

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS**

**MULHERES NA MEIA-IDADE:
CORPOS, ENVELHECIMENTOS E FEMINILIDADES**

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Marcia Regina Medeiros Veiga

**Santa Maria, RS, Brasil
2012**

MULHERES NA MEIA-IDADE:

CORPOS, ENVELHECIMENTOS E FEMINILIDADES

Marcia Regina Medeiros Veiga

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais, Área de Concentração em Instituições, Cultura e Globalização, Linha de Pesquisa em Gênero, Corpo e Saúde, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre em Ciências Sociais**.

Orientadora: Profa. Dra. Zulmira Newlands Borges

**Santa Maria, RS, Brasil
2012**

**Universidade Federal de Santa Maria
Centro de Ciências Sociais e Humanas
Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais**

A Comissão Examinadora, abaixo assinada, aprova a Dissertação de
Mestrado

**MULHERES NA MEIA-IDADE: CORPOS, ENVELHECIMENTOS E
FEMINILIDADES**

elaborada por
Marcia Regina Medeiros Veiga

como requisito parcial para obtenção do grau de
Mestre em Ciências Sociais

COMISSÃO EXAMINADORA:

**Zulmira Newlands Borges, Dra.
(Presidente/Orientadora)**

Telma Camargo da Silva, Dra. (UFG)

Débora Krischke Leitão, Dra. (UFSM)

Santa Maria, 23 de março de 2012.

*Para a **Clara** e o **Pedro**, a quem espero que este trabalho, e todo o esforço e dedicação a ele dispensados, sejam inspiradores e motivadores em suas trajetórias acadêmicas, profissionais e pessoais.*

AGRADECIMENTOS

A realização deste trabalho só foi possível com a participação, a colaboração, o auxílio, a compreensão, o carinho e a paciência das seguintes pessoas: professores Francis Moraes de Almeida e André Luís Ramos Soares, coordenadores do Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais (PPGCSociais); professores Fabrício Monteiro Neves, Gustavo André Aveline Müller, João Vicente Ribeiro Barroso da Costa Lima, Mari Cleise Sandalowski, Maria Catarina Chitolina Zanini e demais professores do PPGCSociais, em especial as professoras Fátima Cristina Vieira Perurena e Jurema Gorski Brites e o professor Marco Aurélio de Figueiredo Acosta; professoras Débora Krischke Leitão e Telma Camargo da Silva, membros da Banca de Avaliação; professora Zulmira Newlands Borges, amiga e orientadora deste trabalho; Jane Santos da Silva, assistente administrativo do PPGCSociais; Alessandra Alfaro Bastos, Antonio Augusto Durgante Berni, Cássia Bairros da Silva, Cristiano Sobroza Monteiro, Douglas Storchi Carlo, Elionir Chaves dos Santos, Graciela Fröhlich, Juciara Teixeira Machado, Leonardo Borcioni, Marcio Felipe Salles Medeiros, Maria Rita Py Dutra e Rebeca Bruno da Silva Seixas, colegas da Turma 2010 do PPGCSociais; Gabriela Felten da Maia, Lige Mara Rauber Bortolotti e Monalisa Dias de Siqueira, atenciosas colegas de temática; professores Orlando Fonseca e Raul Ceretta Nunes, pró-reitores de Graduação (PROGRAD); professoras Regina Maria Melo e Cleonice Maria Tomazzetti; Alex Souza Cabistani, Diva Millani Rodrigues, Joselaine Brondani Medeiros, José Orion Martins Ribeiro, Rosane Brum Mello, Rosani Bandeira e Simoni Timm Hermes, colegas e amigos da PROGRAD; professores João Luiz de Oliveira Roth e Silvana Costabeber Guerino, secretários de município da Educação e demais colegas da SMed; professoras Renilda Brum Genro e Mirian Rejane dos Santos Pires, diretora e vice-diretora da Escola Municipal de Ensino Fundamental “Dom Antônio Reis”; professoras Cleci, Daniela, Ida, Jacira, Jane, Loiva, RONALDA, Sylvia, Sílvia, Tânia, Tereza e demais professoras e funcionárias da EMEF “Dom Antônio Reis”; “Cora”, “Ivone”, “Júlia”, “Laura”, “Marta”, “Nádia” e “Raquel”, colaboradoras desta pesquisa; Clovis e Iria Veiga, meus pais; Ana, Vera, Rita e Angela, minhas irmãs; Elias, meu companheiro; Clara e Pedro, meus filhos. A todas estas pessoas, meu carinho, meu reconhecimento e minha gratidão.

Dono de si, o tempo que nos atravessa se apropria de nós. Cedo ou tarde, mas sem nunca deixar de ser súbito, cada um se pegará mais velho do que ousou acreditar que seria. O tempo, incansável, nos ultrapassará. Terá nos ultrapassado. O tempo, na ordem cronológica como vem sendo contado pela humanidade, independe do indivíduo para acontecer. Alheio a nós, o tempo torna-se monstro. Deriva daí o espanto diante dos rastros de sua passagem. Nunca vemos o monstro. Nunca encaramos o tempo. Escravos de uma fatalidade que tentamos negar, nos resignamos a envelhecer.

(Ismael Canepelle, *Zero Hora*, 7/1/2012)

RESUMO

Dissertação de Mestrado
Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais
Universidade Federal de Santa Maria

MULHERES NA MEIA-IDADE: CORPOS, ENVELHECIMENTOS E FEMINILIDADES

AUTORA: MARCIA REGINA MEDEIROS VEIGA
ORIENTADORA: ZULMIRA NEWLANDS BORGES
Data e local da defesa: Santa Maria, 23 de março de 2012.

Este trabalho propõe o entrelaçamento das categorias *corpo*, *gênero* e *envelhecimento*, na busca pela compreensão de como se dá a construção de uma *feminilidade* na maturidade. O *corpus* desta pesquisa é composto por mulheres de meia-idade, frequentadoras de uma academia de ginástica, tomando-se como base as relações estabelecidas com seus corpos e suas representações sobre o envelhecimento feminino. Embora estudos sobre o envelhecimento tenham se proliferado pelo mundo e, notadamente, pelo Brasil, são poucos, ainda, os que se voltam especificamente à maturidade, ou à meia-idade, vista apenas como uma transição entre a juventude e a velhice, não sendo detentora de um *status* próprio. Vê-se, entretanto, que esta fase é muito significativa, sobretudo às mulheres, com interditos e padrões culturais determinados e determinantes. Assim, ao menos no imaginário e nas representações sociais, a feminilidade e a própria sexualidade – quer feminina, quer masculina – estão quase sempre associadas à juventude. Este estudo, desenvolvido através de uma metodologia etnográfica numa academia de ginástica, busca preencher esse espaço, tentando compreender os significados sociais e culturais atribuídos a essa fase da vida pelas mulheres e, partindo da relação de cuidado com seus corpos, como se dá a construção/reconstrução de sua autoimagem e feminilidade.

Palavras-chave: Corpo. Envelhecimento. Gênero. Feminilidade

ABSTRACT

Master Thesis

Graduate Program in Social Sciences

Federal University of Santa Maria

WOMEN IN MIDDLE AGE: BODIES, AGING AND FEMININITIES

AUTHOR: MARCIA REGINA MEDEIROS VEIGA

SUPERVISOR: ZULMIRA NEWLANDS BORGES

Date and place of presentation: Santa Maria, March 23, 2012.

This work proposes the interlacement of the categories *body*, *gender* and *aging*, seeking to understand how the femininity is constructed in maturity. The *corpus* of this research is composed of middle-aged women who attend a gym, based on the relationships established with their bodies and their representations of female aging. Although studies on aging had proliferated around the world and most notably in Brazil, still there are few ones which turn specifically to maturity or middle age, seen only as a transition from youth to old age, not holding its own status. However it is clear that this phase is very significant, especially for women with certain prohibitions and given cultural standards. Thus, at least in the imagination and the social representations, femininity and sexuality itself – whether female or male – are almost always associated to youth. This study, developed through an ethnographic methodology in a gym, pursues to fill this space, trying to understand the social and cultural meanings attributed by women to this period of life and, from the caring relationship with their bodies, how happens the construction/reconstruction of their self-image and femininity.

Keywords: Body. Aging. Gender. Femininity.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

FIGURA 1 – Fachada da academia.....	39
FIGURA 2 – Aula de <i>jump fitness</i>	39
FIGURA 3 – Aula de <i>jump fitness</i>	40
FIGURA 4 – Sala de musculação.....	40
FIGURA 5 – Minitrampolim (modelo).....	43
FIGURA 6 – Indumentária indicada.....	45

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – Densidade demográfica da população brasileira em 2000.....	19
QUADRO 2 – Densidade demográfica da população brasileira em 2010.....	19
QUADRO 3 – Perfil das mulheres participantes da pesquisa.....	27

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1 MULHERES NA MEIA-IDADE.....	15
1.1 Mulheres na meia-idade: o contexto da pesquisa	17
1.2 A entrada em campo	24
1.3 O grupo	26
1.4 Estratégias éticas e metodológicas	34
1.5 A academia	37
1.6 As aulas na academia	42
2 GÊNERO E ENVELHECIMENTO	48
2.1 Feminilidades e feminismos	55
2.2 Menopausa: entre o alívio da liberdade e o fantasma da infertilidade.....	66
2.3 Envelhecimento feminino: marcador social da diferença	72
3 PRODUZINDO CORPOS E SUBJETIVIDADES	76
3.1 Corpo, identidade e subjetivações	76
3.2 Corpo e envelhecimento: entre a juventude e a velhice.....	81
3.3 Pare(c/s)endo jovem: estratégias e tecnologias de embelezamento e rejuvenescimento	84
4 A ACADEMIA DE GINÁSTICA: SAÚDE, ESTÉTICA, SOCIABILIDADES E DISTINÇÃO.....	90
4.1 Academia de ginástica: espaço de sociabilidades, disputas e construção de identidades.....	95
4.2 Os sentidos da <i>malhação</i> : o exercício físico como produtor de saúde, beleza, juventude e feminilidade.....	100
4.3 Saúde, beleza, juventude e autoestima: responsabilidades e domínios sobre o próprio corpo	102
5 CORPOS, ENVELHECIMENTOS E FEMINILIDADES: CONSIDERAÇÕES FINAIS	105
REFERÊNCIAS	Erro! Indicador não definido.

INTRODUÇÃO

Meu interesse pelos estudos do envelhecimento surgiu quando eu ainda me encontrava na graduação em Ciências Sociais, à qual ingressei aos 39 anos, 14 após minha formatura em Pedagogia.

Em meu trabalho de conclusão de curso, dediquei-me a conhecer um grupo de manequins da maturidade¹, o que me levou a pelo menos duas constatações: a importância dada ao corpo, quando se fala em envelhecimento, ao menos o feminino, e os poucos estudos destinados ao que se convencionou chamar de *meia-idade* – já que, quase que inevitavelmente, quando se fala em envelhecimento, a imagem que nos vem à mente é a do sujeito idoso, sendo a palavra *maturidade* usada, inclusive, como sinônimo de *velhice*. Dessa forma, os estudos voltados ao envelhecimento também enfocam, prioritariamente, a velhice, deixando de lado o processo de envelhecimento como um todo, bastante diverso e diferenciado em suas fases, além das diferenças de gênero, camadas sociais, escolaridade, entre outras.

Foi-me bastante perceptível a necessidade de algumas mulheres identificarem-se em uma categoria que, ainda que não seja de todo igual à juventude (embora seus padrões estéticos e comportamentais muitas vezes se aproximem aos padrões desta fase), difira também da velhice. A *maturidade* seria, então, essa categoria. De acordo com Beauvoir (1990), a palavra *maturidade* muitas vezes é vista como um indicador de superioridade sobre a criança ou o jovem, o que qualificaria essa fase.

À época da pesquisa, percebi que meu perfil se confundia, de certa forma, com o do meu próprio objeto de pesquisa. Entretanto minha proximidade etária, social e de gênero com as mulheres pesquisadas nunca foi suficiente a ponto de eu, enquanto pesquisadora, não conseguir “estranhar o familiar”², já que suas vivências, representações, práticas e discursos nunca chegaram, realmente, a serem os meus

¹ Pesquisa intitulada *Modelos seniores: corpo e envelhecimento – um estudo antropológico*, apresentada à banca em janeiro de 2010, sob orientação da Profa. Dra. Zulmira Newlands Borges, pela UFSM.

² Gilberto Velho, em *Observando o familiar* (1978), e Roberto Da Matta, em *O ofício do etnólogo ou como ter Anthropological Blues* (1978), discorrem sobre a necessidade de uma relação dialética entre as realidades que são próximas e as que são distantes ao antropólogo, que deve estranhar o familiar e familiarizar-se com o que lhe é estranho.

(até porque o grupo pesquisado em meu trabalho de graduação constituía-se em um grupo de manequins e modelos da maturidade, atividade com a qual nem em sonho tive alguma identificação).

A partir dessa pesquisa, então, percebi com clareza que a escolha de meu objeto de estudo – mulheres na *meia-idade* – tinha sido acertada.

Em nossa sociedade, a maturidade feminina parece ser marcante às mulheres, tanto biológica, quanto – e de forma ainda mais relevante a nós, cientistas sociais – social e culturalmente. Em termos biológicos³, em razão da proximidade com a menopausa, muitas mulheres apresentam mudanças corporais significativas, especificamente com o climatério, período em que cessa a ovulação. Mais importante ainda, para as ciências sociais, é a constatação de que a essas transformações físicas são atribuídos significados sociais e culturais extremamente importantes, capazes de orientar discursos e práticas as mais diversas.

Dessa forma, a partir da conexão entre as categorias *corpo*, *gênero* e *envelhecimento*, a proposta deste trabalho é a compreensão e a problematização das representações, práticas e discursos sobre o amadurecimento feminino e sobre a feminilidade na maturidade. A *feminilidade* é aqui compreendida como um conjunto de características e comportamentos culturalmente construídos, associados ao gênero e à sexualidade femininos. Nesse sentido, a própria identidade de gênero acaba, muitas vezes, por associar-se a *ter feminilidade*.

Assim, realizei – durante o período de desenvolvimento de meu curso de mestrado, junto ao Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais da Universidade Federal de Santa Maria – uma pesquisa qualitativa com um grupo de mulheres praticantes de ginástica em uma academia⁴ instalada em um clube destinado aos trabalhadores urbanos de baixa renda de Santa Maria/RS que se pensavam, no contexto em que a pesquisa foi realizada, como pertencentes à *meia-idade*.

É importante destacar que a categorização em *meia-idade*, além de um recurso analítico e metodológico, é também uma forma de autorreconhecimento das mulheres pesquisadas no contexto específico da pesquisa. Tanto as modelos da maturidade quanto as mulheres da pesquisa que apresento agora se distinguem de

³ Refiro-me, aqui, à biomedicina, compreendendo que a própria constituição biológica é construída nos domínios da cultura, ou seja, não é um dado natural em si.

⁴ Como uma forma de proteger as mulheres pesquisadas, opto por não identificar nominalmente a academia onde o trabalho foi realizado.

suas colegas mais jovens nos desfiles e na academia, respectivamente, muitas vezes justificando suas performances, posturas, discursos e práticas a partir dessa diferenciação. Dois adjetivos eram muito utilizados nessa distinção: *maturidade* e *meia-idade*.

Opto, então, pelo uso da expressão *meia-idade* – propositalmente destacada em itálico – por entendê-la como mais definidora do objeto que estou abarcando: pessoas (neste caso, mulheres) em processo de envelhecimento, mas que ainda não são reconhecidas etária e socialmente como velhas ou idosas.

Assim, o que busco neste trabalho é investigar o envelhecimento feminino como um processo contínuo, mas que é percebido, mais enfaticamente, com a proximidade dos 40 anos e da menopausa, fase em que algumas mulheres passam por transformações físicas, emocionais e sociais bastante significativas.

Por aproximadamente um ano, então, frequentei, durante três horas semanais, a academia mencionada, tornando-me praticante de exercícios aeróbicos e localizados, desenvolvidos nas modalidades de *jump fitness* (ou cama elástica) e *step training* (espécie de degrau no qual são realizadas tanto atividades aeróbicas quanto localizadas, conforme orientação do/a instrutor/a).

Este trabalho, numa tentativa de problematizar teoricamente as práticas e os discursos vivenciados no grupo, é o resultado dessa experiência. Para facilitar sua leitura, favorecendo sua compreensão – além de, deliberadamente, ter adotado uma linguagem próxima à coloquial –, estruturei este trabalho em cinco capítulos que, embora distintos, complementam-se entre si.

O primeiro capítulo intitula-se *Mulheres na meia-idade*. Nele, subdividido em seis partes (*Mulheres na meia-idade: o contexto da pesquisa; A entrada em campo; O grupo; Estratégias éticas e metodológicas; A academia* e *As aulas na academia*), exponho minha trajetória epistemológica e metodológica, que me levou à definição do problema e do campo onde realizei a pesquisa. Apresento, também, os conceitos básicos que dão sustentação a este trabalho.

No segundo capítulo, *Gênero e envelhecimento* (subdividido em: *Feminilidades e feminismos; Menopausa: entre o alívio da liberdade e o fantasma da infertilidade* e *Envelhecimento feminino: marcador social da diferença*), abordo o envelhecimento como sendo um processo estigmatizante e gendrado, com diferenças sociais e culturais marcantes entre os dois sexos. Discorro, também, sobre como e por que esses estigmas e essas diferenças se processam, propondo

uma discussão sobre como se dá a construção binária e dicotômica do masculino como oposição ao feminino.

Divido *Produzindo corpos e subjetividades*, o terceiro capítulo, em *Corpo, identidade e subjetivações*; *Corpo e envelhecimento: entre a juventude e a velhice*; e *Pare(c/s)endo jovem: estratégias e tecnologias de embelezamento e rejuvenescimento*. Neste capítulo, proponho uma discussão sobre os processos de produção de corpos, identidades e subjetividades na contemporaneidade, bem como os significados de *feminilidade* e *ser feminina* para as mulheres em questão, a partir de seus corpos e do consumo de tecnologias e estratégias de embelezamento/rejuvenescimento.

A academia de ginástica: saúde, estética, sociabilidades e distinção, o quarto capítulo, está subdividido em: *Academia de ginástica: espaço de sociabilidades, disputas e construção de identidades*; *Os sentidos da malhação: o exercício físico como produtor de saúde e de beleza*; e *Beleza, juventude e autoestima: responsabilidades e domínios sobre o próprio corpo*. Nessa seção, procuro problematizar a academia como um espaço de produção de corpos, saúde e beleza, mas também como palco de disputas, sociabilidades, distinção e construção de identidades.

No quinto e último capítulo, *Corpo, envelhecimento e feminilidade*, busco uma retomada de todo o trabalho, a partir de um apanhado geral sobre seus principais pontos, encaminhando às considerações finais, sem, contudo, buscar conclusões definitivas, ciente de que este trabalho não esgota – nem mesmo tem essa pretensão – as discussões e problematizações em torno do tema.

1 MULHERES NA MEIA-IDADE

O problema central deste trabalho pode ser resumido na seguinte questão: **Em que medida as representações do envelhecimento de mulheres de *meia-idade*, frequentadoras de uma academia de ginástica, refletem sua compreensão e busca por *feminilidade*?**

Certamente, o campo de estudo das ciências sociais é muito vasto, fértil e complexo. E não poderia ser diferente, já que se estudam os seres humanos e toda a complexidade envolvida aí: sua produção cultural, suas relações, as representações e os significados que atribuem a determinados eventos, acontecimentos, coisas, sentimentos, palavras, linguagens.

A partir dessa constatação, então, muitas outras categorias e áreas de estudo foram se agregando, de alguma forma, aos meus estudos, como sexualidade, gênero e saúde (para citar algumas categorias), e psicologia, biologia, educação (exemplificando algumas áreas de estudo), na busca pela compreensão, ainda que sempre limitada, de toda essa complexidade.

A etnografia, como metodologia – e como método, que ainda inclui a observação participante e a descrição detalhada das situações e relações observadas e experimentadas –, pareceu-me a escolha natural, mas nem por isso mais fácil, para o desenvolvimento deste trabalho.

Por acreditar na antropologia como uma escrita interpretativa, ou seja, no “antropólogo como autor”, busco respaldo em Geertz (2009), para o qual é necessário o conhecimento e a apreensão do objeto de estudo para sua posterior interpretação. Nessa direção, Geertz enfatiza a importância da semiótica, da linguagem, dos símbolos e das representações para o grupo estudado como base interpretativa do antropólogo.

Dessa forma, a sistematização e a análise dos dados coletados, através das transcrições das entrevistas e do diário de campo, foram realizadas no caminho de uma perspectiva interpretativa. Nesse enfoque, a cultura é vista como uma “teia de significados” (idem, 2008). Assim, a antropologia é entendida como uma ciência interpretativa por excelência, na qual o antropólogo, enquanto um intérprete da cultura, não pode, de maneira alguma, omitir-se em sua pesquisa.

Embora com forte inclinação para a antropologia, no entanto, sempre tive consciência de que as ciências sociais abarcam e dialogam, até com certa tranquilidade, com outras áreas de estudo.

De tal modo, num viés que pode ser entendido como mais sociológico, iniciei minha pesquisa com alguns questionamentos, indagações e pré-noções que ao longo do trabalho foram sendo confirmadas, reforçadas, desprezadas ou, ainda, se transformaram em novos questionamentos e problematizações.

Para tentar respondê-las – e a outras perguntas que foram surgindo durante o percurso deste trabalho – ou, ao menos, discuti-las, encontrei suporte em Bourdieu (1983, 1996, 2007, 2008), através, basicamente, de seu conceito de distinção social.

Para compreender a preocupação das mulheres pesquisadas em manterem uma aparência ao menos próxima à da juventude, busquei sustentação em Foucault (1985) e em sua análise histórica do que chamou de “cuidado de si”. Mais tarde, encontrei uma explicação em Mauss (2003) e seus conceitos de dádiva e reciprocidade, já que quase todas as colaboradoras são casadas e apresentam o cuidado com o seu próprio corpo como uma espécie de *cumprimento do contrato matrimonial*.

Durkheim (2007) e Moscovici (2003), com seus conceitos de representação coletiva e representação social, respectivamente, possibilitaram a compreensão de como se constituem os conceitos e os paradigmas que irão balizar as relações, os discursos, as práticas e o movimento das sociedades e/ou dos grupos que as compõem.

Sobre as construções do masculino e do feminino, de masculinidades e feminilidades, respaldei-me em Muraro (2007), Muraro e Boff (2002), Boff e Ribeiro (2007) e em algumas discussões feministas que veem no equilíbrio entre essas duas forças – diferentes, mas complementares entre si – a possibilidade de relacionamentos e vivências sustentáveis e equânimes.

Minhas escolhas metodológicas e conceituais foram feitas a partir de minha inserção em campo e de minhas percepções, leituras e interpretações durante a pesquisa. Dessa forma, minha compreensão é que a validade de um trabalho etnográfico está justamente nas inferências do pesquisador sobre as observações realizadas (MALINOWSKI, 1978). Ou, mais precisamente, das interpretações e descrições que o antropólogo fará do grupo estudado, dependendo de suas

qualidades enquanto observador, de sua sensibilidade, inteligência e imaginação (GEERTZ, 2008).

Além disso, também acredito que o pesquisador deve se sentir livre para movimentar-se de um quadro de referência a outro, sem limitar-se e fechar a uma única perspectiva, linha ou quadro explicativo (LATOURETTE, 2006).

A pesquisa que ora se apresenta, então, foi realizada como um esforço teórico-metodológico em direção a tais indicações.

1.1 Mulheres na meia-idade: o contexto da pesquisa

Antes de qualquer passo mais precipitado em busca de respostas para meus questionamentos, sinto necessidade de uma retomada na discussão em torno da categoria *meia-idade*.

Embora as mulheres de minha pesquisa se reconheçam, em determinados contextos, como estando na *meia-idade*, assumindo o que consideram positivo na maturidade, o próprio termo suscita muitas questões, não sendo, por si só, um dado natural. Falar em *natureza*, nas ciências sociais, aliás, é tarefa que requer alguma ponderação, afinal, “através de processos culturais definimos o que é – ou não – natural; produzimos e transformamos a natureza e a biologia e, conseqüentemente, as tornamos históricas” (LOURO, 2000, p. 9).

Assim, deixo claro que a identificação das mulheres pesquisadas com a categoria *meia-idade* se dá em alguns contextos como, por exemplo, o próprio ambiente da academia de ginástica. Dessa forma, minha compreensão se estabelece no sentido de que as identidades são sempre múltiplas, fluidas, relacionais e contextuais⁵.

O que significa, então, estar na *meia-idade*? Significa a chegada à metade da vida? O começo do declínio inevitável rumo à morte? O ápice da vida? Um momento de crises e rupturas? Ou simplesmente pode-se dizer que a *meia-idade* é meramente um marcador etário que tem seu provável início nos 40 anos, indo até a chegada da velhice, aproximadamente aos 60 anos? Ou, ainda, somos realmente seres *categorizáveis*, a ponto de essa categorização ser mesmo necessária?

⁵ A discussão sobre identidade será retomada no decorrer do trabalho.

Goldenberg (2008) aponta as dificuldades de algumas mulheres em se definirem como *maduras* por não conseguirem ver além das perdas associadas ao envelhecimento. Essas mulheres se sentiam fragilizadas e vitimizadas com o processo de envelhecimento, a ponto de se perceberem invisíveis como mulheres, como seres femininos dotados de sexualidade.

Além disso, a máxima de que “o velho é sempre o outro”, verificada por Simone de Beauvoir (1990), parece se enquadrar também na categoria *maturidade*. A própria Beauvoir demorou a reconhecer-se, frente ao espelho, aos 40 anos, ao sentir o peso que a sociedade sobrepõe aos que já não considera mais como jovens. E escreveu: “A velhice é particularmente difícil de assumir, porque sempre a consideramos uma espécie estranha: será que me tornei, então, uma outra, enquanto permaneço eu mesma?” (ibidem, p. 348).

O surgimento de categorias etárias pode ser atribuído ao processo de ordenamento social das sociedades ocidentais na modernidade, vindo a se estabilizar no século XX e atingindo praticamente todas as esferas da vida social, desde o espaço familiar e a intimidade até o domínio público, do trabalho, da produção e do consumo (SILVA, 2008).

Particularmente em nossos dias, a idade cronológica ainda é o principal critério para a demarcação das categorias etárias, embora se reconheça que esse seja um critério por demais limitado, já que o processo de envelhecimento é fortemente marcado pela cultura. A idade é utilizada como critério de ordenamento social, sendo, inclusive, demarcador de direitos e deveres explicitados por políticas públicas ou de padrões de comportamento meramente legitimados pelo senso comum (NERI, 1991).

A *meia-idade* pode ser interpretada, então, como uma etapa intermediária da vida adulta, criada em decorrência de transformações nos padrões do mercado de trabalho: ao mesmo tempo em que contingentes cada vez mais jovens da população se aposentam de suas atividades profissionais, abrem-se mais e mais nichos de trabalho aos de idades mais avançadas, com empresas estimulando, inclusive, a contratação de pessoas acima dos 40 anos (DEBERT, 2004).

Nesse sentido, parece-me interessante fazermos um pequeno percurso demográfico pelo Brasil. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o quadro da população brasileira, no ano 2000, era assim constituído:

Quadro 1 – Densidade demográfica da população brasileira em 2000

Total geral	Total homens	Total mulheres	Homens 40 a 59 anos	Mulheres 40 a 59 anos	Homens 60 anos ou mais	Mulheres 60 anos ou mais
169.799.170	83.576.015	86.223.155	15.333.779	16.441.772	6.533.784	8.002.245

Fonte: IBGE

Em percentuais, tínhamos, no total, uma população masculina de 49,22% e uma população feminina de 50,78%. Dos homens, 18,35% encontravam-se entre os 40 e os 59 anos e 7,82% tinham 60 anos ou mais. Essa proporção era maior entre as mulheres: 19,07% entre 40 e 59 anos e 9,28% tinham idade igual ou superior aos 60 anos.

Passados dez anos, o quadro que se apresenta é o seguinte:

Quadro 2 – Densidade demográfica da população brasileira em 2010

Total geral	Total homens	Total mulheres	Homens 40 a 59 anos	Mulheres 40 a 59 anos	Homens 60 anos ou mais	Mulheres 60 anos ou mais
190.755.799	93.406.990	97.348.809	20.749.922	22.509.417	9.156.112	11.439.487

Fonte: IBGE

A proporção de mulheres vem crescendo cada vez mais: hoje somos quase quatro milhões de mulheres a mais do que os homens, representando 51,03% do total da população. Desse total, 23,12% têm entre 40 e 59 anos e 12,25% têm 60 anos ou mais. Dos homens, 22,22% estão entre os 40 e os 59 anos, enquanto que o percentual de homens com 60 anos ou mais chega aos 9,8%.

Os números por si só não parecem falar muito. Entretanto é interessante observar que a pirâmide etária tem se invertido em países como o Brasil, até há pouco tempo, considerado um país jovem. Como causas dessa inversão, podem-se citar a redução da taxa de natalidade e uma sensível melhora nas condições de saneamento básico e de saúde pública da população brasileira, como um todo, nos últimos anos.

Segundo os *Indicadores do Desenvolvimento Mundial* do Banco Mundial⁶, o número médio de filhos por mulher no Brasil caiu de 6,2, em 1960, para 1,8, em 2009. Enquanto isso, a expectativa de vida no Brasil nesse mesmo ano, conforme o IBGE, atingiu os 73,2 anos, no geral (77 anos para as mulheres e 69,4 anos para os homens), sendo que a projeção para 2050 é que a vida média da população brasileira chegue aos 81 anos⁷.

Esse novo perfil etário da população brasileira possibilitou novas configurações e representações sociais. Se o termo *meia-idade* não foi cunhado tão recentemente assim, é certo que hoje ele possui significados distintos do que possuía há 30, 40 ou 50 anos. As mulheres de *meia-idade* dos anos 1960, por exemplo, eram as senhoras já casadas, geralmente mães, com seus trinta e poucos anos, se tanto.

Hareven (1999) realiza um percurso de retorno ao passado, na busca pela origem de termos que denotam a categorização em estágios da vida. Ela identifica que no final do século XVIII a sociedade norte-americana passou a reconhecer a existência de várias etapas da vida, criando instituições correspondentes a cada uma delas. Assim, o surgimento da infância se deu na primeira metade do século XIX e o da adolescência, ao final desse século, a partir de crises e transformações na conformação social da época.

No entanto, a despeito da consciência crescente da infância, da adolescência e da juventude enquanto estágios pré-adultos, não surgiram limites claros para a idade adulta até muito tempo depois, quando o interesse na meia-idade como segmento distinto da vida adulta surgiu da necessidade de diferenciar os problemas sociais e psicológicos da “meia-idade” daqueles da “velhice”. As condições sociais e culturais do último meio século vêm contribuindo desde então para o refinamento dos limites entre os dois estágios. (ibidem, p. 21).

A periodização etária da vida acaba por tornar-se legítima em nossos dias, quando se torna corriqueira

[...] a especificação de idades determinadas ou ‘adequadas’ para entrar ou sair de cada ciclo escolar, do mercado de trabalho, do casamento, para o voto e a candidatura a cargo político, para dirigir automóveis, até mesmo para dessocializar-se ou morrer (pelo menos socialmente). (BRITTO DA MOTTA, 2005, p. 8).

⁶ Disponível em: <http://data.worldbank.org/brazilian-portuguese?cid=GPDptbr_WDI>. Acesso em: 13 jun. 2011.

⁷ Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_impresao.php?id_noticia=1272>. Acesso em 13 jun. 2011.

Todavia, ainda que críticas sobre uma visão cronológica do tempo possam ser suscitadas, a idade e as diferenças geracionais são componentes bio-sócio-históricos estruturadores do arranjo social, tendo um simbolismo que não pode ser desprezado, assim como “sua importância analítica, principalmente na construção de diferenças e de desigualdades sociais” (BRITTO DA MOTTA, 2002b, p. 37).

