

Sacrifícios e Benefícios de homens praticantes de musculação: a relação entre beleza, saúde e culto ao corpo na busca por corpos (hiper) musculosos

Coelho Guimarães, J.A.; Christofolletti, A.E.M.; UENO, D.T.; OLIVEIRA, V.A.; BRANDT, A.T.; Kokubun, E.

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro - São Paulo, Brasil

O corpo é uma construção sociocultural, delineado sob os padrões vigentes, regido por interesses e normas hegemônicas dos contextos onde está inserido, sendo reconstruído dentro das normas capitalistas, as quais potencializam a felicidade superficial, cirúrgica, muscular e o corpo dócil que busca atingir a perfeição. Assim, as experiências socioculturais perpassam o corpo, o qual expressa símbolos e significados e, um dos ambientes onde tais corpos são moldados, fortalecidos, aproximam dos padrões de beleza e saúde, é a academia de musculação. Deste modo, esta pesquisa identificou o perfil, os motivos de aderência e a opinião dos praticantes de musculação acerca das relações entre beleza, saúde e culto ao corpo aliadas à busca para atingir corpos (hiper) musculosos dentro das academias. Os praticantes foram identificados em uma cidade de pequeno porte de Minas Gerais e uma cidade de médio porte de São Paulo, selecionados por conveniência e com base nos seguintes critérios de inclusão: a) indivíduos do sexo masculino, b) 18 a 30 anos; c) frequência semanal entre 5 e 7 dias, e d) 2 anos ou mais de aderência à prática de musculação. Os dados foram coletados por um questionário sociodemográfico e uma entrevista semiestruturada, as quais foram gravadas e transcritas na íntegra. Foi realizada análise estatística descritiva e utilizada a técnica de codificação simples, criando-se as categorias *Motivadores*; *Academia/Corpo*; *Saúde*; *Beleza* e subcategorias relacionadas às categorias principais. Foram entrevistados 30 praticantes, com média de 23 anos de idade, dos quais 66% possuíam ensino superior incompleto, 41% sem renda mensal, 45% trabalhavam entre 8 e 10 horas/dia, 93% eram solteiros e 97% não possuíam filhos. Em relação ao tabaco e álcool, 93% e 69% não faziam uso, respectivamente. Referente à prática de musculação, 52% dos praticantes eram adeptos a mais de 5 anos e 79% permaneciam de 60 a 90 minutos/dia na academia. Para os dados categorizados, encontram-se na categoria *Motivadores*: bem-estar; melhorar a autoestima, saúde, estética; diminuir o estresse; socializar; ter aceitação social e resultados. Na categoria *Academia/Corpo*: vício; corpo ideal; dedicação; obsessão; exagero; foco; espelho; fisiculturista. Já para a categoria *Saúde*: bem-estar; satisfação corporal; não beber, fumar ou usar drogas ilícitas; não ter doenças; não ser sedentário; auxiliar na alimentação; sem sacrifícios corporais e, para a categoria *beleza*: nascer belo; corpo atlético; forte; aceitação; rosto bonito; ter um corpo legal; ser simétrico; fisiculturista e dedicação. Sendo assim, as academias de musculação ainda são habitadas por adultos jovens, os quais constroem suas subjetividades por meio de seus corpos, tendo aspectos negativos como a reprodução do padrão de corpo, beleza e alguns sacrifícios para atingir os resultados corporais. No entanto, proporcionam benefícios à saúde dos praticantes, aproximando-os de hábitos de vida saudáveis, satisfação física e psicológica.

Palavras-chave: Corporeidade; Masculinidade; Musculação; Culto ao corpo.

Apoio da CAPES e CNPq.

Agradecimentos ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas e Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho.



E-mail: jean13ef@gmail.com