionário Aplicado aos alunos Frequentadores das Academias

Prezados,

Gostaria de convidá-los a participarem da minha pesquisa de Conclusão de Curso. A pesquisa utiliza a técnica de amostragem, entre professores (as) e frequentadores das academias de Ginástica da cidade de Guarabira.

Desde já muito obrigada pela atenção e participação.

Identificação: _____

Idade: Até 20 anos () Entre 20 e 30 anos () Mais de 30 anos ()

Grau de escolaridade: Não alfabetizado () Ensino fundamental () Ensino médio ()
Graduação () Pós-Graduação ()

1-Há quanto tempo frequenta a academia? _____

2-Sua participação é contínua ou frequenta durante alguns meses do ano?

3-Quem orientou você a “fazer academia” e por que?

4-Quantos dias você vai à academia? _____

Sempre? _____ porque? _____

5-Além da academia, você faz exercícios em casa ou outro local? Sim () Não ()

Porque? _____

6- Qual o seu objetivo ao frequentar academia?

7- Você está satisfeito com seu corpo atualmente? Sim () Não () Porque?

8- O que você seria capaz de modificar no seu corpo para atingir o “corpo” que você gostaria de possuir?

9- Você costuma usar produtos complementares para auxiliar a manter os músculos do seu corpo? Sim () Não () Quais?

10- O que significa um corpo belo para você?

11 – O que significa para você ter um corpo sarado?

APÊNDICE B- Questionário Aplicado aos Proprietários (as) das Academias

Prezados (as),

Gostaria de convidá-los (as) a participarem da minha pesquisa de Conclusão de Curso. A pesquisa utiliza a técnica de amostragem, entre professores (as) e frequentadores das academias de Ginástica da cidade de Guarabira.

Desde já muito obrigada pela atenção e participação.

Identificação: _____

Idade: Até 20 anos () Entre 20 e 30 anos () Mais de 30 anos ()

Grau de escolaridade: Não alfabetizado () Ensino fundamental () Ensino médio ()

Graduação () Pós-Graduação () Se tem graduação ou pós qual(is)? _____

1-Nome da academia?

2-Há quanto decidiu abrir uma academia e qual o objetivo?

2-Você trabalhar na academia ou só administra? Porque?

3- Na sua opinião, o que leva os homens a buscarem a academia?

4- Você acha que a academia está equipada com os aparelhos necessários? Se não, o que você acha que falta?

5- Na sua opinião, o que tem contribuído para o aumento do número de frequentadores nas academias?

6--Quais as atividades mais procuradas pelos frequentadores da academia?

7-Quem mais procura a academia: homens ou mulheres?

8- Qual a idade da maioria dos homens que frequentam a academia?

9- Existe algum período que a procura pela academia é maior ou o público masculino é o mesmo durante todo ano?

10-O que significa um corpo belo para você?

APÊNDICE C- Questionário Aplicado aos Educadores Físicos/ *Personal Trainer* das Academias

Prezados (as),

Gostaria de convidá-los (as) a participarem da minha pesquisa de Conclusão de Curso. A pesquisa utiliza a técnica de amostragem, entre professores (as) e frequentadores das academias de Ginástica da cidade de Guarabira.

Desde já muito obrigada pela atenção e participação.

Identificação: _____

Idade: Até 20 anos () Entre 20 e 30 anos () Mais de 30 anos ()

Grau de escolaridade: Não alfabetizado () Ensino fundamental () Ensino médio ()

Graduação () Pós-Graduação () Se tem graduação ou pós

qual(is)? _____

1-Nome da academia?

2-Há quanto tempo começou a trabalhar em academia?

3-Você gosta de trabalhar em academia? Porque?

4-Você trabalha com todos os frequentadores da academia ou é *Personal Trainer*?

5-Além das atividades da academia, você orienta outras práticas para que mantenham o corpo desejado? Quais?

6- Você acha que a academia está equipada com os aparelhos necessários?

7- Na sua opinião, o que tem contribuído para o aumento do número de frequentadores nas academias?

8- Na sua opinião, qual o objetivo de os homens buscarem a academia? Existe diferença em relação à idade?

9-Quais as atividades mais procuradas pelos frequentadores da academia?

10-O que significa um corpo Belo para você?

ABSTRACT

This article aims to understand how looks are launched and speeches about the bodies built and molded according to the standards set in contemporary times through the discourses of power and control associated with the ideal of health and fitness that you want to rule the gestures and bodies of individuals that the media film media, magazine, commercial television advertising flyer programs among others insist on displaying the set and lean bodies as the reference model to be achieved.

The research has the temporal cut between the youngest of the twentieth century and the beginning of the twenty-first century. Throughout the text we can perceive a masculine aesthetic being framed in the search for this "ideal" of a defined healed body.

From an early age, discourses are imposed that control and regulate bodies, we observe this through children's toys in the game of seduction that encourage children to seek an aesthetics considered "ideal." At all times, the media insisting on preaching a body increasingly thin, strong and healed. As a source for research analyzed the testimonies of the regulars students academy, fitness trainers and owners of the city of Guarabira, we present also some advertising such as magazine covers Men's Health (the year 2010-2015), images that link an aesthetic pattern that becomes a longing to be reached by the male audience that should be thin, healed and defined as represented in interviews conducted at the academies and images worked throughout the text.

KEYWORDS: Body; Academy; Aesthetics