Lendo a obra de Schopenhauer⁸, Beauvoir (1990) depara-se com uma preocupação até então peculiar: a demarcação dos comportamentos humanos de acordo com as diferentes faixas etárias. Schopenhauer chegara aos 40 anos e vislumbrava um período marcado pela melancolia da visualização da morte como fim inevitável e cada vez mais próximo.

Castro (2009), por sua vez, interpreta que o surgimento da *meia-idade* se dá “como um momento na vida adulta cujos significados podem ser interpretados à luz das possibilidades proporcionadas pela relativa abertura do curso da vida na pós-modernidade” (p. 19). Em outras palavras, a fluidez⁹ da pós-modernidade permite que categorizações como *meia-idade* encontrem ecos nos grupos pesquisados, já que não são, necessariamente, representativos de aspectos negativos do envelhecimento.

Definir categorias pela mera delimitação etária, dessa forma, torna-se tarefa inócua. Sabe-se que idades são convenções insuficientes quando se pensa em estabelecer alguns parâmetros de pesquisa, ainda que também se saiba que a antropologia não objetive grandes generalizações ou se queira universal. Quem são as mulheres de *meia-idade*, então? As que têm mais de 40 anos? As que ainda não chegaram aos 60, idade considerada, até para fins de organização de políticas públicas, como marco de entrada na velhice?

Esse desconforto em tentar delimitar o grupo a ser pesquisado também foi sentido por Alves (2004). Ao se propor a estudar os espaços de sociabilidade de velhos da zona urbana do Rio de Janeiro, a primeira questão a qual se deparou foi definir quem eram esses *velhos*. Características como idade ou aparência física mostraram-se insuficientes para tal definição, deixando claro que o envelhecimento humano é um processo bastante complexo, que envolve múltiplas dimensões.

⁸ Arthur Schopenhauer, filósofo alemão do século XIX, conhecido por seu pessimismo. Disponível em: <<http://www.culturabrasil.pro.br/schopenhauer.htm>>. Acesso em: 13 jun. 2011.

⁹ Sobre a liquidez da modernidade e da pós-modernidade, ver Bauman (2000).

Essas questões evidenciam, além disso, a flexibilidade das categorias na contemporaneidade, que não se propõem a enquadramentos rígidos e estanques, permitindo um trânsito cada vez mais tranquilo e frequente entre elas, evitando, inclusive, uma possível cristalização das mesmas.

Dessa forma, mesmo que para fins acadêmicos haja a necessidade de um recorte que abarque, em relação ao envelhecimento, distinções etárias, é importante que se esteja em constante alerta para não correr o risco da reificação de categorias, o que pode ser desencadeado pelos próprios estudos.

Insisto, entretanto, na relevância da categoria *meia-idade* para este estudo, como uma necessidade de se destacar os sujeitos em questão, entendendo, assim, o envelhecimento como um processo amplo, que não se resume ou limita ao estudo das pessoas velhas.

O que verdadeiramente importa, contudo, são os significados atribuídos pelos próprios sujeitos da pesquisa em relação aos espaços sociais que ocupam ou reivindicam e ao seu sentimento de pertença nos diversos grupos pelos quais transitam.

Então, após tais observações e delineamento do tema, do objeto e do problema de minha pesquisa, deparei-me com um dilema, aparentemente pequeno, mas essencial: o universo empírico onde a pesquisa seria realizada.

Sendo uma pesquisa de cunho etnográfico¹⁰ – qualitativa, portanto –, tinha ciência de que meu universo empírico não necessitaria ser delimitado por uma amostra. Precisava, no entanto, definir o perfil dos participantes da pesquisa.

Víctora, Knauth e Hassen (2000, p. 50) indicam:

Na pesquisa qualitativa, o universo empírico refere-se ao grupo que será estudado e ao local onde será realizada a investigação. E, embora não haja a preocupação com a aleatoriedade desse universo empírico, a escolha deve dar-se em função do objeto de investigação. Ou seja, o local e o grupo escolhido para o estudo devem apresentar as melhores condições de explicação da problemática da investigação.

Um fato que me chamou a atenção nesta pesquisa é que a academia pareceu-me sempre um ambiente eminentemente jovem. Há aproximadamente 20 anos, quando se deu um verdadeiro *boom* das academias e do culto ao corpo, praticamente todas as modalidades eram destinadas e praticadas por pessoas bem

¹⁰ Fazer etnografia, para Geertz, é ir além do estabelecimento de relações, da seleção dos colaboradores, do mapeamento dos campos, da manutenção de um diário e da transcrição de textos; a etnografia é a “escrita do visível” (GEERTZ, 2008, p. 15).

jovens, na faixa etária dos 20 anos. O que se observa atualmente é que o número de mulheres com idades próximas ou até superiores aos 40 anos aumentou consideravelmente. A academia, ainda que continue a ser um espaço prioritariamente jovem, convive, agora, com a maturidade e até com a velhice¹¹. Esse novo público me fez voltar a pensar em novas configurações para as quais a sociedade parece estar se abrindo.

Assim, elegi como universo um grupo de mulheres na faixa etária de 40 a 60 anos, aproximadamente, que, além da proximidade etária, tinham em comum o fato de frequentarem uma academia de ginástica.

Nos parágrafos anteriores, apresentei minhas dúvidas em relação ao uso de categorias etárias para a definição do universo de pesquisa. Friso, no entanto, que essa delimitação não é rígida, tendo, inclusive, participado desta pesquisa uma mulher de 35 anos que se considera inserida nesse universo. O enquadramento na categoria *meia-idade*, propriamente dita, se deu mais tarde, já com minha proximidade ao grupo escolhido, quando percebi que elas próprias assumiam para si essa categorização como forma de diferenciação – muitas vezes positiva – das colegas mais jovens e das pessoas mais velhas, também chamadas de idosas.

Malinowski (1978) ressalta a importância do pesquisador na pesquisa qualitativa, a partir de sua presença no campo, suas experiências, interações e reflexões enquanto membro do campo de estudo.

Dessa forma, a escolha do grupo e do campo de pesquisa é um aspecto importantíssimo para o pesquisador, que deve buscar pontos de equilíbrio entre si e seus colaboradores¹², favorecendo o convívio entre as partes. Tal equilíbrio muitas vezes diz respeito a coisas aparentemente simples, como aos horários disponíveis do pesquisador, por exemplo. Pesquisador e colaboradores devem, assim, estabelecer uma relação de proximidade e confiança mútua.

¹¹ Normalmente, as academias destinam turmas e/ou modalidades específicas à chamada *terceira idade*, como *ioga* (originalmente um conceito que se refere às tradicionais disciplinas físicas e mentais originárias da Índia, transformou-se em modalidade de atividade física, praticada em academias de ginástica), *hidroginástica* (exercício aeróbico de baixo impacto feito em piscinas) e *pilates* (modalidade de ginástica desenvolvida através de alongamento e exercícios físicos que utiliza o próprio corpo na execução dos movimentos, com o auxílio, ou não, de aparelhos). As três são consideradas modalidades moderadas e, por isso, adequadas ao público idoso.

¹² Uma palavra muito usada nos trabalhos acadêmicos das ciências sociais e humanas, como sinônimo de *pesquisados*, é *informante*. Esta é uma palavra incômoda para mim, no entanto, pois a associo, ainda que de forma reconhecidamente equivocada, a uma prática ilícita e antiética. Assim, optei pelo uso da palavra *colaboradoras*. Alerto, entretanto, que seu sentido, ao menos neste contexto, não deve ser confundido com a estratégia discursiva empresarial pós-moderna, que utiliza este termo com o intuito de encobrir relações hierárquicas e de poder.

1.2 A entrada em campo

Especificamente no meu caso, localizar o grupo adequado ao meu trabalho, encontrando os pontos de equilíbrio anteriormente mencionados, não foi tarefa das mais fáceis. Por conta dessas dificuldades, meu ingresso em campo demorou um pouco para se concretizar.

Antes de me deparar com o grupo em que, efetivamente, a pesquisa foi realizada, tive duas incursões anteriores por academias de ginástica da cidade, já com o intuito de realização deste trabalho. É necessário frisar que, em ambas, fui muito bem recebida e acolhida dentro de meus propósitos. Os proprietários, gerentes, professores/as e alunas destas academias merecem meu agradecimento e reconhecimento, portanto.

A primeira academia contatada por mim faz parte de um clube destinado às camadas sociais média e alta, localizando-se em um bairro nobre¹³ da cidade. Embora conhecesse previamente a instrutora de ginástica, que abriu, gentilmente, suas aulas a mim, e apesar de ter encontrado um grupo muito receptivo, cujo perfil parecia se adequar perfeitamente às expectativas da pesquisa, fui obrigada a abandonar esse primeiro e, aparentemente, promissor campo, pois tive meu acesso limitado por não ser sócia do clube, sede da academia¹⁴.

A segunda academia parecia, na minha ansiedade por definir meu campo, ideal para mim. Bastante próxima de minha casa, tive a ilusão – novamente frustrada, infelizmente – de ter encontrado o espaço ideal para a realização de minha pesquisa. Aliado à proximidade espacial, outro ponto positivo foi a receptividade do proprietário da academia e demais professores/as. Além disso, mediante o pagamento de uma mensalidade bastante razoável – R\$ 50,00¹⁵ – fui autorizada a frequentar a academia como aluna. A decepção: após frequentar a

¹³ Os bairros nobres em Santa Maria são majoritariamente residenciais, com moradias amplas – geralmente casas – ruas arborizadas e bem estruturadas, com calçamento, pavimentação, serviços de esgoto e iluminação pública. Na busca por uma melhor qualidade de vida, geralmente estão localizados a certa distância do centro, possuindo o metro quadrado mais caro que em outras regiões da cidade.

¹⁴ Não me foi permitida a frequência à academia como aluna, somente como observadora distante, a menos que eu me dispusesse a me tornar sócia do clube, pretensão esta que não tive, até por não me encontrar em condições financeiras para tal.

¹⁵ O equivalente a 1/10 do salário mínimo nacional do período: R\$ 545,00 (US\$ 340,66 – com o dólar cotado a R\$ 1,60).

academia por aproximadamente um mês, na modalidade *jump fitness* e ginástica localizada, dei-me conta de que meus horários eram incompatíveis com os das mulheres-alvo de minha pesquisa.

Passei um mês inteiro compartilhando um espaço exclusivamente jovem. Cheguei a pensar que minha escolha estivesse equivocada e que as mulheres com mais de 40 anos – com exceção de mim mesma – haviam sido banidas das atividades da academia (equivoco desfeito pelo proprietário da academia, que me informou que os horários frequentados pelas mulheres dessa faixa etária concentravam-se nas manhãs, o que inviabilizava, por minhas próprias limitações, minha pesquisa lá).

Finalmente, no dia 19 de janeiro de 2011, encontrei a academia e o grupo perfeitos para a realização deste trabalho. Minha busca fora, enfim, recompensada!

A academia escolhida também está localizada em um clube recreativo e esportivo. Desta vez, entretanto, o clube, localizado no centro¹⁶ da cidade, destina-se ao que se pode chamar de camadas populares em ascensão (ver Quadro 3, com o perfil das colaboradoras), ou seja, estudantes, trabalhadores e donas de casa que podem retirar mensalmente de seus ganhos a quantia de R\$ 35,00 para manterem-se sócios do clube¹⁷. No entanto, mais do que basear essa classificação em termos meramente econômicos, é preciso circunscrevê-la ao universo sociocultural como um todo.

Nesse sentido, Bourdieu duvida da existência de *classes sociais*: “O que existe é um espaço social, um espaço de diferenças, no qual as classes existem de algum modo em estado virtual, pontilhadas, não como um dado, mas como algo que se trata de fazer” (1996a, p. 27). Esse espaço social se constitui em uma realidade invisível, mas capaz de organizar as práticas e as representações dos agentes sociais (*ibidem*).

Voltando à descrição sobre o funcionamento da academia, verifiquei que o acesso é permitido aos não sócios, mediante o pagamento de uma mensalidade de R\$ 40,00 (os sócios pagam uma mensalidade de R\$ 20,00 para frequentarem a

¹⁶ O centro de Santa Maria faz um certo contraponto aos chamados bairros nobres. É no centro onde se localizam as principais lojas e prestadores serviços da cidade. Prédios comerciais e residenciais se constituem na maioria das construções do centro. A maioria dos frequentadores desta academia não mora nem no centro, nem em bairros nobres, mas em casas e apartamentos localizados nos subúrbios da cidade.

¹⁷ Este é um valor bastante acessível. A média da mensalidade dos clubes de Santa Maria gira em torno de R\$ 100,00, após pagamento de uma joia de R\$ 1.500,00, conforme levantamento realizado por mim em junho de 2011.

academia). Das minhas colaboradoras, apenas duas são sócias do clube. As demais frequentam a academia por já conhecerem a instrutora que, anteriormente, ministrava aulas em outra academia da cidade.

Assim, desde 19 de janeiro de 2011, tenho frequentado essa academia às segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h30min às 19h30min, onde pratico as modalidades *jump fitness*, *step* e ginástica localizada.

É a experiência do ingresso no campo, sempre marcante a qualquer pesquisador, que passo a relatar a seguir.

1.3 O grupo

Volto um pouquinho atrás no tempo, na tentativa de contextualizar melhor esta experiência. No Natal de 2010, ganhei de meu marido uma roupa de ginástica: um bustiê de *cotton* grená, com as costas do tipo nadador, com três listras na cor grafite em cada uma das laterais, formando um conjunto com uma calça comprida e justa, do mesmo material, com as cores contrárias (grafite, com três listras nas laterais exteriores das pernas, da cor do bustiê). Sabedor de minhas andanças frustradas pelas academias de ginástica da cidade, em busca do espaço e do grupo adequados para o desenvolvimento de meu trabalho, meu marido tentava, com aquele presente, me estimular para que, no novo ano que se aproximava, minhas tentativas pudessem ser mais animadoras e promissoras.

Coincidentemente, em janeiro de 2011, encontrei por acaso uma amiga que não via há muito tempo. Falei sobre meu trabalho e sobre as dificuldades que estava enfrentando para encontrar meu campo de pesquisa. “Minha filha faz Educação Física e está estagiando em uma academia!”, ela me disse, entusiasmada. “As aulas são nas segundas, quartas e sextas e a turma é quase toda de mulheres assim, da nossa idade.”, ela completou. E combinamos que, no dia da próxima aula – uma quarta-feira –, ela passaria na minha casa, às seis horas da tarde, para irmos, juntas, à academia onde a filha estagiava. E assim foi feito.

Quarta-feira, dia 19 de janeiro de 2011, realizei, pela primeira de uma série de vezes, meu ritual de preparação para minha ida a campo. Vesti o bustiê e a calça justa presenteadas no Natal. Calcei um par de meias soquetes e meus tênis pretos, com amortecedores, próprios para a prática aeróbica. Senti-me ridícula. A roupa

justa e a barriga à mostra deixavam indisfarçáveis meus quilos a mais. Como estratégia, vesti um camiseta sobre a roupa. Agora, sim! Prendi meus cabelos (à época, compridos até os ombros) num rabo de cavalo e tratei de esperar, ansiosa, minha amiga.

Ela chegou num automóvel dirigido pela própria filha, a instrutora da academia. Com elas, outra candidata a aluna – e forte candidata à colaboradora de minha pesquisa, pensei, ao calcular mentalmente que ela devia ter uns 50 e poucos anos¹⁸ –, devidamente paramentada para a aula, como eu (calça justa de *cotton* cinza claro passando um pouco dos joelhos, camiseta claro, meias e tênis baixos).

Logo que cheguei à academia, já no primeiro dia, minha amiga me apresentou como pesquisadora e pediu que eu, logo de cara, expusesse brevemente meu trabalho, que foi imediatamente aceito: das oito mulheres que participaram comigo desta primeira aula, todas as mulheres de *meia-idade* – num total de quatro – se prontificaram a colaborar com a pesquisa¹⁹.

Minha turma na academia era formada por aproximadamente 12 mulheres²⁰, com idades que variam de 20 a 56 anos. As aulas eram conduzidas por uma instrutora de 21 anos, acadêmica do curso de Educação Física, que também participou como colaboradora desta pesquisa. Além dela, outras seis mulheres, com idades entre 35 e 56 anos – entre elas, a proprietária da academia, profissional com formação em Educação Física – dispuseram-se a participar.

Para uma melhor visualização do grupo estudado, elaborei o quadro a seguir:

Quadro 3 – Perfil das mulheres participantes da pesquisa

Participante ²¹	Idade	Estado civil	Filhos	Religião	Profissão	Renda familiar	Tempo de prática ²²
Raquel	21	Solteira	Não	Católica	Estudante e instrutora da academia	De 10 a 20 salários mínimos	Sete anos

¹⁸ Ivone (nome fictício), 56 anos, participou, de fato, nesta pesquisa. Ver quadro na página 37.

¹⁹ Destas, uma abandonou a academia na semana seguinte, sendo substituída na pesquisa por Laura, 35 anos, que fez questão de participar deste trabalho. Mais adiante, Júlia, 41 anos, ausente neste meu primeiro dia para acompanhar sua filha, em trabalho de parto; Nádia, 40 anos, proprietária da academia; e a própria Raquel, 21 anos, instrutora, inseriram-se na pesquisa.

²⁰ Este número variava, dependendo do dia, do clima e do período do ano, mas as mulheres que frequentam as aulas eram as mesmas, formando, mesmo, o que se pode chamar de *turma*.

²¹ Para preservar suas identidades, os nomes foram trocados, aleatoriamente, por outros. Além disso, partilho da concepção de Cláudia Fonseca (2010, p. 221), para quem “o uso de pseudônimos em nossos textos é uma maneira de lembrar a nossos leitores e a nós mesmos que não temos a pretensão de restituir a ‘realidade bruta’ (e nem por isso consideramos a antropologia uma ‘ciência menor’).”.

²² Tempo de prática de atividade física em academia.

Nádia	40	Solteira	Uma: 20 anos	Católica	Professora de Educação Física e proprietária da academia	De três a 10 salários mínimos	20 anos
Laura	35	Casada	Um: quatro anos	Católica	Dona de casa	De três a dez salários mínimos	Dois anos
Júlia	41	Casada	Dois: 20 e 11 anos e uma neta com menos de um ano	Evangélica	Dona de casa, revende cosméticos e faz faxinas	Até três salários mínimos	Um ano
Cora	44	Divorciada	Uma: 23 anos	Católica	Professora (formação) e auxiliar administrativa	De três a dez salários mínimos	12 anos
Marta	55	Casada	Dois: 27 e 21 anos	Católica	Professora da rede pública de ensino fundamental	De 10 a 20 salários mínimos	Há mais de 20 anos
Ivone	56	Casada	Três: 36, 34 e 23 anos e dois netos: 13 e 11 anos	Católica	Professora (ensino médio magistério – formação) Dona de casa	De três a dez salários mínimos	Há menos de um ano

Fonte: A autora (2011)

Evidentemente, sei que esse quadro, por si só, é insuficiente para revelar, de forma mais aprofundada, quem são as mulheres que participaram desta pesquisa. Ele representa meramente um esforço em traçar um esboço dessas mulheres. Muitos aspectos relevantes sobre elas, pertinentes ao assunto abordado, foram sendo descobertos por mim durante nosso convívio, que se deu, unicamente, no ambiente da academia e através de alguns contatos via e-mail. Assumo, dessa forma, as limitações deste trabalho, que reflete, mais do que qualquer outra coisa, minhas próprias interpretações, inferências e olhares sobre suas motivações, práticas e discursos a partir de nossas interações e minha formação e escolhas teórico-metodológicas.

Já que a temática deste trabalho é o corpo em envelhecimento, proponho uma aproximação maior com a aparência física dessas mulheres, a partir de minha percepção, enquanto pesquisadora.

Raquel, com apenas 21 e acadêmica do curso de Educação Física, tem um corpo que pode ser considerado, dentro dos padrões estéticos cultuados e difundidos midiaticamente, *adequado*. É magra, seios pequenos, barriga *malhada*, quadril arredondado, de tamanho médio. Seus cabelos são compridos e de um loiro

escuro. Seus dentes são brancos e harmoniosos. Ela me contou que já esteve bem acima do peso, problema que atribui a distúrbios na glândula tireoide. Recuperou o corpo desejado com alimentação balanceada, exercícios físicos e medicação, que toma com frequência diária. É uma jovem ativa e divertida; como ela mesma diz, “um gurizinho”, mas com um corpo que pode ser considerado, dentro de uma feminilidade hegemônica, extremamente feminino. No dia dos namorados de 2011, presenteou seu namorado com um álbum fotográfico em que posava com *lingeries* sensuais. Esse ensaio foi realizado na própria academia e, antes de ser dado ao namorado, foi mostrado com muito orgulho pela dona e admirado pelas alunas.

Nádia, a proprietária da academia, com seus 40 anos, também possui “um corpo de dar inveja”, no dizer do senso comum, tão difundido pelas diversas mídias: seios médios, sem barriga, pernas bem torneadas. Os cabelos longos, pintados num tom de loiro escuro com algumas mechas em tom mais claro, estão sempre cuidadosamente alinhados, como se recém tivessem saído de um processo de alisamento do tipo *chapinha*. Nádia traduz uma feminilidade comedida. Apesar de ser professora de Educação Física e de circular pela academia sempre com calças justas de *cotton*, tênis e camisetas ajustadas, tipo *baby-look*, possui gestos elegantes, nunca extravagantes ou expansivos. Sua fala, inclusive, é sempre suave e discreta.

Laura, de 35 anos, tem, apesar das críticas constantes de seu marido, um corpo *bem equilibrado*, segundo os padrões do senso comum. É baixinha, mas não exageradamente. Seus seios são médios. Está sempre descobrindo gordurinhas e pneuzinhos, em si mesma, imperceptíveis aos demais. Mesmo assim, sempre pratica as aulas com *shorts* justos e bustiê de *cotton*; nunca apela para subterfúgios e estratégias para esconder seu corpo, como o uso de camisetões. Seus cabelos, mantidos sempre presos durante as aulas, são médios, passando um pouco dos ombros, e pintados em uma tonalidade castanho-escuro desde os 15 anos, quando começaram a aparecer os primeiros fios brancos. É bastante vaidosa e preocupada com seu corpo. Nas festinhas realizadas na academia, se produz com roupas joviais, como saias ou *shorts* curtos e blusinhas ajustadas ao corpo; solta os cabelos bem cuidados e maquia-se com delicadeza.

Júlia, 41 anos, é bastante discreta. É a mais baixinha de todas, mas possui um corpo proporcional, com seios pequenos e quadris um pouco maiores (que ela acha enormes). Nas atividades da academia, geralmente se veste com bermudas ou

calças compridas de *cotton*, bustiê de sustentação e camiseta cavada, com costas do tipo nadador, por cima. Seus cabelos são médios, até os ombros, e pintados de castanho-escuro. É bastante tímida e discreta. Como a filha e o genro também frequentam a academia, na parte de musculação, percebe-se sua preocupação com a própria conduta.

Cora, de 44 anos, é uma das mais expansivas. É o tipo da *coroa enxuta*. Tem o corpo malhado (das mulheres de *meia-idade* desta pesquisa, é a que imprime mais força aos exercícios, utilizando halteres e caneleiras mais pesados que as demais). Possui um rosto com traços bonitos e delicados. Diariamente, usa cremes para prevenção do envelhecimento e não descarta a possibilidade de fazer uma cirurgia plástica ou uma lipoaspiração para ficar com o corpo mais próximo do desejado. Usa os cabelos no comprimento médio, com franja, pintados de castanho-escuro, quase preto. Gosta de fazer brincadeiras sobre os homens que frequentam a academia, provocando as mais jovens a investirem nos que considera mais bonitos.

Marta, 55 anos, mãe de Raquel, já fez uma cirurgia plástica no abdômen. Está sempre preocupada com seu corpo, que percebe sempre como mais rechonchudo do que gostaria. Por isso, vive uma disciplina de dietas, além da prática da atividade física. Gosta de observar as outras mulheres e comparar-se com elas, sempre no sentido de desdenhá-las, achando-se sempre, apesar de suas autocríticas, “mais inteira”. Na prática das atividades, usa calça e bustiê de *cotton*. Às vezes, coloca um camisetão cavado por cima. Pinta os cabelos, de comprimento até os ombros, de loiro médio e só os lava no salão de beleza. Apesar de ser mãe da instrutora, gosta de fazer brincadeiras e piadinhas a respeito dos homens que frequentam a academia.

Ivone, 56 anos, é a mais gordinha de todas – competindo, nessa categoria, somente comigo. É baixinha, com seios pequenos, barriguinha arredondada e pernas grossas. Além de ser a mais velha de todas, é a que aparenta, realmente, mais idade, possuindo um estilo de vida mais sedentário, sempre se preocupando com a casa, o marido, os filhos e os netos, além de sua própria mãe. Realiza as atividades de forma menos vigorosa do que as demais. Para a prática das aulas, está sempre com calça de *cotton*, bustiê para sustentação e camisetão cavado. Pinta os cabelos de castanho-médio.

Todas as mulheres que colaboraram com esta pesquisa se autodefinem como brancas. Sobre o aspecto étnico, aliás, é preciso destacar que, em minha frequência

à academia, encontrei muito poucos/as alunos/as ou professores/as negros/as – pretos/as ou pardos/as, conforme definição do IBGE. Um dos únicos negros que frequentam a academia é um rapaz que trabalha na manutenção do clube. Essa constatação se torna particularmente relevante quando se tem em conta que a pesquisa foi realizada em uma cidade do interior do Rio Grande do Sul, estado do Brasil – país reconhecido e admirado internacionalmente por sua miscigenação – em que o preconceito racial e étnico, mesmo que disfarçado, é bastante persistente e visível ainda nos dias atuais e onde a frequência de negros em clubes de lazer é ainda incipiente.

A renda familiar média das participantes da pesquisa é de três a 10 salários mínimos. O tempo médio de prática de atividades físicas em academia é de nove anos, sendo que a maioria interrompeu esse período, retomando as atividades algum tempo depois, notadamente com a chegada ou a proximidade da *meia-idade*.

Das seis mulheres com idades entre os 35 e os 56 anos, Laura e Júlia não possuem formação acadêmica superior. Laura, Júlia e Ivone não possuem renda própria, sendo subsidiadas pelo salário do cônjuge. Essa observação é bastante pertinente, pois tais mulheres sentem-se responsáveis por manter o que consideram um corpo saudável e bem cuidado, com a prática de exercícios físicos na academia. É como se respondessem à manutenção financeira de seus maridos com a manutenção de seus próprios corpos e, conseqüentemente, de suas feminilidades.

Esse aspecto pode ser pensado nos termos da reciprocidade de Mauss (2003), para quem os contratos sociais são estabelecidos a partir das obrigações de “dar” e de “receber”:

Uma parte considerável de nossa moral e de nossa própria vida permanece estacionada nessa mesma atmosfera em que dádiva, obrigação e liberdade se misturam. Felizmente, nem tudo ainda é classificado exclusivamente em termos de compra e venda. As coisas possuem ainda um valor sentimental além de seu valor venal, se é que há valores que sejam apenas desse gênero. (ibidem: 294)

Mauss (ibidem, p. 303) refere-se a Malinowski, fazendo uma analogia do *mapula* trobriandês, pagamento feito pelos serviços sexuais prestados, licitamente, por moças não casadas, às “dádivas entre os esposos”, ou seja, às trocas e pagamentos que se estabelecem nas relações maritais, inclusive nos casamentos contemporâneos.

Laura, Júlia e Ivone, então, cuidam de seus corpos como uma espécie de cumprimento de uma cláusula social estabelecida pelo casamento: em troca de manutenção e segurança financeira, ainda muitas vezes vistas como responsabilidades masculinas, oferecem sua feminilidade através do cuidado que dispõem aos seus próprios corpos. Frequentemente, aliás, Júlia queixava-se, nas conversas mantidas com as colegas, nos intervalos das aulas, das exigências de seu marido com a sua forma, muitas vezes criticando seu corpo e questionando a validade das aulas de ginástica para esse fim.

Mesmo as práticas de cuidados do corpo das mulheres que trabalham fora e mantêm sua frequência à academia podem ser interpretadas sob a luz da reciprocidade de Mauss. As trocas e os pagamentos geralmente não são na mesma moeda, com o companheiro cuidando, na mesma medida, de seus próprios corpos.

Não, não. Ele é bem gordinho, assim. Não tem preocupação. Ele tem uma vida muito estressada. Então, ele não tem tempo pra fazer e ele acaba não fazendo. Mas eu incentivo bastante, sabe? (Raquel, 21 anos, colaboradora, respondendo à pergunta sobre se seu noivo possui a mesma prática de cuidados com seu próprio corpo).

Outra constatação relevante é que Raquel, a instrutora da academia, é filha de Marta, a amiga que me introduziu no grupo. Sua relação nas aulas ultrapassa a de professora/aluna. Também é importante observar que essas mulheres – com exceção da própria Raquel, que tem 21 anos – dividem-se entre as condições de mães e de filhas: em sua maioria, dão suporte afetivo e/ou financeiro aos seus pais já idosos (na maioria das vezes, às mães, já viúvas) que, em alguns casos, moram com elas.

Laura, Júlia, Marta e Ivone são casadas. Laura mora com seu marido e filho e frequentemente viaja para Formigueiro, sua cidade natal, uma cidade interiorana do Rio Grande do Sul. Lá, visita e presta assistência à sua mãe. Júlia divide sua casa com seu marido, os dois filhos, o genro e a netinha. Marta vive com seu esposo e filha (o outro filho mora no mesmo prédio, em um apartamento próprio, mas faz as refeições diariamente na casa dos pais) e frequentemente viaja a Itaqui, cidade gaúcha fronteira ao Uruguai, onde nasceu, para acompanhar sua mãe idosa e viúva e, até bem recentemente, sua sogra, que faleceu na metade de 2011. Ivone mora com seu marido. Os três filhos já constituíram suas próprias famílias, morando em outras cidades. Ela, por sua vez, tal como Marta, acompanha sua mãe viúva,

que também vive em Itaqui, em frequentes viagens. Em algumas ocasiões, traz sua mãe para passar uma temporada em Santa Maria, em sua companhia.

Cora é divorciada e Nádia é solteira. Cada uma, entretanto, mora com sua respectiva filha. As duas, também, possuem relacionamentos afetivo-sexuais; a primeira, com o que chama de *namorido*²³, a segunda, com um namorado. Cora ainda divide seu tempo entre sua própria casa e a do seu pai, viúvo e já idoso, que enfrenta sérios problemas de saúde.

As relações intergeracionais estabelecidas aí sugerem e até mesmo propiciam “uma pluralidade maior nas formas de ser velho e jovem” (LINS DE BARROS, 2006, p. 21). Dessa forma, as idades passam a ser vistas menos como referências cronológicas e mais como estilos de vida possíveis de serem adotados por qualquer sujeito, independentemente de sua idade (ibidem, 2006).

Com exceção de Júlia, que se caracteriza como evangélica praticante (segundo ela, suas atividades culturais se limitam às atividades na academia e na igreja), a religião indicada pelas outras mulheres diz respeito, conforme elas próprias, à religião à qual foram iniciadas na infância, seja através de rituais como o batizado, seja através do mero trânsito por espaços de prática de tal religião. Todas elas se dizem ecléticas, nesse sentido, sendo adeptas de uma espécie de sincretismo religioso, traduzido por elas como “espiritualidade”.

Mesmo as que praticam exercício físico em academia já há algum tempo reconheceram que intensificaram essa prática com a proximidade da menopausa. E todas, sem nenhuma exceção, argumentaram que praticam a atividade em uma academia como uma garantia de promoção e manutenção de sua saúde. Além disso, outra vantagem mencionada por todas elas – e facilmente observada por mim – é que a frequência à academia proporciona um convívio mais direto com o grupo. Durante o período em que a pesquisa foi realizada, o grupo se reuniu algumas vezes para confraternizar: por exemplo, no aniversário da instrutora foi realizada uma festa junina e, em novembro, um jantar, além da típica confraternização de final de ano, organizada com um mês de antecedência, com direito a comidas, bebidas, danças e até a um amigo-secreto.

