

# O CORPO FRAGMENTADO NA PRÁTICA DA MUSCULAÇÃO E DA NATAÇÃO<sup>1</sup>

Edyr Batista de Oliveira Júnior – Instituto Federal do Pará (IFPA)<sup>2</sup>

## Resumo

Este artigo objetiva refletir acerca do trabalho corporal que é realizado de forma fragmentado por agentes sociais masculinos em academias de musculação e aulas de natação. Para isso, utilizo dados de uma pesquisa etnográfica que empreendi de março de 2013 a dezembro de 2014 em três espaços de transmutação corpórea de Belém do Pará, Brasil, e de setembro de 2015 a fevereiro de 2016 em um ginásio da cidade Lisboa, Portugal. A etnografia pautou-se na observação observadora, conversas informais e formais, sendo estas realizadas com um total de treze alunos e nove professores/as de ambos os lugares. Assim, procuro apresentar as aproximações e os distanciamentos entre a percepção dos/as professores/as e dos alunos a respeito das partes do corpo que os homens mais procuram exercitar. Demonstro, ainda, que a preferência de se treinar determinadas áreas da compleição física não difere quando ponderamos os ambientes da musculação e da natação; também, negociações e reelaborações são feitas entre os alunos e os/as professores/as, considerando os grupos musculares que aqueles preferencialmente buscam desenvolver e que questões de gênero, sexualidade e geração, igualmente, transversalizam a temática foco desta reflexão.

Palavras-chave: Corpos; Masculinidades; Esporte.

## Introdução

Ao praticarem exercícios físicos as pessoas elaboram para si metas corporais e, na concretude destas, lançam mão de vários artificios, tais como a regulação da alimentação, o uso ou não de suplementação e/ou anabolizantes, o ritmo do treino, dentre outros. Nesse processo de remodelamento corporal será dispensada, também, maior atenção para determinadas partes do corpo. A ponderação de áreas da compleição física a serem mais trabalhadas irá depender não somente dos objetivos planejados, mas, igualmente, de questões relacionadas ao gênero, à sexualidade e à geração, por exemplo.

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado na 31ª Reunião Brasileira de Antropologia, realizada entre os dias 09 e 12 de dezembro de 2018, Brasília/DF.

<sup>2</sup> Doutor em Antropologia (PPGA-UFPA), Pós-Graduando no curso de Especialização em Saberes, Linguagens e Práticas Educacionais na Amazônia (IFPA) e Pesquisador no Grupo de Estudos e Pesquisas 'Eneida de Moraes' sobre Mulher e Relações de Gênero (GEP-UFPA).

Para refletir acerca da prática de fragmentação corporal, faço uso de dados de uma pesquisa que realizei em ambientes de musculação e de natação nas cidades de Belém do Pará, Brasil, e Lisboa, Portugal<sup>3</sup>. Nessa investigação, além da “observação observadora” (Canevacci 1993: 31) – que é quando o pesquisador observa os outros em campo, mas, igualmente, atenta para si –, conversei formalmente com 22 pessoas, sendo 13 alunos e 9 professores/as. Essa perquirição fora empreendida de março de 2013 a dezembro de 2014 na cidade brasileira e de setembro de 2015 a fevereiro de 2016 na cidade portuguesa<sup>4</sup>.

O grupo priorizado nas observações e conversas – formais e informais – foram os homens jovens, cuja faixa etária está compreendida de 17 a 25 anos. A escolha dessa categoria se deu, pois “os jovens encontram no corpo um lugar de desenvolvimento de experiências e projectos corporais quer sob o signo da conformação, quer da contestação aos modelos e instituições de produção corporal dominantes” (Ferreira 2011: 269), o que levanta a necessidade de se problematizar esse tipo corporal em suas várias possibilidades de materialização e processos de (in)visibilidade social.

Além disso, dentre as várias viabilidades que pesquisas nesses ambientes proporcionam, em termos de agentes sociais, a eleição da categoria “homens jovens” foi ocasionada por serem estas as pessoas que eu mais tive contato na realização dos campos, pois apresentam grande circulação nos espaços de transmutação corporal, e, igualmente, por minha familiaridade de pesquisa com esse grupo.

No tocante aos/às professores/as, a conversa formal que tive com eles/elas tinha como finalidade entender melhor o processo de remodelamento do corpo a partir da musculação e da natação e, também, para corroborar ou não as falas dos alunos, com quem dialoguei, acerca das práticas de transmutação da compleição física por meio de exercícios físicos.

É significativo dizer, também, que os nomes dos interlocutores são fictícios e seguem uma “sugestão”, do texto de Romeu Gomes, Elaine Nascimento e Fábio Araújo (2007) que é a padronização de uma letra inicial para cada grupo de entrevistados.

---

<sup>3</sup> Essa pesquisa recebeu financiamento da CAPES em forma de bolsa de doutorado e, também, no período em que estive em Portugal, no Instituto de Ciências Sociais (ICS) da Universidade de Lisboa (ULisboa), de bolsa de doutorado sanduíche.

<sup>4</sup> O texto aqui apresentado é parte, reformulada, de minha tese de doutorado defendida no Programa de Pós-Graduação em Antropologia (PPGA) da Universidade Federal do Pará (UFPA).

Dessa forma, aquelas pessoas com quem conversei em Belém do Pará receberam um nome que se inicia com a letra “B” e as com que dialoguei em Lisboa, com a letra “P”<sup>5</sup>

Mediante ao exposto, este texto visa refletir acerca do trabalho corporal que é realizado de forma fragmentado por agentes sociais masculinos em academias de musculação e/ou aulas de natação e as negociações e reflexões que estão presentes nesse modo de se remodelar o corpo.

### Negociações e ações sobre o corpo

Nossa sociedade impõe determinada estética corporal aos seus indivíduos e a mídia é utilizada, com seus vários aportes, como propagadora desse modelo, conforme alguns trabalhos apontam (Porto e Lins 2009; Barreto Januário 2010, 2014; Ribeiro 2011; Enguix 2012). Por conseguinte, muitas pessoas buscam a concretude desse padrão corpóreo mediante realização de algum exercício físico. Concomitantemente, temos um discurso de saúde, de bem-estar envolto no ato de trabalhar a compleição física por meio da musculação, da natação, por exemplo, o qual procura disciplinar os corpos que são considerados “normais” (não musculados), muito magros ou (demasiados) gordos.

É significativo ponderarmos, no entanto, que a despeito de toda a pressão que as pessoas sofrem para se colocarem em movimento, para saírem da inércia e, assim, atingirem determinado arquétipo corporal, os agentes sociais desta pesquisa – mas não somente eles – entram em um processo de negociação e de ressignificação da corporeidade<sup>6</sup> imposta e, desse modo, criam suas metas de compleição física.

