



## **DISCIPLINAMENTO NAS ACADEMIAS: O CUIDADO DE SI SOB O PODER E A IDEOLOGIA<sup>1</sup>**

Pamela Soares Alves<sup>2</sup>

Lana Lima Pereira<sup>3</sup>

Rogério Gonçalves de Freitas<sup>4</sup>

### **RESUMO**

*Este trabalho refletiu etapas preliminares de construção e autoconstrução do sujeito lipofóbico na sociedade neoliberal. O objetivo foi mostrar como a ideologia e o poder influenciam na ocupação e no cuidado de si. Foi realizada uma pesquisa qualitativa com sujeito privilegiado, uma professora de uma academia de Belém-PA. Como resultado verificamos que a valoração do corpo magro e da vida saudável impulsionam o disciplinamento.*

*PALAVRAS-CHAVE: disciplinamento; corpo; lipofobia.*

### **INTRODUÇÃO**

Neste trabalho relacionamos a lipofobia à técnica de poder e à ideologia, apresentando-a com nuances do olhar fenomenológico. Ele foi desenvolvido a partir de estudos e pesquisas na área de educação física, de filosofia e de sociologia. Para este trabalho, com pesquisa qualitativa, utilizamos diálogos da entrevista com sujeito privilegiado, uma professora de educação física que trabalha em renomada academia na cidade de Belém-Pa. Elucidamos a construção e autoconstrução do sujeito lipofóbico e a eficiência autorregulada de sua vida. Correlacionamos o conceito de lipofobia com a técnica biopolítica de disciplinamento do corpo, pensada por Foucault (2008). Aproveitamos alguns conceitos da fenomenologia e aspectos de sua metodologia, por julgá-la enriquecedora na busca de compreensão dos fenômenos em sua singularidade.

O ser humano no mundo tem comportamentos fundamentais, disposições *a priori* que o impulsionam a agir, Heidegger (2012, p. 539) nos apresenta em sua fenomenologia que o ser do homem no mundo é o cuidado, nós nos preocupamos conosco e com os outros seres, assim como também nos ocupamos com objetos, coisas e utensílios. Pré-ontologicamente compreendemos essa maneira de existir e assim existimos. Por isso as ontologias, em suas diversas construções, podem produzir influenciadores como o poder e a ideologia que orientam e conduzem o cuidado de si e a ocupação, sendo capazes de disciplinar o comportamento humano.

1 O presente trabalho (não) contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

2 Universidade Federal do Pará, pamela.soares.alves@gmail.com

3 Universidade Federal do Pará, \_lanamist@hotmail.com

4 Universidade Federal do Pará, rogeriogonfrei@yahoo.com.br

No século XX, a influência da ideologia da vida saudável tem se reafirmado como verdade para o corpo, o que torna o fenômeno mais recente com o discurso da lipofobia. O discurso fundamentado na ciência e nas indústrias, estas com grande interesse tanto no consumo quanto na produção de corpos modelos, afirma que é preciso ter aversão à gordura. É essa forma de disciplinamento que tem sido transmitida à geração *fitness* e *wellness*. Esse disciplinamento coloca a necessidade de aderir, a qualquer custo, ao estilo de vida saudável em vistas de fugir de todo tipo de doença, da aparência e efeitos do envelhecimento no corpo. O poder se instala nas formas atuais de disciplinamento do corpo e vincula as necessidades humanas às leis da economia política. Assim é possível moldar e conduzir o cuidado de si e a ocupação inerentes ao homem.

## **A FENOMENOLOGIA**

Heidegger nos expressa o conceito de fenomenologia, ela é “fazer ver a partir dele mesmo o que se mostra tal como ele por si mesmo se mostra” (2012, p.119). Após a definição de fenomenologia, o filósofo nos lança a pergunta “que é que a fenomenologia deve ‘fazer-ver’?” (2012,121), manifestamente há o que não se mostra inteiramente, no mais das vezes, algo que se mantém oculto, encoberto, dentro do que se mostra, simultaneamente esse algo oculto está conectado ao que se mostra, chegando até a compor seu significado e fundamento, para o filósofo isso que “permanece *encoberto* ou volta a se *encobrir* ou só se mostra sob *disfarce* não é este ou aquele ente mas, como as precedentes considerações mostraram, é o *ser* do ente” (2012, p.121), que por ficar encoberto fora até esquecido, mas cabe a fenomenologia toma-lo como objeto a ser descoberto, mostra-lo como fenômeno, ela é o modo-de-acesso para a construção da ontologia.

## **FORMAS DE DISCIPLINAMENTO DO CORPO**

Percebemos uma valorização do corpo magro como ideal de saúde, beleza e longevidade. Essa valorização provocou mudanças profundas nas diferentes esferas da vida, e impactam diretamente o corpo no sentido de direcionar comportamentos uniformizados nos indivíduos que, incorporam atualmente, o modo de vida *fitness* ou *wellness*. Modo de vida que se materializa por meio das linguagens do discurso, da imagem memorada e dos gestos que permitem o desejo-estímulo, fabricando assim o corpo ideal. Fortaleceu-se a ideologia do ser saudável, como forma dominante de disciplinamento do corpo.