²³ O substantivo *namorido* pode ser traduzido como um misto de namorado e marido. Geralmente é usado para identificar um relacionamento em que o casal assume práticas conjugais, como morar junto ou dormir, eventualmente, na casa um do outro, ou, ainda, dividir algumas despesas, sem, no entanto, serem oficialmente casados.

Para conseguir a aproximação pretendida com o grupo, algumas estratégias metodológicas e éticas foram necessárias, como relato a seguir.

1.4 Estratégias éticas e metodológicas

Desde que comecei este estudo, uma das questões mais preocupantes para mim dizia respeito à garantia do aspecto ético da pesquisa.

O trabalho com seres humanos, principalmente quando envolve temáticas da vida cotidiana e particular dos indivíduos, enfocando questões subjetivas, pode se tornar desconfortável para os colaboradores, expondo-os desnecessariamente a situações constrangedoras.

Débora Diniz (2008) esclarece que o tema da ética em pesquisas nas Ciências Humanas acentuou-se a partir de 1980, nos Estados Unidos, com o aumento dos estudos em sociedades complexas e urbanas, com temáticas muitas vezes polêmicas, e grupos alternativos, como usuários de drogas ou traficantes.

Além disso, foi nesse período que as primeiras regulamentações nacionais de ética em pesquisa com seres humanos surgiram internacionalmente, provocando uma controvérsia sobre sua legitimidade para campos que não as Ciências Biomédicas ou mesmo sobre sua pertinência para as metodologias qualitativas. (ibidem, p. 418).

Hoje, após décadas de debates, é consenso entre os pesquisadores que toda a pesquisa que envolva seres humanos deve, dentro de suas próprias especificidades, cercar-se de alguns cuidados éticos.

Assim, preocupada com tais questões, armei-me de certos cuidados: além do consentimento informal de todas as participantes, manifestado oralmente no momento em que me apresentei e à minha pesquisa, solicitei que todas assinassem um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, com uma cópia a cada colaboradora, no qual minhas intenções, enquanto pesquisadora, foram detalhadas e esclarecidas e a confidencialidade das informações e a proteção às identidades das colaboradoras foram garantidas. O uso de fotos também foi negociado entre todas as participantes e envolvidas.

Para a realização deste trabalho, tornei-me uma frequentadora da academia como qualquer uma de minhas colegas. Com o auxílio de Marta, fui me inserindo aos poucos no grupo, procurando conquistar a confiança de minhas colegas,

conhecendo seus perfis, discursos e comportamentos frente às situações que se apresentavam, antes de qualquer investida mais formal.

Essa foi a estratégia que me pareceu mais adequada no contexto da pesquisa que estava por se realizar. Alves (2004), por exemplo, utilizou de outra tática: como possuía um perfil muito diferenciado do de suas colaboradoras, preferiu manter certo distanciamento, posicionando-se claramente como pesquisadora e não como uma parceira nos bailes onde realizou a pesquisa.

De minha parte, realizei a técnica da observação participante (ou *participação observante*, como prefere Wacquant²⁴), conversas informais antes, durante e depois das aulas e nos intervalos e entrevistas em profundidade, que foram gravadas – com a devida autorização das colaboradoras – e transcritas na íntegra para facilitar novos acessos e posteriores análises e interpretações. Além disso, fiz uso de um diário de campo, no qual anotei minhas observações, ponderações, questionamentos e *insights*. Esse diário era mantido junto à minha bolsa, em um cantinho no chão, e acionado sempre que surgia algo que julgasse digno de nota. Seu maior uso, entretanto, era feito na volta da academia, já em casa, quando me lembrava dos fatos ou assuntos escutados durante as aulas.

Sobre a observação participante, Geertz (2008) considera que o pesquisador não deve procurar “tornar-se um nativo” em campo ou simplesmente imitá-lo ou “copiá-lo”. Deve, sim, situar-se, estabelecendo relações com os membros do grupo. “Situá-los, um negócio enervante, que só é bem sucedido parcialmente, eis no que consiste a pesquisa etnográfica como experiência pessoal” (ibidem, p. 10).

Nesse sentido, não posso negar que tive algum receio de que minhas próprias concepções atravessassem a pesquisa de *bias*²⁵. O fato de eu possuir um perfil muito semelhante ao das minhas colaboradoras (proximidade etária, profissão, classe social e estilo de vida) também fez com que eu buscasse auxílio nas experiências de colegas que me antecederam. Meu medo era que eu – enquanto pesquisadora – acabasse me confundindo com minhas entrevistadas, não conseguindo um afastamento adequado para uma melhor focalização das questões

²⁴ Wacquant utiliza esta expressão em seu livro *Corpo e alma. Notas etnográficas de um aprendiz de boxe* (2002), para ilustrar sua entrada em campo como frequentador de uma academia de boxe, com a intenção de estudar o gueto de Chicago, EUA. A expressão é usada de forma invertida para deixar claro que sua introdução se deu, inicialmente, como mais um participante das atividades da academia. Só depois de um tempo é que suas atividades de pesquisador/observador vieram à tona. Não deve, de forma alguma, ser confundida com *pesquisa-ação* ou *intervenção*.

²⁵ Goldenberg (2004) explica que o termo, comumente usado em seu original inglês, pode ser traduzido por viés, preconceito ou parcialidade.

que foram surgindo ao longo do trabalho. Temia não conseguir *estranhar* o que já me era tão familiar, naturalizando e banalizando as descobertas feitas.

Meu apelo encontrou eco em muitos antropólogos que se preocuparam em deixar como legado metodológico sua experiência de campo. Goldenberg (2004) recomenda que, por ser reconhecidamente inevitável, o pesquisador previna a interferência do *bias*, admitindo sua possibilidade e posicionando-se claramente dentro da pesquisa.

Velho (1986) segue a mesma direção, deixando clara sua posição ao estudar sua própria sociedade:

[...] quando elegi a minha própria sociedade como objeto de pesquisa, assumi, desde o início, que fatalmente a minha subjetividade deveria ser, permanentemente, não só levada em consideração, mas incorporada ao processo de conhecimento desencadeado. [...] Ou seja, deveria tentar não escamotear sua “interferência”, mas aprender a lidar com ela. Assim permaneci comprometido com a obtenção de um conhecimento mais objetivo, sem que isso significasse uma estéril tentativa de anulação ou neutralização de meus sentimentos, emoções, crenças. (VELHO, 1986, p. 17-18).

Assim, o “situar-se” de Geertz (2008) também pode ser lido como um posicionamento do antropólogo frente ao seu campo, evitando, dessa maneira, possíveis atravessamentos indesejáveis.

Outro ponto, anteriormente mencionado, que sempre me pareceu perturbador é a possibilidade de reificação de categorias, estereótipos e preconceitos pelo próprio pesquisador. Criam-se categorias com o intuito analítico e metodológico que acabam, muitas vezes, se tornando um fim em si mesmo, com o pesquisador preocupando-se mais em comprovar sua existência do que em contextualizar e problematizar as questões surgidas em campo. Ou – o que é ainda pior – naturalizam-se as categorias e os conceitos em questão, transformando-os em *verdades absolutas* e inquestionáveis.

Para evitar esse tipo de problema ou, ao menos, tentar minimizar seus efeitos, acredito, mais uma vez, que o melhor seja o pesquisador assumir sua presença na pesquisa e, mais ainda, a posição da qual observa e interage. Ou seja, não acredito em pesquisas fechadas, completas e resolvidas demais. Ao menos, não em ciências sociais. Uma mesma questão pode ser vista de ângulos variados e isso deve estar claro, tanto para o pesquisador quanto para seus colaboradores e posteriores leitores. Essa relação pesquisador/colaboradores/leitores, por sua vez, também deve ser claramente assumida.

Analisando o fazer etnográfico, suas tensões e transformações, desde o surgimento da antropologia, Schuch (2010, p. 40) observa:

Dois elementos novos surgem no campo da antropologia, também no Brasil: da inicial crença em uma descrição 'realista' da realidade que, na verdade, era guiada por valores do pesquisador, assume-se que a antropologia é uma interpretação, uma interpretação de outras interpretações (dos sujeitos pesquisados). É claro, isso não diminui a responsabilidade ética da pesquisa, mas tenta afirmar que tudo o que fazemos é interpretar e interpretar de acordo com um ponto de vista – uma disciplina – que tem a diferença de basear-se na interpretação dos outros. O segundo elemento mais recente na antropologia é voltar-se para a sua própria sociedade: 'os índios', agora, 'somos nós': categorias profissionais, instituições centrais como câmara dos deputados, congresso nacional, órgãos do judiciário, médicos, hospitais, tudo se torna pesquisável. Mas é claro, isso coloca um desafio imenso: afinal, se os 'outros' tradicionais não liam nossas pesquisas e permaneciam 'distantes' nas suas tribos enquanto antropólogos voltavam para a cidade, agora é diferente. Antropólogos se encontram e debatem suas pesquisas com os próprios sujeitos pesquisados, que chegam a ser, em alguns casos, até mesmo coautores da pesquisa.

Dessa forma, embora não figure no quadro apresentado anteriormente, não fujo muito às características encontradas em meu universo de pesquisa. Assim como as mulheres que colaboraram com esta pesquisa, percebo que múltiplas categorias identitárias se imbricam, se relacionam e se confundem. Somos todas, pesquisadora e pesquisadas, seres gendrados que se encontram em franco processo de envelhecimento.

1.5 A academia

Minha primeira reação em relação a essa nova academia foi de total estranhamento. Sabia que a academia ficava em um clube popular, no centro da cidade, mas não imaginava que o espaço destinado à prática do *jump* fosse tão improvisado e precário. Apesar de ser um clube de padrões simples, se comparado aos grandes clubes da cidade, o que se vê é um clube pequeno, mas bem cuidado.

Da rua que passa à frente do clube é possível ver, à esquerda, um pequeno prédio que serve de secretaria e tesouraria. Esse prédio é ladeado por um jardim de flores multicoloridas e um gramado muito bem cuidados. Adiante, encontram-se duas piscinas (uma para uso adulto e outra infantil) e um salão de festas, usado em eventos promovidos pelo clube ou em festas particulares, mediante pagamento de aluguel. Bem ao fundo há um pequeno ginásio, onde são praticados esportes

coletivos como futsal e voleibol. Antes do ginásio, mais à direita, um pequeno espaço coberto, cercado por grades, dá acesso às piscinas. É nesse espaço que as aulas nas modalidades de *jump fitness* e *step training* são desenvolvidas. Ao lado, existe um pequenino espaço onde são guardados os *steps*, as camas elásticas e os colchonetes usados durante as aulas. A academia, propriamente dita, vem a seguir. É um salão de aproximadamente 12 metros de extensão, por nove metros de largura, destinado, exclusivamente, à musculação. Ali se encontram cerca de 30 aparelhos, tanto aeróbicos (bicicletas e esteiras) quanto anaeróbicos, destinados ao desenvolvimento muscular. Na entrada do salão, logo à direita, fica a recepção da academia, com uma mesa de escritório, uma cadeira para o funcionário (geralmente a proprietária da academia) e uma cadeira para clientes. Sobre a mesa, um arquivo contendo as fichas de controle dos alunos, tanto da musculação, quanto da ginástica aeróbica (*step* e *jump*) e do pilates. Formando uma espécie de *L* mais aberto, circundando a mesa, dois bancos médios, usados pelos alunos, antes do início das aulas, como um espaço de sociabilidade, onde se conversa e se toma o chimarrão preparado e oferecido pela proprietária. No cantinho de um destes bancos está uma pilha de revistas *Caras*²⁶, disponíveis aos alunos. Nesse salão, há dois banheiros, um masculino, outro feminino – com um vaso e uma pia, cada um (o masculino possui, ainda, um mictório) –, que também são usados como vestiários. Também há dois cabides horizontais, pregados nas paredes, onde se podem guardar bolsas e agasalhos. Não há armários, apenas uma pequena caixa de madeira pendurada em uma das paredes, na qual podem ser depositados chaves e telefones celulares, que ficam guardados ali durante o exercício das atividades. À esquerda da entrada da academia, uma salinha estreita está separada do salão por uma cortina, com o chão forrado por tapetes coloridos de borracha (desses usados em quartos infantis) e com a parede maior coberta por um espelho. Ali são realizadas as aulas de pilates, com o auxílio de quatro bolas plásticas grandes e seis pequenas. Também à esquerda, antes de se chegar a essa salinha, fica o espaço onde são depositados os pesos de braços (halteres de 1, 2, 3 e 4 kg) e de pernas (tornozeleiras de 2, 3 e 4 kg) e alguns colchonetes. A entrada para a academia ocorre por uma pequena ruela lateral (um pequeno e estreito beco, com acesso dificultado aos automóveis). Essa prática se

²⁶ Chamou-me a atenção de que *Caras* seja a única revista disponível ali. Em outras academias, é comum a presença de revistas como *Boa Forma*, *Men's Health*, *Women's Health* entre outras, voltadas ao corpo e à saúde.

dá como medida de controle e segurança do clube, para evitar o ingresso de não sócios em espaços destinados exclusivamente aos sócios, como as piscinas, por exemplo.

A seguir, algumas fotos ilustram o ambiente onde o trabalho foi realizado. As fotos foram tiradas com o consentimento da dona da academia e das colaboradoras desta pesquisa.

Figura 1 – Fachada da academia



Fonte: A autora (2011)

Figura 2 – Aula de *jump fitness*



Fonte: A autora (2011)

Figura 3 – Aula de *jump fitness*



Fonte: A autora (2011)

Figura 4 – Sala de musculação



Fonte: A autora (2011)

Minha frequência a essa academia teve início em janeiro, pleno verão no Brasil²⁷, época em que as temporadas de piscinas em clubes e balneários estão abertas e em pleno funcionamento. Meu estranhamento já começou aí. Como o espaço destinado às atividades aeróbicas fica ao lado das piscinas, as aulas, nessa época do ano²⁸, eram assistidas por um público fiel: homens, mulheres e crianças em veraneio saem constantemente de seus banhos de piscina e de sol para desfrutarem da música cadenciada, alegre e alta e observarem atentamente as aulas, como se fosse uma apresentação artística.

Ao contrário do ambiente saudável da maioria das academias – cujas lanchonetes geralmente oferecem sucos e sanduíches naturais, barras de cereais e complementos nutricionais –, a lanchonete que ali funciona não faz parte da academia (permanecendo fechada nos períodos fora da temporada de piscinas), mas sim do clube, localizando-se ao lado do espaço destinado às aulas de *jump* e de *step*, que serve, inclusive, como caminho de acesso a ela. Pastéis e batatas fritas, refrigerantes e sorvetes são os lanches oferecidos. A plateia, então, normalmente se delicia com tais lanches, enquanto assiste a mais uma apresentação das “moças da ginástica”, como somos identificadas nesse período. O consumo de cigarros por alguns frequentadores das piscinas é outro ponto que destoa por completo da noção de saúde que normalmente predomina nas academias de ginástica.

Também diferente das academias às quais eu estava acostumada até então, o espaço não possui espelhos, o que impossibilita um acompanhamento de seus próprios movimentos pelas alunas. As aulas são organizadas em círculos, com todos podendo visualizar a professora e as demais colegas. Os movimentos, não raras vezes, são descontraídos: a professora, por exemplo, movimenta a perna esquerda, enquanto as alunas, ainda que tentem acompanhar o movimento, movimentam a direita, sem se preocupar em estabelecer uma sincronia com a professora ou com as demais colegas.

²⁷ Em Santa Maria, o verão, principalmente nos meses de janeiro e fevereiro, costuma ser rigorosamente quente. A cidade, que é cercada por morros, torna-se sufocante. Muitas pessoas buscam aplacar o calor em piscinas de clubes ou em açudes dos balneários de cidades vizinhas, como Itaara e Faxinal do Soturno, por exemplo.

²⁸ No outono e no inverno, fora da temporada de piscinas, as atividades aeróbicas também eram realizadas neste espaço, que tem suas laterais protegidas do vento e do frio que vêm da área das piscinas por duas grandes cortinas de plástico, parecidas com cortinas usadas em boxes de banheiros.

Embora essas características pareçam meramente curiosas, para mim, enquanto pesquisadora, mostram-se reveladoras. A estrutura descontraída e, de certa forma, despreziosa e até descuidada da academia favorece o entrosamento entre as frequentadoras, todas de camadas sociais populares em ascensão. O que se vê ali é, de fato, uma turma de colegas. “*Gosto desta academia porque me sinto bem aqui. Não é aquele desfile de modas que se vê em outros lugares, cada um querendo se mostrar mais que o outro*”, contou-me uma de minhas colaboradoras, de 56 anos.

“A academia me pareceu meio estranha... mas o pessoal parece bem receptivo. Acho que, enfim, encontrei meu campo”²⁹, escrevi em meu diário de campo assim que cheguei em casa. Essa primeira impressão acabou se tornando mais que uma mera impressão.

1.6 As aulas na academia

Como mencionado no subcapítulo anterior, as aulas são praticadas em um espaço no mínimo inusitado, próximo às piscinas do clube.

Com duração de uma hora (das 18h30min às 19h30min), as aulas são divididas em quatro partes: aquecimento/alongamento inicial, ginástica aeróbica, ginástica localizada e alongamento final, com o tempo aproximado de 10 minutos para cada uma das partes inicial e final e 20 minutos para cada uma das partes que constituem o desenvolvimento da aula, propriamente dito.

A parte aeróbica da aula é praticada, na maioria das vezes, através do *jump fitness*³⁰. Com nomenclatura inglesa (*jump* significa pulo, salto), a modalidade praticada em academias foi criada no Brasil, em 2001, pela professora Cida Conti, a partir do trampolim acrobático, desenvolvido em 1911 como uma modalidade competitiva e, mais adiante, como instrumento de recreação infantil (SCHIEHLL, 2007). Embora exista uma marca registrada (*Jump Fit*), que se constitui em um programa comercializável, com aulas pré-coreografadas por professores da equipe *FitPro* (ibidem), e que teoricamente as aulas só possam ser ministradas por

²⁹ Nota de meu diário de campo, 19/1/2011.

³⁰ Algumas vezes, mas mais raramente, essa parte da aula era realizada com atividades de *step*, um caixote de madeira com aproximadamente 20 cm de altura, com dimensões de 100 cm X 60 cm, aproximadamente, onde se desenvolvem atividades orientadas e coordenadas de subida e descida.

professores licenciados e treinados pela equipe, sabe-se que a modalidade extrapolou esses limites, sendo desenvolvida em academias de todo o Brasil e do mundo sem o licenciamento devido, tornando-se, de certa forma, de domínio público, já que a própria internet se encarrega de divulgar exercícios e até aulas completas da modalidade.

A modalidade *jump fitness* – simplificada na palavra *jump* – consiste na execução de coreografias elaboradas a partir de saltos diversos e movimentos de corrida, seguindo-se uma marcação musical cadenciada (músicas com 132 a 145 batimentos por minuto), sobre um minitrampolim.

O minitrampolim – ou cama elástica – constitui-se em um trampolim redondo, com um metro de diâmetro, com as seguintes dimensões: 100 cm de largura x 22 cm de altura x 100 cm de profundidade. É feito em estrutura metálica, sustentada por seis pés aparafusados, tendo como base uma tela elástica, presa por molas amortecedoras.

Figura 5 – Minitrampolim (modelo)



Fonte:

www.submarino.com.br/produto/28/1021548/trampolim+mini+cama+elastica+profissional+polimet

Na academia onde a pesquisa foi realizada, há cerca de dez minitrampolins³¹. Entretanto boa parte deles se encontra em condições bastante precárias: alguns estão com os pés tortos, outros com a tela elástica gasta e até rasgada, e outros, ainda, estão com molas faltando.

Esse tipo de problema, aliás, é motivo de preocupação e de mobilização das praticantes da modalidade, que frequentemente solicitam a reposição ou o conserto dos equipamentos. O material já foi, várias vezes, encaminhado à manutenção, que

³¹ Durante o período de realização da pesquisa, foram adquiridos, pela proprietária, dois novos minitrampolins. Os demais, contudo, foram mantidos em plena atividade, com exceção de alguns que, por não apresentarem nenhuma condição de uso, foram desativados, ficando em um canto do depósito de materiais.

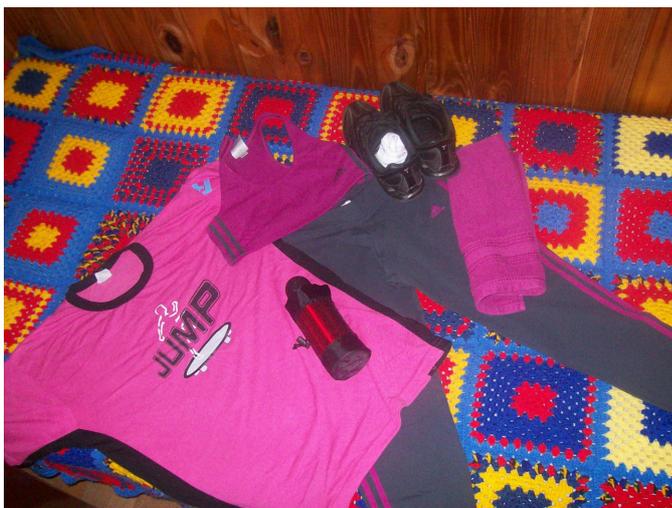
consiste em reparos paliativos, como remendos nas telas e substituição de molas e pés.

A precariedade também se encontra nos demais aparelhos e equipamentos da academia: as tornozeleiras, não raras vezes, apresentam o velcro (usado para prender o equipamento ao redor do tornozelo) extremamente desgastado, o que faz com que se solte facilmente durante a execução dos exercícios; os colchonetes estão, em sua maioria, rasgados, sendo provisoriamente *consertados* com fitas adesivas prateadas, colocadas sobre os rasgos. Além disso, todos os *steps* estão com camadas de madeira quebradas, soltando-se e cheias de rebarbas e pontas, o que os transforma em material inadequado e potencialmente perigoso à saúde. Sobre esse aspecto, percebe-se que a reação das praticantes de ginástica é ambígua.

A falta de manutenção dos equipamentos e sua precariedade provocam reclamações e reivindicações cotidianas por parte das frequentadoras, porém isso faz com que todas se sintam atuantes e participantes no espaço da academia. Exigir seus direitos enquanto frequentadoras e pagantes das mensalidades evoca, nessas mulheres, um sentimento de pertencimento e legitimidade ao lugar e ao grupo em que transitam.

Para a participação nas aulas, são necessários alguns preparativos. Recomenda-se, por exemplo, o uso de calçados leves, de solado de borracha, com pouco amortecimento, já que a cama elástica é própria para a absorção de impactos. Calças ou bermudas confeccionadas em material flexível, camisetas confortáveis e arejadas e um sutiã ou bustiê com boa sustentação também são recomendáveis. Além disso, a academia sugere que cada aluno leve uma garrafinha com água e, como medida de higiene, sua própria toalha de mão, que deve ser utilizada para minimizar o suor e para evitar o contato direto com equipamentos como colchonetes. Dessa forma, o ritual preparatório experimentado por mim, antes de minha primeira incursão pela academia, transformou-se em ritual diário e costumeiro, compartilhado por todas as praticantes de ginástica.

Figura 6 – Indumentária indicada



Fonte: A autora (2011)

As músicas utilizadas para o desenvolvimento das aulas dariam um capítulo à parte. A responsabilidade pela escolha do repertório musical, bem como pela elaboração das coreografias, é da própria professora, que fala:

Assim, as músicas, eu tenho vários estilos, né? Às vezes, eu procuro botar uma música, quando eu vou botar uma música nova, por exemplo, buscar uma música mais antiga, eu tive coreografias com músicas dos anos 60, entendeu, eu sempre vou mesclando os estilos musicais. [...] A única coisa que tem que cuidar é a batida, que tem que estar sempre em oito segundos, oito batidas, né: 8 – 8 – 8 – 8. [...] É a musicalidade, né? Daí tu tem que ter pra ti poder fazer os passos, senão fica descoordenado. [...] [Para montar a coreografia] eu penso sempre num geral, eu nunca penso no específico, fazer aquilo porque combina com a música. Eu tento fazer... Eu monto uma coreografia a partir, por exemplo... Tem que mexer os braços, as pernas, tem que contrair o abdômen, tem que mexer a parte superior da perna, a inferior... Então, eu penso no geral, sempre. Penso no maior número de músculos. (Raquel, 21 anos, instrutora da academia e colaboradora da pesquisa).

Confesso que, de início, mesmo considerando meu gosto musical bastante eclético, movimentando-se de um Milton Nascimento³² a um Lula Queiroga ou a um Lenine³³, por exemplo, ou de um Vitor Ramil³⁴ a um *Madredeus*³⁵, estranhei muito a

³² Cantor e compositor carioca radicado em Minas Gerais. É tido como um clássico da música popular brasileira (MPB). MPB deve ser compreendida como um gênero musical brasileiro surgido em 1966, com a segunda geração da Bossa Nova, outro gênero musical brasileiro (ALBIN, 2003).

³³ Músicos pernambucanos altamente respeitados pela crítica especializada brasileira e internacional.

³⁴ Músico gaúcho, conhecido pelas mesclas melódicas (*milongas* misturadas a ritmos urbanos ou orientais, por exemplo) e pela poesia elaborada de suas letras.

³⁵ Grupo musical português, que mistura o *fado* (ritmo tradicional português) à música popular.

seleção musical, prioritariamente popular. As músicas de Shakira, Beyoncé e Lady Gaga³⁶ dividem espaço com *É o Tchan*, Latino, Gustavo Lima ou Michel Teló³⁷.

Dentro da batida adequada e compondo uma coreografia, entretanto, é surpreendente (eu mesma testemunhei isso), pulando frenética e animadamente ao som de “Seja morena ou loira/ vem balançar kuduro”³⁸ ou “Vai, Lacreia/ vai Lacreia”³⁹, ou, ainda, “Mãos para o alto, novinha/ mãos para o alto, novinha/ Por quê?/ Porque hoje tu tá presa, tu tá presa, tu tá presa”⁴⁰. Aliado aos movimentos compassados, o som torna-se contagiante e, quando menos se espera, o corpo, sem qualquer constrangimento, fica inteiramente tomado de energia e empolgação.

Existe uma explicação fisiológica para esse fenômeno, que diz respeito à liberação de dois hormônios na corrente sanguínea – adrenalina e endorfina – desencadeada pelo próprio exercício físico.

A *adrenalina* é um neurotransmissor necessário à manutenção da vida. Esse hormônio é secretado em milhares de estruturas, passando a atuar sobre o sistema nervoso simpático – coração, pulmões, vasos sanguíneos, órgãos genitais, pernas, músculos, braços – e preparando o corpo para exercer esforços físicos, como pular, correr e ou executar movimentos que exigem reflexos rápidos. Tem a função de aumentar os batimentos cardíacos, estimular a vasoconstrição, liberar a glicose armazenada no fígado, elevar a pressão arterial, relaxar e ou contrair alguns músculos involuntários⁴¹.

Já a *endorfina* é uma substância natural produzida na hipófise e liberada durante e depois de uma atividade física. Ela regula a emoção e a percepção da dor, ajudando a relaxar e gerando bem-estar e prazer. A *endorfina* é considerada um analgésico natural. Reduz o estresse e a ansiedade e alivia as tensões. Por isso

³⁶ Ícones femininos da música dançante. A primeira é colombiana. As outras duas, norte-americanas.

³⁷ Músicos brasileiros cujas músicas, com grande tiragem comercial, investem muito mais na batida e no ritmo alegre do que nas letras que, em geral, são chulas e maliciosas, com forte apelo sexual. Ainda assim, as crianças, principalmente, se encontram entre seu público mais fiel.

³⁸ “Dançar Kuduro”, música do porto-riquenho Don Omar, adaptada pelo cantor carioca Latino. *Kuduro* é um ritmo angolano. Disponível em: <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Kuduro>>. Acesso em: 27 dez. 2011.

³⁹ *Vai, Lacreia* é um *funk* criado por MC Serginho, *funkeiro* carioca. Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/MC_Serginho>. Acesso em: 27/12/2011.

⁴⁰ Trecho da música *Prisioneira (Mãos para o alto, novinha)*, do *Bonde do Tigrão*, grupo de *funk* carioca.

⁴¹ Disponível em: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br>>. Acesso em: 27 dez. 2011.

mesmo, os exercícios físicos são recomendados inclusive no tratamento de depressões leves⁴².

Contudo, sociologicamente, a explicação se dá a partir da força da coletividade e da prática de uma atividade tida como prazerosa e legitimada em sua eficácia: as aulas de *jump* são praticadas no grupo, dando um caráter de identidade, unidade e cumplicidade, o que confere, também, um estímulo a mais à sua realização.

⁴² Disponível em: <<http://cyberdiet.terra.com.br>>. Acesso em: 27 dez. 2011.

2 GÊNERO E ENVELHECIMENTO

Para começar, tenho por certo que meu problema – nosso problema – é, antes de tudo mais, uma questão de gênero. Melhor dizendo, um problema mais precisamente de gênero, idade e geração. (SARDENBERG, 2002, p. 53).

A partir da compreensão, mais ou menos generalizada, de que as representações sociais sobre a maturidade estão intimamente ligadas às questões de gênero, essa categoria passa a ser entendida como fundamental para o estudo das experiências em relação ao envelhecimento. No entanto, faz-se necessária, primeiramente, a compreensão do conceito de *representação social* para este trabalho.

A expressão *representações sociais* foi introduzida a partir dos estudos sobre ideação coletiva (ou representação coletiva) de Durkheim (2007), que identificou os processos cognitivos, ideológicos, normativos, morais etc. como produções mentais sociais. Sua teoria foi desenvolvida quando, ao estudar os fenômenos religiosos, mágicos e míticos, passou a entendê-los como construções essencialmente coletivas, impossíveis de serem criadas no plano individual.

Durkheim constatou que a vida coletiva é feita de representações, as quais independem do indivíduo e fazem parte da consciência coletiva, que transcende a consciência individual tanto pela sua superioridade quanto pela pressão que exerce sobre ela. A consciência coletiva não se confunde com a consciência individual, mas com a sociedade que vive e atua em cada um de nós (ibidem).

O psicanalista social romeno naturalizado francês Serge Moscovici revigorou esses estudos, transpondo-os para a complexidade das sociedades contemporâneas, nas quais se destacam os aspectos da simultaneidade e atemporalidade das informações e comunicações, acelerado desenvolvimento científico e diversidade e mobilidade sociais (JODELET, 2001).

Moscovici (1995) aponta que os saberes populares e o senso comum são elaborados e reelaborados através da linguagem, das conversações e trocas entre os membros de uma cultura e/ou grupo. Dessa forma, a linguagem e a comunicação, enquanto produtoras de trocas e de relações sociais, têm uma abrangência determinante. É através da linguagem e da comunicação que a construção desse conhecimento irá se processar. Assim, a metodologia utilizada na

coleta e na análise dos dados dentro de uma abordagem das representações sociais deve levar muito em consideração as falas – individuais e coletivas – do grupo pesquisado, bem como o contexto ao qual esse grupo está inserido.

O indivíduo sofre a pressão das representações dominantes na sociedade e é nesse meio que pensa ou exprime seus sentimentos. Essas representações diferem de acordo com a sociedade em que nascem e são moldadas. Portanto, cada tipo de mentalidade é distinto e corresponde a um tipo de sociedade, às instituições e às práticas que lhes são próprias. (MOSCOVICI, 2001, p. 49).