Nesse contexto, a prática física nas modalidades aqui analisadas não confere ao alunado um caráter passivo diante da operacionalidade dos exercícios e séries elaborados por profissionais da educação física que atuam nos ambientes de remodelamento corporal; mas, por meio de negociações e diálogos, os agentes sociais desta pesquisa aliam seu tempo e objetivos com os conhecimentos teóricos e práticos de seus/suas instrutores/as. Desse modo, mediante ao “campo de possibilidades” (Velho 2003; 2006) e considerando os fluxos de poder, os alunos, juntamente com professores e

---

<sup>5</sup> Utilizarei o asterisco (\*) após o nome fictício dos/as professores/as a fim de diferenciá-los/as dos alunos; uma vez que receberam nomes com a mesma inicial (“B” ou “P”), dependendo de sua nacionalidade.

<sup>6</sup> Corporeidade é vista aqui como um “conjunto de manifestações simbólicas da existência corporal, devidamente contextualizado no tempo histórico e no espaço social” (Ferreira 2013: 499).

professoras, direcionam as séries à realização do projeto que eles planejam para si – seja este voltado ao ganho de massa muscular de forma proporcional, ou não, ou visando qualidade de vida, com um corpo saudável, não objetivando, por conseguinte, uma compleição física musculosa por princípio, dentre outros.

Destarte, é imperativo considerar a reflexividade dos agentes sociais e a capacidade que cada indivíduo tem de atuar sobre sua própria materialidade corporal e, assim, transformá-la. Nesse processo, a noção de *agência* – pensada “como ação mais intencionalizada” (Ortner 2007: 53) – é imprescindível. Precisamos, contudo, atentarmos ao fato de que os agentes sociais em questão dialogam com estruturas que lhes são impostas – a saber: a noção de beleza corporal, de vida saudável, de masculinidade etc., vivenciando-as ora de maneira aproximadas ora de forma distintas do que a sociedade valida – e intersubjetivamente ressignificam, retrabalham essas noções – dentro de suas possibilidades educacionais, sociais, econômicas, culturais e biológicas – no remodelamento de seus corpos, pois, de acordo com Sherry Ortner (2007: 65), nunca devemos “perder de vista o fato de que o todo da meta é culturalmente constituído”.

Em vista disso, a categoria *projeto* é outra significativa para considerarmos o remodelamento corporal dos jovens masculinos que praticam musculação e/ou natação – e, claro, outras modalidades esportivas também. Para Velho (2003: 101), o projeto “busca, através do estabelecimento de objetivos e fins, a organização dos meios através dos quais esses poderão ser atingidos”. Dessa forma, *agência* e *projeto* estão imbricados e fazem parte da reflexividade dos jovens entrevistados sobre suas ações, e é nesse processo que as estratégias necessárias para se concretizar os objetivos corporais planejados são ponderadas e executadas<sup>7</sup>.

Dessa forma, os jovens com quem conversei procuram gerir sua compleição física. Nesse procedimento, precisamos ponderar a relação de poder existente entre os agentes sociais e a noção corporal vigente e, igualmente, entre indivíduo e seu próprio corpo, pois este é um agente social, o qual tem seus limites e imposições que precisam ser negociados, retrabalhados, algumas vezes ultrapassados por aqueles/as que querem

---

<sup>7</sup> Considerando os objetivos para a prática de exercícios físicos de cada agente social com quem conversei formalmente, cheguei a quatro categorias de projetos corporais: a) Projeto fisiculturista/competição; b) Projeto de corpo chamativo, definido; c) Projeto de perda, manutenção ou ganho de peso; d) Projeto de corpo saudável/bem-estar. Para mais detalhes, cf. Oliveira Júnior (2017).

reformular a sua paisagem corporal<sup>8</sup>. Logo, o corpo precisa ser visto não como uma entidade abstrata, algo que está distante do indivíduo, mas como ser encarnado, ou seja, “enquanto organismo visível e sensório-motor, (...) em que seu *design* físico, necessidades homeostáticas e capacidades sensoriais impõem ‘limitações...’” (Ferreira 2013: 520).

Ao procederem assim, os indivíduos exercitam o que Vitor Ferreira (2013) chama de excorporação que são

(...) práticas de exibição e ostentação social do corpo, materializados em manifestações expressivas que decorrem de opções e decisões do sujeito, atos de verdade conscientemente ponderados e projetados relativamente aos usos e investimentos que faz no corpo, com significados, objetivos e efeitos mais ou menos calculados. (...) práticas reflexivas e voluntárias mobilizadas pelo agente social no sentido de (re)construir, manter e dar a ver o corpo, no seu todo ou parte específicas (Ferreira 2013: 510).

É mediante a excorporação que negociações e ações acerca do corpo operacionalizam-se e materializam-se, tendo aí suporte tanto nos projetos quanto na agência dos indivíduos.

### Corpo fragmentado: questões de gênero, sexualidade e geração

Ao refletirem sobre seus corpos – considerando suas limitações e possibilidades –, elaborando para si projetos corporais, e acerca dos treinos que professores/as, seja da academia ou da natação, estruturam para que realizem, os homens jovens, algumas vezes, resistem e procuram negociar modificações. De acordo com os instrutores e as instrutoras, a reclamação tem relação com a parte do corpo que os homens mais procuram trabalhar e aquelas que eles não gostam (ou resistem mais) em exercitar.

**Patrícia\*:** [...] os homens não gostam de trabalhar perna.

---

<sup>8</sup> Falo em “paisagem corporal”, pois, para mim, o corpo pode ser pensado, mais que isso, pode ser contemplado (essa é a palavra-chave) acionando-se as mesmas características que outras paisagens como, por exemplo, ser considerado “cultural” (Berque 1998; Droz e Miéville-Ott 2005; Rocha e Eckert 2012, dentre outros), “envolta em sentidos” (Berque 1998), como “um texto” (Schama 1996) etc. Além disso, as pessoas (os corpos) fazem parte da paisagem; elas são fragmentos paisagísticos desta (Berque 1998:86; Silveira 2009: 73). Dito de outra forma, compreendo a “paisagem corporal” como a materialização nos indivíduos da “excorporação” (Ferreira 2013), a maneira (re)elaborada como os agentes sociais se dão a ver, pois, como diz Simon Schama (1996: 17) – ainda que utilizando o termo noutro contexto, mas que eu ressignifico aqui –, “a paisagem é uma obra da menete” materializada em um lugar. Essa contemplação dialoga com as noções de “gramática de produção” e “gramática de recepção”, pois “A paisagem [como, no caso aqui, a corporal] (...) é passível de ser interpretada, encerrando assim, uma hermenêutica em si mesma: ela é ao mesmo tempo a escrita e a leitura porque a ação humana que engendra marcas [“marcas que demarcam” (Ferreira 2008)] não se dá sem a interpretação [e elaborações e sentidos conscientes ou não]” (Silveira 2009: 74 – acréscimos meus).