A idealização da saúde como verdade do corpo vai traçando um processo de transmissão calculista das ações. Esse é o processo de racionalização das práticas corporais que vai intensificar a divisão entre o normal e o patológico, saúde e doença, corpo e alma, vida e morte.

Nossa primeira reflexão que seguiu com um questionamento à professora foi quanto ao fenômeno do movimento das pessoas as academias, pois na cidade de Belém tem crescido bastante, parte dessas pessoas vão à academia após longas jornadas de trabalho. Perguntamos quais modalidades de atividades as pessoas encontram na academia pesquisada? A professora nos respondeu:

Temos musculação, ginástica – spinning, power abs, -, condicionamento físico, ritmos, treinamentos funcionais, antiestresse – yoga, pilates, axis –, esportes – vôlei, futebol, basquete, natação –, circo, lutas – jiu-jitsu, judô, muay thai, boxe –, hidroginástica.

Em seguida perguntamos como funciona algumas modalidades de aulas, as funcionais por exemplo?

É uma aula mista, não é uma aula neuro muscular e não é também uma aula antiestresse. É uma aeróbica, ela é de tudo um pouco. Ela trabalha mais com a queima gastro-calórico, pra quem quer perder peso em curto prazo, diferente da musculação que tem perda de peso de médio a longo prazo. A ginástica não, ela é uma aula um pouco mais acelerada para ter uma maior queima calórica, para quem tem o objetivo de perder peso mais rápido, porém quanto mais rápido, mas você estagna com facilidade, porque como é uma aula aeróbica você precisa estar sempre com uma intensidade cada vez maior e nem sempre teu corpo acompanha, tua fisiologia acompanha.

Através das duas falas da professora podemos refletir que a academia é um espaço de movimento direcionado, orientado, em que existem atividades e padrões rítmicos diversos, o cliente é inserido no universo da academia que traz uma imagem de que lá ocorrem diferentes acontecimentos, ou seja, ele se ocupará com uma série de exercícios. Por meio dos exercícios e da orientação do professor de educação física o cliente estará cuidando de si. Dentro desse processo o corpo disciplina-se, o cliente fará quantos exercícios e repetições forem necessário para cuidar de si.

## **A IDEOLOGIA**

Uma das várias concepções existentes sobre ideologia vem de Marx, Michel Löwy explica que para este a “ideologia aparece como equivalente à ilusão, falsa consciência, concepção idealista na qual a realidade é invertida e as ideias aparecem como motor da vida real” (2012, p.12). As produções das ideias, das representações e da consciência estão condicionadas às atividades da vida tomada como real, produzida por grupos dominantes na sociedade, os autores ainda afirmam que “não é a consciência que determina a vida, mas sim a vida que determina a consciência” (MARX; ENGELS, 2007, p.20). Dessa maneira, o disciplinamento do corpo impõe-se a partir da interação com os outros indivíduos em sua materialidade social. O indivíduo em contato com as pessoas as quais interagem, pela vivência cotidiana, representa as ideias, imagens e situações no plano da sua consciência, esta tomada como real, mas produzida por grupos dominantes.

## **O PODER**

A hegemonização do tecido social pelo processo de governo também associa o disciplinamento do corpo ao poder como entreviu Foucault (1987). Esta se transfigura em técnica biopolítica que se corporifica no micro poder para controle e autocontrole entre o poder do Estado, das corporações trans e multinacionais e a sociedade civil. Apresenta o objetivo de aproveitamento completo de sujeitos econômicos que saibam empreender a si mesmo. A ideia de saúde ganha espaço e preocupação prioritária. O discurso lipofóbico é assumido pelo indivíduo como saber-poder e é reproduzido em um disciplinamento unívoco e dominante.

## A BIOPOLÍTICA DO CORPO MAGRO

A técnica biopolítica localiza a lipofobia como discurso ideológico que deve incidir sobre as formas de gestão e autogestão da vida dos indivíduos em sociedade. A nova razão de governo é a arte científica de governar. Esta arte determina as condutas dos indivíduos de forma mais intensificada nos dias atuais. Esse modelo universalizante, apresenta uma característica determinante para a regulação dessa arte: o regime de verdade demarcado sob as leis de mercado. Os produtos ideológicos desses regimes é que dão vida a determinações tidas como verdadeiras, a exemplo dos conceitos de saúde, doença, sexualidade e loucura. Esses produtos vêm, ao mesmo tempo, colocando marcas nos corpos, primeiro em forma de técnica de disciplinamento, segundo, sob a delimitação das gerências governamentais do sistema jurídico-político (FOUCAULT, 1987; 2008).