Por se tratarem de construções coletivas, as representações sociais são racionais. Em outras palavras, o ser humano torna-se racional justamente através das significações sociais que atribui – coletivamente – aos fenômenos, mesmo os de origem natural, como o corpo em envelhecimento, por exemplo. É importante salientar que, longe de serem meras abstrações subjetivas, as representações sociais são, muitas vezes, capazes de orientar as práticas cotidianas.

Para Durkheim (2007), *representações sociais* são, então, produções mentais coletivas, construtoras de conceitos, paradigmas e imagens dos grupos sociais em relação a si mesmos e em relação à sociedade como um todo.

Dessa forma, é perceptível que, nas representações sociais sobre o processo de envelhecimento, existem especificidades de gênero, na mesma proporção em que há especificidades de idade e geração na condição de gênero (BRITTO DA MOTTA, 2002b).

Essa compreensão acaba, muitas vezes, sendo meramente discursiva: entende-se o gênero como uma construção social e cultural, mas as diferenças e desigualdades entre os gêneros seguem sendo naturalizadas e, em grande medida, transformadas em dados imutáveis.

A imensa maioria das sociedades humanas divide suas populações em duas categorias tidas como distintas e complementares: *masculina* e *feminina*. Embora fortemente baseada em diferenciações anatômicas e biológicas entre homens e mulheres,

[...] essa divisão é baseada em uma série de pressupostos, derivados da cultura em que ocorrem, sobre os diferentes atributos, crenças e comportamentos característicos dos indivíduos em cada uma das categorias. (HELMAN, 2003, p. 146).

Dessa forma, o gênero pode ser compreendido como um complexo de elementos, dentre os quais se destacam: a genética, baseada na combinação dos

cromossomos; o fenótipo, baseado nas características físicas e sexuais secundárias; a psicologia, baseada na autopercepção do indivíduo; e a sociedade, baseada em categorias culturais mais amplas, que definem como os indivíduos são percebidos pela sociedade a partir das categorias masculino/feminino (HELMAN, 2003).

A categoria gênero passou a ser vista prioritariamente no âmbito das diferenças culturais por algumas feministas norte-americanas, que tinham como preocupação básica refutar o determinismo biológico e a consequente naturalização e universalização das experiências masculinas e femininas como opostas umas às outras (MATTOS; SOIHET, 2003).

Para a concretização dessa visão de gênero como uma construção cultural, essa categoria passou a ser reconhecida como independente da categoria *sexo*.

Embora considere tal visão um avanço inegável para as discussões sobre gênero e sua legitimidade, compartilho do pensamento de Sardenberg (2002), que reflete, também, as elaborações feitas por Butler (1990), Grosz (2000), entre outras pensadoras de orientação desconstrucionista e pós-moderna:

Ressalte-se que nessa concepção dualista, *sexo* e *gênero* aparecem como fenômenos distintos, aparentemente descontínuos, tendo-se portanto duas formas de identidade: de um lado, a sexual, ou anatômica, e de outro, a de gênero, associada a papéis sociais e ao que é socialmente construído. Dessa forma, o corpo anatômico é contrastado com a plasticidade da identidade de gênero construída – a esfera privilegiada, valorizada como a esfera da mudança social – vez que nessa perspectiva gênero é configurado como algo imaterial, descorporificado, ou apenas como discurso, como representação. [...] No entanto, sem renegar a relevância teórica e política das reflexões anteriores, questões levantadas pelas correntes desconstrucionistas, pós-modernas, vêm engendrando novas reflexões quanto à relação entre *sexo* e *gênero*. [...] **Mais especificamente, tem-se ressaltado que, contraditoriamente, tal separação fundamenta-se em uma noção essencialista na qual sexo – identificado com o corpo – é entendido como se fosse parte de uma natureza, existindo fora da história.** (SARDENBERG, 2002, p. 54-55 – grifos nossos).

As diferenças de gênero também dizem respeito ao envelhecimento, porquanto homens e mulheres envelhecem distintamente (SAFFIOTI, 1992).

Em relação ao envelhecimento feminino, especificamente, podem-se observar alguns paradoxos, já que, muitas vezes, a mulher, muito valorizada pelo seu papel reprodutivo e de cuidado com as crianças, ficaria mais vulnerável do que o homem nesse processo (DEBERT, 1994).

Além disso, o tempo de contagem para a aposentadoria das mulheres é menor que o dos homens. O que poderia ser visto como benefício, já que, na maioria das vezes, as mulheres cumprem jornadas duplas e até triplas, sendo

responsáveis tanto pelo trabalho externo quanto interno ao lar, pode ser visto com certa negatividade, pois o envelhecimento feminino parece ser mais precocemente demarcado do que o masculino (BRITTO DA MOTTA, 2005).

Por outro lado, o envelhecimento feminino pode ser visto como mais vantajoso em relação ao masculino. Justamente pela multiplicação das jornadas de trabalho, a aposentadoria feminina não representaria uma ruptura tão brusca em relação ao trabalho quanto a masculina. E, ainda, o envelhecimento feminino representaria uma maior liberdade, já que os controles sobre as mulheres tenderiam a ser afrouxados nessa fase (DEBERT, 1994).

“O corpo está no centro de toda relação de poder. Mas o corpo da mulher é o centro, de maneira imediata e específica”, nos diz Perrot (2005, p. 447). Essa afirmação, além de fortalecer a importância do corpo para o estudo do social (e vice-versa) – confirmado, muito fortemente, por esta pesquisa, dada a impossibilidade de se separar a categoria *corpo*, quando se fala em envelhecimento – reforça, também, a relevância do recorte de gênero proposto neste trabalho.

Percebe-se que as distinções entre os gêneros são, em grande medida, realçadas pelos usos e significados atribuídos aos corpos masculinos e femininos durante todas as fases da vida, precedendo, em grande parte das vezes, o próprio nascimento do indivíduo e tendo continuidade durante todo o processo de envelhecimento, não sendo minimizadas com a velhice. Isso pode ser verificado através de discursos, representações e práticas sociais, o que influencia o comportamento e as atitudes das pessoas, na medida em que determina como deve ser o masculino e o feminino.

Assim, muitas mulheres sentem-se coagidas pela busca de um corpo eternamente jovem, saudável, belo e... feminino. Em outras palavras, a feminilidade, o ser mulher, está geralmente associado à juventude, por sua vez percebida quase como um sinônimo de saúde e beleza. Essa busca pela juventude é sentida, por algumas mulheres, como um misto de prisão e poder em relação ao seu próprio corpo. Prisão pelo peso coercitivo que representa a necessidade de estarem sempre jovens, dentro de um competitivo mercado em que o corpo, segundo alguns entendimentos, é valorado como um verdadeiro capital (GOLDENBERG, 2008; BOURDIEU, 2008).

Ao mesmo tempo, a atuação sobre seus próprios corpos, impedindo que feneçam frente à inexorabilidade biológica do envelhecimento, parece representar um domínio sobre si mesmas. Seria a vitória da cultura na luta contra a natureza?

Este suposto embate entre o natural/cultural, entretanto, mostra-se pouco profundo, se compreendermos o ser humano como uma totalidade biopsicossocial. Tal compreensão vai na contramão de qualquer tipo de essencialismo, quer ele seja biológico, quer seja social, uma vez que as explicações essencialistas, que naturalizam – mesmo que socialmente – as diferenças entre os sexos/gêneros, mostram-se sempre pouco profundas e simplistas ao extremo (JOHNSON, 1997).

Nesse sentido, aliás, Saffioti (1992) propõe uma *ontogênese* do gênero, processo pelo qual essa categoria deve ser descrita histórica e contextualizadamente, desde sua origem até seu desenvolvimento na contemporaneidade, com o propósito de que “o vínculo entre sexo e gênero” seja, definitivamente, mostrado (ibidem, p. 1).

A ontogênese proposta por Saffioti (2009) parte da análise das três dimensões humanas – biológica, psicológica e social –, compreendendo-as como interdependentes. Assim, pensar, sentir e agir representam faces de uma mesma unidade: o ser humano. Desprezar qualquer uma das três esferas seria correr o risco de cair no essencialismo, quer biológico, quer social.

O termo *relacional*, dessa forma, torna-se dispensável para qualificar o gênero, já que todo o movimento social é relacional (ibidem). Assim, quando se fala em gênero, está se falando de relações de/entre gênero(s): homens e mulheres; mulheres e mulheres; homens e homens.

Quando, em grande parte pelas discussões impulsionadas pelo movimento feminista, o conceito de gênero passou a ser adotado, tomando o lugar do que até então era comumente chamado “situação da mulher”, houve, mais do que um mero “trânsito semântico”, uma transformação estrutural no enfoque abordado, já que o conceito encerra, em si próprio, as dimensões relacional e de poder (RIBEIRO, 2007, p. 33).

Assim sendo, gênero, enquanto conceito relacional, não pode ser estudado sem a intersecção de outras categorias, como classe (ou camada social), geração e etnia. Todas essas dimensões se realizam historicamente no cotidiano, sendo categorias relacionais que “expressam diferenças, oposições, conflitos e/ou alianças e hierarquias provisórias”, remetendo, portanto, a relações de poder (BRITTO DA

MOTTA, 1999, p. 193). Em estudos anteriores, a análise pautada nas relações de poder se dava unicamente pela categoria classe, que era desprovida de gênero, etnia ou geração, ou seja, destituída de carne e osso.

A necessidade da articulação entre gênero e classe social torna-se, dessa forma, crucial; deve-se atentar para as “diferenças-semelhanças de gênero nas relações de produção, assim como as diferenças-semelhanças de classe nas relações de gênero” (SAFFIOTI, 1992, p. 192).

Como uma alternativa à dimensão política-econômica na análise de classe, Bourdieu (1987) refere-se às “vivências, experiências e práticas socializadoras”, expressadas pelos conceitos de *habitus*⁴³ e de distinção social, este último fundamentado na ideia de que as representações do mundo social que o indivíduo – ou o grupo – tem de si e dos outros se traduzem através dos gostos e dos estilos de vida (BRITTO DA MOTTA, 1999, p. 195).

Dessa forma, Bourdieu (2008) retira os fatores econômicos do centro da análise, passando a considerar as práticas de consumo cultural dentro de uma estrutura relacional – o *habitus* –, permanecendo, na análise, as estruturas de poder, próprias das relações de classe.

No entanto tais estruturas não dizem respeito apenas ao poder econômico, mas também ao poder cultural. Por isso mesmo, a utilização da categoria *camada social*, em vez de *classe social*, parece-me mais adequada no contexto desta pesquisa.

Bourdieu (2008) identifica duas outras maneiras, além da cultura, pelas quais as camadas dominantes se distinguem das demais: alimentação e despesas com apresentação de si, que são inversamente proporcionais: enquanto a classe dominante investe maciçamente com despesas para sua apresentação (vestuário, cuidados com beleza e higiene) e com seu capital cultural, as camadas sociais menos favorecidas financeiramente investem boa parte de seu orçamento – maior ou menor, de acordo com seu poder aquisitivo – em alimentação.

⁴³ “Sistemas de posições duráveis, estruturas estruturadas predispostas a funcionar como estruturas estruturantes, quer dizer, enquanto princípio de geração e de estruturação de práticas e de representações que podem ser objetivamente ‘reguladas’ e ‘regulares’, sem que, por isso, sejam o produto da obediência a regras, objetivamente adaptadas a seu objetivo sem supor a visada consciente dos fins e o domínio expresso das operações necessárias para atingi-las e, por serem tudo isso, coletivamente orquestradas sem serem o produto da ação combinada de um maestro.” (BOURDIEU, 1987, p. 40).

As escolhas sobre os usos, as vivências e as aparências do corpo, quer masculino, quer feminino, implicam um mundo de estilos corporais já estabelecidos histórica, social e culturalmente. A imagem da feminilidade e da masculinidade, por exemplo, são construções que envolvem tempos e espaços (sociais e culturais) determinados historicamente (BUTLER, 1988).

Essa diferenciação foi acentuada com a industrialização e a consolidação do capitalismo, em que a separação entre o mundo público do trabalho e o mundo privado da vida familiar, delimitando as esferas como essencialmente masculinas e femininas, respectivamente, ficou claramente definida, tornando-se hegemônica.

Os dois mundos [o público e o privado] não são vistos com equidade: o sucesso no domínio público é praticamente o único caminho para chegar a altas posições sociais, a maioria das quais é ocupada por homens; ser produtivo no mundo do trabalho remunerado (exceto em empregos subalternos) conta mais na visão cultural dominante do que qualquer coisa que se faça como “dependente” na esfera doméstica. Como o mundo do trabalho esteve historicamente relacionado a um rompimento com a natureza e exigia esforço para dominar a natureza, as mulheres, as pessoas associadas à esfera “natural” da família, eram vistas como dominadas. (MARTIN, 2006, p. 53).

Em nossa sociedade, que cultua o corpo como um meio hedonista, uma mulher é considerada verdadeiramente feminina se cultivar o corpo – para si e para os outros – em detrimento do cultivo de seu intelecto. Dentro desse contexto, pode-se dizer que o corpo está para o feminino assim como o intelecto está para o masculino (ibidem).

A questão do corpo feminino, nesse âmbito, é bastante pertinente. A cultura corporal simboliza uma distinção social, distinção esta também generificada, na busca de uma expressão da feminilidade e/ou da masculinidade. Dentro dessa perspectiva, pode-se perceber que as próprias práticas esportivas variam de acordo com o gênero e as camadas sociais.

A escolha por práticas esportivas em academias de ginástica, por exemplo – consideradas um esporte ascético por se reduzirem a uma “espécie de treino pelo treino” e, por isso mesmo, essencialmente feminino, sem se constituir num desporto, propriamente dito, no qual há disputas e competições, típicas da representação da masculinidade –, reflete o gosto das camadas médias, que se distingue do das camadas mais populares, cuja preferência se dá por esportes coletivos, competitivos e tipicamente associados aos homens, seu público – consumidor e praticante – por excelência (BOURDIEU, 2008, p. 201).

O interesse que as diferentes classes atribuem à apresentação de si, a atenção que lhe prestam e a consciência que têm dos ganhos que ela traz, assim como os investimentos de tempo, esforços, privações, cuidados que elas lhe dedicam, realmente, são proporcionais às oportunidades de lucros materiais ou simbólicos que, de uma forma razoável, podem esperar como retorno; e, mais precisamente, eles dependem, por um lado, da existência de um mercado de trabalho em que as propriedades cosméticas possam receber valor (em graus variáveis, segundo a natureza do ofício) no próprio exercício da profissão ou nas relações profissionais e, por outro, das oportunidades diferenciais de acesso a este mercado, e aos setores deste mercado, em que a valorização profissional recebe sua maior contribuição da beleza e de uma conduta digna. (BOURDIEU, 2008, p. 194).

Dessa forma, o corpo, especialmente o feminino – e especialmente o das camadas médias e populares –, é visto como um capital, tanto para o mercado de trabalho, propriamente dito, como para o mercado matrimonial, sexual e/ou sentimental. Às mulheres da burguesia, então, é negado o direito ao envelhecimento, marca irrefutável de desvalorização deste capital (ibidem).

Eu tenho muito medo. Eu tenho pavor da possibilidade de ficar velha. Eu sou totalmente vaidosa e isso me faz mal, muitas vezes. A proximidade da idade, eu começo a achar que tá caindo, o corpo, o rosto, tudo. Eu me preocupo e isso mexe comigo. (Cora, 44 anos, colaboradora da pesquisa).

Reforçando essa afirmação, pode-se observar que, pela imposição e naturalização do corpo feminino como erótico e sensual, as mulheres, mais do que os homens – ou, ao menos, de forma bastante distinta –, sofrem os efeitos da marginalização provocada pelo envelhecimento, principalmente quando este passa a marcar o corpo, afastando-o cada vez mais dos padrões de beleza e juventude estabelecidos (XAVIER, 2007).

2.1 Feminilidades e feminismos

– Oh, mãe, me explica, me ensina, me diz o que é feminina?
 – Não é no cabelo, ou no dengo, ou no olhar. É ser menina por todo o lugar.
 [...] Costura o fio da vida só pra poder cortar
 Depois, se larga no mundo pra nunca mais voltar
 [...] Prepara e bota na mesa com todo o paladar
 Depois, acende outro fogo e deixa tudo queimar
 (*Feminina* – Joyce)

Mas é preciso ter manha, é preciso ter graça, é preciso ter sonho, sempre.
 Quem traz na pele essa marca possui a estranha mania de ter fé na vida
 [...] Mas é preciso ter força, é preciso ter raça é preciso ter gana, sempre.
 Quem traz no corpo a marca, Maria, Maria mistura a dor e a alegria
 (*Maria, Maria* – Milton Nascimento e Fernando Brant)

Um cheiro de tentação
 Um corpo roliço e bom
 Um jeito de sedução, mulher
 Dengosa, matreira, gostosa, vai
 Zombando do amor dos homens
 Que cercam, farejam, devoram
 Com olhos e boca de lobo mau
 Malícia no seu andar
 Prepara armadilhas mil
 Fingindo ser caça é mulher
 Bonita, cheirosa a debochar
 Dos homens que querem, todos,
 Seu beijo, seu tempo, seu corpo
 Mas ela não ama com qualquer um
 Eu nasci para ter
 Um amor forte, sereno, bonito, gostoso
 Um homem bom
 (*Sedução* – Milton Nascimento e Fernando Brant)

A essas alturas, até mesmo um leitor desatento já deve ter percebido o quanto eu gosto de música e o quanto ela é importante pra mim. De uma maneira ou de outra, a música sempre esteve muito presente em minha vida. Sou uma ouvinte atenta, sensível às canções e letras que, de alguma forma, acabam sendo mais do que meras canções e letras: sempre acabo vendo um sentido a mais em canções que me comovem, ou em letras que parecem querer dizer algo sobre o contexto em que foram compostas.

Assim, embora este trabalho não tenha como proposta tal tipo de análise, as três letras – ou trechos – de músicas acima, compostas e gravadas entre os anos de 1970 e 1980, parecem-me apropriadas para ilustrar o que podemos chamar de representação de uma *feminilidade hegemônica*.

Não obstante os avanços da sociedade, conquistados enormemente em decorrência da organização do movimento feminista, a imagem que se encontra da mulher e do que é *ser feminina* ainda se localiza polarizada em anjo/demônio, caça/caçadora, seduzida/sedutora, parecendo não haver meios termos nesses espectros.

Obviamente, a *feminilidade* não é uma essência, em si, mas uma construção cultural como, de resto, as demais questões relativas a corpo, gênero, sexualidade, saúde e doença. Também é fato que não existe somente uma feminilidade, como um modelo a ser prescrito e seguido por todas as mulheres, independentemente de sua cultura, sua condição social, suas vontades e seus desejos, assim como é fato que a feminilidade não é privilégio somente das mulheres.

Todos temos dentro de nós, ativos, o princípio feminino e o masculino. Todos conhecemos mulheres mais ativas que outras e mulheres mais ternas; homens mais ternos e outros mais agressivos. Se não fosse assim, os homens seriam todos iguais e as mulheres também! É por essa mistura de masculino e feminino em nosso organismo (corpo) que existe essa diversidade maravilhosa entre os seres humanos e todos os outros seres vivos. (MURARO, 2007, p. 30-31).

Certamente, o masculino e o feminino não são conceitos autodefinidos. São construções sociais e culturais, histórica e geograficamente contextualizáveis. Entretanto, ao menos em nossa sociedade, é evidente que as expectativas em relação aos comportamentos femininos estão unicamente associadas às mulheres e referem-se, ainda em grande parte, a um modelo hegemônico.

Teve pesquisas que a gente vê, por exemplo, com fisiculturistas mulheres, que tu vê o jeito que ela é de ser feminina. Por exemplo, ela é cheia de músculo – que músculos são ditos masculinos – e ela é cheia de músculos, mas ela usa brinco, passa maquiagem, passa batom, né, bota um biquíni colorido, né, bota uma saia mais justa, né? Então são formas. A feminilidade tá dentro de toda a mulher, querendo ou não. (Raquel, 21 anos, colaboradora).

Assim, embora tendo uma visão essencialista, acreditando em uma *natureza feminina*, Raquel busca uma maior proximidade com esta *natureza feminina* usando artifícios que são dados pela cultura: a frequência a uma academia de ginástica e o uso de maquiagem e roupas mais femininas, por exemplo.

Através de uma retomada histórica pelos dois primeiros séculos da era cristã, observa-se que a construção desses modelos hegemônicos, tanto de feminilidade, quanto de masculinidade, não se deu por acaso, mas no intuito de moralizar e ordenar as práticas sexuais e os prazeres daí advindos. A influência da psicanálise não foi pequena na produção de discursos sobre os sexos, reforçando por muito tempo uma visão essencialista do sexo feminino como frágil e histérico.

Essa moralização se deu, em enorme medida, através de uma pedagogia dos corpos (FOUCAULT, 1985; VIGARELLO, 1995; LOURO, 2000), cujo propósito era o de padronizar os corpos, sua apresentação, seus comportamentos e usos de acordo com os gêneros, as etnias, as idades e gerações e as camadas sociais, estabelecendo e fortalecendo relações desiguais e hierárquicas entre homens e mulheres, brancos e negros, adultos, velhos e crianças, ricos e pobres.

Assim, em relação às diferenciações de gênero, pode-se verificar que às mulheres recaíram o recato e os cuidados, não só para consigo mesmas, mas para com os demais, marido e filhos (FOUCAULT, 1985). Sua educação, tanto emocional

quanto corporal, se dá a partir de uma orientação em direção a valores tidos como femininos, como o amor, o acolhimento e a passividade (MURARO, 2007). Os homens, por sua vez, são orientados, a partir de sua socialização primária, para valores tidos como masculinos – violência, dominação, competitividade –, tudo isso se refletindo na doutrinação de seus corpos, que devem ser fortes, musculosos, aptos às batalhas cotidianas (ibidem).

Para Foucault (1985), isso seria um reflexo claro dos dispositivos de poder que perpassam nossa sociedade a fim de regulá-la através de normas e ordenamentos morais a partir de ações, práticas e discursos de disciplinamento dos corpos.

Para algumas teorias feministas⁴⁴, a feminilidade hegemônica só favoreceu a manutenção do preconceito contra as mulheres, já que tal feminilidade foi construída tendo como pressuposto a compreensão da mulher como corpo e objeto fálico, num mundo em que o discurso é essencialmente masculino. Ambas as imagens da mulher socialmente propagadas e legitimadas (e ilustradas pelas letras das canções, na abertura deste subcapítulo) – anjo/demônio – tomam como referência o homem, na figura do pai, protetor e viril (AZERÊDO, 2007).

A relação de algumas teorias femininas com o corpo feminino ainda é, em grande medida, extremamente complexa e controversa. Pode-se observar que a ideia de oposição entre *natureza* e *cultura* ainda tem sido o sustentáculo do pensamento ocidental moderno, calcado na binariedade como seu princípio norteador. Nas ciências sociais o axioma não é diferente. Ainda em nossos dias essa oposição tem sido bastante resistente, não obstante a preocupação de vários estudos em problematizar a questão, contextualizando e historicizando-a, numa tentativa de, ao menos, minimizar sua rigidez.

As ciências sociais e humanas e, em especial, a filosofia e a antropologia, principalmente as orientadas por alguns princípios feministas que podem ser tomados como ortodoxos, enfrentam dificuldades históricas em aceitar o corpo como categoria digna de análise. Essas dificuldades teriam como consequência (ou, por outro ângulo, seriam sua própria causa) a desvalorização social do corpo, o que, para esse entendimento, tem corroborado a opressão das mulheres (GROSZ, 2000).

⁴⁴ Faço referência sempre a *algumas* teorias feministas, por entender a dificuldade em se estabelecer com precisão uma definição do que seja o feminismo (ALVES; PITANGUY, 1982), além de compreender a diversidade de características e orientações desse movimento.

Como já visto no subcapítulo anterior, especialmente nas discussões sobre sexo e gênero, as dificuldades parecem se acentuar.

A hierarquização cristalizada nas construções binárias sugere a evidência de uma superioridade da cultura sobre a natureza. Assim, o gênero, entendido como uma construção cultural, sobrepujaria o sexo, tido como pertencente ao domínio natural. Na mesma proporção estaria a mente sobre o corpo, por exemplo, ou o homem (tido como um *ser cultural por excelência*) sobre a mulher (a natureza traduzida na *fera a ser domesticada*).

Esse binarismo opositor, todavia, parece ser insuficiente, estreito e problemático para explicar, ou sequer visualizar, os complexos fenômenos humanos, tipicamente naturais e culturais. Como a própria Grosz observa, o problema maior deste dualismo

[...] tem sido explicar as interações dessas duas substâncias aparentemente não miscíveis, já que, a partir da experiência e da vida cotidiana parece haver uma manifesta conexão entre ambas no comportamento ordenado pela vontade e nas reações psíquicas de resposta. (GROSZ, 2000, p. 54).

A mistura dessas “substâncias aparentemente não miscíveis”, de que nos fala Grosz, diz respeito à constatação de uma incapacidade em se delinear com alguma precisão quais os limites da natureza e quais os limites da cultura. Em outras palavras, cultura e natureza não são sítios isolados ou opostos. Natureza e cultura avizinham-se e interagem, complementando-se e buscando, uma na outra, as explicações e significações para si próprias.

Dessa forma, as concepções sobre *sexo e gênero, corpo e mente*, por exemplo, também não podem ser tomadas como duais e antagônicas. Entretanto, em relação a sexo e gênero, os dois conceitos têm sido, historicamente, adotados desta forma:

De um lado, o “gênero” foi desenvolvido e é sempre usado em oposição a “sexo”, para descrever o que é socialmente constituído em oposição ao que é biologicamente dado. Aqui, “gênero” é tipicamente pensado como referência à personalidade e comportamento, não ao corpo; “gênero” e “sexo” são portanto compreendidos como distintos. De outro lado, “gênero” tem sido cada vez mais usado como referência a qualquer construção social que tenha a ver com a distinção masculino/feminino, incluindo as construções que separam corpos “femininos” de corpos “masculinos”. (NICHOLSON, 2000, p. 9).

A linha que separa os universos natural/cultural, no entanto, é muito tênue e, por vezes, quase imperceptível.

Dessa maneira, se *gênero* é um construto cultural, *Sexo* (com inicial maiúscula) também o é, já que representa “uma construção particular dos corpos humanos”, sendo “o efeito de um discurso ocidental específico para abarcar e categorizar as diferenças aparentes entre mulheres e homens” (MOORE, 1997).

Moore, entretanto, vai ainda mais longe, reconhecendo o *sexo* (com inicial minúscula) também como um constituinte cultural, pois

[...] o sexo, em toda parte, é “Sexo”; em outras palavras, que embora a constituição, a configuração e os efeitos particulares do “Sexo” sejam claramente variáveis entre as culturas, não há, em nenhum caso, outra maneira de conhecer o sexo, senão através do “Sexo”. (MOORE, 1997, p. 6).

Dessa forma, então, compartilho o entendimento de que o *corpo* e o *sexo* podem ser compreendidos como categorias complexas, para além da mera determinação biológica.

Nossos corpos são complexos demais para dar respostas claras sobre a diferença sexual. Quanto mais procuramos uma base física simples para o “sexo” mais claro fica que o “sexo” não é uma categoria física pura. Aqueles sinais e funções corporais que definimos como masculinos e femininos já vêm misturados em nossas ideias sobre gênero. (FAUSTO-STERLING, 2001-2002, p. 10).

A própria categoria *natural*, nesse sentido, pode ser entendida como culturalmente construída (MOORE, 1997; LOURO, 2000; FAUSTO-STERLING, 2001/2002). De tal modo, há o reconhecimento do corpo como elemento fundamental para se pensar o complexo de gênero e sexo, sem a simplificação das diferenças meramente anatômicas entre homens e mulheres. Assim, mesmo não sendo necessariamente uma essência ou um determinante, o corpo é sempre um referente; ainda que seja negado, a referência para essa negação é, em si, o corpo.

Grosz (2000) ainda oferece uma breve visão de algumas das posições feministas em relação ao corpo, realizando uma ilustrativa e didática retrospectiva histórica, útil para a proposta deste trabalho: pensar os cuidados das mulheres com seus corpos em envelhecimento como um resgate e manutenção de suas feminilidades.

Na primeira categoria, o chamado “Feminismo Igualitário”, as especificidades do corpo feminino são vistas, de um lado, “como uma limitação inerente da capacidade das mulheres para a igualdade” e, de outro, “como um meio único de acesso ao conhecimento e modos de vida” (ibidem, p. 70). Sendo assim, as fontes

de conflito entre os sexos, da discriminação e dos preconceitos contra as mulheres se dão a partir dos papéis sociais impostos a homens e mulheres com a divisão sexual do trabalho.

O “Construcionismo Social”, a segunda categoria, não vê o corpo feminino como um obstáculo a ser vencido, “mas como um objeto biológico, como uma política de representação e funcionamento, marcando socialmente o masculino e o feminino como distintos” (ibidem, p. 73).

Por último, a categoria da “Diferença Sexual” vê o corpo como “nem bruto, nem passivo, mas entrelaçado a sistemas de significado, significação e representação, sendo constitutivo deles” (GROSZ, 2000, p. 75).

Por um lado, é um corpo significante e significado; por outro é um objeto de sistemas de coerção social, inscrição legal e trocas sexuais e econômicas. Este grupo diversificado tende a suspeitar da distinção sexo/gênero e a se interessar menos pela questão da construção cultural da subjetividade do que pelos materiais com os quais tal construção é feita. [...] Existe uma recusa, ou transgressão, do dualismo mente/corpo, que pode ser substituído pelo monismo ou por uma relação mais difícil, ainda que não contraditória, entre os termos binários, ou até uma confrontação direta dos termos polarizados. [...] O corpo é visto como um objeto político, social e cultural por excelência e não o produto de uma natureza crua, passiva, que é civilizada, superada, polida pela cultura. (ibidem, p. 75-76).

A compreensão do corpo feminino dentro dessas configurações, como sendo social e discursivo, vinculado à ordem do desejo, do significado e do poder, faz com que seja impossível sua singularização. Assim o corpo passa a ser vários corpos, dentro de uma multiplicidade, um vasto campo de diferenças, como orienta Grosz: “Uma série de tipos ideais de corpos deve ser postulada para assegurar a produção, projeção, imagens ideais e tipos corporais em disputa, aos quais cada indivíduo, à maneira dele ou dela, possam aspirar” (ibidem, p. 78).

Para Bourdieu (1999), o corpo biológico está configurado a partir de diferenças nas anatomias de homens e mulheres simbolicamente reconfiguradas. Entende, desse modo, que a divisão entre os sexos “está presente, ao mesmo tempo, em estado objetivado nas coisas [...], em todo o mundo social e, em estado incorporado, nos corpos e nos habitus dos agentes” (ibidem, p. 17). Portanto os esquemas de percepção, pensamento e ação estruturam-se a partir dessa divisão, sendo que a dominação se dá através e pelos corpos submetidos a tal divisão.

O feminismo, então, constitui-se como um movimento de luta das mulheres pela igualdade de direitos políticos, educativos e civis, e pelo agenciamento e

apoderamento de seus próprios corpos, a partir da denúncia das desigualdades entre homens e mulheres, onde a experiência masculina tem sido privilegiada em detrimento à feminina, historicamente desvalorizada e negligenciada (SCOTT, 1995).

Enquanto algumas teorias feministas pressupõem as mulheres e seus corpos enquanto agentes, privilegiando e qualificando positivamente as diversidades entre homens e mulheres, sempre referenciados no plural, Bourdieu (1999) refere-se às mulheres como objetos de circulação e trocas simbólicas.

Dessa forma, parece haver o pressuposto de uma fixidez nos papéis masculinos e femininos, sendo mulheres e homens incapazes de reação frente a um domínio e a uma estrutura essencialmente masculinos.

Caso contrário, perceberia[m] que, na manutenção do capital simbólico, os homens também são afetados, especialmente, quando se trata de manter a virilidade como uma resposta do corpo às exigências da violência simbólica exercida por eles. Manter a 'honra' e garantir a virilidade têm um preço para os homens e as respostas às demandas do poder são produtos das relações sociais de gênero. (SAYÃO, 2003, p. 125).