**EJ:** E, em sua opinião, isso se daria por quê?

**Patrícia\*:** Por que acham que não precisam. [...] simplesmente porque têm as intenções centradas [...] nos membros superiores e não ligam aos membros inferiores.

**Bob\*:** Homem não gosta muito de ficar fazendo exercício da parte inferior. Então, às vezes, eles reclamam mais. Aqui na natação [...] o homem reclama mais.

**EJ:** E o que ele mais fala? Ele pede pra mudar alguma coisa ou ele só reclama, mas faz?

**Bob\*:** É, tem uns que pedem pra mudar, né? “Ah, não dá pra fazer outra coisa?” [...], mas eles reclamam mais, às vezes, de trabalho, também... Parece que a perna eles não gostam de nada. Então você dá um tipo de trabalho “Vamos lá fazer uma execução de pernada aqui. Pega a prancha. Vamos trabalhar só pernada” então, já, “Ah, não dá pra gente usar o flutuador e fazer uma braçada não sei o quê?”; então eles já reclamam a respeito desse negócio aí, eles ficam falando que está sobrecarregando a perna deles não sei o quê. Porque, até então, como eu falo, né, praticam a musculação, não fazem o fortalecimento da parte inferior e trabalham mais a parte superior, muitas vezes isso interfere muito de sentir dor, de... Na hora do nado.

Para os professores e as professoras os homens têm certa resistência em treinarem a parte inferior do corpo – salvo algumas poucas exceções – privilegiando, nesse caso, os membros superiores. Dessa forma, a partir da fala das pessoas que trabalham nos ambientes de remodelamento corporal auxiliando os alunos com quem conversei formalmente no alcance de seus objetivos, podemos perceber que o treino torna-se, muitas vezes, uma atividade fragmentada. Fragmentada não no sentido de se trabalhar grupos musculares isolada e alternadamente como, por exemplo, tríceps e peito, bíceps e costas, pernas e trapézio, mas de valorização de uma área da compleição física (no caso, a superior) em detrimento a outra (a inferior). A justificativa que atribuem para tal comportamento está relacionada com o que é mais visível da materialidade corpórea do homem. Ou seja, o foco que os agentes masculinos que malham e/ou nadam dão para o peito, braços (tríceps, bíceps), trapézio etc. acontece por ser essa a região do corpo que eles irão mostrar, seja por meio da camisa apertada, do uso da camiseta ou mesmo do dorso nu. Em vista disso, por ser a perna o fragmento corporal mais escondido, que – segundo pensam – não atrai os olhares, esta é nada ou pouco valorizada pelos homens em seus treinos.

**Peterson\*:** Os homens, mais de 90%, é claro que estes 90% é um estado metafórico, mas, quase todos os homens procuram aumentar a massa muscular, principalmente o tronco e aquilo que é mais visível que é braço; braço e peito.

**Paco\*:** Peito e bíceps [...] talvez porque é menos doloroso, mais fácil de treinar, mais confortável e é um músculo visível, que na roupa tá visível no peito, no braço... É o que mais valorizam [...] digamos assim.

**Bob\*:** ... o braço, a parte superior, né? [...] vê muito assim, questão de pegar um peitoral, um braço, um trapézio, chama mais a atenção...

**Bianca\*:** [...] é o que está mais exposto, tu entendeu? Ele usa mais a camiseta, ele usa... Quando ele tá de bermuda é mais fácil ele tirar a camisa e ficar só de short, né? Então é o que mais se expõe, entendeu? E dá aquela coi... Aquele ar de superioridade, aquela coisa mais volumosa, quando ele bota uma camisa aparece mais o volume. A perna não mais, porque ele fica mais pra baixo, ao contrário da mulher, que ela não vai botar pra fora o cor... Ela expõe mais a perna, ela anda mais de shortinho, mais de sainha. Então, é por essa exposição que acaba tu pegando e treinando mais uma parte do que outras.

O discurso de professores e professoras é uníssono quando se trata de apontar a zona do corpo que os homens nos ginásios e na natação priorizam: a região superior. Ainda que haja, por parte de alguns alunos, uma enunciação de que é necessário que se trabalhe o corpo como um todo, pode-se depreender que a percepção dos instrutores e instrutoras se confirma e isso independentemente do projeto corporal que esses indivíduos elaboram para si<sup>9</sup>. Plácido, Pascoal e Bernardo foram uns dos poucos que me disseram treinar de modo geral suas compleições físicas e ao longo de nossas conversas isso fica perceptível que, de fato, acontece. O que não ocorre, por exemplo, com Paulo, Pablo e Bruno; pois, ainda que expressando trabalharem todas as áreas de seus corpos, eles demonstraram ter uma preocupação maior – e às vezes até exclusivamente – com braços, bíceps, tríceps, ombro, peito e trapézio.

O corpo, então, é fragmentado nos treinos que envolvem o ambiente da musculação e, igualmente, da natação, seja ao se concentrar numa única área – a superior, por exemplo – ou em se preocupar em trabalhar grupos musculares com o intuito de, assim, se atingir o conjunto corporal como um todo ao longo do processo; algo que, por exemplo, Pascoal aprendeu a fazer.

**Pascoal:** Eu tento treinar o corpo em seu todo. Ao princípio eu treinava, cada vez que eu ia à academia, ao invés de passar duas horas, eu passava lá cerca de quatro, até quase o dobro, ou três horas pelo menos, porque treinava todos os grupos musculares num dia. Foi aí que, no final de um tempo, também, como eu referia a pouco, falando com outros caras que já lá estão, que já sabem o que lá estão a fazer, me disseram que eu deveria começar a isolar um pouco mais os músculos, não trabalhar tudo num dia, porque quando nós viemos à academia e treinamos, depois comemos, o corpo incha, devido ao treino e aí XXXX<sup>10</sup>, mas quando cresce, verdadeiramente, é durante o nosso sono. Daí, por que o descanso e dormir seja muito

---

<sup>9</sup> A valorização da área superior do corpo nos indivíduos masculinos que praticam a musculação também fora identificada nos trabalhos de Cesar Sabino (2000), Roger Hansen e Alexandre Vaz (2004), Sandra Santos e Adilson Salles (2009) e Mirela Berger (2010).