Na perspectiva do disciplinamento do corpo, como forma de poder, toma-se o discurso lipofóbico como um importante dispositivo de vigilância dos corpos para que os indivíduos tenham aversão permanente ao corpo gordo e à gordura. Ao adotarem a ideia de corpo magro como saudável e tornarem as atividades da sua vida cotidiana voltadas à permanente transformação e aperfeiçoamento deste corpo.

Por meio da entrevista percebemos que a academia tem vários fins com as modalidades oferecidas, entendemos que não seria apenas vender um corpo definido aos clientes, a professora respondeu:

Hoje a [academia investigada] não trabalha com atletas de alto rendimento, como fisiculturismo. Ela está voltada para a área de saúde, a gente tem o programa prevenção, temos o cuidado muito grande com as patologias que estão vindo com muita força nesse século, como a obesidade, a hipertensão, a diabetes, as lipidemias, que são os colesteróis e triglicerídeos altos, então nós estamos preocupados com esse público e é realmente esse público que tem a maior parcela na academia.

A academia é um espaço para cuidar de si, notamos que a construção da lipofobia condiciona diversas áreas, criando justificativas tanto de práticas a serem ensinadas quanto aprendidas. Há um sincronismo biopolítico capaz de emaranhar ideologia e poder em uma construção teórica-prática de vida saudável.

Nos pareceu oportuno perguntar a professora o que considera como corpo ideal? Obtivemos como resposta:

Na minha percepção, o corpo ideal é o que a gente estuda cientificamente, de acordo com os percentuais de gordura que os protocolos científicos nos dão, que é de 19% de gordura, esses são os meus parâmetros. [...]

A taxa de 19% expressa o cálculo para separar saúde de patologia, pode-se mensurar se o comportamento das pessoas estão afastando-as da gordura. O disciplinamento é muito mais eficaz se existem quantificadores de saber-poder. Voluntariamente com base em evidências científicas os corpos cedem para ocupar-se e cuidarem de si em nome da saúde.

## CONCLUSÃO

O cuidado de si e ocupar-se com as coisas são intrínsecos ao homem, entretanto nem sempre sabemos como fazê-lo. O discurso lipofóbico construído de diferentes

esferas de ideologia e de poder (das pesquisas médicas, das indústrias farmacêuticas, de cosméticos, das cirurgias plásticas, da mídia, da moda e do Estado) persuade o sujeito a moldar, como o professor de educação física, e a ser moldado, como os clientes que procuram a academia.

## DISCIPLINING IN GYMS: CARE YOURSELF UNDER POWER AND IDOLOGY

**ABSTRACT:** *This paper consider preliminary steps of construction and self-construction of a lipophobic person in neoliberal society. The goal was to show how ideology and power influence in the occupation and in the care ourself. Was accomplished a qualitative research with person privileged, a teacher of a Belém-Pa gym's. How result we verify which of valuation thin body how and healthy life drive disciplining.*

**KEYWORDS:** *disciplining; body; lipophobia.*

## DISCIPLINAMIENTO EN LAS ACADEMIAS: EL CUIDADO DE USTED BAJO EL PODER Y LA IDEOLOGÍA

**RESUMEN:** *Este trabajo ha reflejado las partes antecedentes de la construcción y autoconstrucción de la persona lipofóbica en la sociedad neoliberal. La intención fue enseñar como la ideología y el poder influían en la ocupación y en el cuidado de usted. Ha sido realizada una investigación cualitativa con sujetos privilegiado, una profesora de gimnasio de Belém en la provincia de Pará. Como resultado verificamos la valoración del cuerpo flaco y del vida saludable impulsionam el disciplinamiento.*

**PALABRAS CLAVES:** *disciplinar; cuerpo; lipofobia.*

## REFERÊNCIAS

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir:** nascimento da prisão. Petrópolis, Vozes, 1987.

FOUCAULT, Michel. **O nascimento da biopolítica.** Curso dado no Collège de France (1978-1979). São Paulo: Martins Fontes, 2008

FURTADO, Roberto Pereira. Do Fitness ao Wellness: os três estágios das academias de ginástica. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 12, n. 1, p.1- 11, mar. 2009.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e Tempo.** Campinas, SP: Unicamp; Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2012.

MARX, Karl. **Manuscritos econômico-Filosóficos.** São Paulo: Boitempo, 2008. [1844]

MARX, Karl.; ENGELS, Friedrich. **A Ideologia Alemã.** 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007. [1818-1883]

MARX, Karl.; ENGELS, Friedrich. **Manifesto do Partido Comunista.** 2 ed. São Paulo: Martin Claret, 2012. [1948]

TEIXEIRA, Fábio Luís Santos; FREITAS, Clara Maria Silvestre Monteiro de; CAMINHA, Iraquitã de Oliveira. A lipofobia nos discursos de mulheres praticantes de exercício físico. **Motriz.** Rio Claro, v.18 n.3, p.590-601, jul./set. 2012.