Assim, a dominação masculina, para Bourdieu (1999), constitui-se em uma estrutura inflexível que, embora incorporada através do *habitus* por homens e mulheres, se estabelece através de um poder eminentemente masculino. O *poder simbólico*, por sua vez, é uma forma transfigurada de outras formas de poder, sendo a dominação masculina uma das suas expressões. “O poder simbólico, poder subordinado, é uma forma transformada, quer dizer, irreconhecível, transfigurada e legitimada, das outras formas de poder” (idem, 2007, p. 15). A legitimidade do poder simbólico implica, assim, o desconhecimento e assujeitamento, através de um sistema de crenças, das pessoas sobre as quais esse poder é exercido.

Nesse sentido, Bourdieu (2007) parece anunciar uma reversão dessa posição subordinada a partir de uma tomada de consciência e do aniquilamento da crença:

[...] é na medida em que o discurso heterodoxo destrói as falsas evidências da ortodoxia [...] e lhe neutraliza o poder de desmobilização, que ele encerra um poder simbólico de mobilização e de subversão, poder de tornar atual o poder potencial das classes dominadas. (ibidem, p. 15).

Essa tomada de consciência, entretanto, não é tarefa fácil, já que o próprio Bourdieu reconhece que, para que a dominação se torne eficaz, é necessário “que os dominados tenham incorporado as estruturas segundo as quais os dominantes percebem que a submissão não é um ato da consciência” (idem, 1996b, p. 36).

Assim, onde algumas teorias feministas visualizam um movimento de contraposição ao poder estabelecido (no singular), a partir da constituição de poderes (no plural), mediante estratégias cotidianas – percebidas por De Certeau (2008), como “táticas de resistência” –, Bourdieu preocupa-se com as invariáveis das instituições sociais, consolidadas historicamente, estruturadas e estruturantes através do *habitus*, propondo, assim, uma luta política mais profunda, capaz de atingir estruturalmente tais instituições (SAYÃO, 2003).

Embora pareça fácil reconhecer uma posição subalterna da mulher nesse modelo hegemônico de feminilidade, não é nada fácil deixar de sucumbir a ele. Disciplinadas desde a infância em práticas corporais e comportamentais de gênero que estabelecem o que é *certo* e o que é *errado* para nos tornarmos/mantermos sempre femininas – dentro de uma feminilidade hegemônica –, naturalizamos essas práticas e essa forma de feminilidade.

Sardenberg (2002) ressalta tal dificuldade, mesmo para ela, feminista assumida, que se encontra na faixa dos 50 anos de idade:

Afinal, pertencemos àquela geração de mulheres que, rompendo com todas as amarras, saiu às ruas pela conquista de novos espaços de atuação na sociedade, opondo-se veementemente ao ideal de feminilidade – o de objeto de “cama e mesa”, passivo e modelado segundo os padrões estéticos femininos dominantes – que a sociedade vinha (e ainda vem) nos impondo há séculos. Além disso, reconhecemos no culto da eterna juventude que caracteriza os tempos atuais, um para-discurso desconcertante do envelhecer, que interpela, sobretudo a nós, mulheres. Todavia, em que pesem nossas lutas, não tem sido fácil para ninguém resistir às pressões sociais que nos assolam para combater as marcas do envelhecimento, principalmente ao enfrentarmos, todas as manhãs, nossa imagem refletida no espelho. (2002, p. 52).

Quanto às colaboradoras desta pesquisa, todas elas nascidas depois da segunda metade do século XX – ou seja, tendo vivenciado a juventude e a idade adulta (incluindo, aí, sua iniciação afetivo-sexual) após o advento da pílula anticoncepcional e da liberação feminina, com o trânsito feminino mais fluido entre os espaços privado e público e, conseqüentemente, com uma divisão de papéis entre os sexos mais nebulosa e não tão definida –, fica evidente sua preocupação em manterem-se sempre femininas, para si próprias, para seus companheiros ou mesmo para as outras mulheres.

Ressalto que nenhuma das sete mulheres participantes desta pesquisa é – ou sequer foi – ativista de nenhum movimento feminista ou de mulheres. Todas elas, entretanto, receberam, de alguma forma, alguns frutos deste movimento que, no Rio

Grande do Sul, emergiu no final dos anos de 1960, início dos anos de 1970, tendo suas origens no movimento de mulheres no Brasil, nos Estados Unidos, França e Inglaterra. Em Santa Maria, atingiu seu ápice na década de 1980, com a criação do Grupo Germinal, hoje extinto, que buscava conquistar as operárias e donas de casa, alienadas de sua condição de oprimidas (MÉNDEZ, 2004; VIEIRA, 2005). Essas mulheres, aparentemente, foram pouco tocadas pelas discussões feministas no universo particular do Rio Grande do Sul, em que no interior do estado são muito populares os centros de tradições gaúchas – CTG –, que reforçam padrões de gênero bem determinados, hierarquizantes e essencialistas e por sua popularidade e disseminação são bem mais próximos dessas mulheres do que qualquer ideologia o movimento feminista. Nenhuma delas foi ou é atuante de CTGs, mas, certamente, este é um discurso dominante local bem mais próximo ao universo delas do que o movimento feminista. Os CTGs valorizam muito a representação do feminino com vestidos e vários adereços, como brincos, colares, cores, pinturas no rosto, que constroem uma feminilidade recatada e padronizada, se contrapondo à indumentária masculina, bem homogênea e com cores discretas. Nesse sentido, a fala de Raquel parece remeter a um feminino que se constrói com roupas, adereços e cores consideradas como femininas, mas também – e principalmente – com os cuidados corporais buscando construir a partir do exercício físico formas que se constituam dentro dos padrões de uma feminilidade valorizada entre elas.

Eu, assim, particularmente, né, eu vejo... Às vezes, eu não me visto femininamente, né, sou bem gurizinho, às vezes, mas nem por isso eu deixo de ser feminina, né? Eu me cuido, eu gosto de cuidar do meu corpo, de passar creme, essas coisas, de me cuidar. Não que eu precise parecer feminina pros outros. Eu sou feminina pra mim, entendeu? Só que hoje em dia não é assim, né? Hoje em dia, tu vê que muitas pessoas têm que estar com sapato novo, tem que estar com isso, sabe, pra parecer feminina. E eu acho que feminina não é isso. Feminina é tu cuidar de ti, sabe? (Raquel, 21 anos, colaboradora).

Eu não sou uma pessoa... Eu sou uma mulher... Assim... Sou vaidosa, gosto de me cuidar, gosto de cuidar do meu corpo, gosto de cuidar do meu rosto, gosto de usar creme, que isso aí, isso aí é ser feminina. Só que eu não sou uma mulher delicadinha, não sou uma mulher que mede as palavras. [...] Então, nesse sentido, eu não sou nada feminina no falar. Mas o meu modo de agir é totalmente feminino. Eu sou preocupada, sou vaidosa. Quer dizer, só sou muito expansiva, que talvez não dá aquele lado delicado da mulher feminina. (Cora, 44 anos, colaboradora).

Ser feminina parece ainda estar diretamente associado ao cuidar-se e ao manter-se, ao menos aparentemente, jovem, estando também relacionado a uma noção de submissão. Ao mesmo tempo, características como fragilidade e delicadeza, embora estreitamente ligadas à feminilidade, parecem não fazer parte do repertório de muitas das mulheres que se dizem femininas. Entretanto isso aparece com uma ressalva: “mesmo não estando dentro do padrão de feminilidade, ainda assim, sou feminina”.

Durante as aulas na academia, as mulheres são capazes de expressar comportamentos sexuais tidos como bastante agressivos, constrangedores e, por isso mesmo, masculinos. Exemplo disso são os comentários maliciosos expressos em alto e bom tom por algumas das mulheres de *meia-idade* (lembro de Laura, Cora e Marta), quando passam pelo nosso espaço, rumo à sala de musculação, jovens *sarados*, com corpos dentro dos padrões masculinos de beleza.

Além disso, o cuidado com seus corpos é capaz de despertar *orgulho* em seus parceiros, o que denota que esse cuidado está muito diretamente ligado às expectativas que se tem em relação aos comportamentos das mulheres na busca e na manutenção de sua feminilidade. Cora, de 44 anos, é divorciada, mas vivencia uma relação com um companheiro ao qual denomina “namorado” e que assistiu a uma de nossas aulas. Na aula seguinte, Cora nos contou, muito feliz, antes de iniciar a aula, o que o companheiro lhe dissera: “Puxa, Nega, tu é forte! Como tu pula! Tenho orgulho de ti!”.

Verifica-se que essa não é uma questão de fácil compreensão e interpretação. Sua complexidade inviabiliza uma análise superficial e, até certo ponto, moralista e preconceituosa.

Minhas colaboradoras são mulheres de carne e osso, com poderes, desejos, medos e limitações. Vivem em uma sociedade que, inegavelmente, vivencia constantes e importantes mudanças culturais, de valores e comportamentos, mas que ainda carece de transformações estruturais mais efetivas, com um enfrentamento maior e a superação das desigualdades entre sexos, gêneros, etnias, camadas sociais, idades e gerações.

Ainda sobre a questão do envelhecimento como desencadeador de uma possível crise de feminilidade, proponho, a seguir, uma pausa para pensarmos sobre a menopausa e seus significados.

2.2 Menopausa: entre o alívio da liberdade e o fantasma da infertilidade

Mulher é bicho esquisito: todo o mês sangra.
(*Rosa choque* – Rita Lee)

Aproximar-se da menopausa significa o começo do fim, se não da vida, ao menos da feminilidade? Ou, se levarmos em conta a máxima de que “a vida começa aos quarenta”, será o início do começo? A resposta está longe de ser simples, como podemos perceber na fala de uma colaboradora desta pesquisa:

Eu me assustei, na verdade, quando a minha irmã me disse, quando eu fiz 30, que a minha irmã me disse: tu já parou pra pensar que tu tem três décadas? E agora eu paro pra pensar que eu já tenho quase quatro! E assusta! Porque parece que assim: e agora, depois dos 40, com 50, o que que eu vou fazer? Eu tenho medo. Eu tenho medo mesmo de envelhecer. E os 40 parece que tu já vai, já tá... Eu não sei, mas parece que, assim... Meu Deus, parece que eu já... E agora? Eu não fiz nada! E eu não fiz nada, eu não fiz nada! Isso é complicado! (Laura, 35 anos, colaboradora).

Vista como patologia no século XIX para, já no século seguinte, ser considerada “a bonança na vida da mulher” (MARTIN, 2006, p. 78), a menopausa ainda hoje é capaz de provocar opiniões diversas, quer no discurso médico, quer no senso-comum.

Várias metáforas têm sido utilizadas pelo discurso médico-científico em todos os tempos para explicar os fenômenos fisiológicos, tais como comparar o corpo e o funcionamento de seus órgãos ao sistema de tratamento de dejetos e segurança de uma cidade, ou a uma fábrica, ou, ainda, a um sistema de transmissão de informações com uma hierarquia bem definida – o cérebro sempre no comando (ibidem). Em relação à menopausa, especificamente, tal qual o envelhecimento, as metáforas estão quase sempre associadas a palavras de conotação negativa, como *regressão, declínio, decréscimo, falha*.

Nas mulheres pesquisadas, pode-se observar que a menopausa é vista com um misto de alívio pelo fim dos desconfortos e transtornos causados pela menstruação e, ao mesmo tempo, de decepção pelo fato de representar o início de um ciclo de decadência.

Durante a prática da atividade física na academia, quando uma das mulheres está menstruada, por exemplo, é visível seu desconforto e preocupação em tornar o absorvente invisível aos olhos das demais, ou com possibilidade de ele ser deslocado durante a atividade, perdendo, assim, sua função protetora.

O retorno de uma compreensão e uma vivência da menstruação, enquanto ciclo mensal natural e necessário, perdidas num mundo linear, cujos valores patriarcais se sobrepujam aos demais, é defendido por alguns autores, como Von Koss (2004, p. 14):

O que caracteriza o sangrar da mulher é sua ciclicidade. Um conjunto de eventos fisiológicos que iniciam e terminam em um mesmo acontecimento: o fluxo sanguíneo, a menstruação retorna regularmente, como as estações. Nessa sua regularidade, ela está associada com o primeiro contar do tempo, seja o tempo da coleta e da caça, seja o tempo da sementeira e da colheita, seja o tempo da procriação e da gestação. E assim como o tempo, está também intimamente conectada com a lua, a cujo movimento cíclico respondem os oceanos, o ritmo cardíaco e o próprio pulsar da vida, em seu movimento de expansão e contração.

Nesse contexto, numa visão mais essencialista, a vida das mulheres poderia ser dividida em três fases distintas, determinantes e demarcadoras da condição feminina: a menarca, na adolescência; a fertilidade plena, na vida adulta; e a menopausa, na maturidade. Cada uma dessas três etapas traria consigo sua própria riqueza e relevância no mundo feminino, iniciado a partir da primeira menstruação – a menarca –, tendo continuidade com a plenitude fecunda da mulher adulta e sendo encerrado com a menopausa, período no qual reinaria a sabedoria da experiência.

Se na sociedade patriarcal a sensualidade juvenil é o objeto de desejo por excelência e a fecundidade madura uma necessidade, a sabedoria da velhice foi totalmente descartada. As anciãs, honradas e veneradas por nossos ancestrais, foram transformadas em bruxas e queimadas em fogueiras, desqualificadas enquanto membros do grupo humano ou, na melhor das hipóteses, simplesmente esquecidas. Todos perdemos com isso. (ibidem, p. 10).

Essa argumentação me parece bastante interessante. Entretanto há que se atentar para os riscos de uma interpretação que ultrapasse o reconhecimento dos seres humanos – também, mas não unicamente – como seres biológicos e a importância da natureza no processo sociocultural, levando-nos à crença de uma *natureza feminina* imutável, o que, inclusive, poderia justificar atos e comportamentos de violência e dominação.

A ideia de 'natureza feminina' baseia-se em fatos biológicos que ocorrem no corpo da mulher – a capacidade de gestar, de parir e amamentar, assim como também a menstruação. Na medida em que essa determinação biológica parece justificar plenamente as questões sociais que envolvem esse corpo, ela passa a ser dominante, como explicação legítima e única para aqueles fenômenos. Daí decorrem ideias sobre a maternidade, instinto maternal e divisão sexual do trabalho como atributos 'naturais' e 'essenciais' à divisão de gêneros na sociedade. (VIEIRA, 2002, p. 31-32).

Para as mulheres pesquisadas, a menopausa, em si, não é vista como patológica. Seus sintomas, entretanto, sim.

Não é um calor normal! Parece um fogo que vem de dentro pra fora! Dá vontade de se atirar numa piscina! (Marta, 55 anos, colaboradora).

O mal-estar causado pelos calorões típicos dessa fase e por outros sintomas é, na maioria das vezes, tratado com reposição hormonal feita sob a prescrição de um médico ginecologista, ou, ainda, com acompanhamento psicológico. A própria atividade física é vista, aqui, como um remédio ou terapia para aplacar tais sintomas.

De uns tempos pra cá, as pessoas tão tendo mais consciência corporal e as mulheres que estão entrando na menopausa tão sentindo a necessidade de que o caminho é esse, não tem outro, pra tu ter uma saúde física e mental boa. Envelhecer bem. (Ivone, 56 anos, colaboradora).

Tenho muito medo [da menopausa]. E faço atividade física também pensando nisso. (Laura, 35 anos, colaboradora).

Dentro de um discurso médico bastante atual e popularizado, reconhecido e legitimado por grande parte da população brasileira, encontra-se o do doutor Dráuzio Varella⁴⁵.

Varella e Jardim (2009) têm uma explicação bastante acessível da menopausa, ligada, estritamente, a fenômenos físicos e hormonais de ordem natural. Eles explicam:

O principal fenômeno associado ao envelhecimento do aparelho reprodutor feminino é a menopausa. A menopausa representa o final permanente da menstruação e da fertilidade da mulher. É um processo natural, não uma doença. As mulheres nascem com um número fixo de óvulos, que, após a puberdade, amadurecem um por vez a cada 28 dias, em média. Quando esses óvulos acabam, está instalada a menopausa. Com a menopausa, ocorre grande mudança na quantidade e no tipo de hormônios circulantes. A redução dos níveis de hormônios femininos (estrógeno e progesterona) está associada a alguns sintomas, até que o corpo se adapte ao novo regime hormonal. Em geral a menopausa é diagnosticada 1 ano após a última menstruação. Entretanto, seus sinais e sintomas podem aparecer bem antes dessa data. [...] Durante esse período, vale a pena procurar orientação médica para avaliar se é preciso adotar algum tratamento específico. No passado, acreditava-se que todas as mulheres deveriam

⁴⁵ Após a publicação de seu livro *Estação Carandiru* (1999), sobre sua experiência voluntária como médico na Casa de Detenção de São Paulo, o doutor Varella se tornou bastante popular, sendo protagonistas de vários programas médicos-educativos na televisão brasileira. O presídio, um dos maiores do país, foi palco de um enorme massacre, em 1992, quando uma rebelião causou a morte de 111 detentos pela Polícia Militar do Estado de São Paulo, que se tornou *best-seller* no Brasil, tendo originado o filme *Carandiru*, dirigido por Hector Babenco.

receber terapia de reposição hormonal. Atualmente, sabemos que esse tratamento é reservado a certos casos. (VARELLA; JARDIM, 2009, p. 56-57).

Embora reconheçam a menopausa como um processo natural, os autores não descartam o uso de medicamentos para a manutenção do equilíbrio hormonal. Como “sintomas”, apontam uma série de sinais desconfortáveis, em sua maioria, físicos:

[...] menstruações irregulares, redução da fertilidade, secura vaginal, ondas de calor (também chamadas de ‘fogachos’), alterações do sono e do humor, aumento da gordura abdominal, diminuição na espessura dos cabelos, redução do volume das mamas. (ibidem, 2009, p. 56).

Outra das colaboradoras também se mostrou incomodada com os efeitos da menopausa sobre seu corpo:

[...] Nós piramos com a menopausa, câncer de mama, que começa a ser mais... Aparece mais depois da menopausa, os hormônios, a falta de vontade de fazer sexo, que isso modifica, sim, com a menopausa. Quem diz que não é, mente. Ou então não tão sendo totalmente sinceras, né? (Cora, 44 anos, colaboradora).

Assim, apesar da liberdade que o fim da menstruação pode representar, a menopausa marca o início de uma série de preocupações das mulheres com a sua saúde, além do fim do período fértil para as mulheres.

A mulher se cuida mais. A partir de uma certa idade isso se acentua mais. Olha, é poucos os homens que fazem algum tipo de atividade física, sabe? Pelo mundo corrido, o mundo do trabalho, e tal. Mas são poucos, assim, sabe? Hoje em dia eles estão se cuidando mais na parte estética, do cabelo, né, roupa. Acho que a saúde ainda tá bem precária. (Raquel, 21 anos, colaboradora).

Eu acho que, assim, negativo, eu acredito que começam a aparecer alguns problemas de saúde, né. E que é inevitável. Com os anos, surgem uns probleminhas que você tem que averiguar. Que esta mentalidade antes dos 40 a gente não tem, né? Ah, eu vou ir, eu tô forte. Quando a gente chega nos 40, começa a ter alguma dor mais séria, ou talvez nem seja séria e tu já fica imaginando: ah, eu tenho que ver... E tu vai atrás e faz exame. Mas tu começa a ter uma preocupação com a tua saúde. (Nádia, 40 anos, colaboradora).

Perrot (2008), reconstituindo a história das mulheres, lembra o quanto a menopausa, com o fim da fertilidade, representava uma perda irreparável às mulheres do século XIX:

A vida de mulher dura pouco: a menopausa, tão secreta quanto a puberdade, marca o final da vida fértil, e, por conseguinte, o término da feminilidade segundo as concepções do século XIX: 'eu que não sou mais uma mulher', diz George Sand. Não ver mais seu sangue, é sair do campo da maternidade, da sexualidade e da sedução. (PERROT, 2008, p. 48).

Em outro texto, a própria Perrot (2005) observa que, historicamente, no climatério, a mulher já não é mais vista como mulher, e sim como “uma velha, eventualmente dotada de mais poderes e liberdades, porém privada de fecundidade e, em consequência, de sedução” (p. 16).

Por incrível que pareça. Isso já é um dos fatores do sofrimento da mulher na menopausa. Isso já é um sofrimento: o medo de perder o marido pra uma mulher mais nova. (Cora, 44 anos, colaboradora).

Ainda que todas as mulheres de *meia-idade* pesquisadas já possuam filhos, o fato de que seus companheiros ainda sejam férteis pode representar, mesmo em nossos dias, já no século XXI, insegurança para algumas mulheres. Um dos maiores medos observados nas mulheres de *meia-idade* é o de serem trocadas por mulheres mais jovens. Estas, além de simbolizarem o novo e representarem o padrão de beleza que as próprias mulheres de *meia-idade* almejam, simbolizam o frescor e a vitalidade da fertilidade. Além disso, há o argumento de que os homens, na maturidade, procuram relacionar-se afetiva e sexualmente com mulheres mais jovens como uma forma de afirmarem-se enquanto homens sexualmente ativos:

E o homem, por sua vez, também já tá no meio termo em tudo, quem quer entender as minhas palavras – meio termo em tudo... Mas aí não querem aceitar essa possibilidade. Daí... Bom, eles já estão numa situação, geralmente, já com a sua situação financeira estabilizada e é muito fácil conseguir uma guriazinha mais jovem, que tá a fim de um coroa pra bancar. (Cora, 44 anos, colaboradora).

Embora esse temor seja realmente recorrente, alguns homens tratam de desmistificá-lo, argumentando a favor do relacionamento com mulheres maduras.

Não há dúvida de que a mulher jovem traz consigo, junto com o frescor da mocidade, um lindo brilho deslumbrado nos olhos, a pele lisa e esticada, a musculatura firme, o jeito brejeiro e, às vezes, dependendo da idade, uma inocência de menina escondida na vontade de já ser mulher. [...] Mas, e a mulher mais madura, a de 40, 50 anos? Comecei a raciocinar sobre elas, desatei a pensar na mulher de meia-idade, aquela por quem a gente sente um misto de atração e respeito, tesão e admiração, um impulso de abraçar e beijar e ao mesmo tempo de bater um bom e longo papo, e que suscita a esperança de termos achado a mulher da nossa vida. Aquela do pileque e da transa inesquecíveis. (CAPRI, 2011, p. 50).

Um a zero para as mulheres de *meia-idade*, então? Parece que não é bem assim.

Ainda em nossos tempos, apesar da popularização da pílula e de novas formas eficazes de prevenção natal, o corpo, principalmente o feminino, é frequentemente associado à sexualidade e à reprodução. Ao mesmo tempo, numa referência a Platão, as representações de corpo dizem respeito à beleza e à juventude, categorias diretamente relacionadas à pureza (DEL PRIORI, 2000).

A velhice, assim, seria o impuro, a mácula, a sujeira, o pecado. Daí a necessidade de escondê-la, mascará-la. A maturidade feminina, com sua proximidade à menopausa e ao cessar da ovulação, seria, ao menos simbolicamente, demarcadora da morte da juventude.

O fim da menstruação – tratada como um incômodo, inclusive em campanhas publicitárias de absorventes – muitas vezes não se constitui em um alívio, como se poderia esperar. Ao contrário, para algumas mulheres, essa fase significa uma crise, uma ruptura, já que suas funções reprodutoras – e, para muitas representações, suas funções femininas – são cessadas.

Em contrapartida, o fato de não correrem o risco de engravidar pode representar, às mulheres mais velhas, certo poder, independência e liberdade sobre seus próprios corpos, já que os cuidados com a contracepção e o controle da natalidade ainda são, em grande medida, responsabilidade das mulheres.

A questão do poder atribuído à menopausa é bastante recorrente. A satisfação por não sentirem os desconfortos advindos do sangramento mensal e de outros possíveis sintomas, como cólicas, inchaços e dores de cabeça, é vista como uma retomada de poder sobre seus próprios corpos, significando energia e força. “Para muitas delas, a menopausa foi um marco que as levou a fazer um inventário da própria vida e a buscar por uma felicidade maior” (MARTIN, 2006, p. 273).

Contudo, embora muitas mulheres revelem não associar qualquer problema à menopausa, vista apenas como a cessação ou ausência da menstruação, as referências médicas em relação a ela como uma falha na estrutura corporal das mulheres, ou sua alusão como uma “fábrica fechada”, “negócio falido” ou “máquina parada”, encontrada em textos para estudantes de medicina, contribui para a difusão de uma visão negativa sobre ela (MARTIN, 2006, p. 92).

A gente se sente uma águia, aos 40 anos. Que que é a águia? A águia, das duas uma, ou ela tira todas as penas, ela... Porque, com o tempo, o bico da águia, não sei se vocês sabem dessa lenda, que o bico da águia com 40, com o passar dos anos, ela vai ficando gasta e aí ela não pode mais comer, ela não pode mais se alimentar. Então, ela tem que ser radical. Ela vai ter que ir pra um lugar, pegar uma pedra, ir pra uma pedra, isso é sério, e quebrar todo o bico pra crescer um novo. Então, é mais ou menos como a mulher de 40: ou ela se transforma e encara a vida, ou ela se deprime totalmente. (Marta, 55 anos, colaboradora).

Assim, a *meia-idade* feminina pode ser considerada uma fase marcada por mudanças físicas, psicológicas e sociais que podem desencadear diversas rupturas na vida das mulheres. Apesar de ser sabido que os processos culturais e sociais são, em verdade, os deflagradores de tais rupturas, estas normalmente são naturalizadas e, de certa forma, normatizadas, hegemônicas e lidas como crises. Daí a *crise da meia-idade*, que pode ser interpretada, a partir da análise dos depoimentos, das entrevistas e dos comportamentos das mulheres que colaboraram com este trabalho, como uma *crise de feminilidade*.

A literatura, a televisão e o cinema, aliás, são pródigos em legitimar a crise da *meia-idade*. Livros como *Divã*, de Martha Medeiros, programas televisivos como o recente *Os dilemas de Irene* (veiculado pelo canal fechado GNT), quadrinhos como *Rê Bordosa* ou *Radical Chique*, de Miguel Paiva – sem mencionar as *Mulheres alteradas*, da cartunista argentina Maitena Burundarena – e filmes como o também argentino *Ninho vazio*, de Daniel Burman, ilustram bem o que seria essa *crise*, estabelecendo padrões de normalidade/anormalidade, facilmente identificáveis pelos/as leitores/as e espectadores/as.

2.3 Envelhecimento feminino: marcador social da diferença

Aí, pra mim o envelhecer parece que, assim, ó: acabou. Eu sou muito assim, também. Eu tenho medo. Que que a gente vai fazer? (Laura, 35 anos, colaboradora).

O envelhecimento, em nossa sociedade, pode ser lido como um marcador social da diferença. Mais do que isso, os preconceitos e os estereótipos associados à velhice e ao envelhecimento, enquanto processo que culminará com a velhice e a morte, fazem do envelhecimento um marcador social da desigualdade.

Apesar de o alargamento, a flexibilização e “o esmaecimento das fronteiras etárias” sejam “apontados como fenômenos característicos da sociedade moderno-contemporânea”, a estigmatização da velhice não desapareceu de nossa realidade, sendo apenas “colocada em outro lugar e adiada para outro tempo da vida de cada um de nós” (LINS DE BARROS, 2011, p. 47).

Assim, mais do que mera palavra, como queria Bourdieu (1983), a juventude consiste em um valor moral: não ser mais jovem ou, ao menos, sucumbir às marcas do envelhecimento e da velhice, parece denotar uma verdadeira falha moral. Velhice e envelhecimento foram, dessa forma, convertidos em um “estado corporal vergonhoso” (SIBILIA, 2011, p. 83), diante da “vertigem do descartável e da obsolescência” (ibidem, p. 90) da contemporaneidade.

As diferenças dizem respeito à etarização social à qual estamos submetidos e que valoriza, sobremaneira, as idades que antecedem o amadurecimento e a velhice.

Curiosamente, as idades e os ritos de passagens são bastante demarcados até a chegada à vida adulta para, em seguida, irromper ladeira abaixo, num processo de franca decadência e desmoralização. Assim, festeja-se o primeiro aniversário como uma vitória da vida sobre a fragilidade e vulnerabilidade da tenra infância. A seguir, brindando o ingresso na dinâmica social, propriamente dita, comemora-se o primeiro ano escolar (que varia de cultura para cultura, entre os quatro e os sete anos de idade, aproximadamente) e as idades de 15, 18 e 21 anos. Entretanto a chegada – ou a proximidade – aos 40 anos parece marcar o começo de um declínio inevitável.

Embora o discurso social atual seja pela permanência e preservação de uma vida ativa, aos 40 anos, aproximadamente, as limitações sociais começam a aparecer: não há estímulos ou fomentos a quaisquer iniciações, seja na vida pessoal, amorosa, acadêmica ou profissional, já que se pressupõe que 40 anos seja idade suficiente para que a estabilidade nessas áreas já esteja conquistada e consolidada. Assim, novos empreendimentos a partir dessa faixa etária, sejam eles quais forem, são normalmente vistos com desconfiança ou, no mínimo, como mero capricho, sinal de uma imaturidade tardia, comportamento, aliás, inaceitável aos que já não são mais jovens.

As diferenças, típicas da diversidade humana – e nem sempre vistas como negativas –, podem se converter em desigualdades. Os estereótipos associados ao

envelhecimento e à velhice acabam por se transformar em estigmas, o que, segundo Goffman (1982), podem ser desencadeadores de um processo de deteriorização identitária, no qual a pessoa acaba se transformando em seu próprio estigma ou no que ele representa.

Essas desigualdades e estigmatizações atingem, principalmente, os sujeitos idosos. Porém os adultos maduros, que ainda não chegaram à idade institucionalizada como sendo a da velhice, também podem ser vítimas de preconceitos e desigualdades. Tais estigmas, muitas vezes, são tão naturalizados que chegam a passar despercebidos pelo olhar social.

Assim, os interditos e tratamentos discriminatórios e preconceituosos dirigidos aos velhos e aos sujeitos maduros são socialmente legitimados, quando não institucionalizados, normatizados e regulamentados. Obviamente, essas desigualdades são acentuadas ou minimizadas de acordo com as camadas sociais às quais pertencem os indivíduos, o que reforça ainda mais as desigualdades sociais.

Dessa forma, não são todos os lugares e espaços que podem ser ultrapassados e frequentados com conforto e tranquilidade pelos sujeitos maduros e velhos. Estes, sujeitos *diferentes* da norma social (a juventude), são, por isso mesmo, muitas vezes tratados como *desiguais*.

Em relação às mulheres, os aspectos cruéis de tal desigualdade são ainda mais perceptíveis. Primeiro, porque parece se iniciar mais cedo: o envelhecimento feminino normalmente é percebido antes do envelhecimento masculino. Existe a ideia de que as mulheres amadurecem mais cedo que os homens: por perto dos 12 anos, com a chegada da menarca, as meninas passam a ser vistas e tratadas como *mocinhas*, devendo se comportar como tais, regulando, inclusive, seus corpos para essa nova condição; enquanto os meninos ainda são considerados e tratados como crianças, com maior liberdade comportamental e corporal.

Provavelmente respaldada nessa ideia, ainda é bastante frequente a formação de casais em que as mulheres têm idades inferiores às dos homens, que, não obstante as visíveis mudanças em nossa conformação social, ainda são vistos como os principais provedores e responsáveis pela manutenção econômica e pela proteção do casal e da família.

Com a proximidade da menopausa, nas mulheres, e a chegada à *meia-idade*, tanto para as mulheres quanto para os homens, a percepção do envelhecimento, a

partir das transformações do corpo, se torna clara. Mas, em geral, são as mulheres que se sentem mais cobradas e, por conseguinte, mais assustadas e acuadas em relação às mudanças.