<sup>10</sup> Esse sinal gráfico indica palavra ou trecho inaudível ou incompreensível no áudio das entrevistas.

importante [...]. É aí que se dá o processo de construção e de reparação da massa muscular, porque rasgamos durante o treino, e aí que o corpo verdadeiramente cresce. Então, como eu treinava tudo num dia, era muito difícil lá o meu corpo depois conseguir reparar tudo e fazer o corpo crescer todo só durante escassas horas de sono. Então, é importante, agora, ao final de um tempo, todos os caras que lá estão começaram a ensinar-me como deveria fazer e a partir dessa altura comecei a treinar, e como eu treino agora, e como toda gente faz fisiculturismo treina, tentar treinar, pelo menos cinco ou seis vezes por semana, com um ou dois dias de descanso e... Ou treinar, apenas, um grupo muscular por dia ou então dois. Por exemplo, o que eu costumo fazer é, quando eu tenho menos tempo pra treinar, devido ao curso ou estágio, etc., se treina três ou quatro vezes por semana, faço dois músculos por dia. Por exemplo, o que eu costumo fazer são: ombro e pernas, bíceps e peito e tríceps e costas e o corpo fica todo treinado, faço dois grupos por dia. Se eu tiver mais tempo, se eu conseguir fazer cinco vezes, aí faço só num dia, por exemplo, faço só pernas, noutra faço só costas, noutra dia faço só bíceps, noutra só peito e noutra só tríceps e assim consigo, isoladamente, grupo a grupo, ou dois grupos no máximo por dia, é assim que conseguimos crescer verdadeiramente.

A fala de Pascoal aponta para alguns pontos importantes no remodelamento corporal não só dos indivíduos pertencentes ao Projeto fisiculturista/competição – o qual ele pertence –, mas dos outros também. Um desses é a necessidade de se realizar o descanso da musculatura trabalhada. Esse repouso se dá com a troca, de um dia de treino para o outro, do grupo muscular que fora exercitado. É consenso ainda que o músculo, com o tempo, se acostuma ao exercício que lhe vem forçando. Devido a isso, é necessário variar o estímulo dado a este para que o crescimento aconteça. Outro ponto diz respeito ao sono, ou melhor, às horas dormidas, uma vez que estas se configuram como fundamentais no processo de transmutação da compleição física, pois é nesse momento que a fibra muscular – que fora “rasgada” durante os exercícios – irá se recuperar e crescer. Dessa feita, todos esses itens estão diretamente relacionados à disciplina dos indivíduos, haja vista que, se o objetivo é a hipertrofia, então, essas pessoas terão que se dedicar aos seus treinos e, igualmente, abdicar de ficarem acordados até muito tarde, ocasionando poucas ou nenhuma ida a festas que possam prejudicar suas horas de repouso e lhes colocar em contato com substâncias e alimentos, por exemplo, que venham afetar, negativamente, seus desempenhos.

Diferente do que se possa pensar, que tal divisão e priorização dos membros superiores ocorrem somente na musculação, tal procedimento também é percebido na natação, ainda que esta, para muitas pessoas, seja vista como a modalidade física que trabalha de maneira mais completa os grupos musculares. Os homens concentram mais suas forças nos braços e, com isso, de acordo com a fala dos/as próprios/as professores/as, são mais propícios a reclamarem de treinos que envolvem as pernas. Uma das justificativas, para os alunos, é que essa parte do corpo é a mais utilizada no dia a dia e, por isso, na hora dos exercícios estão com essa zona mais cansada.



**Baruk:** Creio que sejam os braços [a parte do corpo que ele mais exercita na natação].

**EJ:** Os braços, por quê?

**Baruk:** Por causa dos movimentos que eu pratico na natação e por que eu procuro concentrar mais minha força nos braços na hora de nadar.

**EJ:** [...] Tu tens mais facilidade com qual deles [braços ou pernas]?

**Baruk:** Com os braços.

**EJ:** As pernas já dão mais trabalho?

**Baruk:** É.

**EJ:** E por que tu achas que seria isso?

**Baruk:** Acredito que por causa que eu faço mais... Eu utilizo mais as pernas no decorrer do dia do que os braços, então meus braços ficam mais descansados e minha perna eu procuro descansar um pouco na natação.

**Paulo:** [...] regra geral, acho que eles [os homens] têm mais facilidades na realização das braçadas do que propriamente das pernadas [...].

Em muitas das pessoas com quem conversei formalmente, sejam alunos ou professores e professoras, há um pensamento fragmentário do corpo que vê a região superior – que compreende os braços, os peitos, os bíceps, os tríceps, o trapézio, os ombros – de maior facilidade de trabalho para os homens, enquanto que na região inferior – formada pelas pernas e glúteos – as mulheres teriam mais destreza durante o treino, seja este na musculação ou na natação. Esse tipo de pensamento além de dicotomizar as pessoas, dividindo o universo em dois gêneros, masculino e feminino (Bourdieu 2014), também promove no âmbito da prática de exercícios físicos uma diferenciação generificada de zonas corporais.

Podemos ver essa generificação do mundo em vários contextos e, muitas vezes, nem nos damos conta dela, porque fora naturalizada. Dessa forma, a materialização da compleição física, que é sexualizada e generificada, passa a justificar e a impor algumas práticas, valores e comportamentos nas interações sociais e, na execução de exercícios físicos. A própria questão da força física é vista, por muitas pessoas e em diversas situações, como tendo variações de gênero: “força de homem” e “força de mulher”. O início do texto de Anne Fausto-Sterling (2001: 11), ao nos relatar o caso de Maria Patiño, fornece-nos um exemplo desse contexto quando diz que a atleta em reflexão: “tinha a força de uma mulher”. Esse tipo de pensamento binário e hierarquizante é encontrado nas falas de algumas das pessoas com quem conversei. E, devido a isso, é

possível, para eles e elas, dizerem que os homens possuem potência na parte superior do corpo e a mulher na inferior.

**Brenda\*:** Eles [os homens] dizem que não têm força, que a perna deles vai ser fina mesmo, que não adianta, [entre risos] não adianta; e que não querem mesmo ganhar, pronto, pra baixo. Já tem a bunda grande, a perna, também, já é grossa... [entre risos] se acham, às vezes, mas tudo bem [risos].

**Patrick:** Neste momento... Não gosto propriamente, admito que não gosto, é o treino... É as pernas. Os quadris e os gêmeos isso eu não gosto. Mas, era onde eu queria mais resultados... Quando eu treinei karatê, que é uma arte marcial, pontapés sempre foram a minha fraqueza. Do tronco pra cima eu sempre tive muita força, então, pra baixo, pernas eu nunca tive força nenhuma. E, pá, neste momento é um dos músculos que eu gostava... Não gosto de treinar, não, mas... Forço bastante nos treinos, pois gostava de ver resultados cedo, gostava de ver minhas pernas crescerem como devem ser, porque, acho que é muito... É muito desvalorizado, hoje em dia, a parte das pernas, eu vejo muito no ginásio [...] Às vezes meus colegas vêm treinar comigo e dizem “Ei, perna não! Eu vou treinar em cima, depois quando fica muito grande em cima eu treino as pernas” XXXX [...]. No verão, eu tinha mais tempo, chegava a treinar duas vezes por semana perna; não gostava nada, não! Odiávamos! [...].

**Paulo:** [...] o homem, naturalmente, costuma ter a parte de cima mais desenvolvida que a parte de baixo. O que acontece é que, naturalmente, com o treino, a parte de cima fica mais desenvolvida e haverá sempre essa proporção. Pois, o que acontece, ao longo do tempo, com o fulminar do fisiculturismo sempre foi impregnado em nós, nós homens, que devemos ter aquela determinada proporção e não acho que terá a ver, necessariamente, com a parte fisiológica, no caso do homem; no caso da mulher, talvez, porque como a mulher tem, naturalmente também tem aquele corpo de... Como é que chama? De agulha? Aquele relógio de areia... *Hourglass*. Eu não sei como é que se diz em português. É *hourglass figure*, normalmente é ter umas ancas largas, depois uma cintura fina, depois a parte de cima XXXX largas por causa das mamas, do peito. Não sei se terá, no caso dos homens, a ver com uma condição sexual, no caso das mulheres, talvez mais por causa do peito, talvez por uma condição fisiológica.

**EJ:** Tem uma parte específica que tu mais trabalhas na natação?

**Benjamin:** Braço.

**EJ:** Por que o braço?

**Benjamin:** Por que é onde eu tenho mais velocidade. Tanto que até um cara estava comentando uma vez comigo que eu tenho uma falta de coordenação no braço e na perna, entendeu? Mas por que eu uso mais o braço mesmo, porque eu acho que tenho mais potência. Às vezes eu vou bater a perna, eu não consigo, cara.

**EJ:** [...] e as mulheres?

**Benjamin:** A parte daqui [pegou nas próprias pernas], ó. O braço não. Eu acho o braço mais pro homem, entendeu? Que é mais robusto e tal, o cara ganha mais músculo.

Se a “força” do homem “está” da cintura para cima e a da mulher da cintura para baixo, quaisquer trabalhos, por exemplo, que os sujeitos masculinos realizarem na

região inferior do corpo (principalmente para os glúteos – local não diferenciado do corpo das pessoas, relacionado à submissão, à passividade, segundo comentários de Bourdieu [2014: 32]) causará de espantos a desconfianças em algumas pessoas. Essa divisão do corpo e hierarquização da força obriga os indivíduos masculinos a preocuparem-se, especialmente, com os membros superiores como uma maneira de afirmação de certa masculinidade.

Assim, concentrar a atenção aos membros inferiores, principalmente aos glúteos, feminiza o sujeito na visão de algumas pessoas<sup>11</sup>, uma vez que, pensa-se, são as mulheres que devem com mais acuidade valorizar o treino das partes abaixo da cintura. Contudo, é necessário dizer que a despeito de tal pensamento, é possível ver alguns homens trabalhando, na academia, os membros inferiores<sup>12</sup> com uma preocupação igual ou aproximada a que destinam à região superior.

Para os homens hipermusculosos entrevistados por Chaves (2010: 139), o exercitar a parte inferior é valorizado por ser esta uma área do corpo observada e cobiçada pelas mulheres. Nas minhas conversas formais há quem diga que as mulheres preferem homens com glúteos “redondinhos” e quem fale que o que elas reparam mesmo é na parte superior do corpo; contudo, não é por aí que eles justificam o treino ou não da parte abaixo da cintura. Um fator que é apontado para o não treino das pernas, por exemplo, é que o exercitar essa área causa mais dores aos indivíduos devido ao grande esforço que precisam fazer. Esse pensamento vem corroborar a ideia de que os homens possuem mais força nos braços e ao treinarem as pernas terão que empregar uma energia maior o que causaria alguma resistência, pois os cansaria mais.

Minha experiência no campo: apesar de gostar, as pernas sempre me desgastaram mais, seja no treino na academia ou na natação. Nesses dias eu precisava usar mais a força, suava bem mais (mesmo na água) e, igualmente, sentia muito os músculos (quando realizava, de forma correta, os exercícios), chegando, algumas vezes, a ficar com as pernas bambas (de “gelatina”, como eu costumava pensar e comentar

---

<sup>11</sup> Alguns professores e professoras de academias preferem elaborar, para os homens, exercícios para as pernas que trabalhem, concomitantemente, a região dos glúteos evitando, assim, aqueles treinos que focam exclusivamente a parte das nádegas e que são executados com as mãos e joelhos apoiados no chão, ou seja, “de quatro”, posição que é julgada “estranha” para os homens, mas não para as mulheres.

<sup>12</sup> É significativo dizer que, no que se refere à natação, o treino das pernas é fundamental para a execução dos quatro estilos de nados. Ainda que alguns homens concentrem suas forças nos braços e/ou reclamem para fazerem as pernadas, estas são feitas. Diferentemente, na academia, um aluno pode desprezar, por completo, o treino para as pernas.

com algumas pessoas) de tanto que tremiam e não tinha muita firmeza, principalmente ao utilizar alguma escada. No entanto, acredito que a despeito de todos esses discursos sobre o porquê de os homens, em geral, não gostarem muito de trabalharem a região das pernas, assim como gostam de exercitar da cintura para cima, o que realmente contribui para esse tipo de comportamento é o fato de serem os braços e o peitoral a área mais visível, a parte que eles mais mostram por meio da camisa apertada, do uso da camiseta ou do dorso nu.

É necessário considerar, no entanto, que se o trabalhar a região inferior é motivo de pilhéria para algumas pessoas, o desenvolver somente a área superior do corpo acabada tendo efeito semelhante, pois cria as imagens e comentários sobre “corpos sorvetes”, “cones”, “Ts”, “Vs”, ou seja, grandes em cima e finos embaixo. Isso coloca em cheque a proporcionalidade corpórea, buscada por muitos dos jovens com quem conversei. Para Paulo, por exemplo, o ideal seria um corpo *V-Shape*. Esse corpo, segundo o referido interlocutor, traz a simetria, a proporcionalidade, certa beleza corporal que foge da imagem de exagero dos fisiculturistas, considerados, por muitos, como possuidores de uma compleição física exagerada, de um corpo monstro.

Quando se fala no corpo de indivíduos que praticam atividades físicas, principalmente aquelas que estão relacionadas ao ganho de massa muscular, há uma associação que não deve ser ignorada, pois diz respeito ao contexto de transmutação corpórea por parte dos agentes sociais e, igualmente, identifica os sujeitos nos trânsitos pelos espaços de remodelamento corporal e para além deles. Esse discurso diz respeito à associação que se faz do corpo com a animalidade, com a monstruosidade. Segundo José Gil (2006: 75) “Um monstro é sempre um excesso de presença”. Desse modo, podemos ver que os monstros da academia são aqueles em que há um excesso de presença de músculos – geralmente aqueles indivíduos que pertencem ao projeto corporal de fisiculturista/competição são considerados como “monstros”, como “Hulks”, pois:

O seu corpo [o do monstro] difere do corpo normal na medida em que ele revela o oculto, algo de disforme, de visceral, de “interior”, uma espécie de obscenidade orgânica. O monstro exhibe-a, desdobra-a, virando a pele do avesso, e desfralda-a sem se preocupar com o olhar do outro; ou para o fascinar, o que significa a mesma coisa (Gil 2006: 78).