Entendo que essa discussão é bastante pertinente para este trabalho, quando pensamos nas motivações das mulheres de *meia-idade* para o cuidado com seus corpos, buscando a manutenção não só da saúde, mas da juventude e, quase como uma consequência, da feminilidade. Mais do que pelas idades, o envelhecimento é marcado pelas mudanças corporais, que começam a ser evidenciadas nessa faixa etária, à qual estou identificando como *meia-idade*. O corpo é, assim, o maior portador dos estigmas aos quais o envelhecimento e a velhice estão associados. É o corpo, então, que precisa escapar de tais estigmas.

Se as marcas da velhice e do envelhecimento estigmatizam os sujeitos – homens e mulheres – ao ponto de excluí-los de certos espaços e direitos (ou, pelo menos, da fluidez de certos trânsitos), nada é mais natural do que a perseguição por um corpo cuja aparência seja jovem, o que vale dizer saudável, bonito e, no caso das mulheres – ainda as maiores vítimas das desigualdades e discriminações sociais –, feminino.

Dessa maneira, contrastando com a velhice e toda a carga negativa de suas representações, a juventude apresenta-se como um estilo de vida⁴⁶ a ser perseguido e estendido a todas as faixas etárias (LINS DE BARROS, 2011).

⁴⁶ O *estilo de vida* pode ser considerado um produto ou um bem a ser consumido (BOURDIEU, 1983). Assim, a frequência a uma academia e o uso de roupas e técnicas rejuvenescedoras, por exemplo, também se configuram como produtos de consumo.

3 PRODUZINDO CORPOS E SUBJETIVIDADES

Neste capítulo, procurarei discutir a relação entre corpo (com toda a materialidade que ele comporta) e subjetividade. Novamente, os questionamentos típicos da antropologia vêm à tona. Assim, o natural e o cultural, o geral e o particular, a liberdade individual e o determinismo social, protagonizam, lado a lado, a mesma história. Associado, primeiramente, à natureza, ao biológico e, portanto, a uma objetividade generalizável e inescapável, só recentemente o corpo passou a ser compreendido, também, enquanto subjetividade e particularidade.

Ortner (2007, p. 376) define subjetividade como o “conjunto de modos de percepção, afeto, pensamento, desejo, medo e assim por diante, que animam os sujeitos atuantes”. Essa subjetividade, contudo, embora possa ser definida como particular e individual, é construída a partir de “formações culturais e sociais que modelam, organizam e provocam aqueles modos de afeto, pensamento etc.” (ibidem, p. 376).

Assim, a questão que se impõe neste momento, especificamente para o entendimento das motivações e dos comportamentos das mulheres de *meia-idade*, colaboradoras desta pesquisa é: até que ponto a busca por um corpo cuja aparência e estética se aproximem às da juventude é reflexo de uma determinação social inevitável ou de um protagonismo e agenciamento das próprias mulheres em relação aos seus corpos?

Em primeiro lugar, faz-se necessária uma abordagem a partir da compreensão da categoria *corpo* como um objeto a ser privilegiado pelas ciências sociais nas discussões sobre envelhecimento, especialmente sobre o envelhecimento feminino. Em seguida, cabe discutir a subjetividade nos termos do entendimento de Ortner (ibidem), enquanto escolha, agenciamento e atuação dos sujeitos em relação aos seus próprios corpos, comportamentos e estilos de vida.

3.1 Corpo, identidade e subjetivações

O entendimento de *corpo* enquanto categoria de análise para as ciências sociais vai muito além de sua compreensão como estrutura física e biológica do indivíduo.

Desde Mauss (2003), o corpo vem sendo aprofundado mais e mais como objeto de estudos das ciências sociais, podendo mesmo ser considerado um “fato social total” em si próprio. Para o autor, os corpos e os comportamentos são construídos através da e pela cultura, a partir da imitação daquilo que é, em determinado contexto, considerado prestigioso.

Assim, cada sociedade, cada cultura, cria e repassa, através da educação e do treinamento de seus membros, desde a mais tenra idade, técnicas corporais que julga adequadas ao bom funcionamento da vida social. Essas técnicas, desenvolvidas e repetidas nem sempre de forma consciente, englobam aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais, sendo internalizadas e naturalizadas pelos membros da coletividade.

Desse modo, Mauss compreende que a sociedade impõe sua marca sobre os indivíduos e desenvolve a ideia de que o homem é uma unidade biopsicossocial. Essa compreensão, que ampliou o entendimento do corpo para além da esfera das ciências da natureza, introduzindo-o para os domínios da cultura, mostrou-se essencial para os estudos antropológicos que se seguiram. O empreendimento de pesquisas bastante complexas e aprofundadas, nas quais o homem e seu corpo passaram a ser vistos como objetos e sujeitos da cultura, dentro da relação corpo/identidade/grupo social, só foi possível a partir da orientação de Mauss, indicada por Lévi-Strauss (2003, p. 13) sobre “a necessidade [de se fazer] [...] O inventário e a descrição de todos os usos que os homens, no curso da história e sobretudo através do mundo, fizeram e continuam a fazer de seus corpos”.

Essa interpretação vai mais além, quando se redimensiona a importância do corpo com a compreensão de que todos nós – indivíduos, cultura, sociedade – somos corpos, material ou discursivamente.

Um corpo é um corpo e os outros corpos que o sustentam, acariciam, recusam, barram, outros corpos contra os quais ele se bate ou com os quais, temporariamente, se confunde. Um corpo é o corpo e os corpos que lhe deram origem. Um corpo é o corpo e o vazio dos corpos falantes ao seu redor. Um corpo inclui o sentido e o sem sentido da vida e a dura noção da morte, que o acompanha desde a origem até o final certo. (KEHL, 2001, orelha).

O corpo – e sua gama de órgãos e sentidos – pode ser percebido como o instrumento pelo qual se pode compreender a(s) sociedade(s). A construção da(s) sociedade(s), por sua vez, passa, em enorme medida, por significados e significações atribuídos ao corpo e seus sentidos. Essa construção é cultural, social

e histórica e só pode ser compreendida se contextualizada no tempo e no espaço (RODRIGUES, 1999).

Assim, o corpo pode ser percebido enquanto construto – e construtor, por que não dizer – social (DEL PRIORI, 2000). Os usos, normas, significados e funções atribuídos ao corpo e à corporalidade, entendida aqui como as maneiras de experienciar e sentir o corpo, são regulados pelo social, ao mesmo tempo em que é através das mobilidades dessas percepções e vivências que a sociedade também irá se movimentar e transformar. O corpo traz consigo, então, as diversas dimensões do social.

A identidade⁴⁷, construída no e pelo corpo, por sua vez, também deve, tal como gênero e classe, ser entendida em sua forma relacional, definida por Cuche (1999) como uma declaração de pertencimento dentro de uma assimetria entre os indivíduos (o “eu” e o/s “outro/s”). Dessa forma, para que um indivíduo se identifique com um determinado grupo, é necessário que o grupo o reconheça como seu membro.

Não há identidade em si, nem mesmo unicamente para si. A identidade existe sempre em relação a uma outra. Ou seja, identidade e alteridade são ligadas e estão em uma relação dialética. A identificação acompanha a diferenciação. (CUCHE, 1999, p. 183).

Foucault (1979) compreende a identidade em sua multiplicidade: “o plural a habita, almas inumeráveis nela disputam; os sistemas se entrecruzam e se dominam uns aos outros” (p. 21). Mesmo este autor, com sua preocupação com a formação histórica e genealógica discursiva, reconhece a identidade em sua multiplicidade, pluralidade e descontinuidade.

As identidades sociais, múltiplas e distintas, são constituídas no âmbito da cultura e da história, como refere Louro (2000, p. 9):

Reconhecer-se numa identidade supõe, pois, responder afirmativamente a uma interpelação e estabelecer um sentido de pertencimento a um grupo social de referência. Não há nada de simples ou estável nisso tudo, pois essas múltiplas identidades podem cobrar, ao mesmo tempo, lealdades distintas, divergentes ou até contraditórias. Somos sujeitos de muitas identidades.

Sobre a fragmentação, multiplicidade e superposição de identidades, no que diz respeito ao envelhecimento, Debert (1997) opta pelo uso da expressão *curso de vida*, em contrapartida ao uso de *ciclos de vida*. Enquanto estes últimos apontam

⁴⁷ Essa discussão será retomada no quarto capítulo.

para categorias cronológicas também socialmente construídas, porém com fronteiras mais delimitadas, o *curso de vida* de Debert aponta para um entrelaçamento e embaçamento dessas fronteiras.

Na constituição das identidades, Maffesoli (2002) também enfatiza a relevância do grupo social, já que prevê um declínio do individualismo e uma retomada da socialização, não tão estreita, nos termos de uma solidariedade mecânica de Durkheim (2000), pela qual cada indivíduo possui uma função bem definida dentro do social, mas de círculos também múltiplos, com os indivíduos desempenhando variados papéis dentro das diversas “tribos” das quais participa.

Esse, aliás, é um fenômeno característico da contemporaneidade: ao mesmo tempo em que se busca – e se estimula, até – a diferenciação individual, procura-se uma identidade grupal. Queremos nos destacar, sermos únicos e diferentes num universo massificante; tudo isso, contudo, no conforto de um grupo de iguais.

Sobre o entendimento de corpo como mero instrumento e significado da cultura, Bourdieu dá um passo adiante, compreendendo-o como seu próprio lócus:

[...] o corpo encerra, sob a forma de automatismos duráveis, o traço e a memória dos acontecimentos sociais, sobretudo primitivos, de que esses automatismos são o produto. Os efeitos de toda experiência nova sobre a formação do *habitus* dependem da relação entre essa experiência e as experiências já integradas ao *habitus* sob a forma de esquemas de classificação e de engendramento. Nessa relação que toma a forma de um processo dialético de reinterpretação seletiva, a eficácia informativa (ou a rentabilidade) de toda experiência nova tende a diminuir à medida que cresce o número de experiências já integradas a estrutura do *habitus*. (1983, p. 177).

O corpo, como instrumento de aprendizado, incorporação e expressão do *habitus*, ganha uma dimensão que sugere o desprendimento de análises que primam pela dualidade opositora entre sujeito-objeto, mente-corpo, cognição-emoção, subjetividade-objetividade, já que concebe o corpo como uma gama de estados e relações complexos e interdependentes.

Sobre a questão do corpo e da subjetividade, mais especificamente sobre a relação de homens e, principalmente, de mulheres na busca por corpos adequados a uma estética que privilegie a juventude e uma beleza estabelecida como padrão, Debert (2011, p. 67) enumera quatro modelos de reflexão: “o corpo como prisão”; ‘a resistência aos determinismos biológicos’; ‘a neutralidade unissex’; ‘sempre fomos cyborgs’”.

[...] o primeiro modelo, apoiado nos dados que demonstram o uso amplamente majoritário pelas mulheres, considera que essa é uma das formas de reprodução das desigualdades sexuais, e de opressão das mulheres. O segundo é radicalmente oposto e tende a ver no uso dessa indústria pelas mulheres uma resistência aos limites do corpo e, nesse sentido, uma forma de libertação. O terceiro modelo tende a considerar que o aumento do uso dessa indústria pelos homens descaracterizaria o interesse pelas diferenças sexuais e que a busca obsessiva pela conquista dos padrões de beleza é um fenômeno mais geral e como tal deve ser estudado. O quarto, com base na crítica à naturalidade do corpo, e considerando que é próprio da humanidade desafiar os limites do corpo, procura entender as formas específicas a partir das quais o corpo é sempre formatado. (DEBERT, 2011, p. 68)

A instrutora da academia na qual realizei esta pesquisa fala de alguns objetivos buscados por suas alunas:

Elas buscam o emagrecimento, Elas começam com o emagrecimento e depois de um certo tempo, elas buscam a estética, o ficar bonita, com tudo inteirinho. Falam da saúde, mas buscam o emagrecimento. (Raquel, 21 anos, instrutora da academia, colaboradora).

A preocupação da própria academia se dá no sentido de “perder para ganhar” (perder medidas para ganhar um corpo próximo ao padrão de beleza da nossa sociedade), já que, mensalmente, no ato do pagamento da mensalidade, é realizada, com uma fita métrica, a medição dos corpos, cujas medidas são anotadas em fichas individuais e são comparadas com ansiedade pelas frequentadoras, e o “progresso” é estimulado pelas professoras. A partir dessa constatação e da afirmação da colaboradora, acima, é possível perceber a ação dos dispositivos de distinção e de poder dos quais nos fala Bourdieu.

A questão que parece mais preocupante em nossos tempos, entretanto, diz respeito à preocupação exacerbada dada ao corpo e suas formas, principalmente quando envelhecemos.

O problema parece ser que, cada vez mais, corpo – e tão somente corpo – é *tudo* o que somos. Em consequência, não é “apenas a carne” que se deixa corromper, por exemplo, como rezariam outras narrativas, mas somos *nós* os que “pioramos” irremediavelmente ao envelhecer: tudo o que nos constitui perde valor quando nos tornamos velhos, pois nesse cruel processo ocorre uma gradativa descapitalização de nossas púberes virtudes. (SIBILIA, 2011, p. 90-91).

Minimizando essa preocupação, contudo, são perceptíveis algumas subjetividades que por aí passam, dando novas configurações e sentidos ao corpo e à experiência de envelhecer.

*Eu, na academia, eu busco duas coisas: o meu corpo, né, definir o meu corpo, porque eu procuro, eu sou muito vaidosa. **E o outro lado eu busco a equipe, a amizade, enfim, o contato com as pessoas, porque eu acho isso muito importante.** (Cora, 44 anos, colaboradora, grifos nossos).*

A ginástica em academia, principalmente nas modalidades coletivas, extrapola a preocupação com o corpo e a busca por determinado padrão corporal. Ali, na academia, estão em jogo outras preocupações e relações, como a identidade e o sentimento de pertencimento a um grupo; as relações de amizade e de cumplicidade; e as disputas por poder e reconhecimento.

As individualidades, suas relações e seus agenciamentos acabam, dessa forma, por tensionar os modelos, por mais rígidos que possam parecer, modificando-os e, em algumas vezes, transformando-os.

3.2 Corpo e envelhecimento: entre a juventude e a velhice

Quando o foco da discussão recai sobre o corpo em envelhecimento, poder-se-ia argumentar que a temática do envelhecimento sobrepõe-se às questões relativas ao corpo. Porém, se pensarmos em um corpo para além de mero instrumento material, podemos perceber o quanto corpo e envelhecimento são faces de uma mesma moeda, inter-relacionando-se frequentemente.

Os corpos são distinguidos o tempo todo, diferenciando-se biológica e socialmente através de discriminações como homem/mulher, jovem/velho, bonito/feio, gordo/magro.

Em relação ao envelhecimento, o sentimento mais marcante é o de perdas: físicas, de saúde, de vigor, de papéis sociais. No entanto essas perdas são marcadamente relacionadas ao corpo, expressas em sua aparência modificada como “enrugamento”, “encolhimento”, “descoramento dos cabelos”, “enfeimento” (BRITTO DA MOTTA, 2002a):

Às vezes as pessoas fazem concessões e expressam um esteticismo abstrato, comentando a beleza de um rosto “marcado pelo tempo”, um “pergaminho”. Mas ninguém quer ter essa “beleza”, essa aparência associada ao desgaste e à proximidade da morte. (ibidem, p. 41).

A beleza corporal tem sempre como referência o corpo jovem. Assim, o corpo envelhecido está sempre em desvantagem segundo esse modelo padrão. E as mulheres são, ainda, as principais vítimas dessa cruel comparação.

Estando numa posição entre a juventude e a velhice, as pessoas na *meia-idade* encontram-se numa espécie de *não lugar*, definido por Sibilía (2011, p. 101) como uma “zona cinza”: não possuem o *status* nem do jovem – a quem a sociedade elegeu como modelo a ser seguido – nem do velho – que, não obstante toda a problemática que enfrenta, parece resgatar para si esse *status*, através do respeito e da atenção, inclusive sendo alvo de políticas públicas específicas.

Também é na *meia-idade* que as mudanças corporais trazidas pelo envelhecimento começam a ser sentidas e visualizadas, tanto pelo indivíduo que envelhece quanto – e de maneira, muitas vezes, bem mais acentuada – pelos outros.

O envelhecimento, assim, também é relacional. É contextual, já que ninguém se sente velho – ou aciona, muitas vezes positivamente, essa condição – em todas as situações (DEBERT, 1988). Bourdieu, aliás, exemplifica bem essa relação quando afirma que “somos sempre o jovem e o velho de alguém” (1993, p. 113). Ou seja, o *eu* é sempre construído com base no *outro*.

Nesse sentido, é interessante pensarmos sobre como as representações sobre o corpo, construídas dentro de contextos específicos, são determinantes para o estabelecimento de práticas, vivências e relações. Assim, estudos, como os de Bourdieu (1983, 2008) e Víctora, Knauth e Hassen (2000), apontam que o corpo e suas formas são, em variados contextos, sinais distintivos de posição social.

A distinção [...] é a diferença inscrita na própria estrutura do espaço social quando percebida segundo as categorias apropriadas a essa estrutura [...]. O capital simbólico – outro nome da distinção – não é outra coisa senão o capital, qualquer que seja a sua espécie, quando percebido por um agente dotado de categorias de percepção resultantes da incorporação da estrutura da sua distribuição, quer dizer, quando conhecido e reconhecido como algo de óbvio. (BOURDIEU, 2007, p. 144-145).

A protuberância da barriga masculina em camadas populares urbanas, por exemplo, pode ser lida como um indicativo de opulência financeira. O estado de gravidez entre adolescentes também é distintivo entre camadas populares, representando independência e a chegada à vida adulta, vista como um degrau superior na evolução da condição humana. O mesmo acontece com os cabelos grisalhos masculinos, que são, em grande medida, em diferentes camadas sociais,

vistos como sinal de experiência e maturidade intelectual; ao passo que os mesmos cabelos grisalhos, nas mulheres, são, quase sempre, interpretados como desleixo, baixa autoestima ou pouco cuidado consigo mesmas.

Fica evidente, assim, que as representações sobre o corpo fazem clara diferenciação entre os corpos masculinos e os femininos, independentemente da classe social a que se referem.

Entre as colaboradoras desta pesquisa, é perceptível que o cuidado com o corpo feminino, especialmente se feito com a frequência a uma academia de ginástica, denotando a preocupação com um acompanhamento profissional, também é um sinal de distinção social, representando certa mobilidade social.

Os homens da classe média-alta frequentam igualmente a academia. Seu trânsito, porém, é mais restrito às salas de musculação, já que um corpo distintivo, para eles, encontra ecos em um tórax e membros torneados, bem definidos e sem gordura, o que, aliás, nem sempre é bem visto por homens e mulheres de camadas populares, para os quais os cuidados com o corpo masculino, tomados como excessivos, podem gerar suspeitas sobre sua masculinidade e sexualidade⁴⁸.

Essas representações, produzidas na e pela vida cotidiana, acabam, muitas vezes, adquirindo *status* de algo do domínio da natureza e, como tal, são inquestionáveis.

No que tange ao envelhecimento, principalmente no aspecto corporal, as representações são sempre negativas. Associa-se o envelhecimento ao declínio e à falta de cuidado consigo mesmo. Tanto é que os modelos de envelhecimento construídos na contemporaneidade se pautam na juventude, deixando claro que “só é velho quem quer” (BRITTO DA MOTTA, 2002a, p. 46).

Dessa forma, o corpo aparece como uma categoria central e como elemento catalisador das tensões entre as dimensões de saúde e sexualidade para as mulheres de *meia-idade*, em visível processo de envelhecimento.

⁴⁸ Em contrapartida, entretanto, pode-se verificar que a musculatura e a corpulência masculinas, desenvolvidas através do próprio trabalho braçal – sem o artifício de uma academia, por exemplo, implica, para as camadas mais populares, estar saudável e apto para atividades que exigem força física – característica vista como essencialmente masculina. Nesse sentido, corpos masculinos musculosos são bem vistos nas camadas populares.

3.3 Pare(c/s)endo jovem: estratégias e tecnologias de embelezamento e rejuvenescimento

*Eu observo, né, que a mulher, ela nunca pode ficar velha, ela tem que estar sempre jovem, né? Isso não é uma coisa que vem da cabeça dela. Isso é uma coisa que hoje tá implantado dentro da sociedade, dentro da mídia, dentro de qualquer âmbito, né, que tu esteja, de qualquer sociedade que tu pertença. Então, eu acho que a mulher, ela tá sempre buscando ficar jovem. **Ela não busca envelhecer bem. Ela busca envelhecer jovem.** [...] Então, ela faz de tudo, cirúrgico, não cirúrgico, musculação, academia para parecer jovem. (Raquel, 21 anos, instrutora da academia, colaboradora, grifos nossos).*

Mais do que negar ou fugir do envelhecimento, a procura é por *parecer* jovem, apesar de o envelhecimento corporal não ser experimentado de maneira unívoca, mas a partir de três grandes registros: do corpo orgânico, remetendo à saúde e à capacidade física; da energia, referente à vitalidade; e da aparência, que diz respeito às dimensões estéticas do corpo. É este último registro, o corpo, em sua aparência em transformação, quem, em grande medida, dará os primeiros, inoldíváveis e impactantes sinais do envelhecimento (CARADEC, 2011).

Percebemos as transformações do corpo como um declínio inevitável. Os cabelos passam de coloridos a grisalhos para, mais tarde, tomarem a cabeça de um branco absoluto. As rugas e a flacidez mascaram rostos e corpos outrora jovens, frescos, cheios de vida e vigor. A referência a uma suposta “máscara” do envelhecimento, aliás, é feita com desânimo: somos um corpo envelhecido, abrigando um espírito jovem, é esta a sensação (BRITTO DA MOTTA, 2002a). Segundo Goldenberg (2008, p. 15-16), esse “declínio corporal” é especialmente cruel às mulheres, já que, em nossa cultura, “o corpo é um capital no mercado de casamento, no mercado sexual e no mercado profissional”.

Embora minhas colaboradoras não sejam de todo como as mulheres pesquisadas por Goldenberg (ibidem), obcecadas pela manutenção ou construção de um corpo jovem, magro e belo – como se suas vidas se resumissem a essa obsessão –, não deixo de perceber que o corpo e os cuidados a ele destinados realmente ocupam uma posição de destaque para algumas mulheres, principalmente as que se encontram entre as camadas médias-altas e as mais altas da escala social. Como pôde ser verificado nesta pesquisa, entretanto, as mulheres das camadas mais populares, movidas pelas imagens padronizadas trazidas pela mídia (destacada, no Brasil, por telenovelas, produtos de comunicação de enorme

audiência e popularidade), também demonstram uma preocupação com seu corpo, buscando cuidados e tratamentos alternativos, com preços mais em conta.

Uma questão bastante pertinente diz respeito ao tingimento dos cabelos quando estes começam a ficar brancos, expressando marcas associadas ao envelhecimento. Todas as mulheres de *meia-idade* que figuram nesta pesquisa, sem exceção, pintam os cabelos. Essa é uma tendência bastante forte nas camadas médias-baixas e populares, que buscam, no tingimento dos cabelos, uma estratégia para driblar as marcas do envelhecimento. Assim, é perceptível que as colorações buscadas se aproximam, na maioria das vezes, à tonalidade original dos cabelos ou a uma tonalidade mais clara, para facilitar o disfarce dos fios brancos.

Pode-se observar que modificar o corpo e pintar os cabelos são práticas também dos jovens. Estes, entretanto, buscam, com acessórios como *piercings*, tatuagens ou a colorização dos cabelos – geralmente em tons fortes, exóticos e até artificiais, como roxo, azul, vermelho e verde, por exemplo – destacar-se em um determinado grupo. Para jovens e adultos maduros, no entanto, tais estratégias são usadas para a construção e a manutenção de suas identidades, sempre associadas a um estilo de vida jovem.

Para as camadas médias-baixas e populares, assumir os cabelos brancos é praticamente impensável, sendo um signo de falta de cuidado consigo mesma, desleixo e, conseqüentemente, baixa autoestima e feminilidade (CASOTTI; CAMPOS, 2008).

Nas camadas mais altas, essas representações estão, pouco a pouco, se transformando. Hoje é possível ver mulheres social, cultural e economicamente bem-sucedidas, apostando suas fichas em assumir e manter, cuidadosamente, seus cabelos brancos, simbolizando autonomia, segurança, sucesso, poder, charme e *status*, com um afastamento distintivo do gosto e do estilo das camadas mais populares (BOURDIEU, 2008). Como exemplos contemporâneos, temos as atrizes brasileiras Glória Menezes e Vera Holtz, a americana Meryl Streep (no papel da poderosa Miranda Priestly, no filme *O Diabo veste Prada*), a inglesa Helen Mirren e, ainda, personalidades do cenário internacional político e econômico, como a diretora do Fundo Monetário Internacional, Christine Lagarde.

A posição de um cuidado dos corpos de forma a aproximá-los aos padrões da juventude – afastando-os das representações negativas da velhice – é, em enorme medida, estimulada pelo que Lovisolo (2006) chama de “modelo JUBESA –

juventude, beleza e saúde”. Segundo o autor, tal modelo foi construído na modernidade e se encontra estabelecido – e cada vez mais consolidado – ainda em nossos dias, ao menos nas sociedades ocidentais econômica e politicamente orientadas pelo capitalismo e o liberalismo.

Dessa forma, há uma inversão: a “máscara do envelhecimento” transforma-se em “máscara da juventude” (BRITTO DA MOTTA, 2002a) e “envelhecer bem” passa a ser “envelhecer jovialmente”, com saúde e beleza e de maneira ativa. Nesse modelo, além do mais, “juventude”, “beleza” e “saúde” passam a ser sinônimos (LOVISOLO, 2006).

Esse “envelhecer jovialmente” também aponta para um descompasso bastante frequente no processo de envelhecimento: é comum sentir-se jovem, num “estado de espírito jovem”, dentro de um corpo envelhecido. A busca pelo rejuvenescimento seria, então, uma busca pela harmonia corpo/mente (PEREIRA; PENALVA, 2011). E a responsabilidade pelo envelhecimento – pelo “bom” ou “mau” envelhecer – passa a ser individual, como se, simplesmente, não existissem diferenças culturais, de classe, etnia e do próprio funcionamento corporal (DEBERT, 2004).

Dessa forma, o corpo – com sua aparência, os cuidados e as práticas desenvolvidas nele e em torno dele – ultrapassa sua condição de objeto para tornar-se, ele mesmo, sujeito e construtor de identidades. Assim, o corpo – com suas modificações – transforma-se, ele próprio, em elemento identitário. Kemp (2005) reconhece que o corpo, mais que um suporte existencial dotado pela natureza, constitui-se como elemento cultural, sendo constantemente modificado pelo ser humano, como uma necessidade de afirmar-se enquanto ser social e cultural.

O ser humano é movido por algumas motivações que criam uma verdadeira necessidade de modificar seu corpo: o mercado de beleza, que incita à busca de beleza e saúde; a arte corporal, que busca, de maneira alternativa, a modificação do corpo a partir de uma nova mentalidade e conceitos sobre corpo e identidade; práticas de transgênero ou transexualismo, buscando uma identidade de sexo e de gênero a partir da transformação do corpo; e rituais religiosos (ibidem).

No primeiro item, referente ao mercado da beleza, podemos incluir a questão do envelhecimento, já que a beleza está, em muito, associada à juventude e à estética jovem. Movidos por um mercado que incita cada vez mais ao consumo desenfreado, “os corpos – por meio do poder que sobre eles se exerce – tornam-se

fortes alvos de intenso consumo e se metamorfoseiam em mercadorias por excelência” (SAYÃO, 2003, p. 124).

Essa constatação é facilmente verificável a partir dos diversos produtos de beleza disponíveis no mercado, acessíveis, de acordo com sua qualidade e origem, tanto às camadas mais elevadas quanto às mais populares, num espectro que atinge, praticamente, toda a população. São produtos que prometem beleza e saúde, garantindo a proximidade a uma aparência eternamente jovem e “um lugar na vida social, em qualquer local do planeta, tendo em vista que tais tendências estão sob a influência direta da mundialização da economia” (SAYÃO, 2003, p. 124-125).

Todavia, apesar da massificação e da insistência do mercado pela busca de um corpo jovem e, conseqüentemente, bonito, essa estética também encontra limitações.

Se a atuação do indivíduo deixa de corresponder à classificação bioetária socialmente esperada, dá-se um “escândalo lógico” e, adiante, o “infrator” será punido. Com remissões de cruel mau gosto, como “está conservado(a) em formol”, com o ridículo (“velhas peruas”) ou a censura. (BRITTO DA MOTTA, 2002a, p. 39).

Dessa forma, fica-se no fogo cruzado das pressões mercadológicas e sociais por manter um corpo jovem – ou próximo à juventude – e da censura em relação às modificações corporais tidas como “radicais”, buscando-se envelhecer “com dignidade”.

Eu acho que tu tem que viver bem, não fazer nada drástico. Ficar bem, fazer exercícios... Nada de coisas exageradas. Mas tem que se movimentar. [...] Eu não acho bonito. Não sei se eu faria. Hoje eu não faria. Então, assim, eu gostaria – e quero – envelhecer com saúde. (Nádia, 40 anos, colaboradora, comentando sobre as mulheres que, segundo ela, abusam das cirurgias plásticas. O “alvo”, aqui, era a cantora Elba Ramalho, 60 anos. Como exemplo deste “envelhecer com saúde e dignidade”, Nádia lembrou-se da modelo Luiza Brunet, 49 anos).

Ao que parece, modificações corporais são aceitas – e muito estimuladas – desde que realizadas com *parcimônia* e *equilíbrio*. Ou melhor: desde que *pareçam naturais*. As atitudes e práticas corporais tidas como *naturais* são, na verdade, *naturalmente* construídas, uma vez que “o *habitus* corporal consiste naquilo que se vive como mais natural, aquilo sobre o que a ação consciente não tem controle” (BOURDIEU, 2006, p. 86).

Ou seja, é necessário construir um corpo jovem, belo e saudável. Essa construção, entretanto, não obstante os gastos e investimentos despendidos, deve parecer “natural” (GOLDENBERG, 2008), ainda que seja louvável se conhecer o quanto uma mulher é cuidadosa consigo mesma, já que o cuidado – consigo e com os que a rodeiam – é uma atitude socialmente esperada nas mulheres.

Contraditoriamente, ao valor estético é acrescentado um valor moral. A beleza corporal natural produz, por si própria, um valor moral intrínseco. Porém a arte de embelezar o corpo, utilizando-se de técnicas e procedimentos, ou seja, de investimentos específicos para tal, é capaz de produzir um valor moral de *virtude* e *dignidade*, diametralmente oposto à *displiscência* que constitui a *natureza* como negativa (BOURDIEU, 2008).

A beleza pode ser, assim, um dom da natureza e, ao mesmo tempo, uma conquista do mérito, uma graça da natureza, por isso mesmo, justificada, e uma aquisição da virtude, duplamente justificada, que se opõe tanto ao desleixo e às facilidades da vulgaridade quanto à feiura. (ibidem, p. 195).

As identidades construídas pelo e no corpo dizem respeito, portanto, também às compreensões do que é ser mulher, o que é ser *feminina*. Dessa maneira, ser feminina e preservar a feminilidade significa, para as mulheres de minha pesquisa, manter uma prática de cuidados corporais, desde a prática da ginástica até pequenas modificações corporais, como tingir os cabelos e submeter-se a pequenos rituais, como o uso de cremes anti-idade ou, até mesmo, pequenas intervenções cirúrgicas corretivas, quase que imperceptíveis, quase *naturais*.

Ter feminilidade, então, muito mais do que um atributo relacionado à sexualidade, ela própria um construto social, diz respeito a uma construção social pautada na juventude e em um ideal de beleza.

Dessa forma, as categorias corpo, gênero e envelhecimento são construções que refletem uma estrutura social muito forte, pautada em dispositivos de poder regulatórios e disciplinadores de uma moral cujo objetivo maior é o controle-dominância sobre os indivíduos, para usarmos termos *foucaultianos*, e na desigualdade entre os gêneros. Embora persistam ainda em nossos dias, esses mecanismos, por sua própria constituição histórica, têm sofrido algumas mudanças, observadas principalmente no âmbito das relações cotidianas, sendo passíveis de outras mais, ainda que raramente se percebam transformações mais radicais ou estruturais.

Sendo assim, a prática de atividades físicas em academias por mulheres de *meia-idade*, oriundas de camadas populares, permite múltiplas interpretações: pode ser lida como uma sucumbência delas a esses dispositivos de poder e de uma acomodação às conformações sociais, reforçando ainda mais estereótipos e preconceitos, tanto ao envelhecimento quanto à condição de inferioridade feminina. É uma estratégia pela qual essas mulheres se apropriam de seus corpos, usando ao mesmo tempo o poder da coletividade e da individualidade, apropriando-se da liberdade de se preocupar, agenciar e direcionar suas próprias vidas.

4 A ACADEMIA DE GINÁSTICA: SAÚDE, ESTÉTICA, SOCIABILIDADES E DISTINÇÃO

Eu acho também que se tu tá espiritualmente bem, as coisas de fora não te atingem. E se você não estiver bem, tudo se reflete, você não sabe lidar com essas questões. Porque todo mundo tem problema, né, só que uns sabem lidar melhor e outros não. Se tu tiver bem, tu... Acho que tu consegue até conversar com as pessoas, porque hoje, na verdade, a gente corre muito. E a gente não leva nada. Então, assim, às vezes: pra quê, por que que eu tô fazendo isso? Tu tem que correr, tu tem que fazer, mas nada, assim, de estresse, que venha a afetar o teu organismo físico. Então, tem que dosar, eu acho que em todas as profissões, né? Então, tem tantas doenças, tantas coisas horríveis aí e a gente não sabe por que, né? (Ivone, 56 anos, colaboradora).

A busca pela prática de atividades físicas em uma academia de ginástica reflete, ao menos discursivamente, a busca por saúde, tanto física, quanto mental, já que a maioria dos depoimentos sobre a prática de atividades físicas revela uma dissociação entre corpo e mente quando o assunto são os benefícios de tal prática.

É interessante observar, entretanto, que, embora o discurso pautado uma orientação holística, com corpo e mente ocupando o mesmo degrau na escala de valores do que seja saúde, na prática há uma clara hierarquia que sobrepõe o corpo sobre a mente: é o corpo que é trabalhado na busca pela saúde, ou seja, a mente é mera beneficiária da saúde física, alcançada pela prática de exercícios corporais.

O discurso que relaciona a atividade física a uma vida saudável, apesar de legitimado nas mais diversas esferas sociais, sendo, inclusive, reiterado e incansavelmente difundido pela mídia, não pode ser considerado unânime (SOLOMON, 1991).

A prática de exercícios físicos pode ser louvada por profissionais de Educação Física e até prescrita por médicos, contudo não são todas as pessoas que estão aptas a todos os tipos de exercícios e de esforços físicos. Há pessoas, aliás, que possuem várias restrições a determinadas práticas. Dessa forma, é preciso que se tenha muita cautela ao se iniciar e até mesmo manter uma atividade física.

O que se verifica, entretanto, é que, aliada a essa preocupação – ou, muitas vezes, antes mesmo da preocupação com uma vida mais saudável –, está a preocupação com a busca e a manutenção por uma estética próxima aos padrões

de beleza vigentes em nossa sociedade, os quais colocam em um mesmo plano, quase como sinônimos, saúde, beleza e juventude.

Embora exista uma evidente associação entre a prática de exercícios físicos com o aumento da longevidade, isso também pode ser considerado um mito, já que não existem provas concretas e seguras a esse respeito (SOLOMON, 1991). Observa-se, entretanto, que algumas variáveis psicossociais, como renda, *status* social e profissional, satisfação com o trabalho e com a vida e as atividades sociais, podem, sim, ser responsáveis por um prolongamento qualitativo da vida (ibidem). Definir o que é qualidade de vida, generalizando e padronizando a definição a todas as culturas e camadas sociais, no entanto, parece-me, no mínimo, arriscado (para não dizer preconceituoso e elitista).

Um ponto a se destacar, aliás, quando se fala na legitimidade instituída à prática de exercícios físicos, especialmente quando realizada sob orientação profissional – o que, geralmente, se encontra em academias especializadas –, é a popularidade e abrangência que atingiu nas diversas camadas sociais. Ainda assim, frequentar uma academia de ginástica pode representar um sinal de distinção social, denotando uma louvável preocupação com a saúde ao ponto de se pagar um preço – em dinheiro, mesmo, o que é bastante estimulado e valorado em nossos dias – para sua obtenção e manutenção.

Como qualquer outro espaço onde se estabelecem relações, a academia extrapola sua função prioritária de produção de corpos saudáveis/belos/jovens, para se constituir em um espaço onde, através das interações, performances, discursos e representações sociais ali estabelecidas, múltiplas identidades são construídas, evocadas e negociadas.

Quando se desenvolve uma pesquisa dentro do espaço de uma academia de ginástica, essa pluralidade de dimensões é perfeitamente verificável. Na academia onde realizei esta pesquisa, chamou-me atenção a questão da frequência a uma academia como um signo de distinção social e, de certa forma, de gênero.

Ainda que a frequência a uma academia de ginástica tenha se popularizado e hoje convivam, lado a lado, academias sofisticadas (destinadas ao público oriundo de camadas mais altas da população) e academias mais simples (mantidas, basicamente, com o trabalho de estagiários), o fato de se frequentar uma academia com a preocupação de manter um corpo e um estilo de vida jovial e mais saudável pode ser visto como um símbolo de distinção. Obviamente, esta distinção é

potencializada de acordo com o tipo de academia que se frequenta, existindo um afastamento entre os públicos de camadas populares e os de camadas mais altas.

Bourdieu (1983, 2008) observa que as camadas baixas e médias buscam se equiparar às camadas mais elevadas, adotando comportamentos e estilos de vida e consumindo produtos e serviços semelhantes aos adotados e consumidos por estas últimas, ainda que, em função dos próprios custos, as diferenças, algumas bastante acentuadas, entre as camadas sociais sejam perceptíveis. As camadas mais altas, por sua vez, buscam o distanciamento das médias e baixas, mudando frequentemente suas práticas e trânsitos sociais, e consumindo novos produtos e serviços, diferenciados principalmente pela qualidade e pelos preços, quase sempre muito superiores aos demais. Com o estilo de vida saudável e jovial buscado nas academias não é diferente.

As primeiras academias brasileiras surgiram na década de 1950 no Rio de Janeiro e em São Paulo, tendo sua origem na década de 1920, com os primeiros ginásios destinados à prática do halterofilismo, atividade destinada especificamente aos homens.

As mulheres tiveram que esperar o aparecimento das academias para a prática da ginástica, uma vez que a única atividade sistemática à sua disposição era a dança. E, os homens, que também se interessavam pela ginástica, só encontravam tal atividade em clubes e na Associação Cristã de Moços (A.C.M.) [no Rio de Janeiro]. As primeiras academias vêm atender uma clientela que busca aulas de ginástica fora dos clubes. (NOVAES, 1991, p. 2-3).

Dessa forma, a academia passou a ser uma atividade alternativa à prática desportiva. Em sua origem, as atividades físicas em academias de ginástica eram uma prática elitista, destinada prioritariamente aos homens jovens de famílias abastadas.

A partir da década de 1970 e, acentuadamente, na década de 1980, acompanhando um fenômeno mundial encabeçado pelos Estados Unidos e desencadeado, principalmente, pela vídeo-aula *Workout*, ministrada e desenvolvida pela atriz norte-americana Jane Fonda, o número de academias no Brasil – e, obviamente, no mundo ocidental, como um todo – cresceu sobremaneira, abrindo as portas ao público feminino, com a introdução da ginástica aeróbica, que alia movimentos compassados, oriundos da dança, aos exercícios físicos mais tradicionais (NOVAES, 1991).

Justamente nos anos de 1980, com a consolidação da sociedade de consumo de massa, se estabeleceu uma cultura da construção corporal como responsabilidade individual, na qual as academias se constituem como espaço prioritário para tal.

O body-building e a constelação de práticas que se desenvolveram no mesmo período e que se parecem com ele de perto, ou de longe – jogging, aeróbica, regimes de baixas calorias, ou ainda o desenvolvimento sem precedentes da cirurgia plástica... –, todas essas técnicas de gerenciamento do corpo que floresceram no decorrer dos anos 80, são sustentadas por uma obsessão dos invólucros corporais: o desejo de obter uma tensão máxima da pele; o amor pelo liso, pelo polido, pelo fresco, pelo esbelto, pelo jovem; a ansiedade frente a tudo que na aparência pareça relaxado, franzido, machucado, amarrotado, enrugado, pesado, amolecido ou distendido; uma contestação ativa das marcas do envelhecimento no organismo. Uma negação laboriosa de sua morte próxima. (COURTINE, 1995, p. 86).

Essa preocupação, entretanto, só era possível, há bem pouco tempo, às camadas mais abastadas, donas de recursos financeiros e de tempo a serem destinados aos cuidados com seus corpos, evidenciando, de forma gritante, um enorme distanciamento social.

Em Santa Maria, cidade do interior do Rio Grande do Sul, onde este trabalho foi desenvolvido, o surgimento das academias de ginástica se assemelha, com o atraso em alguns anos, ao das metrópoles e capitais brasileiras. Estima-se que a primeira academia de ginástica de Santa Maria tenha sido o Coríntians Atlético Clube, inaugurado em meados dos anos 1930, sendo destinado à prática de esportes coletivos e, posteriormente, à ginástica olímpica e rítmica e às artes marciais⁴⁹. Além dos primeiros ginásios, a ginástica de academia em Santa Maria foi germinada em escolas com o Colégio Centenário e o Colégio Santa Maria.

Atualmente, Santa Maria possui 45 academias de ginástica cadastradas no Conselho Regional de Educação Física do Rio Grande do Sul (CREF-RS). Como não há obrigatoriedade de cadastramento das academias como pessoa jurídica, e sim do profissional de Educação Física responsável pelo funcionamento da academia como pessoa física, sabe-se que o número de registros é impreciso. A academia onde esta pesquisa foi realizada, por exemplo, não consta nos cadastros do CREF-RS. A professora responsável, entretanto, sim.

Como mencionado anteriormente, essa academia está localizada em um clube recreativo destinado às camadas populares, estando em funcionamento há

⁴⁹ Disponível em: <<http://corintiansaabb.vilabol.uol.com.br/historia01.html>>. Acesso em: 10 jan. 2012.

aproximadamente quatro anos. Em tempos passados, o clube também oferecia ginástica olímpica e artes marciais e, mais recentemente, futebol de salão, modalidade ainda oferecida a sócios e não sócios.

Dessa forma, observa-se que, obedecendo ao movimento político brasileiro atual, a frequência a uma academia de ginástica está se democratizando e popularizando. Essa democratização se deve, em enorme medida, ao trabalho da mídia, que, através de comerciais e principalmente de novelas, tem propagado as atividades físicas e, em consequência, as academias de ginástica como elementos essenciais para o cultivo e a manutenção de uma vida saudável e de qualidade.

É fato que a estrutura da academia em questão não pode ser comparada à das maiores academias da cidade, ou as localizadas em clubes destinados às elites. Embora tenha uma profissional formada em Educação Física e cadastrada no CREF-RS como sua responsável, as aulas são ministradas por estagiárias, acadêmicas de cursos de Educação Física de instituições de ensino superior da cidade.

Todavia, ainda que passando por um processo de democratização e popularização, frequentar uma academia, investindo recursos financeiros para construir e preservar um corpo saudável, jovem e bonito, faz de seus frequentadores seres distintos entre seus pares, oriundos das mesmas camadas sociais.

Há aí, também, uma distinção de gênero. Além de ser perceptível a diferença dos tipos de atividades físicas praticadas na academia por homens e mulheres, a pesquisa demonstrou que as mulheres que se preocupam com a manutenção da saúde, juventude e beleza de seus corpos o fazem como uma manutenção de sua própria feminilidade: o fato de cuidarem de seus corpos para si próprias, para seus companheiros e para a sociedade como um todo parece fortalecê-las enquanto *mulheres femininas*, detentoras de uma feminilidade padrão que julgam adequada e que as transforma – ou que cultiva tal *status* – em mulheres que ainda estão no *páreo* afetivo-sexual.

No contexto da academia, a saúde passa a ser discursivamente mais valorada do que a estética – da juventude e da beleza. Buscar um corpo saudável junto a profissionais da Educação Física ou estagiários, considerados quase profissionais (ou até melhores que estes, por estarem no ambiente acadêmico, com acesso às inovações da profissão) – reconhecidos pela Resolução n. 218, de 06/3/1997, do Conselho Nacional de Saúde, como profissionais da saúde –, é uma

preocupação socialmente mais aceita e louvável do que as preocupações meramente estéticas. Na busca por um corpo saudável, a beleza e a juventude são vistas como ganhos extras a brindar os esforços de cada um.

O ambiente de uma academia de ginástica deve, então, primar pela saúde como o bem maior a ser conquistado com a prática equilibrada e orientada de atividades físicas.

Nesse sentido, é interessante destacar que, apesar de haver uma lei municipal⁵⁰ que obriga a exigência, pelas academias, da apresentação, pelos clientes, de um atestado médico que comprove a aptidão de cada aluno para a prática da atividade física a que se propõe com a frequência à academia, somente no final do ano passado esse atestado foi a mim solicitado pela academia. Sobre essa lei, aliás, um detalhe que me parece bastante interessante e pertinente: uma lei municipal anterior – Lei Municipal 3.379/91 – obrigava apenas os frequentadores de academias de ginástica com idade superior aos 40 anos a apresentarem o referido atestado. Tal lei foi substituída pela atual, que não faz qualquer distinção de idade, denotando uma mudança bastante significativa no entendimento da relação entre saúde e envelhecimento.

A academia, para além de se constituir meramente em um espaço de desenvolvimento e construção corporal, também tem um importante papel no estabelecimento e na manutenção de sociabilidades e, a partir daí, de construção de identidades. Esse papel foi facilmente percebido durante esta pesquisa e será melhor detalhado no subcapítulo que segue.

4.1 Academia de ginástica: espaço de sociabilidades, disputas e construção de identidades

As pessoas não vêm pra academia somente pra malhar. Elas vêm quando elas se sentem bem. Claro que essas pessoas têm que ter resultado no corpo. Mas se elas não se sentem bem... Por isso aquilo de corpo bonito... Se tu pensar assim, o professor, tu acaba perdendo. Tu tem que dosar. Tem que ter as duas coisas junto. O ambiente agradável. (Nádía, 40 anos, colaboradora).

⁵⁰ Lei Municipal 5.238/2009 – Santa Maria – RS.

Então eu acho que isso é muito importante, essa questão da socialização. Porque eu sempre venho aqui, faço mate⁵¹, venho antes pra conversar com as alunas, sabe, falar umas bobagens, que nem eu falo, e eu acho isso muito importante, porque a gente acaba se distraíndo ou, pelo menos, saindo fora das preocupações do mundo capitalista. (Raquel, 21 anos, colaboradora).

As falas acima são representativas do quanto uma academia de ginástica pode ser um espaço que extrapola sua função inicial de instrutora e educadora física. A sociabilidade, aliada ao lazer, se une à busca inicial pela saúde e pela estética.

Logo no início de minha pesquisa, apliquei um questionário pelo qual, além de explicar os objetivos de minha inserção, buscava, através de questões fechadas, um primeiro reconhecimento sobre aspectos socioculturais das colaboradoras. Respondendo à questão que se referia aos tipos de atividades e espaços, ligados ao lazer, praticadas e frequentados, respectivamente, pelas colaboradoras, Júlia, de 41 anos, respondeu: igreja e academia.

O lazer é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais. (DUMAZEDIER, 1976, p. 34).

Magnani (2002, p. 23-24) associa a sociabilidade ao que ele chama de *circuito*, que define como “o exercício de uma prática ou a oferta de determinado serviço por meio de estabelecimentos, equipamentos e espaços”.

Dessa forma, a academia de ginástica converte-se, também, em um espaço de lazer, propício ao convívio social e às interações, que podem passar de descompromissadas e casuais a relações com laços mais estreitos e duradouros. É o que pude observar durante meu trabalho na academia em questão.

Excetuando-se Marta e Raquel, que são mãe e filha, e Ivone, levada à academia por Marta, as demais mulheres colaboradoras desta pesquisa se conheceram por intermédio das atividades na academia. Os laços, entretanto, se estenderam e muitas delas passaram a conviver além daquele espaço: os filhos de Laura e Júlia, por exemplo, frequentam as casas um do outro para brincar. Além disso, mesmo no espaço da academia, é perceptível que a relação das mulheres

⁵¹ Chimarrão, bebida típica gaúcha. Muito consumida em todas as camadas sociais e faixas etárias. Como é uma bebida consumida coletivamente, nas rodas de chimarrão, favorece o convívio e as interações sociais.

colaboradoras atingiu um *status* de amizade e coleguismo: auxiliam-se umas às outras, dividindo preocupações, angústias, alegrias e dicas sobre vários assuntos.

As aulas de nossa turma têm início às 18h30min. É bastante comum, no entanto, que as mulheres comecem a chegar por volta das 17h30min, ficando na recepção da academia, onde, geralmente, circula um bom chimarrão e até bolachinhas. Ali, conversa-se sobre diversos assuntos: filhos, maridos, trabalhos, moda, além de – claro – corpo e beleza.

Simmel (1983, p. 168) define sociabilidade como uma “forma autônoma ou lúdica de sociação”. Sociação é definida por ele como as interações materialmente motivadas, ou seja, as produzidas por interesses profissionais, por exemplo. A sociabilidade, segundo o autor, vai além da mera sociação, uma vez que é motivada por interesses de caráter mais subjetivo, existindo “por si mesma e pelo fascínio que difunde pela própria liberação destes laços” (ibidem, p. 168). Siqueira (2009, p. 12) aponta que “Sociabilidade refere-se ao exercício de práticas sociais, comunicações, manejo de códigos, formas de entretenimento e encontro, de estabelecer, revigorar e exercitar regras de reconhecimento de determinado grupo”.

As relações estabelecidas na academia pelas mulheres de *meia-idade* que colaboraram com este trabalho podem ser entendidas, assim, como representações de sociabilidade. Percebe-se que a identificação que propicia a proximidade entre essas mulheres se dá pelas identidades de gênero, geração e, principalmente, de estilo de vida. O estilo de vida jovem adotado e vivenciado pelas mulheres que estão na *meia-idade* garante uma identidade de grupo forte o suficiente para que relações até estreitas se estabeleçam.

Observa-se, no entanto, que, diferente de alguns grupos de idosos que frequentam espaços de convivência e de lazer, o objetivo prioritário dessas mulheres de *meia-idade* não é a interação e a construção de novas amizades: sua busca é por um corpo saudável, bonito e jovem. A convivência e a construção de laços afetivos se constituem, para elas, como um bônus importante, mas não primordial, ao menos quando se pensa nas motivações, nos fatores que as levaram a optar pela prática da ginástica em uma academia.

A questão do coletivo aparece como uma motivação a mais na hora da prática da ginástica, propriamente dita. O grupo parece auxiliar na estimulação para o desenvolvimento dos exercícios:

A minha preocupação... Eu não gosto de ficar sozinha, não gosto de fazer exercício sozinha, e o grupo é ótimo porque quando tu tá perdendo o fôlego e tu olha pro colega do lado e o colega do lado te diz: vamo lá, vamo lá, olha só que tá valendo a pena, e não sei o que, quando tu vê, tu tá fazendo e gostando. E também tem muito a ver o professor. Tanto é que eu tô nesta academia há dois anos e meio por causa da professora. (Laura, 35 anos, colaboradora, grifos nossos).

Na prática, é bem verdade, o relacionamento com o grupo, incluindo aí a própria instrutora, além das colegas, se torna crucial para a permanência na academia e, conseqüentemente, para o sucesso da empreitada. Esse sucesso, aliás, embora baseado no desejo de se moldar um corpo saudável, belo e jovem, muitas vezes acaba por se adaptar, transmutando-se no *bem-estar* comumente relatado pelas mulheres que dedicam uma parcela de seu tempo aos cuidados corporais frequentando uma academia de ginástica. A responsabilidade por esse *bem-estar* pode ser atribuída, realmente, aos benefícios físicos trazidos pela prática constante de atividade física. O convívio e a identificação com o grupo, o estabelecimento e a consolidação de novos laços afetivos, o comprometimento e a autonomia com a autogestão do tempo livre, do corpo e, por tabela, da feminilidade, contudo, têm uma enorme fatia nessa responsabilidade.

Principalmente em academia, onde o pessoal tá preocupado com o físico, que daí tu não te sente tão envelhecida. (Cora, 44 anos, colaboradora, grifos nossos).

Retomando essa fala de Cora, o ambiente jovem da academia, formado por pessoas que têm e demonstram uma preocupação com seus próprios corpos, sendo capazes até de expô-los em público em trajes justos destinados à prática da ginástica, propicia a construção de identidades que se aproximam de uma imagem e de um estilo de vida jovem.

Na prática cotidiana, *juventude*, *jovialidade* e *rejuvenescimento* passam a ter o mesmo sentido, embora apresentem diferenças semânticas:

[...] é possível encontrar um discurso que mistura as noções de jovem, jovial e rejuvenescido, produzindo um novo sentido para a ideia do “ser jovem”. A “mente sadia” e o “corpo sadio” estão diretamente relacionados ao “estado de espírito” [...] [que] está [muitas vezes] dissonante com sua autoimagem [das mulheres pesquisadas], “mais velha” do que se sente – ou seja, sua jovialidade combinaria mais com uma imagem de si rejuvenescida. (PEREIRA; PENALVA, 2011, p. 138).

Uma das colaboradoras desta pesquisa comenta sobre as preocupações que possui, destacando que não observa esse cuidado em outras mulheres de seu ambiente de trabalho:

Eu sou muito preocupada. Inclusive eu trabalho num setor onde só temos um homem neste setor, o resto é tudo mulher e a maioria na meia-idade, tudo mais ou menos que nem eu, mais velhas, inclusive, e elas ficam assustadas com o meu pavor. Porque elas não são tão preocupadas, ou, se são, não transparecem. E eu transpareço, eu falo, eu comento, eu enlouqueço. E aí acham graça. Mas, todo mundo... Na verdade, toda a mulher sente isso, só que umas ficam quietas e outras falam e eu sou muito comunicativa, e o que eu sinto, eu falo, eu ponho pra fora. Tenho vergonha de alguma coisa no meu corpo, eu comento. E tem pessoas que são muito reprimidas, ou muito fechadas, ou não têm coragem. Mas sentem as mesmas coisas. E eu tenho certeza disso. (Cora, 44 anos, colaboradora).

Que ambiente melhor para demonstrar preocupações com o corpo e, mais especificamente, com o corpo em envelhecimento, do que uma academia, cujo aparato é montado justamente no intuito de modelar e preservar corpos saudáveis, bonitos e jovens? Ainda mais se lembrarmos do discurso médico, aliado e compassado ao dos profissionais da Educação Física, e seu poder e legitimidade em nossa sociedade.

Além disso, nas representações sociais das mulheres colaboradoras sobre a velhice, a academia é um ambiente totalmente alienígena a este público – os velhos –, fora de contexto, inimaginável (principalmente quando a atividade referida é o *jump*, que exige fôlego e um verdadeiro *corpo de jovem*). Já quando o assunto é a juventude – ou um envelhecimento saudável e jovial –, não há qualquer incongruência ou mal-estar nesse espaço.

Ao frequentar uma academia de ginástica, as mulheres de *meia-idade* agregam e/ou conservam às suas já múltiplas identidades – de mães, mulheres, profissionais, donas de casa, companheiras, filhas, irmãs – mais uma: a de cuidadoras com suas saúdes, corpos, mentes e bem-estares. Ou, em palavras resumidas: a de *mulheres femininas* – ainda e apesar da ameaçadora *meia-idade*.

Dessa forma, frequentar uma academia para as mulheres pesquisadas é assumir o controle sobre seus próprios corpos, sobre suas próprias vidas, não se deixando sucumbir frente à possibilidade da velhice e à carga negativa de suas representações. Assim, até se pode envelhecer, ganhando inevitáveis anos a mais na contabilidade etária e mesmo algumas ruguinhas, que, com sorte, podem ser

confundidas com marcas de expressão; assumir um estilo de vida velho, entretanto, jamais!

“Assumir-se velha – seja na atitude, na saúde ou no espelho” (CASOTTI; CAMPOS, 2001, p. 110) torna-se uma questão impensável, principalmente para as mulheres de *meia-idade*, que se encontram na fronteira entre a juventude e a velhice.

4.2 Os sentidos da *malhação*: o exercício físico como produtor de saúde, beleza, juventude e feminilidade

Tem que correr, tem que suar, tem que malhar,
Vamos lá! [...]
Verão chegando, quem não se endireitar
Não tem lugar ao sol.
(*Estrelar* – Marcos Valle)

“Quem quer ficar bonita, tem que sofrer”. Essa frase, ouvida algumas vezes na minha infância, destinada sempre às mulheres, aliás, pode parecer desgastada e inadequada aos nossos tempos de diversidade e de avanços tecnológicos, inclusive no que diz respeito às novas tecnologias de produção de saúde, beleza e juventude.

Mas quando se frequenta uma academia, a frase acima se reveste de uma lógica própria, fazendo todo o sentido. O termo *malhar* traz consigo uma carga de significados que remetem ao trabalho sofrido e desgastante da atividade física. *Malhar é sofrer, sofrer, porém, é um passo para se ficar bonita.*

No espaço da academia é bastante comum a associação da dor muscular à eficácia do exercício. Se o exercício físico não provoca dor, suor extremo e fadiga, ele não é tido como suficiente. Isso é motivo, inclusive, para que a carga de pesos de tornozelas ou de halteres seja aumentada no próximo dia de atividade.

Malhar, para as mulheres de *meia-idade* desta pesquisa, também significa adotar um estilo de vida saudável – leia-se, jovial – o que, por si só, é capaz de aproximá-las, elas próprias, da juventude. Permanecer dentro de um estilo de vida jovem equivale, ainda, a manter a feminilidade. É preciso que a *mulher feminina*, apta a relações afetivo-sexuais, não esmoreça nunca, mesmo com a velocidade que o envelhecimento parece adquirir na *meia-idade*, aproximando-se, assustadoramente, da velhice.

Longe de se constituir em um investimento para uma velhice saudável, como um “projeto”, nos termos de Velho (1986), *malhar* significa um afastamento da

velhice e de suas representações indesejáveis. *Malhar* é manter-se jovem, se não totalmente de corpo, ao menos de espírito: um espírito jovial e ativo, tão ativo quanto os corpos em movimento durante a prática de atividades aeróbicas como o *jump* e o *step*, por exemplo.

Voltando à questão da identidade, sempre presente quando se pensa no corpo em envelhecimento, não é difícil perceber que a academia e todo o sentido embutido na *malhação* estão revestidos de uma identidade calcada na saúde e na juventude e, no caso específico das mulheres, principalmente as de *meia-idade*, no resgate e na manutenção da feminilidade.

Nesse sentido, é quase impossível para nós, brasileiros, não nos remetermos ao programa televisivo *Malhação*, exibido de segunda a sábado pela Rede Globo de Televisão, maior concessionária do Brasil, desde 1995 até os dias atuais, estando em sua vigésima temporada.

Malhação tem o formato de uma telenovela. É destinada, prioritariamente, ao público juvenil, tratando de assuntos e dilemas específicos para essa faixa etária, como os primeiros namoros, as relações entre colegas de escola, os primeiros empregos e, claro, os cuidados com o corpo que, se não são necessariamente explicitados nos capítulos da novela adolescente, ficam evidente a partir da escolha do elenco: jovens atores e atrizes novatos/as, detentores de uma estética corporal padronizada, considerada bela, normalmente aptos a ascenderem a programas televisivos veiculados em horários considerados mais nobres que os finais de tarde. O sucesso e a permanência desse programa, então, só faz consolidar a palavra *malhação* com um estilo de vida jovem, saudável e bonito.

[...] a juventude é um fenômeno social que reflete o imaginário coletivo e que se constitui a partir de um conjunto de valores, influenciando, de maneira hegemônica, a maneira com que indivíduos de todas as idades consomem produtos e ideias. (PEREIRA; PENALVA, 2011, p. 136).

Seguindo a direção do pensamento de Pereira e Penalva, o estilo jovem adotado pelas mulheres de *meia-idade* a partir da adoção de hábitos como a *malhação* me faz crer que tudo isso se trata da “imitação prestigiosa” de Mauss (2003), para quem os indivíduos tendem a incorporar em seus hábitos e atitudes cotidianas, posturas, performances e padrões corporais do que é tido, no seio de determinada sociedade, como algo prestigioso, valoroso. O que existe de mais prestigioso e valorado em nossa sociedade que não a juventude?

Sobre os sentidos e as motivações para a prática de ginástica em academia (a *malhação*), as colaboradoras desta pesquisa enumeraram múltiplos significados, sendo a questão da saúde – física e mental – o mais evidenciado.

Malhar, para minhas colaboradoras, significa, então, “manter um corpo saudável”, “sentir-se bem”, “estar de bem consigo mesma”, “se cuidar”, “pensar mais em si mesma”, “ter disposição para as atividades do dia a dia”, “continuar inteira”, “sentir-se bonita”, “sentir-se jovem de cabeça”, “sentir-se uma coroa gatinha, com tudo em cima”, “se curtir”. Em outras palavras, as mulheres de *meia-idade* que participaram deste trabalho veem na *malhação* um meio de, através de seus corpos, manterem-se joviais e femininas e, por consequência, bonitas.

A questão da maturidade adquirida com a idade como uma força positiva é retomada com uma preocupação consigo mesma. “Agora chegou a minha vez”, me disse Júlia, de 44 anos, que, embora ainda se preocupe com o marido, com os filhos e, mais recentemente, com a netinha, vê nas atividades da academia uma forma de se dedicar a si própria, o que equivale a um ganho, uma espécie de *libertação* das atividades femininas tidas como obrigatórias, como cuidar da casa e da família, mesmo que os próprios cuidados com seu corpo sejam vistos, por minhas colaboradoras, como uma obrigação feminina intrínseca, responsabilidade individual de toda mulher.

4.3 Saúde, beleza, juventude e autoestima: responsabilidades e domínios sobre o próprio corpo

Manter o corpo saudável, belo e jovem, além de ser uma obrigação eminentemente feminina, se constitui em responsabilidade individual. Assim, mesmo que apele ao apoio profissional de uma academia de ginástica, por exemplo, cabe a cada mulher a iniciativa desse cuidado. Para Debert (2004), a reprivatização não se dá apenas em relação ao envelhecimento, mas em relação ao corpo como um todo, incluindo, assim, os cuidados com a saúde e a beleza.

Nesta era em que a comunicação e a informação tornam-se a cada dia mais acessíveis, atingindo massivamente todas as camadas sociais, o compromisso e a responsabilidade individual pela gestão corporal são cada vez mais evidentes. Não é raro os doentes serem culpados pelas próprias doenças, apontados como responsáveis por não adotarem um estilo de vida saudável, tanto física, quanto

mentalmente, não obstante o alto custo de uma vida saudável em nossos dias e a enorme e variada oferta de produtos industrializados, cheios de conservantes e estimuladores visuais e olfativos artificiais, além de produtos e serviços que estimulam o sedentarismo, propícios à obesidade e a muitos outros males e doenças (FISCHLER, 1995).

Essa responsabilidade individual sobre o gerenciamento de seus corpos, embora possa representar um fardo, adquire o sentido de domínio sobre o próprio corpo, capaz de levantar a autoestima dessas mulheres. O contrário, aliás, a mulher que “não se cuida”, que se deixa sucumbir pelas marcas do envelhecimento, é vista como alguém que não tem amor próprio, como uma antifeminina, já que a vaidade e o cuidado de si são tidos, ainda em nossos dias, como características inerentes ao feminino, à *mulher feminina*. Como referem Casotti e Campos (2011, p. 120-121), “em um mundo dominado pela juventude e beleza, ostentar marcas do envelhecimento, como os cabelos brancos, indica uma redução da vaidade”.

Algumas correntes teóricas – especialmente as de orientação feminista mais ortodoxa – oferecem muitas críticas e argumentos até bem fundamentados quanto aos investimentos e esforços despendidos por algumas mulheres na manutenção de um corpo jovem – e, aqui, especificamente, mulheres que se encontram na *meia-idade*. Porém pude observar durante esta pesquisa que o que para tais correntes se constitui em um problema, com as mulheres sucumbindo a uma ditadura da beleza, para as mulheres pesquisadas pode ser visto como um empoderamento ou uma retomada de um domínio outrora ameaçado: sobre suas próprias vidas. Agora, permitem a si mesmas a destinação de um tempo para cuidarem de si através de uma atividade que julgam, mais do que uma obrigação, um prazer e uma fonte de novos e promissores relacionamentos afetivos; sobre seus corpos, mantendo-os saudáveis e bonitos; e sobre o envelhecimento, sobre o qual sentem ter “passado a perna”, já que, mesmo reconhecendo-se na *meia-idade*, adotam estilos e comportamentos jovens.

Sobre os desconfortos de alguns argumentos que veem na preocupação da manutenção da juventude, além de um retrocesso na luta pela liberação feminina, uma fuga de uma natureza inevitável – afinal, todos nós, a menos que morramos cedo, chegaremos à velhice –, é inevitável, para mim, pensar no respeito e na legitimidade que as modificações corporais em relação ao sexo/gênero adquiriram para o movimento feminista em geral. Nesse sentido, a natureza parece não tão

inexorável assim; modificá-la, então, se mostra uma necessidade, enquanto que para as mulheres que lutam contra o envelhecimento de seus corpos a luta parece, muitas vezes, inócua, retrógrada, se não, ridícula.

Na relação corpo e gênero é possível pensar na cirurgia plástica como uma forma de produzir diferenças tidas como naturais; porém, no caso da relação entre o corpo e a velhice [...] parece ocorrer o inverso. A cirurgia é uma tentativa de fugir das marcas do tempo, desnaturalizando processos tidos como naturais. Nas cirurgias e outras práticas de rejuvenescimento, o empenho é driblar o normal, impedindo que a natureza siga o que é tido como seu destino. (DEBERT, 2011, p. 80).

Se o corpo é elemento fundamental na constituição das identidades, como condenar os sujeitos que, ao se sentirem jovens, não se reconhecem em seus corpos em envelhecimento e, por isso mesmo, buscam mascarar os sinais que marcam sem dó, nem piedade, seus corpos? Ainda mais quando vivemos sob a égide de uma “ditadura da juventude”, que parece ser ainda mais poderosa que a já tão proclamada “ditadura da beleza”?

5 CORPOS, ENVELHECIMENTOS E FEMINILIDADES: CONSIDERAÇÕES FINAIS

As mulheres não devem abrir mão da juventude nem da beleza, mas também não devem aceitar os padrões impostos pelo mercado, ou seja, devem procurar a juventude e a beleza que de fato têm. Isso implica em renunciar ao impossível e se tornar amiga do possível, ou seja, amiga de si mesma. Para envelhecer bem, é preciso gostar de si mesma e reavaliar as opiniões alheias com base na própria experiência. (MILAN, 2003, p. 117).

Neste trabalho, propus uma investigação sobre o envelhecimento feminino a partir de um olhar sobre os corpos de mulheres que, próximas (pré ou pós) à menopausa, ou estando nela, se reconhecem como estando na *meia-idade*.

Convivi durante um ano, no espaço de uma academia de ginástica, com seis mulheres com idades entre os 35 e os 56 anos – e mais uma colaboradora de apenas 21 anos, que, na sua juventude, acabou por enriquecer ainda mais as discussões. Cada qual possui uma trajetória de vida diferente, com valores, anseios e aspirações diversos, mas com uma preocupação comum: manter-se jovem, de espírito e corpo, apesar da idade. A partir dessa convivência, pude tecer algumas considerações em relação ao tema em questão – envelhecimento feminino –, sobre as quais discorro a seguir.

Em primeiro lugar, percebi que o *envelhecimento humano* é um tema complexo e multidimensional. É praticamente impossível pensar o *envelhecimento* sem que se entrelacem as dimensões físicas e biológicas, psíquicas, sociais e culturais.

Outra observação importante é que *envelhecimento* e *corpo* são categorias que andam lado a lado, principalmente quando o foco se dá sobre o envelhecimento feminino. Nesse sentido, mais outra constatação: *gênero* também é uma categoria imprescindível quando se aborda a temática do envelhecimento. Como todas são categorias abertas e relacionais, incorporar *camadas sociais* e *etnia* também me parece, agora, mais do que nunca, altamente recomendável.

A categoria *meia-idade*, embora possa ter parecido dispensável, principalmente no início deste trabalho, quase forçada, como uma fragmentação a mais no processo de envelhecimento, já tão fragmentado (DEBERT, 2004), mostrou-se, ao menos para mim, extremamente necessária, já que possui características específicas que a diferem de outras categorias, como a juventude e a velhice,

ficando, geralmente de maneira desconfortável, principalmente quando se pensa em construção identitária, entre estas duas.

E, neste processo de construção de identidades, a categoria *corpo* mostra-se muito relevante. Temos um corpo e, muitas vezes mais do que isso, *somos* um corpo, que nos define e categoriza em diversos contextos. Pude observar que essas definições e categorizações, ainda que muitas vezes se revelem limitadoras e revestidas de preconceitos – ou passíveis de serem vistas com preconceitos –, são importantes também para nossa constituição identitária, já que as identidades carecem, além da autoafirmação, do reconhecimento de seus próprios pares. Assim, somos indivíduos, diferentes uns dos outros, com características próprias e únicas. Somos igualmente seres sociais que impescindimos da identificação do grupo – ou da tribo, como prefere Maffesoli (2002).

As mulheres de *meia-idade* reconhecem-se como tais, identificando ganhos e perdas na maturidade. Incorporam e afirmam positivamente esses ganhos, os quais, em grande medida, dizem respeito a aspectos psicológicos e sociais, como capacidade de discernimento, ponderação, força de vontade, coragem, autonomia. Entretanto recusam as perdas, geralmente associadas às marcas corporais trazidas pelo envelhecimento, que consideram, também, como uma perda da feminilidade e da capacidade de sedução. Sentem-se jovens, capazes, curiosas, audaciosas, prisioneiras de um corpo que começa a aproximá-las da velhice e de todas as representações negativas associadas a essa fase.

Dessa forma, buscam a academia de ginástica como um meio de se resgatarem enquanto *mulheres femininas*, que cumprem um de seus papéis com o *cuidado consigo mesmas*. Este, para elas uma característica essencialmente feminina, é negociado inclusive como uma das cláusulas a serem cumpridas em seus contratos afetivo-sexuais, não necessariamente oficializados civilmente, em troca do compromisso sexual e afetivo, da lealdade e fidelidade e da segurança, emocional e/ou financeira, de seus companheiros.

Nessa direção, ainda que muitas vezes assumam, cotidianamente, posições mais agressivas e determinadas, tidas como mais masculinas, buscam seguir um padrão de feminilidade hegemônica, que aceitam e reconhecem como sendo unicamente do domínio das mulheres.

Dessa forma, separam, de maneira dicotômica, o masculino e o feminino, como elementos da essência, respectivamente, do homem e da mulher. Apesar

disso, deixam claro em suas falas que este é um processo social, e não conseguem compreendê-lo como uma construção que pode ser questionada e transformada. Assim, acabam naturalizando e essencializando a questão de gênero, que parece, dessa maneira, imutável, mesmo que na prática, na ação cotidiana, percebam-se vários movimentos e atitudes protagonizadas por essas mulheres que comprovem exatamente o contrário.

Também buscam na academia, através da prática de atividades aeróbicas e do trânsito por um espaço eminentemente jovem, a manutenção de sua juventude, através da adoção de um estilo de vida jovem e saudável. Esse estilo, aliás, se converteu na contemporaneidade numa verdadeira “ditadura da juventude”, na qual tudo o que é associado à juventude e ao novo é realçado como positivo, enquanto o que é velho é visto como ultrapassado e, por essa razão, descartável.

Na academia, as mulheres de *meia-idade* acabam se encontrando e se identificando entre si, desenvolvendo laços afetivos de sociabilidade. A academia também se converte em um espaço de lazer a ser cultivado e cuja manutenção, especialmente no espaço precário onde esta pesquisa foi realizada, deve ser reivindicada e negociada através da união do grupo.

A preocupação com a idade para essas mulheres de *meia-idade* diz respeito a uma preocupação com a chegada da menopausa e das mudanças corporais – estéticas e de saúde – desencadeadas a partir daí. Tais mudanças têm reflexos sociais importantes e se convertem em um divisor de águas marcante para elas, sendo vistas como uma crise que deve ser encarada “de frente”, o que, para as colaboradoras deste trabalho, significa lutar em busca do resgate da juventude e da feminilidade, ameaçadas por esta crise.

A ameaça da perda de juventude e da feminilidade pode torná-las suscetíveis a serem substituídas, por seus companheiros, por mulheres mais jovens, ainda aptas à concepção. Isso também é visto como uma possível crise de masculinidade de seus companheiros, que, segundo elas, precisam se afirmar, mantendo relacionamentos com mulheres jovens.

Contraditoriamente, entretanto, a menopausa e a possibilidade de não mais menstruarem e terem filhos representam uma liberdade, paralelamente ao medo da esterilidade e da incapacidade de sedução e atração, já que comumente as mulheres ainda são as responsáveis pelos cuidados contraceptivos e, mais tarde, pelos cuidados mais diretos e intensos dos filhos.

Nossa sociedade privilegia de forma cabal a juventude e as representações a ela associadas. A saúde, a feminilidade e a beleza são características relacionadas à juventude, que, mais do que uma categorização organizada por uma faixa etária, se constitui em um estilo de vida que pode (e deve) ser adotado por qualquer pessoa, independentemente da idade – desde que essa pessoa se pareça fisicamente com o tipo jovem perseguido. Caso contrário, a adoção de um estilo jovem pode ser interpretada como ridícula e inadequada, a menos que a pessoa em questão tenha chegado à velhice – de preferência, a uma velhice bem avançada – e que esse estilo jovem não diga respeito à exposição pública de relacionamentos afetivo-sexuais, principalmente com pessoas mais jovens. Preferencialmente, também, a pessoa em questão deve ser oriunda de uma camada social elevada, possuindo recursos financeiros próprios.

Essas observações podem parecer irônicas. Infelizmente, entretanto, não o são. Mesmo que a juventude seja um padrão a ser seguido, sendo incentivada pelos profissionais da saúde, incluindo os professores de Educação Física, e publicizada ao extremo pelos meios de comunicação, que alimentam a ideia de uma velhice ativa e feliz, existem limites bem delineados quando se trata de adotar um estilo de vida jovem.

Parecer jovem (além de simplesmente *se sentir* jovem), dentro dos limites requeridos – ou seja, de uma forma natural e não “exagerada” –, parece abrir portas. Quem *parece* jovem, mesmo não o sendo em sua carteira de identidade, parece possuir um verdadeiro passaporte para a felicidade. A menos que sejamos fortes o suficiente para nadarmos contra a maré, sustentando, com avidez, nossas posições, como os cabelos brancos, por exemplo, corajosamente adotados por mulheres tidas como de vanguarda, geralmente profissionais liberais ou acadêmicas bem-sucedidas. Caso contrário, se você é mulher, tem mais de 40 anos – e sua aparência reflete sua idade – um conselho: pinte os cabelos, não use minissaia, roupas justas ou... tênis *All Star*⁵².

“Eu não sou preconceituoso. Mas acho horrível velho de *All Star*”, confessou-me, num belo dia, um colega, jovem, futuro e promissor antropólogo. Em estado de choque, imediatamente pensei: “E será que chega um dia em que, simplesmente acordamos e pensamos: ‘Estou velho. Hoje aposento meus *All Star*.?’”

⁵² Marca de tênis. Simboliza a juventude e a liberdade associada a ela.

Bem, nunca tive a pretensão de tornar este trabalho conclusivo, principalmente por considerar o tema por demais complexo.

Somos seres gendrados e corporificados. Vivemos sob uma estrutura social que, mesmo não sendo dada naturalmente, é bastante consolidada e difícil de ser transformada. Somos indivíduos sociais. Buscamos o reconhecimento, o respeito e a felicidade. Mesmo maduros. Mesmo com os corpos envelhecidos. E a felicidade não é um processo individual. Ela requer aceitação – autoaceitação e aceitação dos demais. Por isso, muitas vezes nos sujeitamos e nos conformamos aos ditames sociais. Devemos ser condenados ou condenar por isso? Infelizmente – ou felizmente –, tudo é mais complexo que uma condenação sumária.

As mulheres de *meia-idade* que colaboraram nesta pesquisa acreditam-se em uma crise identitária que diz respeito, também, a uma crise de feminilidade. O envelhecimento, que começa a se mostrar cada vez mais acelerado, trazendo mudanças antes quase imperceptíveis, parece colocar sob suspeita seu poder de sedução, sua sensualidade, sua feminilidade. Não são mais jovens, mas ainda têm desejos. E medos. E não querem se perder, perder suas identidades de mulheres numa identidade una de *maduras*. São maduras, sim, estão na *meia-idade*, sim, mas continuam mulheres. E lutam, como podem, para permanecerem sendo reconhecidas nessa condição.

É a estrutura social que impõe e direciona essa luta? As mulheres da *meia-idade* que figuram nesta pesquisa fraquejam e sucumbem a uma “ditadura da juventude”? São sujeitos e protagonistas, donas de seus próprios corpos, ou objetos, comandadas de acordo com os ventos das modas ditadas pela mídia e incorporadas, sem qualquer questionamento, pelas massas incapazes de pensar?

Não sei, essa é a verdade. Ou melhor: as duas coisas; a resposta, nem sempre, é uma só. Não acredito que sejamos marionetes, sem um mínimo controle sobre as cordas que nos movimentam; também não acredito na liberdade plena de amarras e convenções sociais. A vida parece ser uma eterna luta entre sujeição e assujeitamento.

Por isso, não confio em grandes generalizações. Não há *um* envelhecimento, *um* corpo, *uma* feminilidade, *uma* mulher. Somos plurais, ainda que busquemos a singularidade e a unidade. Temos *envelhecimentos*, *corpos* e *feminilidades* e buscamos ser felizes dentro dos limites que se apresentam para nós e do que, cada um de nós, concebe como felicidade.

Acredito, firmemente, nas mudanças que se estabelecem no dia a dia, no âmbito das relações e dos comportamentos sociais. Tenho consciência que este trabalho não traz respostas consolidadas, únicas, certas. Este trabalho não traz, de forma alguma, uma nova luz sobre o envelhecimento, o corpo e a feminilidade. Também tenho consciência que as questões colocadas neste trabalho não representam uma luz; representam, melhor ainda, o obscuro, a dúvida, a incerteza, pois, *“no es la luz lo que importa em verdad/ son los 12 segundos de oscuridad”*⁵³.

⁵³ *12 segundos de oscuridad*, canção de Jorge Drexler e Vitor Ramiel.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Andréa Moraes. **A dama e o cavalheiro**: um estudo antropológico sobre envelhecimento, gênero e sociabilidade. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2004.
- ALBIN, Ricardo Cravo. **O livro de ouro da MPB**: a história de nossa música popular de sua origem até hoje. Rio de Janeiro: Ediouro Publicações, 2003.
- AZERÊDO, Sandra. **Preconceito contra a “mulher”**: diferença, poemas e corpos. São Paulo: Cortez, 2007.
- BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2000.
- BEAUVOIR, Simone de. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BOURDIEU, Pierre. Gosto de classe e estilos de vida. In: ORTIZ, Renato (org.). **Pierre Bourdieu**. São Paulo: Ática, 1983. p. 82-121.
- _____. **A economia das trocas simbólicas**. São Paulo: Perspectiva, 1987.
- _____. A “juventude” é só uma palavra. In: BOURDIEU, Pierre. **Questões de Sociologia**. Rio de Janeiro: Marco Zero, 1993. p. 151-162.
- _____. **Razões práticas**: sobre a teoria da ação. Campinas: Papius, 1996a.
- _____. Novas reflexões sobre a dominação masculina. In: LOPES, Marta; MEYER, Dagmar; WALDOW, Vera (orgs.). **Gênero e saúde**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996b. p. 28-40.
- _____. **A dominação masculina**. Rio de Janeiro: Bertrand, 1999.
- _____. O camponês e seu corpo. **Revista de Sociologia e Política**, Curitiba, n. 26, p. 83-92, jun. 2006.
- _____. **O poder simbólico**. Petrópolis: Vozes, 2007.
- _____. **A distinção**: crítica social do julgamento. São Paulo: EDUSP; Porto Alegre: Zouk, 2008.
- BRITTO DA MOTTA, Alda. As dimensões de gênero e classe social na análise do envelhecimento. **Cadernos Pagu**, Campinas, n. 13, p. 191-221, 1999.
- _____. Envelhecimento e sentimento do corpo. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza; COIMBRA JR., Carlos E. A. (orgs.). **Antropologia, saúde e envelhecimento**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2002a. p. 37-50.
- _____. Gênero e geração: da articulação fundante a “mistura indigesta”. In: FERREIRA, Sílvia Lúcia; NASCIMENTO, Enilda Rosendo do. **Imagens da mulher na cultura contemporânea**. Salvador: NEIM/UFBA, 2002b. p. 35-49.

_____. Pesquisa e relações em campo: subjetividades de gênero e de geração. In: BRITTO DA MOTTA, Alda; AZEVEDO, Eulália Lima; GOMES, Márcia Queiroz de Carvalho. **Reparando a falta**: dinâmica de gênero em perspectiva geracional. Salvador: NEIM/UFBA, 2005. p. 11-25.

BUTLER, Judith. Variations on sex gender. In: BENHABIB, Seyla; CORNELL, Drucilla (eds.). **Feminism as critique**. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1988. p. 01-42.

_____. **Gender trouble**: feminism and the subversion of identity. London: Routledge, 1990.

CAPRI, Herson. Por que adoro as maduras. **Lola Magazine**, São Paulo, v. 1, n. 11, p. 48-51, ago. 2011.

CARADEC, Vincent. Sexagenários e octogenários diante do envelhecimento do corpo. In: GOLDENBERG, Mirian (org.). **Corpo, envelhecimento e felicidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011. p. 21-44.

CASOTTI, Letícia; CAMPOS, Roberta. Consumo de beleza e envelhecimento: histórias de pesquisa e de tempo. In: GOLDENBERG, Mirian (org.). **Corpo, envelhecimento e felicidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011. p. 119-131.

CASTRO, Talita Pereira. **Auto-ajuda e a reificação da crise da meia-idade**. 2009. Dissertação (Mestrado em Antropologia) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

COURTINE, Jean-Jacques. Os Stakhanovistas do narcisismo: body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (org.). **Políticas do corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 81-114.

CSORDAS, Thomas. **Corpo/Significado/Cura**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2008.

CUCHE, Denys. **A noção de cultura nas ciências sociais**. Bauru: EDUSC, 1999.

DA MATTA, Roberto. O ofício do etnólogo ou como ter “Anthropological Blues”. In: NUNES, Edson de Oliveira. **A aventura sociológica**: objetividade, paixão, improviso e método na pesquisa social. Rio de Janeiro: Zahar, 1978. p. 23-35.

DEBERT, Guita. Envelhecimento e representação da velhice. **Ciência Hoje**, São Paulo, v. 8, n. 44, p. 60-68, 1988.

_____. Gênero e envelhecimento: os programas para a terceira idade e o movimento dos aposentados. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 2, n. 3, p. 33-51, 1994.

_____. Envelhecimento e curso da vida. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, n. 1, p. 120-128, 1997.

_____. **A reinvenção da velhice**: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: EDUSP, 2004.

_____. Velhice e tecnologias do envelhecimento. In: GOLDENBERG, Mirian (org.). **Corpo, envelhecimento e felicidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011. p. 65-82.

DEL PRIORI, Mary. **Corpo a corpo com a mulher**. São Paulo: Editora SENAC, 2000.

DINIZ, Débora. Ética na pesquisa em ciências humanas – novos desafios. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 417-425, 2008.

DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Ed. Perspectiva, 1976.

DURKHEIM, Émile. **Da divisão do trabalho social**. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

_____. **As regras do método sociológico**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

FAUSTO-STERLING, Anne. **Dualismos em duelo**, Cadernos Pagu, Campinas, n. 17/18, p. 9-79, 2. sem. 2001.

FISCHLER, Claude. Obeso benigno, obeso maligno. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (org.). **Políticas do corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 69-80.

FONSECA, Claudia. O anonimato e o texto antropológico: dilemas éticos e políticos da etnografia “em casa”. In: SCHUCH, Patrice; VIEIRA, Miriam Steffen; PETERS, Roberta (orgs.). **Experiências, dilemas e desafios do fazer etnográfico contemporâneo**. Porto Alegre: Ed. da UFRGS, 2010. p. 205-227.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1979.

_____. **História da sexualidade 3**: o cuidado de si. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985.

GEERTZ, Clifford. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

_____. **Obras e vidas**: o antropólogo como autor. Rio de Janeiro: Editora da UFRJ, 2009.

GOFFMAN, Erving. **Estigma**: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada. Rio de Janeiro: Zahar, 1982.

GOLDENBERG, Mirian. **A arte de pesquisar**. Rio de Janeiro: Record, 2004.

_____. **Coroas**: corpo, envelhecimento, casamento e infidelidade. Rio de Janeiro: Record, 2008.

GROSZ, Elizabeth. Corpos reconfigurados. **Cadernos Pagu**, Campinas, n. 14, p. 45-86, 2000.

HAREVEN, Tamara K. Novas imagens do envelhecimento e a construção social do curso da vida. **Cadernos Pagu**, Campinas, n. 13, p. 11-35, 1999.

HELMAN, Cecil G. **Cultura, saúde & doença**. Porto Alegre: Artmed, 2003.

JOHNSON, Allan G. **The gender knot**: unravelling our patriarchal legacy. Philadelphia: Temple University Press, 1997.

KEHL, Maria Rita. Apresentação. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. **Corpos de passagem**: ensaios sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo: Estação Liberdade, 2001. Orelha.

KEMP, Kênia. **Corpo modificado, corpo livre?** São Paulo: Paulus, 2005.

LATOURETTE, Bruno. Como terminar uma tese de sociologia: pequeno diálogo entre um aluno e seu professor (um tanto socrático). **Cadernos de Campo**, São Paulo, n. 14/15, p. 339-352, 2006.

LÉVI-STRAUSS, Claude. Introdução à obra de Marcel Mauss. In: MAUSS, Marcel. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2003. p. 11-46.

LINS DE BARROS, Myriam Moraes. Gênero, cidade e geração: perspectivas femininas. In: LINS DE BARROS, Myriam Moraes (org.). **Família e gerações**. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2006. p. 17-37.

_____. A velhice na pesquisa antropológica brasileira. In: GOLDENBERG, Mirian (org.). **Corpo, envelhecimento e felicidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011. p. 45-64.

LOURO, Guacira Lopes. Pedagogias da sexualidade. In: LOURO, Guacira Lopes (org.). **O corpo educado**: pedagogias da sexualidade. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2007. p. 07-27.

LOVISOLO, Hugo. Em defesa do modelo JUBESA (juventude, beleza e saúde). In: BAGRICHEVSKY, Marcos et al. (orgs.). **A saúde em debate na educação física**. v. 2. Blumenau: Nova Letra, 2006. p. 157-175.

MAFFESOLI, Michel. **O tempo das tribos**: o declínio do individualismo nas sociedades de massa. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2002.

MAGNANI, José Guilherme Cantor. De perto e de dentro: notas para uma etnografia urbana. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 17, n. 49, p. 11-29, jun. 2002.

MALINOWSKI, Bronislaw Kasper. **Argonautas do Pacífico ocidental**: um relato do empreendimento e da aventura nos arquipélagos da Nova Guiné melanésia. São Paulo: Abril Cultural, 1978.

MARTIN, Emily. **A mulher no corpo**: uma análise cultural da reprodução. Rio de Janeiro: Garamond, 2006.

MATTOS, Maria Izilda; SOIHET, Rachel (orgs.). **O corpo feminino em debate**. São Paulo: Editora UNESP, 2003.

MAUSS, Marcel. As técnicas do corpo. In: MAUSS, Marcel. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2003. p. 399-422.

_____. Ensaio sobre a dádiva: forma e razão da troca nas sociedades arcaicas. In: MAUSS, Marcel. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2003. p. 183-314.

MÉNDEZ, Natália Pietra. **Discursos e práticas do movimento feminista em Porto Alegre (1975-1982)**. 2004. Dissertação (Mestrado em História) – Programa de Pós-Graduação em História, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

MILAN, Betty. Eu e minha saúde. In: HERMANN, Rosana (coord.). **Maturidade Revista**: depoimentos de corpo e alma sobre a feminilidade da mulher madura. São Paulo: Editora Gente, 2003, p. 113-117.

MOORE, Henrietta. Understanding sex and gender. In: INGOLD, Tim. **Companion Encyclopedia of Anthropology**. Londres: Routledge, 1997, p. 06 – Tradução exclusivamente para uso didático de Júlio Assis Simões.

MURARO, Rose Marie. **História do masculino e do feminino**. Rio de Janeiro: ZIT, 2007.

NERI, Anita Liberalesso. **Envelhecer num país de jovens**: significados de velho e velhice segundo brasileiros não idosos. Campinas: Editora da Unicamp, 1991.

NICHOLSON, Linda. Interpretando gênero. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 8, n. 2, p. 9-41, 2000.

NOVAES, Jefferson da Silva. **Ginástica em Academia no Rio de Janeiro**: uma pesquisa histórico-descritiva. Rio de Janeiro: Sprint, 1991.

ORTNER, Sherry B. Subjetividade e crítica cultural. **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, v. 13, n. 28, p. 375-405, jul./dez. 2007.

PEREIRA, Cláudia; PENALVA, Germano. “Mulher-madonna” e outras mulheres: um estudo antropológico sobre a juventude aos 50 anos. In: GOLDENBERG, Mirian (org.). **Corpo, envelhecimento e felicidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011. p. 133-158.

PERROT, Michelle. **As mulheres ou os silêncios da história**. Bauru: EDUSC, 2005.

_____. **Minha história das mulheres**. São Paulo: Contexto, 2008.

RIBEIRO, Lúcia. Masculino/feminino: uma reflexão existencial feminina. In: BOFF, Leonardo; RIBEIRO, Lúcia. **Masculino/feminino: experiências vividas**. Rio de Janeiro: Record, 2007, p. 11-40.

SAFFIOTI, Heleieth. Rearticulando gênero e classe social. In: COSTA, Albertina de Oliveira; BRUSCHINI, Cristina (org.). **Uma questão de gênero**. Rio de Janeiro: Editora Rosa dos Tempos; Fundação Carlos Chagas, 1992. p. 183-215.

_____. Contribuições feministas para o estudo da violência de gênero. **Cadernos Pagu**, Campinas, n. 16, p. 443-461, 2001.

_____. Ontogênese e filogênese do gênero: ordem patriarcal de gênero e a violência masculina contra mulheres. Série Estudos e Ensaios/Ciências Sociais. **Revista FLACSO-Brasil**, p. 1-44, 2009.

SARDENBERG, Cecília Maria Bacellar. A mulher frente à cultura da eterna juventude: reflexões teóricas e pessoais de uma feminista “cinquëntona”. In: FERREIRA, Sílvia Lúcia; NASCIMENTO, Enilda Rosendo do (orgs.). **Imagens da mulher na cultura contemporânea**. Salvador: NEIM/UFBA, 2002. p. 51-68.

SAYÃO, Deborah Thomé. Corpo, poder e dominação: um diálogo com Michelle Perrot e Pierre Bourdieu. **Revista Perspectiva**, Florianópolis, v. 21, n. 1, p. 121-149, jan./jun. 2003.

SCHIEHLL, Paulo Eduardo. **Classificação dos exercícios do Jump Fit a partir dos parâmetros relativos ao impacto**. 2007. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

SCHUCH, Patrice. Antropologia com grupos *up*, ética e pesquisa. In: SCHUCH, Patrice; VIEIRA, Miriam Steffen; PETERS, Roberta (orgs.). **Experiências, dilemas e desafios do fazer etnográfico contemporâneo**. Porto Alegre: Ed. da UFRGS, 2010. p. 29-48.

SCOTT, Joan. Gênero: Uma categoria útil de análise histórica. **Educação e Realidade: Gênero e Educação**, v. 20, n. 2, p. 71-99, 1995.

SIBILIA, Paula. A moral da pele lisa e a censura midiática da velhice: o corpo velho como uma imagem com falhas. In: GOLDENBERG, Mirian (org.). **Corpo, envelhecimento e felicidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011. p. 83-108.

SILVA, Luna Rodrigues Feitas. Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. **História, Ciências, Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, p. 155-168, jan./mar. 2008.

SIMMEL, Georg. Sociologia. In: MORAES FILHO, Evaristo de. **Sociologia: Coletânea**. São Paulo: Ática, 1983. p. 165-181.

SIQUEIRA, Monalisa Dias de. **“Quem convida é a mulher”**: experiências femininas e subversão nos bailes de dança de salão. 2009. Dissertação (Mestrado em

Sociologia) – Programa de Pós-Graduação em Sociologia, Departamento de Ciências Sociais, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2009.

SOLOMON, Henry A. **O mito do exercício**. São Paulo: Summus Editorial, 1991.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA. Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa. **Estrutura e apresentação de monografias, dissertações e teses**: MDT. Santa Maria: Ed. da UFSM, 2006.

VARELLA, Dráuzio; JARDIM, Carlos. **Envelhecimento**. São Paulo: Gold Editora, 2009. (Coleção Dráuzio Varella).

VEIGA, Marcia R.M. **Modelos seniores: corpo e envelhecimento** – Um estudo antropológico. 2010. Monografia (Curso de Ciências Sociais) – Centro de Ciências Sociais e Humanas, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2010.

VELHO, Gilberto. Observando o familiar. In: NUNES, Edson de Oliveira. **A aventura sociológica**: objetividade, paixão, improviso e método na pesquisa social. Rio de Janeiro: Zahar, 1978. p. 36-46.

_____. **Subjetividade e sociedade**: uma experiência de geração. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1986.

VÍCTORA, Ceres Gomes; KNAUTH, Daniela Riva; HASSEN, M. N. A. (orgs.). **Pesquisa qualitativa em saúde**. Porto Alegre: Tomo Editorial, 2000.

VIEIRA, Elisabeth Meloni. **A medicalização do corpo feminino**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2002.

VIEIRA, Sonia Bressan. O “abre-alas” do movimento de mulheres no Rio Grande do Sul – 1910-1990. **Revista de Ciências Humanas da URI**, Frederico Westphalen, Ano VII, n. 7, p. 1-17, 2005.

VIGARELLO, Georges. Panóplias corretoras: balizas para uma história. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (org.). **Políticas do corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 21-38.

VON KOSS, Monika. **Rubra força**: fluxos do poder feminino. São Paulo: Escrituras Editora, 2004.

WACQANT, Loïc. **Corpo e alma**: notas etnográficas de um aprendiz de boxe. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2002.

XAVIER, Elódia. **Que corpo é esse?** O corpo no imaginário feminino. Florianópolis: Ed. Mulheres, 2007.