Grandes nadadores, igualmente, devido a suas enormes compleições físicas e bons resultados nas competições que participam também são considerados monstros, animais, como é o caso de Michael Gross, o “Albatroz”, de Alexandre Popov, chamado

de “Big Dog” e de Michael Phelps, conhecido como “Tubarão de Baltimore”, para citar alguns dos mais famosos. A animália, igualmente, está no excesso de uma não presença supervalorizada nos ambientes de remodelamento corporal. Por exemplo, aqueles que estão iniciando a atividade física no ginásio são comumente chamados de “frangos”<sup>13</sup>. Este termo se refere aos neófitos que não conhecem as regras, o uso dos equipamentos e dos espaços, mas, principalmente, porque não possuem a massa muscular desenvolvida. Assim como a “sucata”, na pesquisa de Chaves (2010), é uma categoria utilizada para diminuir o Outro, de estigmatização, o “frango” fala, igualmente, de um indivíduo que não possui conhecimento e nem força adequados para se tornar, digamos – para brincarmos com as palavras –, um “galo”, ou seja, alguém forte, que impõem presença<sup>14</sup>. Esses nomes (monstro, Hulk e frango), além de outros (grandão, gigante etc.) circulam pelos ambientes de transmutação corpórea e contribuem para identificar os agentes sociais durante o processo de remodelamento do corpo.

Assim, independente do projeto corporal formulado pelos jovens com quem conversei formalmente, o discurso que eles têm ao praticarem atividade física, seja na musculação ou na natação, é de proporcionalidade, de crescimento simétrico, ou próximo a isso, tanto dos membros superiores quanto dos membros inferiores. Contudo, a prática por eles vivenciada, muitas vezes, contradiz tal discurso, pois há uma prevalência nos homens de se procurar desenvolver mais a região superior do corpo, como demonstrado anteriormente.

Outros elementos, contudo, surgem para se pensar essa fragmentação quando se acionam, para a análise, os marcadores relacionados à idade e à sexualidade. Assim, os homens considerados mais novos (a partir dos 15, 16 anos), ponderando-se a fala das pessoas que trabalham nos espaços de remodelamento corporal auxiliando os indivíduos no alcance de seus objetivos, são percebidos privilegiando o treino na parte superior do corpo, pois possuem o foco na estética corporal. São agentes sociais que, segundo os/as profissionais com quem conversei, procuram expor mais suas paisagens corporais remodeladas ou em processo de transmutação. Os indivíduos masculinos considerados “mais velhos” (para alguns a partir dos 30, 31 anos e para outros a partir dos 40 anos) já esboçam uma preocupação com o corpo como um todo, buscando, dessa forma, dispor

---

<sup>13</sup> Na natação não percebi que existisse qualquer nomenclatura, do tipo do “frango” da academia, para designar os iniciantes.

<sup>14</sup> É interessante perceber que um indivíduo fraco, covarde, novo também é conhecido, na sociedade de modo geral, como frangote, uma derivação do “frango”.

de uma vida com mais qualidade física e mais saudável. Assim, os mais velhos, de acordo com as pessoas com quem dialoguei, não possuem grandes preocupações com a quantidade de peso que levantam ou com o tempo que levam para nadarem determinadas distâncias<sup>15</sup>. Esse comportamento diferenciado no que tange ao trabalho corporal de homens jovens e mais velhos também foi identificado por Sandra Santos e Adilson Salles (2009) em pesquisa realizada em uma academia de musculação da zona norte do Rio de Janeiro.

É necessário, no entanto, dizer que esse “mais velho” não se refere, necessariamente, ao ser “idoso”. Dessa feita, é significativo percebermos que bem mais que uma inscrição etária impressa na carnalidade do corpo, os interlocutores utilizam como demarcação para classificar quem é “jovem” e quem é “mais velho” a questão dos objetivos relacionados à exposição corporal ou à qualidade de vida. Ou seja, para as pessoas com quem dialoguei na realização desta pesquisa, os jovens procuram remodelar seus corpos com a finalidade de exibi-lo, de demonstrar uma compleição física musculada, “sarada”<sup>16</sup>, e, dessa forma, muitas vezes só privilegiam a região superior do corpo, enquanto que os “mais velhos” estão mais preocupados em, a partir de exercícios físicos, obter qualidade de vida, sair do sedentarismo, melhorar a saúde e, devido a isso, procuram exercitar, de maneira mais equilibrada, as áreas acima e abaixo da cintura.

**EJ:** O que tu achas que pesa mais? A busca desses homens é mais por saúde ou por estética?

**Bete\*:** Depende da faixa etária. Eu acho que os mais novos, estética; conforme vai adquirindo uma certa idade, saúde.

**Bob\*:** [...] eles [os homens a partir dos 40, 45 anos] buscam esse condicionamento, essa prática de exercício para melhorar de vida, por melhor... Pra melhorar cardiorespiratoriamente, esses negócios; tanto que eu passo exercício de perna, braço e eles fazem a execução todinha sem reclamar.

**EJ:** E os jovens?

**Bob\*:** [...] mais para ter um corpo bacana, não é? Pra... Na questão da aparência mesmo.

---

<sup>15</sup> É necessário ter em conta que se trata de uma visão geral sobre quem os interlocutores estão chamando de “jovens” e de “mais velhos” e as maneiras de se trabalhar o corpo por eles. Desse modo, é preciso considerar que há exceções.

<sup>16</sup> De acordo com Sandra Santos e Adilson Salles (2009: 88) o termo “sarado” faz relação entre beleza e saúde: “um adjetivo que deriva do verbo ‘sara’, ou seja, ‘recobrar a saúde’ ou ‘curar uma ferida’, mas que foi ressignificado para ‘corpo modelado’ ou ‘corpo musculoso’”. Ser “sarado” é estar “curado” da doença que a gordura e a flacidez configuram para quem pratica atividade física e, assim, apresentar um corpo rígido, tonificado e sem ou com níveis mínimos de adiposidade (Goldenberg e Ramos 2002: 30-31).

**Paco\*:** [...] Os mais velhos [...] valorizam o todo, o equilíbrio, sim! Tentam encontrar mais o equilíbrio, não procuram tanto levantar mais peso, não procura... Procuram o todo, o equilíbrio [...]. O mais velho já busca mais uma qualidade de vida.

**Plínio\*:** O homem mais velho, tendencialmente, é mais equilibrado; o homem mais novo tem mais preocupação com a parte superior, sim, sem dúvida.

A sexualidade, também, será outra maneira de olhar a fragmentação do corpo que é trabalhado nas academias e na natação. Para muitos, o ser heterossexual ou homossexual, igualmente, terá influência na forma como os indivíduos procurarão remodelar seus corpos. Assim, na visão dos/as interlocutores/as, os homens heterossexuais priorizam a parte superior do corpo enquanto que os homossexuais procuram trabalhar o todo, muitas vezes dando ênfase à região inferior. Essa visão de que os homossexuais priorizam a parte abaixo da cintura, de igual modo, contribui para a resistência de alguns homens heterossexuais em treinarem as pernas e, em específico, os glúteos, como destacam Bernardo e Bruno em suas falas, pois a virilidade está associada à área superior do corpo do mesmo modo que a área inferior vincula-se à feminilidade (Malysse 2007: 104).

Apesar de se constatar modificações nesse cenário, tal pensamento de que há áreas do corpo interditas para cada gênero exercitarem (por exemplo, os glúteos para os homens e o peito para as mulheres) ainda se faz presente nos ambientes de remodelamento corporal e gera comentários jocosos. Chaves (2010), a partir de sua pesquisa, fala-nos que a parte menos utilizada pelos homens nas academias é onde se concentram os aparelhos para se trabalhar as pernas e, principalmente, os glúteos. Ainda que ele perceba a mudança de comportamento de alguns indivíduos masculinos que treinam para “sair do estigma do *homem sorvete*, *homem chuchu*, ou seja, largo em cima e fino em baixo” (Chaves 2010: 91 – destaques do autor), porque estes acreditam que o corpo deve ser trabalhado na sua totalidade e, também, por considerarem que braços e pernas hipertrofiados agradam as mulheres, o pesquisador revela que o treino de glúteos por parte de agentes masculinos ainda é alvo de brincadeiras que colocam em questão a heterossexualidade dos indivíduos.

Novamente chamo a atenção para o fato de existirem as exceções em relação a essa visão geral, pois como dizem Bruno e Plácido:

**Bruno:** Existe muito na academia, na musculação... Assim, tem muitos homens que não malham perna ou glúteo, porque falam que é exercício só de mulher. Eu já não concordo. Pra mim, assim, tem que malhar como um todo, porque não adianta tu parecer, assim, como o pessoal fala “um sorvete”, aí, tipo, o superior grande, a perna fina, tudo mais, eu não gosto.

**EJ:** Aí tu achas que é mais por causa dessa questão do preconceito mesmo que eles têm um pouco dessa resistência?

**Bruno:** Sim. Sim... [...] pra pessoas que têm certeza da sua sexualidade não tem problema.

**Plácido:** [...] acho que é uma parte do corpo como outra qualquer e eu acho que as pessoas têm... Até porque, se quiser ter um corpo equilibrado isso também tem que fazer parte, não é? Não acho, não acho que seja uma coisa estranha.

É significativo percebermos a contradição no fato dos homens buscarem, atualmente, certo equilíbrio corporal – o que se traduz em ter que trabalhar de igual modo todos os músculos – e ainda, assim, verem como “de mulher” o treino de pernas e, principalmente, o de glúteos. É necessário, no entanto, considerar que ter um corpo grande, com músculos desenvolvidos e ostensíveis, faz parte da “cultura da aparência viril” (Courtine 2013: 563). Desse modo, a valorização do exercitar braços, peito e ombros por parte dos indivíduos masculinos os colocam em conformidade com certa imagem de homem, a qual relaciona músculos com força e proteção (Sabino 2000, Bourdieu 2014), mas, também, materializa uma corporeidade que se distancia daquela que é imposta às mulheres a qual tem como símbolo, dentro dos ambientes de remodelamento corporal – mas não somente ali – a região inferior do corpo<sup>17</sup>.

## Considerações finais

O trabalhar, principal ou exclusivamente, a área superior da compleição física, em detrimento à inferior, além de estar relacionado às dicotomias homem e mulher; heterossexual e homossexual; e, jovens e “mais velhos”, também se relaciona à noção de masculinidade hegemônica que, dentre várias características e imposições comportamentais, tem a anulação, no corpo masculino, de aspectos vistos como femininos (Connell 1995; Vale de Almeida 1996, 2000; Kimmel 1998; Connell e Messerschmidt 2013).

---

<sup>17</sup> No cotidiano, considera-se “masculinizada” as mulheres cuja parte superior do corpo, seja por meio da musculação ou da natação – ou de outra modalidade esportiva –, é bastante desenvolvida. Cf. Cesar Sabino (2000, 2007), Stéphane Malysse (2007).



Dessa feita, no processo de remodelamento corporal e formulação dos projetos dos homens jovens é imprescindível atentarmos para a coexistência de aspectos simbólicos e sociais de uma masculinidade vista como antiga, clássica ou tradicional e outra atual, moderna ou pós-moderna que apontam para formas de ser e estar no mundo dialogando com inúmeros elementos comportamentais e estéticos (re)significados.

## Referências

Barreto Januário, S. M. B. 2010. As masculinidades contemporâneas e a sua representação nos media: as revistas de estilo de vida masculina Men's Health com edição em Portugal e Brasil. *BOCC*: 01-16. Disponível em: <<http://www.bocc.ubi.pt/pag/januario-soraya-as-masculinidades-contemporaneas.pdf>>. Acesso em 03 nov. 2016.

\_\_\_\_\_. 2014. De homem para homem: cultura, imagem e representações masculinas na Publicidade. *Redes.com* (9): 397-428. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4718689>>. Acesso em 03 nov. 2016.

Berger, M. 2010. “Felicidade é entrar num vestido P”: o culto ao corpo na sociedade urbana contemporânea. *Cadernos de campo* (19): 69-90. São Paulo: Departamento de Antropologia/FFLCH/USP.

Berque, A. 1998. Paisagem-marca, paisagem-matriz: elementos da problemática para uma geografia cultural, in *Paisagem, tempo e cultura*. Editado por R. L. Corrêa & Z. Rosendahl, pp. 84-91. Rio de Janeiro: EdUERJ.

Bourdieu, P. 2014. *A dominação masculina*. Tradução de M. H. Kühner. Rio de Janeiro: BestBolso.

Canevacci, M. 1993. *A cidade polifônica: ensaio sobre a antropologia da comunicação urbana*. Tradução de C. Prada. São Paulo: Studio Nobel.

Chaves, J. 2010. *Corpo “sarado”, corpo “saudável”?* Construção da masculinidade de homens adeptos da prática da musculação na cidade de Salvador. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador.

Connell, R. 1995. Políticas da masculinidade. Tradução de T. T. da Silva. *Educação & Realidade* 20(2): 185-206.

\_\_\_\_\_. & Messerschmidt, J. W. 2013. Masculinidade hegemônica: repensando o conceito. *Estudos Feministas* 21(1): 241-282. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0104-026X2013000100014>>. Acesso em 04 mar. 2015.

Courtine, J-J. 2013. Robustez na cultura: mito viril e potência muscular, in *História da virilidade: a virilidade em crise? Séculos XX-XXI*. Editado por A. Corbin, \_\_\_\_ & G.

Vigarello, pp. 554-577. Tradução de N. C. de M. Sobrinho & T. de A. e L. Florêncio. Petrópolis, RJ: Vozes.

Droz, Y. & Miéville-Ott, V. 2005. Le paysage de l'anthropologue, in *La polyphonie du paysage*. Editado por \_\_\_\_ & \_\_\_\_, pp. 05-20. Lausanne, Suíça: Presses polytechniques et universitaires romandes.

Enguix, B. 2012. Cultivando cuerpos, modelando masculinidades. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares* LXVII(1): 147-180. Disponível em: <<http://rdtp.revistas.csic.es/index.php/rdtp/article/view/269/269>>. Acesso em 03 nov. 2016.

Fausto-Sterling, A. 2001. Dualismos em duelo. *Cadernos Pagu* (17-18): 09-79. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0104-83332002000100002>>. Acesso em 14 jun. 2015.

Ferreira, V. S. 2013. Resgates sociológicos do corpo: esboço de um percurso conceptual. *Análise Social* XLVIII(208): 494-528. Disponível em <[http://analisesocial.ics.ul.pt/documentos/AS\\_208\\_a01.pdf](http://analisesocial.ics.ul.pt/documentos/AS_208_a01.pdf)>. Acesso em 06 mai. 2015.

Gil, J. 2006. *Monstros*. Tradução de J. L. Luna. Lisboa: Relógio D'Água Editores.

Goldenberg, M. & Ramos, M. S. 2002. A civilização das formas: o corpo como valor, in *Nu & Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Editado por M. Goldenberg, pp. 19-40. Rio de Janeiro: Record.

Gomes, R.; Nascimento, E. F. do & Araújo, F. C. de. 2007. Por que os homens buscam menos os serviços de saúde que as mulheres? As explicações de homens com baixa escolaridade e homens com ensino superior. *Cad. Saúde Pública* 23(3): 565-574. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2007000300015>>. Acesso em 06 mai. 2015.

Hansen, R. & Vaz, A. F. 2004. Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação. *Rev. Bras. Cienc. Esporte* 26(1): 135-152. Disponível em: <<http://www.revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/view/109>>. Acesso em 07 jun. 2016.

Kimmel, M. S. 1998. A produção simultânea de masculinidades hegemônicas e subalternas. Tradução de A. F. Leal. *Horizontes Antropológicos* 4(9): 103-117. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ha/v4n9/0104-7183-ha-4-9-0103.pdf>>. Acesso em 04 nov. 2018.

Malysse, S. 2007. Em busca dos (H)alteres-ego: olhares franceses nos bastidores da corpolatria carioca, in *Nu & Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. 2. ed. Editado por M. Goldenberg, pp. 79-137. Rio de Janeiro: Record.

Oliveira Júnior, E. B. de. 2017. “*Cada um sabe do seu próprio corpo*”: masculinidades, projetos corporais e treinos. Tese de doutorado. Programa de Pós-Graduação em Antropologia. Universidade Federal do Pará, Belém.

Ortner, S. 2007. Poder e projetos: reflexões sobre a agência, in *Conferências e diálogos: saberes e práticas antropológicas*. Tradução de S. Campos. Editado por M. P. Grossi, C.

Eckert & P. H. Fry, pp. 45-80. Blumenau: Nova Letra. Disponível em <<http://www.abant.org.br/conteudo/livros/ConferenciaseDialogos.pdf>>. Acesso em 05 mai. 2015.

Porto, A. de A. & Lins, R. G. 2009. Imagem corporal masculina e a mídia. *Efdeportes.com* 14(132): 01-10. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd132/imagem-corporal-masculina-e-a-midia.htm>>. Acesso em 03 nov. 2016.

Ribeiro, C. R. S. 2011. *Sexualidade, corpo e saúde masculinos*: transformações e permanências nos discursos de homens e da revista Men's health. Tese do doutorado. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva. Universidade do Estado do Rio de Janeiro, RJ.

Rocha, A. L. C. da & Eckert, C. 2013. A fabricação das paisagens, os jogos da memória e os trabalhos da imaginação criadora, in *Antropologia da e na cidade*: interpretação sobre as formas da vida urbana. Editado por \_\_\_\_ & \_\_\_\_, pp. 209-235. Porto Alegre: Marcavizual.

Sabino, C. 2000. Musculação: expansão e manutenção da masculinidade, in *Os novos desejos*: das academias de musculação às agências de encontros. Editado por M. Goldenberg, pp. 61-103. Rio de Janeiro: Record.

\_\_\_\_. 2007. Anabolizantes: drogas de Apolo, in *Nu & Vestido*: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. 2. ed. Editado por M. Goldenberg, pp. 139-188. Rio de Janeiro: Record.

Santos, S. F. dos & Salles, A. D. 2009. Antropologia de uma academia de musculação: um olhar sobre o corpo e um espaço de representação social. *Rev. bras. Educ. Fís. Esporte* 23(2): 87-102. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1807-55092009000200001>>. Acesso em 21 jul. 2016.

Schama, S. 1996. *Paisagem e memória*. Tradução de H. Feist. São Paulo: Companhia das Letras.

Silveira, F. L. A. da. 2009. A paisagem como fenômeno complexo, reflexões sobre um tema interdisciplinar, in *Paisagem e cultura*: dinâmicas do patrimônio e da memória na atualidade. Editado por F. L. A. da Silveira & C. D. Cancela, pp. 71-83. Belém: EDUFPA.

Vale de Almeida, M. 1996. Gênero, masculinidade e poder: revendo um caso do sul de Portugal. *Anuário Antropológico*, Tempo Brasileiro 95, pp. 161-189.

\_\_\_\_. 2000. *Senhores de si*: uma interpretação antropológica da masculinidade. 2.ed. Lisboa, Portugal: Fim de século.

Velho, G. 2003. *Projeto e metamorfose*: antropologia das sociedades complexas. 3.ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed.

\_\_\_\_. 2006. Juventudes, projetos e trajetórias na sociedade contemporânea, in *Culturas jovens*: novos mapas do afeto. Editado por M. I. M. de Almeida & F. Eugênio, pp. 192-200. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed.