

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

Diego Marafiga de Oliveira

**EXERCITAR-SE CONVERSANDO OU TREINAR FOCADO: ESTUDO
SOBRE TÉCNICAS DE SI ENTRE PARTICIPANTES DE ACADEMIA
AO AR LIVRE E ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO EM
SANTA MARIA-RS**

Santa Maria, RS
2016

Diego Marafiga de Oliveira

**EXERCITAR-SE CONVERSANDO OU TREINAR FOCADO: ESTUDO SOBRE
TÉCNICAS DE SI ENTRE PARTICIPANTES DE ACADEMIA AO AR LIVRE E
ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO EM SANTA MARIA-RS**

Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado do Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para a obtenção do grau de **Mestre em Ciências Sociais**.

Orientador: Prof. Dr. Francis Moraes de Almeida
Co-Orientador: Prof. Dr. Marco Aurelio de Figueiredo Acosta

Santa Maria, RS
2016

Ficha catalográfica elaborada através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Central da UFSM, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Oliveira, Diego Marafiga de
Exercitar-se conversando ou treinar focado: estudo sobre técnicas de si entre participantes de academia ao ar livre e academia de ginástica e musculação em Santa Maria-RS / Diego Marafiga de Oliveira.- 2016.
118 p.; 30 cm

Orientador: Francis Moraes de Almeida
Coorientador: Marco Aurelio de Figueiredo Acosta
Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Ciências Sociais e Humanas, Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais, RS, 2016

1. Técnicas de si 2. Cuidado de si 3. Academia ao Ar Livre 4. Academia de Ginástica e Musculação I. Almeida, Francis Moraes de II. Acosta, Marco Aurelio de Figueiredo III. Título.

© 2016

Todos os direitos autorais reservados a Diego Marafiga de Oliveira. A reprodução de partes ou do todo deste trabalho só poderá ser feita mediante a citação da fonte.

E-mail: diegomarafiga@hotmail.com

**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

**Exercitar-se conversando ou treinar focado: estudo sobre técnicas de
si entre participantes de Academia ao Ar Livre e Academia de
Ginástica e Musculação em Santa Maria-RS**

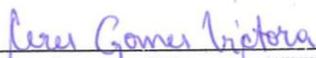
elaborada por
Diego Marafiga de Oliveira

Como requisito parcial para a obtenção do grau de
Mestre em Ciências Sociais

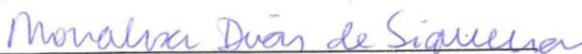
COMISSÃO EXAMINADORA:



**Dr. Francis Mores de Almeida, UFSM
(Presidente/Orientador)**



Dr^a. Ceres Gomes Vitoria, UFRGS



Dr^a. Monalisa Dias Siqueira, UFSM

Santa Maria, 29 de março de 2016.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer pessoas que contribuíram para a realização desta dissertação.

Ao meu orientador, Francis Almeida, o qual sempre se mostrou disposto a me guiar no desenvolvimento da dissertação. Muito obrigado pela atenção e incentivo.

Ao meu co-orientador, Marco Acosta.

À banca avaliadora, Monalisa Siqueira e Ceres Víctora, pelas pertinentes sugestões e comentários construtivos para realização da dissertação.

Ao organismo financiador desta pesquisa, a CAPES.

Aos proprietários da Academia Eficaz que aceitaram a pesquisa no local.

Meus agradecimentos às contribuições das participantes da Academia ao Ar Livre e da Academia de Ginástica e Musculação.

À professora Zulmira Borges, que na etapa de docência orientada, sugeriu importantes recomendações de leituras para a dissertação.

À minha mãe, Gessi Marafiga, a qual não tenho palavras para descrever os esforços despendidos para eu seguir na carreira acadêmica. Ao meu falecido pai, Antônio Hernandes Parode, que me ensinou a importância do conhecimento para a vida.

Aos meus colegas de mestrado, em especial ao companheiro de orientações, Guilherme Elwanger.

À Silvana Oliveira pela atenção, paciência e auxílio no decorrer desta dissertação. Muito Obrigado!

“[...] Que a verdade não possa ser atingida sem certa prática ou certo conjunto de práticas totalmente especificadas que transformam o modo de ser do sujeito [...]” (FOUCAULT, 2010).

RESUMO

EXERCITAR-SE CONVERSANDO OU TREINAR FOCADO: ESTUDO SOBRE TÉCNICAS DE SI ENTRE PARTICIPANTES DE ACADEMIA AO AR LIVRE E ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO EM SANTA MARIA-RS

AUTOR: Diego Marafiga de Oliveira

ORIENTADOR: Francis Moraes de Almeida

CO-ORIENTADOR: Marco Aurelio de Figueiredo Acosta

Esta dissertação fundamenta-se numa pesquisa etnográfica desenvolvida durante dozes meses com pessoas que fazem uso de duas modalidades distintas de academias em Santa Maria (RS): Academia ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação. O trabalho tem como objetivo analisar, as atividades exercidas por pessoas que realizam atividades físicas nas duas modalidades de academia como técnicas de si, partindo do conceito discutido por Michel Foucault. Com base nas observações em campo foram constatadas diferenças evidentes nos modos como as atividades físicas são realizadas. Entre as praticantes da Academia ao Ar Livre os exercícios físicos são efetuados para tratar de uma doença existente ou para prevenir uma futura enfermidade, nesta modalidade às atividades físicas são realizadas em meio a conversas e brincadeiras, sem o auxílio de profissionais da educação física, o que ressalta a sociabilidade como um aspecto significativo para o uso da academia para estas pessoas. Por outro lado, na Academia de Ginástica e Musculação as atividades físicas são realizadas visando obter maior condicionamento físico e musculatura corporal, refletindo preocupação com a estética. Os exercícios físicos são realizados através dos conhecimentos de profissionais da expertise do corpo, no qual as pessoas realizam séries de treinos com a finalidade de maximizar os resultados esperados com o uso da academia. Portanto, a pesquisa identificou que a utilização dos dois modelos de academias é incentivada por diferentes agentes, de modo a influenciar nas condutas das pessoas.

Palavras-chave: Técnicas de si. Cuidado de si. Academia ao Ar Livre. Academia de Ginástica e Musculação.

ABSTRACT

TO EXERCISE TALKING OR TO TRAIN FOCUSED: A STUDY ABOUT TECHNOLOGIES OF THE SELF AMONG PARTICIPANTS IN THE OUTDOORS GYM AND FITNESS GYMS IN SANTA MARIA - RS

AUTHOR: DIEGO MARAFIGA DE OLIVEIRA
ADVISOR: FRANCIS MORAES DE ALMEIDA

This thesis is based in an ethnographic research developed throughout twelve months with people who participate in two distinct genres of gyms in Santa Maria (RS): Outdoors Gym and Fitness Gym. This work has as its objective to analyze the activities done by people who exercise in both modalities as technologies of the self, from the concept discussed by Michel Foucault. Based on observations in the field, evident differences were found in the way the physical activities are done. Among the practitioners in the Outdoors Gym, the exercises are performed to treat an existing illness or to prevent a future illness, in this genre, physical activities are performed while talking and pleasantries exchanging, without the help of physical education professionals, which highlights sociability as a significant aspect of the use of this gym to these people. On the other hand, in Fitness Gyms, the physical activities are performed aiming to obtain a greater physical conditioning and body muscle, reflecting aesthetics concern. Physical exercise is done through professional body expertise knowledge, in which people do a series of training with the aim to maximize results in the gym. Therefore, research has identified the use of two models of gym, encouraged by different agents, as a way to influence personal behavior.

Keywords: Technologies of the Self. Care of the Self. Outdoors Gym. Fitness Gym.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Mapa da Posição geográfica de Santa Maria e distribuição dos 10 distritos administrativos	39
Figura 2 – Mapa das 8 regiões da zona urbana de Santa Maria, com indicação e denominação dos 41 bairros	40
Figura 3 – Foto da Estação Ferroviária, à esquerda, e da “Vila Belga”, antes de passar pelo processo de revitalização	41
Figura 4 – Pirâmide etária de Santa Maria	43
Figura 5 – Gráfico da população de Santa Maria por idade, a partir dos 30 anos, sexo e quantidade	44
Figura 6 – Tabela da quantidade de professores, alunos e de escolas estaduais, municipais, particulares e de ensino superior.....	46
Figura 7 – Foto de um prédio pichado em Santa Maria	47
Figura 8 – Mapa dos locais investigados pelo jornal Diário de Santa Maria acerca da sensação de insegurança no centro na cidade, com destaque para os lugares onde há maior concentração de jovens e falta de iluminação pública	49
Figura 9 – Aparelhos de Atividade Física Passiva: simulador de caminhada, simulador de cavalgada, caminhada dupla e rotação vertical	57
Figura 10 – Áreas revitalizadas pelo projeto de qualificação da paisagem urbana. Praça Mallet com instalação de Academias ao Ar Livre; Avenida Rio Branco e “Vila Belga”	58
Figura 11 – Mapa de localização das Academias ao Ar Livre na zona urbana de Santa Maria por regiões	59
Figura 12 – Pirâmide etária da população do Bairro Passo D’areia	62
Figura 13 – Mapa da localização da Praça Mallet com destaque para a Avenida Liberdade e Rua dos Andradas, e a regiões mais periféricas como “Vila Oliveira” e “Invasão do Km 2”	63
Figura 14 – Foto da posição da Academia ao Ar Livre na Praça Mallet próxima ao quartel militar	64
Figura 15 – Foto da iluminação na Academia ao Ar Livre da Praça Mallet e da placa com recomendações para a realização das atividades físicas nos aparelhos.....	65
Figura 16 – Tabela da população por classe de rendimento mensal domiciliar de habitantes de Santa Maria	68
Figura 17 – Aparelho da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet danificado	73
Figura 18 – Placa de orientação de atividades físicas pichada	75
Figura 19 – Localização da Academia de Ginástica e Musculação Eficaz, com destaque para a proximidade com a Escola Estadual Manoel Ribas.....	85
Figura 20 – Pirâmide etária da população do Bairro Centro de Santa Maria	86
Figura 21 – Foto da fachada da Academia Eficaz	87
Figura 22 – Área de recepção da Academia Eficaz	91
Figura 23 – Aparelhos de atividades aeróbicas da Academia Eficaz	92
Figura 24 – Aparelhos para musculação da Academia Eficaz	93
Figura 25 – Espaço destinado para práticas de abdominais na Academia Eficaz, espelho e cartaz informando os malefícios do uso de anabolizantes	94
Figura 26 – Espaço destinado para os exercícios de supino na Academia Eficaz.....	95
Figura 27 – Segundo andar da Academia Eficaz destinado para aulas de lutas marciais e danças	96

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AAL	– Academia ao Ar Livre
ADESM	– Agência de Desenvolvimento de Santa Maria
AGM	– Academia de Ginástica e Musculação
ATI	– Academias para Terceira Idade
CREF	– Conselho Regional de Educação Física
DCNT	– Doenças Crônicas Não Transmissíveis
NIEATI	– Núcleo de Estudos e Apoio a Terceira Idade
PDDUA/SM	– Plano Diretor de Desenvolvimento Urbano Ambiental de Santa Maria
PNPS	– Política Nacional de Promoção da Saúde
PPS	– Políticas de Promoção da Saúde.
RFFSA	– Rede Ferroviária Federal Sociedade Anônima
SUS	– Sistema Único de Saúde
TCC	– Trabalho de Conclusão de Curso
TCLE	– Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	19
1 TRAJETO DA PESQUISA	23
1.1 PERCURSO ACADÊMICO: RUPTURAS E CONTINUIDADES.....	23
1.2 PROBLEMATIZAÇÃO TEÓRICA	26
1.3 TÉCNICAS DE PESQUISA: OBSERVAÇÃO PARTICIPANTE E ENTREVISTAS SEMIESTRUTURADAS.....	32
1.4 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA.....	35
2 ACADEMIA AO AR LIVRE: ATIVIDADES FÍSICAS COM CONVERSAS	39
2.1 SANTA MARIA: ASPECTOS GERAIS	39
2.2 ACADEMIAS AO AR LIVRE: POLÍTICAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE E DE ENVELHECIMENTO ATIVO.....	50
2.3 ACADEMIAS AO AR LIVRE EM SANTA MARIA-RS: PROMOÇÃO DA SAÚDE E EMBELEZAMENTO DA CIDADE	57
2.4 ACADEMIA AO AR LIVRE DA PRAÇA MALLET: EXERCITAR-SE CONVERSANDO	61
2.5 CONFLITOS GERACIONAIS: AS “VÉIAS” E O “PRAGUEDO”	73
2.6 NARRATIVAS DAS ATIVIDADES FÍSICAS: SAÚDE E SOCIABILIDADE	76
3 ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO: ATENÇÃO NA ATIVIDADE FÍSICA	83
3.1 ACADEMIA EFICAZ: “FOCO NO TREINO”	84
3.2 HORÁRIO DA MANHÃ: ENTRE A SAÚDE E A ESTÉTICA	100
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	107
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	111
ANEXO	115
ANEXO A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	117

INTRODUÇÃO

Cuide da sua saúde! Cuide do seu corpo! Cuide da sua alimentação! Evite alimentos calóricos! Faça exercícios físicos regularmente! Mantenha-se ativo em todas as etapas da vida! Procure ter uma boa noite de sono! Esses discursos estão cada vez mais presentes no nosso cotidiano, seja em programas de saúde coletiva, corroborados por pesquisas científicas, geralmente das áreas biomédicas, as quais apontam para a necessidade de uma vida ativa, seja em meios de comunicação, através de programas televisivos, revistas e colunas de jornais.

Diante desse contexto, as academias são o lugar, por excelência, nos quais os indivíduos buscam modificar suas condutas com fins a diferentes objetivos, tais como: emagrecer, possuir melhor condicionamento físico e cuidar da saúde. Na cidade de Santa Maria, Rio Grande do Sul, foram instaladas, a partir de 2009, Academias ao Ar Livre (AAL), com a finalidade de estimular, gratuitamente, a população a realizar atividades físicas.

As AALs estão localizadas em lugares públicos, como praças, parques e complexos esportivos, nas quais não há presença de instrutores para orientação dos exercícios físicos. Em contraste, as Academias de Ginástica e Musculação (AGM), estão situadas em lugares privados e com supervisão direta de profissionais da Educação Física, que conduzem os clientes sobre a maneira adequada da prática física, dependendo dos objetivos de cada pessoa.

Dessa forma, essa pesquisa objetiva analisar, relacionamente, as atividades exercidas por pessoas que utilizam Academia ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação em Santa Maria-RS como técnicas de si. Para tanto, reporto-me ao aporte teórico de Michel Foucault, o qual entende técnicas de si como “práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente fixam regras de conduta, como também procuram se transformar, modificar-se em seu singular” (FOUCAULT, 2010, p. 11).

Por conseguinte, parto do seguinte problema de pesquisa: De que forma são realizadas atividades físicas como técnicas de si por pessoas que fazem uso de Academia ao Ar Livre e por pessoas que fazem uso de Academia de Ginástica e Musculação? Para tanto, utilizo como técnica de pesquisa, a observação participante e entrevistas semiestruturadas junto a pessoas que fazem uso da Academia ao Ar Livre (AAL) da Praça Mallet, localizada na região oeste de Santa Maria, e na Academia de Ginástica e Musculação (AGM) denominada “Eficaz”, situada na região central do município.

Na referida AAL, as observações ocorreram de agosto de 2014 a agosto de 2015, centradas em um grupo de cinco mulheres com idades de 51 a 65 anos, que utilizam o espaço da referida academia para realização de atividades físicas no final da tarde. Na Academia de

Musculação Eficaz, as observações ocorreram no decorrer de dezembro de 2014 a dezembro de 2015, centrada em mulheres com idades de 22 a 55 anos. As análises foram delimitadas levando em conta as técnicas de pesquisa (observação participante), logo, o turno da manhã e o turno da tarde foram escolhidos, no sentido de serem os períodos do dia nos quais, as academias (AAL e AGM) analisadas, tinham como público, em sua maior parcela, mulheres na faixa etária de 30 a 65 anos.

Autores como Nikolas Rose e Mitchell Dean, problematizam com diferentes enfoques os conceitos formulados por Foucault, tais como poder disciplinar, biopolítica e governamentalidade nas sociedades contemporâneas. Rose (2011; 2013) atenta para as características significativas das formas de subjetivação em “sociedades de democracias liberais avançadas”, em que os sujeitos “não são meramente livres para escolher, mas também obrigados a serem livres” (ROSE, 2011, p. 12).

Por essa razão, os conceitos foucaultianos em Nikolas Rose e Mitchell Dean e sua expansão e desdobramento teóricos, é que utilizo, de modo que auxiliam no objetivo da pesquisa, esses autores. Rose não faz menção a respeito de mudanças na personalidade, ou da psicologia humana; sua análise diz respeito a uma etopolítica, compreendida como “os seres humanos deveriam julgar a si mesmo e intervir em si mesmos para se tornarem melhores do que são” (ROSE, 2013, p. 46). Intervir em si mesmo, no *self*, mediante tecnologias contemporâneas ancoradas em uma “expertise somática” (ROSE, 2013, p. 26), que exercem forças nos sujeitos, a partir de uma gama de novos profissionais como nutricionistas, peritos em promoção da saúde e de exercícios físicos, os quais administram com seus saberes acerca da nossa existência corpórea. Diante do exposto, a proposta da pesquisa pode contribuir para melhor compreendermos como as motivações dos usos de academias são incentivadas por diferentes agentes, de modo a influenciar as condutas das pessoas.

Ademais, apresento a dissertação em três capítulos. No primeiro, discorro sobre meu percurso acadêmico, com o intuito de demonstrar o trajeto realizado para a construção do objeto de pesquisa. Após isso, realizo uma problematização teórica, iniciada com a exposição da última etapa das obras de Michel Foucault acerca dos conceitos de “cuidado de si” e “técnicas e/ou tecnologias de si”. Com a finalidade de aprofundar mais essas questões, emprego as perspectivas teóricas de autores (as) como Nikolas Rose e Mitchell Dean, que problematizam, com diferentes enfoques e com trabalhos com distintos objetos empíricos, a compreensão do objetivo da pesquisa na contemporaneidade. O capítulo segue com explanações sobre as técnicas e/ou as metodologias de pesquisa empregadas, sobretudo, a

observação participante, e as suas utilizações no presente estudo. Por fim, neste primeiro capítulo, trato da postura ética adotada na pesquisa.

O segundo capítulo é destinado, inicialmente, a situar o leitor sobre características locais de Santa Maria, através de informações gerais acerca do município e sobre a população local, por meio de mapas ilustrativos e indicadores socioeconômicos. Da mesma forma, realizo uma breve retomada histórica no tocante a eventos importantes que auxiliaram no desenvolvimento da cidade, bem como de alguns acontecimentos atuais como a prática de pichação e como a sensação de insegurança dos moradores e transeuntes da região central da cidade¹.

Adiante, discorro sobre as origens das Academias ao Ar Livre nos espaços públicos das cidades brasileiras, analisadas como resultantes das diretrizes das Políticas de Promoção da Saúde, e, também, como Política de Envelhecimento Ativo. Após isso, demonstro como ocorreu o processo de instalação desse modelo de academia em Santa Maria, para, conseqüentemente tratar de aspectos concernentes a Academia ao Ar Livre da Praça Mallet. Para tanto, aponto aspectos locais do Bairro Passo D'areia (onde está situada a praça e a academia), por meio de dados da população desse bairro e características do local. Por conseguinte, centro atenções nas observações referentes às atividades exercidas na academia como técnicas de si, principalmente, por um grupo regular de cinco participantes, com idades de 51 a 65 anos, mas sem deixar de estar atento às demais pessoas que utilizam o mesmo espaço. Destarte, serão relatados aspectos de vida das cinco mulheres que fazem uso da AAL da Praça Mallet. Mulheres com os pseudônimos de Lúcia, Sueli, Sônia, Eva e Rute, que se deslocam a essa academia para tratar de uma doença já existente (como nos casos de Rute e Lúcia que têm diabetes e foram recomendadas por médicos a fazerem atividade física, regularmente) e ou para prevenir uma futura enfermidade. O que há de singular na narrativa de vida dessas pessoas, para além do tratamento e prevenção de doenças, é a necessidade de estarem reunidas e conversando na academia, de modo que a sociabilidade é elemento essencial para elas.

O terceiro capítulo versará a respeito da Academia de Ginástica e Musculação Eficaz. Similar ao capítulo anterior, primeiramente, discorro sobre características do bairro centro, onde se faz presente a referida academia, com informações do perfil da população local. Por conseguinte, destaco particularidades dos espaços físicos da Academia Eficaz em diferentes

¹ Aspectos analisados por meio de matérias dos dois principais jornais impressos da cidade, a saber, *Diário de Santa Maria* e *A Razão*. Ressaltar essas características é importante, pois são elementos constitutivos da população santa-mariense e refletem nos dados de pesquisa.

horários do dia, manhã, tarde e noite, ressaltando as observações acerca da maneira como são empregadas às atividades físicas, relacionando com os dados de campo da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet. Concernente às técnicas de si na Academia Eficaz teço considerações em relação às atividades físicas realizadas por quatro participantes de pseudônimos de Mônica, 24 anos, e Andressa, 26 anos, as quais usam a academia, pois se consideram muito magras, algo que as incomoda desde a infância. Em razão disso, seus treinos, efetuados pelos instrutores, são direcionados a ganhar massa muscular e nessa conformidade, os dias da semana são fracionados em séries de treinos para modelar partes específicas do corpo, como coxas, panturrilhas, glúteos e abdômen. As outras duas participantes são Jaqueline e Regina (pseudônimos), professoras em exercício de escolas estaduais e particulares de Santa Maria. Com 50 e 55 anos, respectivamente, as duas começaram a utilizar a academia com o objetivo de obterem maior condicionamento físico para suportar a carga horária da profissão. Com esta finalidade Regina e Jaqueline contrataram o serviço de um *personal trainer* que realiza treinos específicos para as duas conforme suas rotinas diárias com o objetivo de maximizar os efeitos da atividade física.

Em síntese, com base nas observações em campo junto as praticantes da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet e da Academia de Ginástica e Musculação Eficaz, a pesquisa constatou distintas maneiras nas atividades exercidas como técnicas de si. No modelo primeiro modelo de academia, ao ar livre, as práticas físicas são efetuadas através do conhecimento de si, sem o auxílio de profissionais que ditam a maneira correta da atividade física. Nesse sentido, a sociabilidade, possuem efeitos positivos para estas pessoas, sair de casa, ir à academia e se exercitar conversando, é um importante elemento para cuidarem de si. Um cuidado que é realizado e incentivado pelas amigas e conhecidas da academia. Enquanto na Academia Eficaz as atividades são realizadas pelas participantes com o olhar constante dos peritos do corpo, o “outro” presente nos instrutores da academia, bem como do *personal trainer*. Olhar constante do outro, mas também olhar permanente sobre si, sobre suas ações, comportamentos, referente ao quanto de calorias deve gastar nos treinos, que alimentos ingerir antes e após a academia, com a finalidade de maximizar os resultados esperados. Desse modo, a pesquisa identificou que o uso nos dois modelos de academias é incentivado por diferentes agentes, de modo a influenciar nas condutas das pessoas.

1 TRAJETO DA PESQUISA

1.1 PERCURSO ACADÊMICO: RUPTURAS E CONTINUIDADES

Essa pesquisa é uma sequência de pesquisas que desenvolvo desde a graduação de bacharel em Ciências Sociais pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) sobre participantes das chamadas Academias ao Ar Livre (AAL). Esse tipo de academia está localizado em lugares públicos como praças, parques e complexos esportivos e tem por finalidade ofertar atividades físicas para a população de forma gratuita. Por esse ângulo, encontrei, nas pessoas que utilizam essas academias, um campo fértil de análise, devido aos meus interesses relacionados aos temas “saúde”, “sociabilidade” e suas interrelações. Mariza Peirano (1995) ressalta como a subjetividade do autor influencia no tema de estudo, visto que não há como desvincular a trajetória de vida do estudante diante do seu objeto de análise. Conseqüentemente, realizo uma pequena “digressão autobiográfica” (BECKER, 2007, p. 53) para descrever como cheguei à pesquisa das pessoas que fazem uso das AAL de Santa Maria-RS.

Assim sendo, é necessário retomar aspectos relacionados à minha graduação em Ciências Sociais. Nesse período, mais precisamente a partir do quarto semestre, comecei a delimitar o tema de estudo. Ouvi conselhos de professores e de colegas para “estudar aquilo que gosto”. Assim, decidi pesquisar sobre saúde, mais especificamente, medicalização da sociedade. Tema que aprecio, mas que se demonstrou desafiador para um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), inicialmente, pela literatura da área ser baseada, principalmente, em textos em Língua Inglesa e, depois, pela complexidade de delimitar um objeto de estudo. Quem? Onde? e Por que pesquisar? tornaram-se perguntas para as quais não encontrei resposta naquele momento. Após conversas com o meu orientador, percebemos a necessidade de “resituar” o tema medicalização da sociedade e logo, só havia duas vagas certas: estudar sobre saúde e procurar um programa voltado a essa temática na cidade.

Realizei, então, levantamentos no *site* da Prefeitura Municipal de Santa Maria a fim de encontrar ações políticas voltadas aos cuidados da saúde. Desse modo, obtive conhecimento do “Programa Ginástica para Terceira Idade”, o qual ofertava ginástica gratuita, com supervisão de um profissional da Educação Física, para pessoas idosas de Santa Maria. O programa alocava-se em diferentes lugares, tais como complexos esportivos, escolas municipais e até em igrejas, de maneira que verifiquei lugares que ofereciam esse programa próximo à minha residência.

A ideia era pesquisar em um local em que eu já estivesse familiarizado com o perfil das pessoas e com o contexto situacional, sabendo de antemão dos desafios que tal escolha poderia acarretar. Passei a realizar observações preliminares no Complexo Esportivo Guarani Atlântico², distante apenas cinco quadras da minha casa. Durante o mês de novembro de 2011, realizei observações no local, mas o programa encerrou suas atividades em menos de um mês, e, novamente, me encontrei sem objeto de estudo. Apesar do curto tempo de observação, atualmente, relendo anotações e trabalhos acadêmicos, notei algumas características que permeiam a pesquisa do meu mestrado, tais como a difusão de ações públicas voltadas à população idosa e a oferta do “Programa Ginástica para Terceira Idade” para ambos os sexos, porém no local pesquisado, a prática era efetuada apenas por mulheres.

Cogitei a possibilidade de realizar o meu TCC com minhas breves observações em campo, todavia, um evento proporcionou um novo objeto de estudo. Transitando, em agosto de 2012, pelo Complexo Esportivo Guarani Atlântico, visualizei empregados da prefeitura instalando uma Academia ao Ar Livre no local. Logo ocorreu um *insight*: “vou estudar pessoas que utilizam essa academia”. Não era a primeira vez que tinha notado a existência desse modelo de academia em Santa Maria, mas até então não tinha pensado na possibilidade de pesquisar sobre pessoas que faziam uso delas. Esse fato demonstra quanto o dito *insight* só acontece precedido de muito esforço intelectual; a presença de AAL só se tornou importante para mim, porque estava lendo a respeito das Políticas de Promoção da Saúde (PPS), especialmente políticas para idosos (as).

Neste contexto realizei o Trabalho de Conclusão de Curso³ sobre participantes da Academia ao Ar Livre do Complexo Esportivo Guarani Atlântico, com o objetivo geral de analisar como as diretrizes das Políticas de Promoção da Saúde influenciavam os participantes dessa academia. Partindo dos conceitos de “biopoder” e de “biopolítica” conforme a perspectiva de Michel Foucault, juntamente com as obras de Deborah Lupton (1995; 2003), que discute tais conceitos na contemporaneidade na formulação de Políticas de Promoção da Saúde, realizei, entre dezembro de 2012 a janeiro de 2013, dez entrevistas semiestruturadas

² O Complexo Esportivo Guarani Atlântico fica localizado na Rua Oliveira Mesquita, na zona norte de Santa Maria. Até 2009, o local possuía apenas um campo de futebol, criado pelos funcionários da Estação Ferroviária, chamado popularmente como “Campo do Guarani”, mas a partir do referido ano ocorreu uma revitalização no local, que passou a conter uma pista de caminhada e um complexo esportivo com quadra poliesportiva, sendo usado para diferentes finalidades, entre eles o “Programa Ginástica para Terceira Idade”.

³ O TCC, em forma de monografia, intitulada *Do risco à moralização: discurso de Promoção da Saúde em praticantes da Academia ao Ar Livre do Complexo Esportivo Guarani Atlântico em Santa Maria-RS* foi defendido em 18 de julho de 2013 para obtenção da titulação de bacharel em Ciências Sociais pela UFSM. O trabalho foi orientado pelo Prof. Dr. Francis Moraes de Almeida (UFSM) e submetido à banca examinadora composta pelo Prof. Dr. Marcos Adegas de Azambuja (UNIFRA) e pela Prof^a Dr^a. Monalisa Dias de Siqueira (UFRGS).

com pessoas de ambos os sexos e com idades de 17 a 72 anos que praticavam atividades físicas no local.

A pesquisa, do TCC, asseverou que as PPS influenciam em uma forma de poder marcada pela autorregulação nos participantes, por meio de difusão de fatores de riscos relacionados à saúde e à estética. Entre as pessoas com mais idade (50 a 72 anos) havia uma preocupação com o cuidado de uma doença já existente, ou a prevenção de uma doença futura. Já nos participantes jovens e adultos (17 a 40 anos) a preocupação era com a obtenção e manutenção do corpo nas normas de um “padrão estético” (magro e forte), algo muito semelhante a trabalhos que tratam das Academias de Ginástica e Musculação (HAZEN, R; VAZ, A. F, 2004).

O contato com as pessoas que faziam uso da academia se deu de maneira sensível às suas histórias de vida, ou seja, a postura adotada pelo pesquisador, sujeito que já estava habituado com o contexto local, foi a de transformar o familiar em exótico (DA MATTA, 1978), contudo, como nos adverte Gilberto Velho (1987), o que nos é familiar não significa que conhecemos previamente todos os elementos do social. Por conta dessas duas abordagens teóricas do social, observei aspectos “estranhos”, ou não familiarizados, sendo que alguns deles não foram problematizados no TCC, como, por exemplo: a) técnicas de aprendizagem corporal para utilização dos aparelhos; b) predominâncias de doenças ligadas às histórias de vida de alguns usuários da academia; c) a grande sociabilidade entre pessoas mais velhas.

Esses aspectos proporcionaram novas perspectivas de análise, bem como permitiram a inclusão de temas dos quais não se havia tratado. As características dos participantes da AAL do Complexo Esportivo Guarani Atlântico são recorrentes (em termos de semelhança) nas demais academias com esse modelo em Santa Maria? Há semelhanças na realização da atividade física por pessoas que utilizam Academia ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação? Através desses questionamentos é que realizei o pré-projeto de pesquisa de mestrado para o Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais (PPGCS) da UFSM, no qual fui inserido por aprovação no processo seletivo de 2014.

A premissa inicial do meu pré-projeto de pesquisa de mestrado centrava-se em comparar a realização da atividade física em pessoas que utilizam dois modelos distintos de academias, no caso, ao ar livre e de ginástica e musculação. Considerando esse contraste, delimito, inicialmente, a minha análise em participantes da AAL localizada na Praça Mallet,

região oeste do município e na Academia de Ginástica e Musculação denominada “Eficaz”⁴, estabelecida na Rua Borges de Medeiros, bairro norte do município, porém não consegui realizar os estudos nesta academia por aspectos que tratarei de forma mais detalhada na seção 3.1. Desse modo, passei a fazer observações participantes em outra unidade da Academia Eficaz, situada na Rua Silva Jardim, região central, conjuntamente com a AAL da Praça Mallet.

Os locais de pesquisa continuam os mesmos, AAL da Praça Mallet e AGM Eficaz, localizada na Rua Jardim, mas o objetivo da pesquisa foi sendo reformulado em razão de alguns fatores, entre eles, o cursar de disciplinas do mestrado, as recomendações do meu orientador e as sugestões da banca examinadora na etapa de Qualificação de dissertação de mestrado.

A partir desses fatores, percebi que estava muito focado em comparações concernentes aos cuidados de saúde, à sociabilidade, às dores corporais e à preocupação com a estética entre as pessoas que utilizam os dois modelos de academias. Todavia, os dados de campo apontavam para questões mais amplas, referentes à preocupação dos indivíduos para o cuidado consigo, às técnicas corporais no uso dos aparelhos das academias. Além disso, o tema da medicalização da sociedade, que foi o ponto inicial do meu percurso acadêmico, também estava presente nos dados da pesquisa, ressaltando ser um elemento de relevância na e para a sociedade em que vivemos.

1.2 PROBLEMATIZAÇÃO TEÓRICA

Com as questões suscitadas anteriormente, passei a delinear conceitos como ferramentas operacionais que me auxiliassem a pensar a problemática da pesquisa de maneira mais ampla. Em consequência desse delineamento conceitual, as análises realizadas por Michel Foucault na considerada última etapa⁵ de suas obras, acerca do termo de cuidado de si

⁴ Há três unidades da Academia Eficaz em diferentes regiões de Santa Maria. A primeira foi inaugurada em 1º de agosto de 2013, localizada na Rua Borges de Medeiros, bairro norte de Santa Maria. Em 17 de agosto foi instalada a segunda unidade, situada na Rua Silva Jardim, na região central. Por fim, em 13 de julho de 2015, foi aberta mais uma academia no bairro Urlândia, bairro sul de Santa Maria.

⁵ As obras de Michel Foucault podem ser divididas em três períodos. Primeiro os trabalhos da década de 1960, preocupados com as construções de saberes verdadeiros, presentes, principalmente, nas obras “*A História da Loucura na Idade Clássica*”, de 1961 e “*A arqueologia do saber*” de 1969. O segundo período, nos anos 1970, é destinado às múltiplas vinculações entre saber e poder, teorizadas em “*Vigiar e Punir*” (1975) e “*História da Sexualidade I: a vontade do saber*” (1976). O último momento, a partir dos anos 1980, pode ser chamado de ético, pois está interessado nas relações do sujeito consigo próprio e com os outros; temática tratada nos outros dois volumes da “*História da Sexualidade: O uso dos prazeres*” e em “*O cuidado de si*”, de 1984. Essa divisão fica mais visível nas palavras do próprio Foucault em entrevista concedida a Hubert

(*epimeleia heautou*) na Antiguidade Greco-romana (desde o século V a.C até o século V d.C) foram e são elementares para que se problematizem certas técnicas como a dietética, a ginástica e as caminhadas eram empregadas desde os tempos antigos, as quais se fazem presentes também na atualidade com novas configurações e finalidades.

A partir dos anos de 1980, ocorreu uma mutação problemática no pensamento teórico foucaultiano. Tal pensamento vai para além de análises de dispositivos discursivos (2009) e de poder, nos quais os indivíduos e as populações estão sujeitados em hospitais (1997; 2011) e prisões (1999), e de análises da sexualidade, desenvolvidas na obra *História da Sexualidade I: O uso dos prazeres*, publicada em 1976. Frédéric Grós (2010) aponta que nos de 1970, Michel Foucault está interessado na discussão do poder disciplinar, desse modo é “compreensível que em *A História da Sexualidade I*, Foucault nos confrontasse com a denúncia das sexualidades submissas, reguladas ao prumo das normas sociais estabelecidas” (GROS, 2010, p. 222).

O poder disciplinar emerge, para Foucault, nos séculos XVII e metade do XVIII, como uma renovação de controle centrada nas disciplinas dos corpos individuais. Nos períodos estudados por este autor, as tecnologias disciplinares ocorriam em instituições como; escola, exército e hospitais, nas quais comportavam o desenvolvimento de saberes no que diz respeito aos corpos, estabelecendo normas desejadas de funcionamento. Um poder não apenas de exclusão ou repressão, mas também que produzia e incitava por mecanismos de inclusão. Para Rose (1999) a disciplina visa conduzir o indivíduo a um espaço de “liberdade regulada”. Isto é, “o que faz com que o poder se mantenha e que seja aceito é simplesmente que ele não pesa só como uma força que diz não, mas que de fato ele permeia, produz coisas, induz ao prazer, forma saber, produz discurso” (FOUCAULT, 1979, p. 8).

Porquanto, Foucault identifica que simultaneamente insurge uma nova atuação de poder, não apenas no corpo do indivíduo presente no poder disciplinar, mas similarmente ao homem-espécie, a uma massa global massificante, a população. Segundo Castro (2009), por biopolítica compreende-se:

[...] a maneira pela qual, a partir do século XVII, se buscou racionalizar os problemas colocados para a prática governamental pelos fenômenos próprios de um conjunto de viventes enquanto população: saúde, higiene, natalidade, longevidade, raça. Essa nova forma do poder se ocupará então: 1) da proporção de nascimento, de óbitos, das taxas de reprodução, da fecundidade da população. Em outras palavras,

Dreyfus e Paul Rabinow em 1983, na qual afirma que realizou “Primeiro, uma ontologia histórica de nós mesmos em relação à verdade através da qual nos constituímos como sujeitos de saber; segundo, uma ontologia histórica de nós mesmos em relação a um campo de poder através do qual nos constituímos com sujeitos de ação sobre os outros; terceiro, uma ontologia histórica em relação à ética através da qual nos constituímos como agentes morais” (FOUCAULT, 1995, p. 262).

da demografia. 2) Das enfermidades endêmicas: da natureza, da extensão, da duração, da intensidade das enfermidades reinantes na população; da higiene pública. 3) Da velhice, das enfermidades que deixam o indivíduo fora do mercado de trabalho. Também, então, dos seguros individuais e coletivos, da aposentadoria. 4) das relações com o meio geográfico, com o clima. O urbanismo e a ecologia (CASTRO, 2009, p. 60).

Contudo, como salienta Castro (2009, p. 189) os deslocamentos, mutações no pensamento foucaultinano, não deve ser entendidos como abandonos, mas sim com ampliações do campo de análise. Para Castro (2009) “todo trabalho de Foucault poderia ser visto como análise filosófico-histórica das práticas de subjetivação” (CASTRO, 2009, p. 190), visto que para o próprio Foucault “não é o poder, mas o sujeito o que constitui o tema geral das minhas investigações” (FOUCAULT, 1995, p. 232).

Dessa forma nos próximos dois volumes da “*História da Sexualidade: O uso dos prazeres*” e no livro “*Cuidado de si*”, lançados em 1984, o quadro histórico-conceitual de análise ampliou-se com a finalidade de “compreender as formas nas quais os indivíduos se constituem e se reconhecem como sujeitos” (FOUCAULT, 2010, p. 11). Nessa inflexão do itinerário intelectual de Foucault, percebemos uma transformação, na qual o problema central dirigiu-se à maneira pela qual, historicamente, no Ocidente, foram tramadas as relações entre sujeito e verdade.

Tal relação foi evidenciada no curso do *Collège de France* de 1981 a 1982, o qual foi publicado na obra “*A Hermenêutica do Sujeito*” (2010). Nesse livro, o autor volta seu olhar para a Antiguidade Greco-romana, através do termo “cuidado de si”. Por meio de obras de importantes filósofos e de escolas filosóficas, desde o momento Socrático-Platônico (Século V a.C), passando pela Época Helenística (Séculos I-II da nossa era), até o Cristianismo (Século V d.C), Foucault analisa rupturas e continuidades do emprego do “cuidado de si”, entendido como:

[...] O cuidado de si, primeiramente, é uma atitude para consigo, para com os outros, para com o mundo. Em segundo lugar é também uma certa forma de tenção, de olhar. Cuidar de si mesmo implica que se converta o olhar, que se conduza do exterior, dos outros, do mundo. Em terceiro lugar, a noção de cuidado de si noção designa simplesmente esta atitude geral ou essa forma de atenção voltada para si. Também designa sempre algumas ações que são exercidas de si para consigo, ações pelos quais nos assumimos, nos modificamos, nos purificamos, nos transformamos e nos transfiguramos (FOUCAULT, 2010, p. 11-12).

O “cuidado de si” ocorre por tecnologias de si, ou técnicas de si, definidas como “práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente se fixam regras de conduta, como também procuram se transformar, modificar-se em seu ser singular e fazer de sua vida uma obra de arte” (FOUCAULT, 2010, p. 11). Antigas técnicas como ascetes

(exercícios sobre si mesmo), ritos de purificação, retiro (*anachóresis*), técnicas de resistência, abstinência e dietética, eram realizadas com a finalidade de o sujeito acessar uma verdade sobre si. Apesar de aparentar que o “cuidado de si” é realizado sem contato com o meio social, ou seja, apenas na relação do sujeito consigo próprio, Foucault salienta que as técnicas de si ocorrem nas materialidades da vida que constituem princípios de comportamento no corpo social. Conta a esse fato que o “cuidado de si” sempre foi realizado na presença e no incentivo do outro. Esse outro poderiam ser, nos períodos estudados por Foucault, conselheiros privados, filósofos e amigos de uma comunidade espiritual.

De acordo com Gros (2010) “Foucault não abandona o político para se dedicar à ética, mas complica o estudo da governamentalidade com a exploração do cuidado de si” (GROS, 2010, p. 459). Castro (2009) auxilia a esclarecer o conceito de governamentalidade através de dois sentidos da noção de governo tratados por Foucault:

No primeiro sentido, “ele” (o governo) é um conjunto de ações sobre ações possíveis. Ele trabalha sobre um campo de possibilidade aonde vem inscrever-se o comportamento dos sujeitos que atuam: incita, induz, desvia, facilita ou dificulta, estende ou limita, torna mais ou menos provável, no limite, obriga ou impede absolutamente. Mas ele é sempre uma maneira de atuar sobre vários sujeitos atuantes, e isso na medida em que atuam ou são suscetíveis de atuar. Uma ação sobre ações. Trata-se em definitivo, de uma conduta que tem por objeto a conduta de outro indivíduo ou de um grupo. Governar consiste em governar condutas. Foucault quer manter sua ação de governo a mais ampla possível. No segundo sentido, é também da ordem do governo a relação que se pode estabelecer consigo mesmo na medida em que, por exemplo, se trata de dominar os prazeres ou desejos. *Foucault interessa-se particularmente pela relação entre as formas de governo de si e a forma de governo dos outros*. Os modos de objetivação-subjetivação situam-se no entrecruzamento desses dois eixos. Isso vale, sobretudo, para seus trabalhos sobre a ética antiga e sobre o poder pastoral (CASTRO, 2009, p. 60, grifo nosso).

Dessa forma, Foucault utiliza o termo governamentalidade para se referir as mentalidades de governo, em consonância com os sentidos apontados por “governo”, mencionados acima. Governamentalidade compreendida “como um campo estratégico de relações, no sentido mais amplo do termo, e não meramente político, entendida, pois como um campo estratégico de relações de poder no que elas têm de móvel, transformável, reversível” (FOUCAULT, 2010, p. 255). Para Foucault, se consideramos a questão do poder político, situando-a na questão mais geral da governamentalidade não podemos deixar de tratar, teórica e praticamente, pelo âmbito de um sujeito que seria definido na relação consigo mesmo.

Nessa perspectiva, Mitchell Dean (1999) reporta ao conceito de governamentalidade, através do que denomina regimes de governo (*regimes of government*). Dean, objetiva associar as práticas de governos dos outros com as práticas de si (*practis of the self*), pois entende que os regimes de governo:

[...] diz respeito não só as práticas de governo de outros, mas também as práticas de si. Analisar o governmento é estudar essas práticas que tendam moldar, esculpir, mobilizar e trabalhar nas escolhas, desejos, aspirações, necessidades e estilos de vida de indivíduos e grupos. Esta é uma perspectiva que busca conectar questões de vidas, de si mesmo e de outras pessoas (DEAN, 1999, p. 20, tradução nossa).

Preocupado em tornar ineleáveis as maneiras pelas quais tentamos governar a nós mesmos, assim como outros indivíduos, Dean, (1999, p. 24), operacionaliza as formas do governo ético (*government of the self*), nos quais envolvem quatro dimensões:

First, it involves ontology, concerned with *what* we seek to act upon, the governed or ethical substance. This may be the flesh in Christianity, the pleasures in ancient Greece, or the “soul” of the criminal in modern penology. Second, it involves ascetics, concerned with *how* we govern this substance, *the governing or ethical work*. This may include the spiritual exercises studied by Pierre Hadot (1995), or the procedures of surveillance, management and normalization applied to deviant individuals. Third, it involves deontology, concerned with *who* we are when we are governed in such a manner, our “mode of subjectification”, *or the governable or ethical subject* (as one prey to the weakness of the flesh in Christianity, or as an active jobseeker in social programmer). Fourth, it entails a teleology, concerned with *why* we govern or are governed, the ends or goal sought, what we hope to become or the world we hope to create, that which might be called the *telos of governmental or ethical practices*. All practices of government of self or others presuppose some goal or end to be achieved, whether otherworldly salvation, the sculpting of a beautiful and noble life and memory, an enterprise culture or an active citizenry and society (DEAN, 1999, p. 26-27, grifos do autor).

Com base nas três primeiras dimensões propostas por Dean: ontológica, práticas ascéticas, deontologia ou modos de subjetivação, que pretendo analisar as atividades exercidas por pessoas que utilizam Academia ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação em Santa Maria-RS como técnicas de si. Em outros termos, analisar *que* substância ética (dimensão ontológica) os praticantes da academia buscam mudar, tais como; saúde, melhor condicionamento físico, estética, como se governa a substância ética por meio de exercícios físicos (dimensão ascética), e os modos de *subjetivação*, a deontologia, no caso da pesquisa, quais fatores influenciam as pessoas a usarem academias.

Outro autor de relevância para aspectos da minha pesquisa é Nikolas Rose. Este, na obra “*A política da própria vida*” (2013), problematiza os desdobramentos do conceito de biopolítica de Foucault na sociedade contemporânea. Desse modo, Rose (2013, p. 19), propõe sintetizar cinco mudanças da biopolítica na contemporaneidade: molecularização, otimização, subjetivação, expertise somática e economias de vitalidade. No tocante, destacarei a respeito das mudanças apontadas por Rose, direcionando elementos que contribuíram a refletir acerca de elementos presentes nesta pesquisa, ou seja, referente à otimização, expertise somática e subjetivação.

A otimização, de acordo com Rose (2013), refere-se que as tecnologias da vida contemporânea já não estão compelidas pelos polos de saúde e doença, tais polos permanecem, mas cada vez mais surgem intervenções que buscam agir no presente a fim de assegurar o melhor futuro possível para os indivíduos (ROSE, 2013, p. 31), centrada em duas grandes dimensões: susceptibilidade e aprimoramento. A primeira dimensão, susceptibilidade, classifica os problemas despertados pelas tentativas de identificar e tratar pessoas no presente em relação às doenças que preveem que elas terão no futuro. Na atualidade, segundo Rose (2013), a susceptibilidade é uma extensão de duas outras duas concepções: predisposição e risco. De relevância à dissertação é a noção de risco na formulação de políticas de saúde, na qual emerge de pesquisas epidemiológicas que diz respeito à prevalência de distúrbios e de doenças entre diferentes segmentos da população, como tratarei na seção 2.2 acerca das origens das Academias ao Ar Livre.

Referente ao aprimoramento, o qual concerne, na perspectiva de Rose (2013), às tentativas de otimizar ou de incrementar quase qualquer capacidade do corpo ou da alma humana como força, resistência, longevidade e inteligência. Para Rose (2013, p. 26), os indivíduos, na maior parte dos lugares e tempos, tentaram incrementar seus si mesmos corporais, usando orações, meditações, dietas, exercícios físicos e espirituais, para aumentar a saúde, fertilidade, proezas esportivas. O que há de novidade e/ou originalidade, para Rose, é que as tecnologias de aprimoramento contemporâneas surgem da crença de que elas se tornaram mais poderosas, precisas, direcionadas e bem-sucedidas. Poderosas porque estão fundamentadas em uma compreensão científica dos mecanismos corporais. Para fins desta pesquisa é significativo analisarmos como as pessoas que fazem uso dos dois modelos de academias, ao ar livre e de ginástica e musculação, reportam-se a produtos com o objetivo de aprimorar seus corpos na realização de atividades físicas.

Por conseguinte, na visão de Rose (2013), com as tecnologias de aprimoramento surge uma série de novas subprofissões que exigem uma “expertise somática” (ROSE, 2013, p. 19) nos quais exercem seus diversos saberes na administração de aspectos particulares da nossa existência somática; tais como nutricionistas, dietetas, peritos em promoção da saúde. Compreendo essa série de “expertises somáticas” como novas configurações de “cuidados dos outros”, ancorado na crença de determinados conhecimentos científicos da existência corpórea. Todas essas *expertises*, de acordo com Rose (2013, p. 20), influenciam na subjetividade das pessoas que são motivadas a pensar a si mesmas como alguém que modela ativamente o curso de sua vida através de atos de escolha em nome de um futuro melhor.

Com o intuito de compreender como a biomedicina desempenha um papel fundamental na modelação das subjetividades em “sociedades de democracias liberais avançadas”, em que os sujeitos “não são meramente livres para escolher, mas também obrigados a serem livres” (ROSE, 2011, p. 32), Nikolas Rose atenta para características sinalizadoras da diferenciação entre as formas de subjetivação biomédica contemporânea e as suas antecessoras. Para tal fim, o autor não faz menção em relação às mudanças na personalidade, ou na psicologia humana; sua análise concerne a uma etopolítica, compreendida como “os seres humanos deveriam julgar a si mesmo e intervir em si mesmos para se tornarem melhores do que são” (ROSE, 2013, p. 46).

É fulcral para a pesquisa, nesse momento, situar as formulações de Rose acerca dos seus estudos em “sociedades de democracias liberais avançadas”. Mitchell Dean (1999) mostra-se importante para problematizar a precisão conceitual e um certo ceticismo que devemos possuir em relação às categorias recebidas de autores de maneira acrítica. Em suas palavras “o termo liberalismo avançado, formulado por Rose, não deve ser aplicável em nossas pesquisas como uma espécie de tipo-ideal” (DEAN, 1999, p. 10). Para Dean, o liberalismo avançado, compreendido como um conjunto de racionalidades, tecnologias e agências, somente se faz presente em determinados países, uma vez que em governos que adotam uma linha política liberal também podem ocorrer, simultaneamente, formas coercitivas e paternalistas, em vez de uma arte de governar pura e, simplesmente, baseada no discurso da liberdade individual.

Em razão disso, não tenho por propósito utilizar o termo “democracias liberais avançadas” de forma categórica, mas analisar como o discurso liberal de sujeitos que modelam, ativamente, o curso de suas vidas podem (ou não) se fazer presente nas participantes de Academia ao Ar Livre e de Ginástica e Musculação. Sob essa escolha teórica e perspectiva analítica, no segundo e terceiro capítulo dessa dissertação, discorrerei sobre as características locais da pesquisa, bem como acerca das pessoas que utilizam os dois modelos de academias, por meio de dados da observação participante.

1.3 TÉCNICAS DE PESQUISA: OBSERVAÇÃO PARTICIPANTE E ENTREVISTAS SEMIESTRUTURADAS

Esta pesquisa parte das técnicas de observação participante e entrevistas semiestruturadas para melhor compreender as atividades físicas na AAL da Praça Mallet e na Academia de Ginástica e Musculação Eficaz como técnicas de si. Remeter-nos à palavra

observação participante, leva-nos, inevitavelmente, ao nome de Bronislaw Malinowski. Isso não indica que não houvesse anteriormente à escrita (compreendida como uma tecnologia da linguagem), observações, relatos de povos estrangeiros, principalmente, por parte de historiadores, de viajantes e de expedicionários. Em todas as épocas, os seres humanos se interessaram, por diferentes motivos, pelo modo de vida de habitantes de outros lugares. Todavia, foi na figura de Malinowski que ocorreu a fusão da figura do antropólogo, enquanto construtor de teorias gerais, e do etnógrafo como descritor e tradutor dos costumes dos povos (CLIFFORD, 2002, p. 25), já que para Malinowski: “na etnografia, o autor é simultaneamente, o seu próprio cronista e historiador” (MALINOWSKI, 1976, p. 22).

A obra modelar “*Os argonautas do pacífico ocidental*” (1976), publicada em 1922, trata do modo de vida dos nativos das Ilhas Trobriand. Por meio dela, Malinowski estabelece as “três pedras basilares” do fazer etnográfico. Influenciado por sua formação nas Ciências Exatas, Malinowski (1976, p. 24) define que, primeiramente, o investigador deve guiar-se por objetivos, verdadeiramente, científicos e conhecer as normas da etnografia moderna; segundo, deve providenciar boas condições para o seu trabalho, ou seja, viver efetivamente entre os nativos; e por último, deve recorrer a certo número de métodos especiais de recolha, manipulando e registrando as suas provas.

A partir desses princípios é que o etnógrafo deve se familiarizar com os costumes e com as crenças dos povos estudados, tendo por tarefa a compreensão e o código, ou as leis de comportamento, através de uma observação participante intensa e incessante na vida do outro. Para o autor, é possível por meio de levantamento de dados, de uso de questionários, apresentar um “esqueleto da vida tribal”, porém somente convivendo no local estudado e observando o modo de vida das pessoas, os seus costumes, as suas crenças, as suas transações, isto é, os “imponderáveis da vida real”, a rotina diária dos indivíduos, que “a carne e o sangue da vida nativa preenchem o esqueleto vazio das construções abstratas” (MALINOWSKI, 1976, p. 33).

Para compreender os “imponderáveis da vida real”, o etnógrafo deve registrá-los em um diário de campo, no qual descreve detalhada e minuciosamente as observações realizadas. Além disso, podem-se usar tabelas, diagramas e genealogias para melhor analisar o comportamento do “local pesquisado”. Os princípios da etnografia elaborados por Malinowski sofreram ressignificações no decorrer dos anos. Em uma destas reformulações Clifford Geertz (1978) propõe uma antropologia interpretativa. Partindo da concepção interpretativa das Ciências Sociais de Max Weber, Geertz (1978, p. 20) sublinha que a cultura é pública, assim como os significados da ação social. Deste modo, o acesso às significações

estabelecidas pelas pessoas para as suas ações ocorre por interpretações, em termos de construções do discurso em um dado contexto social. O acesso às interpretações é de segunda ou terceira “mão” (a primeira é da própria pessoa), sendo uma espécie de ficção, não no sentido de uma mentira, mas no de algo construído pelo discurso humano. Porquanto, como realizar um trabalho etnográfico? Para Geertz, a resposta é: através da observação densa, atenta e minuciosa e por meio de uma contínua observação do campo aos sistemas entrelaçados de signos da ação social.

A antropologia interpretativa de Clifford Geertz é reputada para elucidar meu objetivo de pesquisa, assim como para criar cenários possíveis de análise. Retornando ao questionamento central do estudo, percebo como as considerações de Geertz são notáveis para interpretar como são efetuadas as práticas de si através do uso de academias. Logo, durante a pesquisa, eu deveria estar atento aos comportamentos das pessoas que utilizavam as duas academias para melhor interpretar e realizar uma descrição densa: quando, como e por que? em uma determinada situação os participantes de ambas as academias empreenderam esforços para a necessidade de ter um cuidado consigo próprio. Ou seja, o plano geral é observar, não somente o ato da prática física, mas também todo contexto da ação.

Com base nessas considerações, percebo que é significativa a realização de observação participante ao invés de somente entrevistas semiestruturadas. Claudia Fonseca (1999, p. 63) discorre sobre estudantes que operam, metodologicamente, somente com entrevistas. Para essa autora, as entrevistas podem apresentar questões importantes sobre o discurso do informante, mas não captam a dimensão social, da emoção e da sensibilidade. A compreensão desses elementos só ocorre mediante uma observação sistemática no local da pesquisa. A partir desta perspectiva, na qual realização de entrevistas deve ser precedida da observação densa e atenta nos locais de pesquisa, efetuei quatro entrevistas semiestruturadas com duas participantes da AAL da Praça Mallet, e outras duas com pessoas que utilizam a Academia Eficaz.

As entrevistas foram realizadas sem a perspectiva de uma amostra rígida referente aos números de entrevistados (as), mas sim que as falas contemplassem as representatividades dos interlocutores da pesquisa. Segundo Gaskell e Bauer (2012, p. 41), é importante formular um roteiro de perguntas que englobem as principais problemáticas da pesquisa. Nesse sentido, segue abaixo o roteiro das entrevistas semiestruturadas realizadas com as participantes de ambas as academias citadas.

- Com que frequência você faz atividades físicas no local?
- Quais orientações, fontes de informação, você utiliza para realização da atividade física?
- Como você faz atividades físicas no local? Quanto tempo fica na academia?
- Quais os motivos para realização da atividade física na academia?

1.4 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

Nesta seção aponto escolhas referentes à minha postura com as pessoas que colaboraram com a pesquisa. Algumas obras das Ciências Sociais atestam como a postura do pesquisador podem causar problemas de ordem ética, tanto durante, como após o estudo. Debora Diniz e Iara Guerreiro (2009) relatam cinco⁶ pesquisas, nas quais houve problemas de falta de transparência, de divergências na etapa da divulgação dos dados e de rompimento com o anonimato.

A revisão ética em pesquisas no Brasil tem como base as Ciências Biomédicas, que surgiram para conter os abusos das más práticas científicas nos seres humanos, sendo normatizadas conforme a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), por meio do Plenário do Conselho Nacional de Saúde. A referida resolução foi efetuada com o objetivo de ampliar e formular um sistema mais autônomo de avaliação ética em pesquisas nas Ciências Humanas, as quais não compartilhavam com certas normas estabelecidas na Resolução 196/96, esta, então, muito voltada às Ciências Médicas.

Na Resolução nº 466/12 têm-se a inserção de novos termos, no qual o “sujeito da pesquisa” passou a ser denominado como “participante da pesquisa”, e no título do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi incorporado como “Processo de Consentimento Livre e Esclarecido”. Este processo prevê etapas a serem cumpridas pelo pesquisador, a qual deverá buscar o momento, condição e local mais adequado para que o esclarecimento seja efetuado; prestar informações em linguagem clara e acessível, utilizando das estratégias mais apropriadas à cultura, faixa etária, condição socioeconômica, dos participantes da pesquisa.

⁶ As cinco pesquisas são: pesquisa de Willian Foot Whyte (2005) sobre a vida social em um subúrbio nos Estados Unidos; pesquisa sobre parentesco e genética entre os Yanomami, de Napoleon Chagnon (1968); estudo sobre práticas homossexuais no espaço público, de Laud Humphreys (2008); pesquisa sobre aconselhamento genético e equipe de saúde, de Charles Bosk (1992); e pesquisa sobre movimentos sociais de direitos dos animais, de Rik Scarce (1995) (DINIZ; GUERRIERO, 2009, p. 81).

Passado esta etapa inicial de esclarecimento, o pesquisador deverá apresentar ao convidado do estudo o TCLE. Este deve conter a justificativa, os objetivos, e os detalhes dos métodos a serem utilizados, explicando os possíveis desconfortos e riscos decorrentes da participação na pesquisa, bem como dos benefícios esperados com o estudo, de maneira que possa garantir plena liberdade à pessoa voluntária, a qual pode se retirar a qualquer momento da pesquisa, sem nenhum tipo de prejuízo pela sua decisão. Ademais, o TCLE deve ser elaborado em duas vias, rubricado em todas as páginas, na qual uma das vias terá que permanecer em posse do convidado, para que, após todos estes procedimentos, a pesquisa possa ser avaliada e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da universidade em questão.

Contudo, a revisão ética em pesquisas é um debate em aberto, com múltiplas possibilidades de execução. A antropologia teve papel importante na ampliação da Resolução nº 466/12, debatendo e refletindo acerca das especificidades dessa disciplina, em contraste com os métodos das Ciências Médicas. Para Roberto Cardoso de Oliveira (2004) existe uma grande diferença entre pesquisas *em* seres humanos, tipicidade das Ciências Biomédicas, e pesquisas *com* seres humanos, característico das Ciências das Humanidades. No primeiro tipo de pesquisa, os sujeitos são colocados em situação semelhante à de cobaias, enquanto nas pesquisas do social, o indivíduo é parte integrante do estudo, como um interlocutor.

Aludindo ao etnocentrismo, Cardoso de Oliveira (2004, p. 33) entende que as resoluções normativas da área da saúde possuem um “áreacentrismo”, ou “biocentrismo”, pois impõem, arbitrariamente, uma visão local (biomédica) sobre a prática de pesquisa, como se fosse universal. Segundo esse autor, para uma devida inserção, o pesquisador deve a todo o momento negociar a sua identidade, de modo que a contrapartida (o consentimento) do grupo estudado é definido na e pela própria interação. Outra questão pertinente é a impossibilidade de prever de antemão todos os aspectos da pesquisa (objetivo, justificativa), como recomenda o CNS, para a obtenção do consentimento informado, pois as interpretações e reflexões do estudo são a todo o momento revistas e repensadas no contato com as pessoas no campo.

Essa questão se fez presente na minha pesquisa, no momento anterior à etapa da Qualificação de dissertação de mestrado⁷, na qual utilizei o TCLE (ANEXO A) para a realização de entrevistas semiestruturadas com participantes da Academia ao Ar Livre e de Ginástica e Musculação, informando os objetivos, justificativa, metodologia empregada na pesquisa. Todavia, a dissertação estava em processo de construção, tanto que o objetivo da

⁷ A etapa de Qualificação de dissertação de mestrado ocorreu no dia 17 de julho de 2015.

pesquisa não era condizente com as atuais pretensões do estudo. Esse fato vem ao encontro das formulações de Cardoso de Oliveira (2004), quanto à impossibilidade de prever todos os aspectos da pesquisa no TCLE.

Com base nessa amostragem, privilegio o diálogo, a negociação em campo (intensa e permanente) com as pessoas que fazem uso da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet e da Academia de Ginástica e Musculação Eficaz, sobre suas posições como parte integrante da pesquisa, e também com outros interlocutores presentes nesta dissertação, tais como; os jovens e adolescentes que frequentam a Praça Mallet, os proprietários, instrutores e *personal trainer* da Academia Eficaz.

Outro dilema metodológico que se fez presente no decorrer da pesquisa foi à possibilidade, ou não de utilizar o anonimato. Claudia Fonseca (2007) problematiza essa questão, através de críticas recebidas, principalmente de estudos ligados a movimentos sociais (MST, direito dos quilombolas), de que a utilização de nomes fictícios serve como mascaramento e omissão das identidades das pessoas estudadas. Para Fonseca (2007, p. 5), a utilização do anonimato dos personagens no texto etnográfico não implica, necessariamente, uma atitude politicamente lacunar do pesquisador. Essa autora propõe que o uso de pseudônimos seja aplicado por antropólogos (as) para assumir uma responsabilidade com as pessoas que auxiliaram com a pesquisa, as quais, muitas vezes, não tem noção prévia do quanto seus comportamentos e suas atitudes podem ser utilizados como dados de pesquisa.

Em razão disso, faço uso de pseudônimos para as pessoas que utilizam as academias estudadas, assim como com outros interlocutores da pesquisa, por compreender que tal recurso possibilita uma atitude responsável no emprego daquilo que é dito e observado nessas pessoas. Logo, pseudônimos como: Lúcia, Sueli, Sônia, Eva, Rute, Mônica, Andressa, Regina, Jaqueline, Fabrício, Marcelo, Lucas e Alessandro, serão, seguidamente, referidos no texto dessa dissertação.

Também, Claudia Fonseca expõe que a utilização de pseudônimos não garante o anonimato dos informantes, por que:

[...] descrição densa depende da riqueza dos detalhes contextuais – tanto do local, quanto do indivíduo - não é difícil para qualquer pessoa próxima aos nossos sites etnográficos reconhecer cada personagem, que seja nomeado ou não (FONSECA, 2007, p. 9).

Consequentemente, procurei descrever os modos como são realizadas as atividades físicas nas academias pesquisadas, tentando, ao máximo, não mencionar elementos que pudessem ser constrangedores para com os colaboradores do estudo. Outro impasse

metodológico foi quanto à menção, ou não dos locais pesquisados. Como, na esteira de Geertz, descrever densamente as interpretações das ações das pessoas em um dado contexto social sem mencionar os locais da pesquisa? Esse questionamento “simples” de citar, ou não os nomes das academias estudadas foi constante na reflexão da escolha metodológica no decorrer do desenvolvimento do projeto de pesquisa. Nesse seguimento, negocieei, principalmente com os proprietários da Academia Eficaz quanto ao uso do nome da academia nessa pesquisa. Assim, relatei a estes, os proprietários da academia, os objetivos da pesquisa, a metodologia empregada, o modo da coleta de dados e os demais aspectos, os quais me debruçarei no capítulo três.

2 ACADEMIA AO AR LIVRE: ATIVIDADES FÍSICAS COM CONVERSAS

Neste capítulo discorro, primeiramente, acerca das características locais da cidade de Santa Maria-RS, através de informações gerais do município e da população local, por meio de mapas ilustrativos e indicadores socioeconômicos, juntamente com a exposição de alguns acontecimentos atuais como a prática de pichação e a sensação de insegurança dos moradores no período da noite. Destaco essas características locais, pois são elementos constitutivos da população santa-mariense, de maneira que refletiram nos dados de pesquisa.

2.1 SANTA MARIA: ASPECTOS GERAIS

Santa Maria, localizada na região central do Rio Grande do Sul, a 290 km da capital Porto Alegre, possui, segundo o censo do IBGE de 2010⁸, uma população estimada de 276.108 habitantes, sendo considerada a quinta maior cidade do Estado (Figura 1). A maioria da população encontra-se na zona urbana, com o percentual de 95,2% de habitantes, enquanto a área rural contém 4,8%. A cidade conta com 10 distritos administrativos, que são os seguintes: Sede, São Valentim, Pains, Arroio Grande, Arroio do Só, Passo do Verde, Boca do Monte, Palma, Santa Flora e Santo Antão (Figura 1).

Figura 1 – Mapa da Posição geográfica de Santa Maria e distribuição dos 10 distritos administrativos.

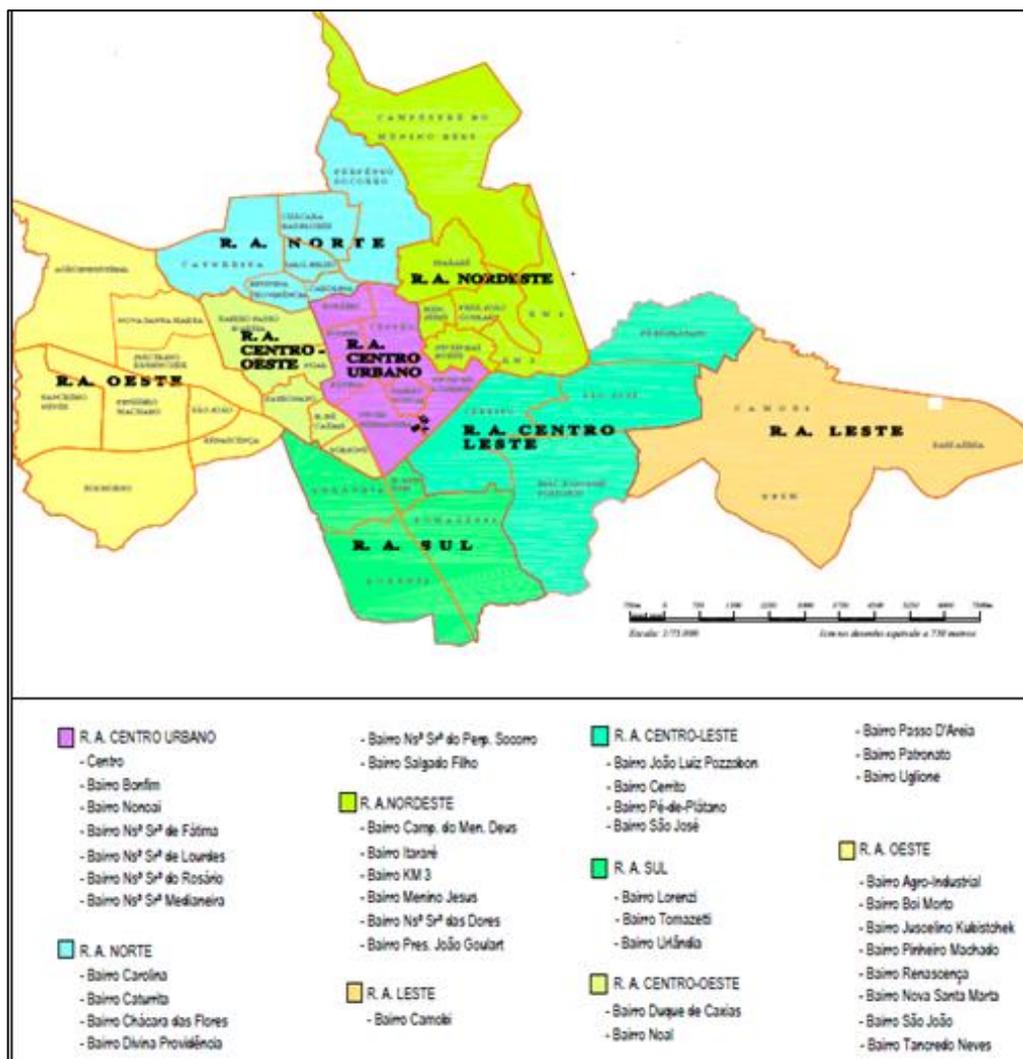


Fonte: Prefeitura Municipal de Santa Maria (2010).

⁸ Disponível em: <<http://cidades.ibge.gov.br/xtras/perfil.php?codmun=431690>>. Acesso em: 20 nov. 2015.

O primeiro distrito, a Sede, correspondente à zona urbana, contém 41 bairros divididos em 8 regiões: oeste, norte, nordeste, centro-oeste, centro-urbano, sul, centro-leste e leste, distribuídos conforme o mapa abaixo (Figura 2).

Figura 2 – Mapa das 8 regiões da zona urbana de Santa Maria, com indicação e denominação dos 41 bairros.



Fonte: Prefeitura Municipal de Santa Maria (2010).

Por ser localizada no centro do Estado, a cidade costuma ser chamada de “coração do Rio Grande”. Sua topografia fez com que a cidade se desenvolvesse, historicamente, sobre dois grandes centros de serviços: viação férrea e base militar. Na época do Império, o Brasil estava em conflito com os “países do prata”, Argentina, Uruguai e Paraguai, logo, a posição geográfica de Santa Maria tornou-se um importante ponto estratégico para a segurança nacional, concentrando investimentos com instalações de quartéis militares (BEBER, 1998).

Atualmente, a cidade conta, pelos dados da Agência de Desenvolvimento de Santa Maria (ADESM)⁹, com 19 organizações militares, incluindo uma base aérea, sendo considerada como segundo maior contingente do país na prestação deste serviço. Esse fator explica a habitual presença de militares e suas famílias em Santa Maria, advindas por artifício de concursos e de transferências de outros Estados brasileiros.

No Século XIX, em 1885, ocorreu a instalação da Estação Ferroviária na região centro-urbano de Santa Maria (Figura 3), que “em pouco tempo se tornou em um dos principais centros ferroviários do sul do Brasil” (FLÔRES, 2007, p. 15), principalmente por comportar a empresa arrendatária de ferrovias, a *Compagnie Auxiliere de Chemins de Fér au Brésil*¹⁰. Essa empresa belga expandiu diferentes serviços socioeconômicos nas regiões do entorno da Estação, chamado de Sítio Ferroviário, através de oficinas, escolas¹¹, hotéis, armazéns, e a “Vila Belga” (Figura 3), um conjunto habitacional nas imediações da Estação Ferroviária, com o intuito de servir de alojamento aos trabalhadores da referida empresa.

Figura 3 – Foto da Estação Ferroviária, à esquerda, e da “Vila Belga”, antes de passar pelo processo de revitalização.



Fonte: Mello (2010, p. 111) e Faccin (2014, p. 54).

⁹ A Agência de Desenvolvimento de Santa Maria (ADESM) é um projeto que traz informações e dados da cidade em um único sistema, com acesso disponível à toda a população. Segue o endereço digital acerca da quantidade de quartéis militares e acerca da base aérea em Santa Maria: Disponível em: <<http://santamariaemdados.com.br/sociedade/8-5-defesa/>>. Acesso em: 22 nov. 2015.

¹⁰ A *Compagnie Auxiliaire de Chemins de Fér au Brésil* atuava na prestação de serviços ferroviários na Europa e participou, em 1897, de concorrência pública para arrendamento da ferrovia Porto Alegre-Uruguaiana. Como empresa ganhadora do certame, sediou sua sede administrativa na cidade de Santa Maria (FLÔRES, 2007, p. 106).

¹¹ Destacam-se, respectivamente, as escolas Manoel Ribas e Hugo Taylor. A primeira funciona até os dias atuais, sendo considerada como patrimônio histórico de Santa Maria. A segunda sofreu um incêndio na década de 1980 e foi desativada, sendo construído, em 2007, um supermercado da rede *Carrefour* no local da escola.

Não obstante, a partir da década de 1950, com a presidência de Juscelino Kubitschek (1956–1960), que incentivou a construção de rodovias, a Rede Ferroviária Federal Sociedade Anônima (RFFSA), então responsável pela administração em nível federal das vias ferroviárias, passou a ser delegada a um segundo plano. Em Santa Maria o processo não foi diferente e na década de 1990 aconteceu à privatização da RFFSA, culminando na estagnação e decadência da Estação Ferroviária, a qual passou a sofrer com vandalismos e “invasões”¹². Algumas das atividades comerciais e de prestações de serviços (armazéns e hotéis) foram desativados devido à diminuição do movimento local. Na “Vila Belga”, houve situação semelhante, já que os moradores não possuíam recursos financeiros para realizar recuperação e manutenção dos imóveis. Cabe destacar que a histórica Avenida Rio Branco¹³ passou a ser marcada “pela deficiência na iluminação pública e precariedade na conservação dos equipamentos urbanos” (FACCIN, 2014, p. 53). Nesse processo de decadência, algumas regiões das linhas ferroviárias foram desativadas e ocupadas por famílias de baixa renda com construções de moradias, principalmente nas linhas férreas que englobavam o “Km 2” e “Km 3”¹⁴.

Fundamentar os aspectos históricos da Estação Ferroviária e a conseqüente decadência e estagnação das áreas do seu entorno é relevante à pesquisa, pois possuem elementos associados com as instalações de Academias ao Ar Livre nos espaços públicos de Santa Maria. Isto na medida em que a administração local passou a tomar providências de valorização da identidade urbana, ancorada, principalmente, no papel histórico da viação férrea, como tratarei de forma mais detalhada no decorrer desse capítulo.

Após a criação, em 1960, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), a cidade despontou como um dos principais polos de Ensino Superior do interior do Rio do Grande do Sul¹⁵, contando, atualmente, com sete¹⁶ instituições. Jovens de diferentes cidades do Rio Grande do Sul, do Brasil e do exterior vêm para Santa Maria construir suas carreiras acadêmicas, geralmente, precedidas pela presença em cursinhos preparatórios de ingresso em

¹² Em 2002 ocorreu uma ocupação irregular na área dos fundos da Estação Ferroviária, popularmente chamada de “Invasão da Gare”, onde atualmente residem 800 famílias.

¹³ Avenida Rio Branco foi “porta de entrada de Santa Maria promovendo a ligação entre o núcleo urbano preexistente, a ferrovia e a recém construída Vila Belga” (FACCIN, 2014, p. 38-39).

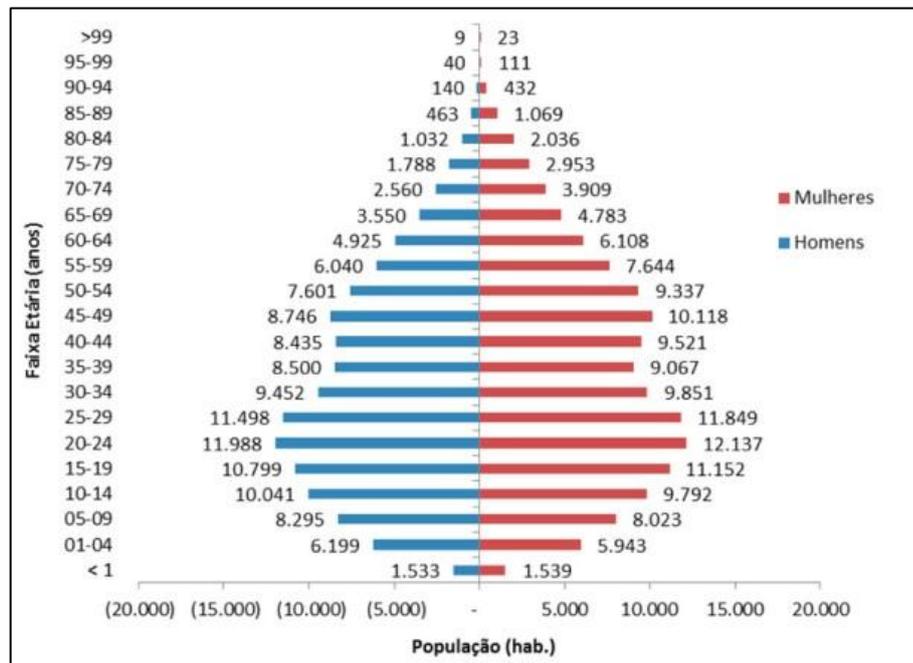
¹⁴ A linha Férrea do Km 3 ligava Santa Maria a Porto Alegre, enquanto o “Km 2” percorria o trajeto Santa Maria-Uruguaiana.

¹⁵ A UFSM é a primeira universidade pública do interior do Brasil.

¹⁶ Além da UFSM, há seis universidades privadas na cidade: Centro Universitário Franciscano (UNIFRA), Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), Faculdade Metodista de Santa Maria (FAMES), Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA), Faculdade de Direito de Santa Maria (FADISMA) e Faculdade Palotina (FAPAS).

universidades (os pré-vestibulares). Em virtude disso, são constantes as designações de Santa Maria como “cidade universitária”, “cidade jovem”, visível na pirâmide etária, segundo o censo de 2010 do IBGE, exposta abaixo (Figura 4).

Figura 4 – Pirâmide etária de Santa Maria.

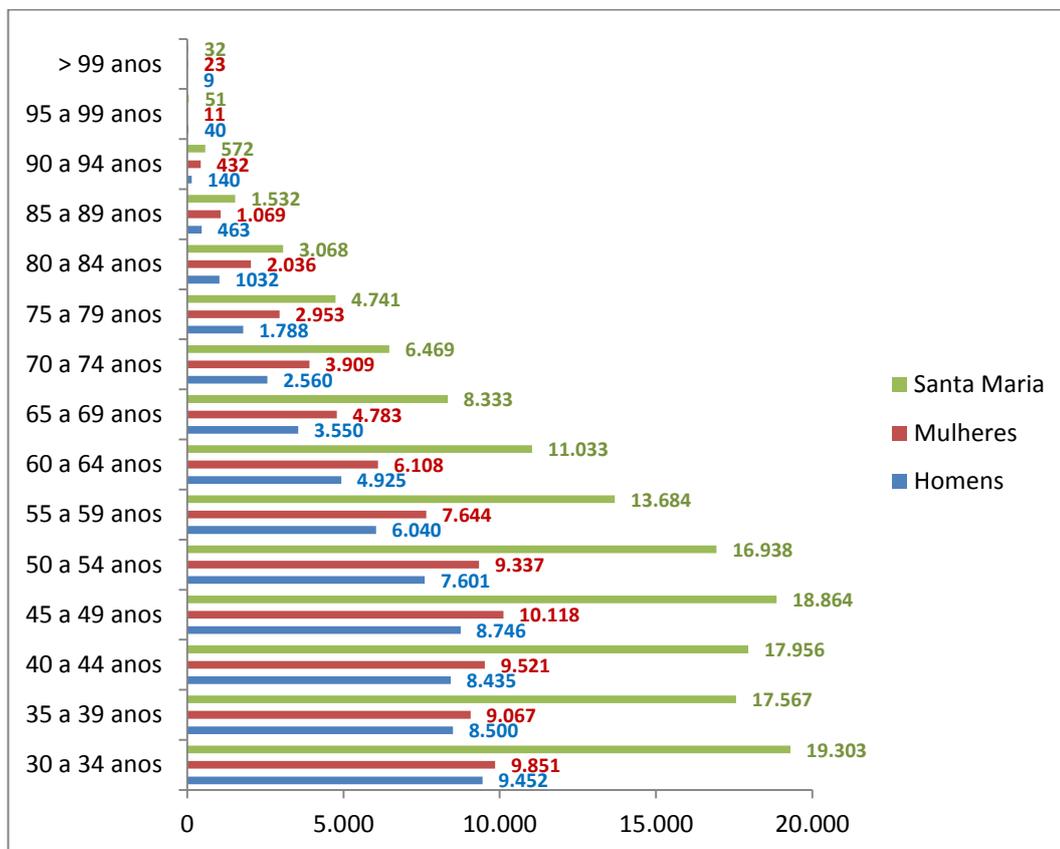


Fonte: Censo do IBGE (2010).

Percebemos pela pirâmide etária que a maioria da população concentra-se nas faixas de 15 a 29 anos, contabilizando 79.247 habitantes, com pouca disparidade entre os sexos. Além disso, é necessário considerar a população flutuante, estimada em aproximadamente 30.000 pessoas, principalmente jovens e adultos de outras cidades que vêm à Santa Maria em busca de um curso superior, bem como na contingência de prestação do serviço militar obrigatório (RUBIN, 2013, p. 14).

Por conseguinte, à medida que aumenta a idade, a partir dos 30 anos, ocorre uma diminuição da população, porém notamos uma maior disparidade entre os sexos, com predominância das mulheres (Figura 5).

Figura 5 – Gráfico da população de Santa Maria por idade, a partir dos 30 anos, sexo e quantidade.



Fonte: Elaborado pelo autor através dos dados do censo do IBGE (2010).

Visualizamos, por meio do gráfico, uma diferença significativa do sexo feminino a partir da idade de 40 anos até a idade de 64 anos, haja vista que a quantidade de mulheres é de mil habitantes a mais em relação aos homens, chegando ao nível máximo na faixa etária de 50 a 54 anos, com um diferencial de 1.736. A disparidade mantém-se nas pessoas consideradas idosas, com 65 anos ou mais, chegando a um total de 24.789 santa-marienses, o que corresponde aos números de 15.216 mulheres e 9.582 homens.

Esses dados são de importância para a pesquisa, porque o público estudado na Academia ao Ar Livre e de Ginástica e Musculação é composto, em sua grande parcela, por mulheres com idades de 45 a 65 anos, dicotomizando, pois, a ideia de que Santa Maria tem um caráter jovial, por ser uma cidade universitária, mas apresenta uma presença expressiva de pessoas idosas. O público idoso é mais visível em ações realizadas por diferentes instituições como a Prefeitura Municipal e os núcleos de pesquisa e projetos de extensão das universidades locais. Destaca-se, nessas ações, o Núcleo de Estudos e Apoio à Terceira Idade (NIEATI), criado, em 1984, pelo Curso de Educação Física da UFSM, que desenvolve

atividades voltadas a melhorar a autonomia dos movimentos físicos e intelectuais dos idosos, através de projetos de extensão, cursos e grupos de formação e pelo evento anual chamado ACAMPAVIDA.

Esse evento ocorre anualmente desde 1998, com o objetivo de:

[...] proporcionar aos adultos de ambos os sexos, com idade a partir de 55 anos, uma oportunidade de convivência dentro da universidade, que lhes permita experimentar várias manifestações do movimento humano, do lúdico, da cultura e, principalmente do relacionamento com os demais, numa dimensão fraternal (ACOSTA, 2009, p. 17).

O evento é realizado em parceria com outros cursos da UFSM, como o de Nutrição, Enfermagem, Fisioterapia, bem como em conjunto com outras instituições de Ensino Superior da cidade, tais como UNIFRA, ULBRA e FADISMA. Ocorrem, nesse evento, oficinas de dança, de musculação, de ginástica corporal, entre outras, e atividades como canoagem, cavalgada e *Tai Chi Chuan*. Nos dias do evento, é perceptível o contraste entre jovens e adultos, já que há a presença dos jovens dos cursos do Ensino Superior da UFSM e a presença de pessoas idosas frequentando o local, o que ressalta certa visibilidade desse último segmento citado da população em um espaço de caráter jovial. A partir NIEATI e do ACAMPAVIDA podemos problematizar o crescimento de ações voltadas às pessoas idosas no Brasil, tal como se dá na origem das Academias ao Ar Livre.

Outro indicador a ser destacado é o da População Economicamente Ativa (PEA) que, pelos dados da ADESM¹⁷, é um setor ocupado pelos serviços municipais, estaduais e federais, sendo a principal fonte de renda com 31.587 empregados, com ênfase nas atividades educacionais e militares, juntamente com o setor do comércio que emprega 17.664 pessoas. Com base nessa conjuntura socioeconômica, compreendemos a presença considerável de aposentados (as) advindos dos serviços públicos, em especial professores (as), militares e ferroviários¹⁸.

No tocante à prática educacional, a cidade comporta 2.911 professores (as) lecionando para o Nível inicial (primeiros ciclos das séries iniciais de alfabetização), Fundamental e Médio, nas 39 escolas estaduais, 75 municipais e 43 particulares, para um total de 56.014 alunos (Figura 6). A quantidade de professores (as) nas sete universidades de Santa Maria é de 2.476 docentes (Figura 6).

¹⁷ Disponível em: <<http://santamariaemdados.com.br/4-economia-e-financas/emprego/>>. Acesso em: 22 nov. 2015.

¹⁸ Há importantes pesquisas que tratam da questão dos homens aposentados provenientes, em sua grande maioria, do serviço ferroviário, que utilizam regularmente o centro de Santa Maria. Ver Gabriela Maia (2010) e Rojane Nunes (2013).

Figura 6 – Tabela da quantidade de professores, alunos e de escolas estaduais, municipais, particulares e de ensino superior.

Escolas de nível inicial, fundamental e médio.	Número de Alunos		Número de Instituições de Ensino				Número de Professores	
Instituições Estaduais	24.193		39				1.239	
Instituições Municipais	18.642		75				898	
Instituições Particulares	13.179		43				774	
Total	56.014		157				2.911	
Escolas de ensino superior	UFSM	UNIFRA	ULBRA	FAMES	FISMA	FADISMA	FAPAS	TOTAL
Alunos	21.519	5.690	930	658	608	700	507	30.612
Professores	1.757	424	57	43	90	43	62	2.476

Fonte: Elaborado pelo autor através dos dados da ADESM, de acordo com o censo escolar de 2001, e do Programa de Indicadores da UFSM (2016).

A grande existência de professores (as) exercendo a profissão tanto em escolas de Séries iniciais, Fundamental e Médio, quanto em universidades é um indicador essencial para a pesquisa, visto que o público que realiza atividades físicas tanto nas Academias ao Ar Livre como nas de Ginástica e Musculação é constituído, em grande parte, por pessoas pertencentes a essa classe de trabalho, ou em situação de aposentados (as), além de alunos das universidades.

A partir desse momento, destaco alguns acontecimentos atuais na cidade de Santa Maria, como a prática da pichação e como a “sensação de insegurança” da população no turno da noite, eventos que vêm sofrendo sanções por parte dos órgãos municipais e ganhando destaque em matérias jornalísticas. A prática de pichação, considerada crime ambiental de dano ao patrimônio público¹⁹, tornou-se mais recorrente em Santa Maria a partir de 2012. Dantas (2012) demonstra como as pichações eram praticamente inexistentes na cidade até o ano de 2001, as inscrições nas paredes/muros delimitavam-se a marcar nomes de bandas musicais, sobretudo, do gênero rap e *hardcore*, e símbolos e siglas de movimentos sociais. Todavia, desde 2012 a atividade ganhou novos contornos, caracterizadas com letras, ou assinaturas, chamadas de *tags*²⁰ (Figura 7).

¹⁹ Segundo o Artigo 65 da Lei Federal nº 96051/1998, a pichação pode acarretar entre três meses e um ano de detenção, multa e prestação de serviço comunitário.

²⁰ Designação dada às assinaturas feitas por pichadores e/ou grafiteiros.

Figura 7 – Foto de um prédio pichado em Santa Maria.



Fonte: Jornal A Razão (2014).

De fato, ao percorrermos o perímetro urbano de Santa Maria, especialmente a região central, é difícil não encontrar pichações em muros, prédios e fachadas diversas. Diante desse quadro, a administração municipal, em conjunto com o órgão policial, passou a realizar uma série de três operações²¹ para coibir essa prática. Percebemos, pelas três operações, a preocupação da gestão municipal em impedir, fortemente, as pichações. Para tanto, foi lançada, em junho de 2015, a campanha “Santa Maria do bem. Cuide de sua cidade. Seja do bem”, com a intenção de intensificar as penas, por meio do Projeto de Lei complementar nº 8205/2015, denominada “Lei antipichação”. O projeto de lei em questão prevê um aumento nos valores das multas²², assim, quem for flagrado pichando pela primeira vez terá que pagar 2,7 mil, e em caso de reincidência o valor é de 5,4 mil. O referido projeto de lei foi sancionado pelo prefeito Cezar Schirmer no dia 2 de julho de 2015, aumentando o cerco contra as pessoas que realizam pichações.

Pozobon e Girard (2015) realizaram análise de conteúdo nos dois principais periódicos impressos da cidade, *A Razão* e *Diário de Santa Maria*, com o objetivo de verificar os

²¹ Foram três operações, entre junho de 2012 a maio de 2015, contra possíveis pichadores (as) da cidade. A primeira ação nomeada “Cidade Limpa” foi realizada em junho de 2012, seguida, respectivamente, das operações denominadas “Operação Rabisco” em julho de 2013 e “Operação Solvente” em maio de 2015.

²² Antes da Lei Antipichação, as multas variavam de 100 reais para indivíduos autuados pela primeira vez a 5 mil reais para reincidentes da prática.

estereótipos dos pichadores retratos pelas matérias nesses dois jornais²³. O estudo demonstrou a associação dos pichadores com outras atividades criminosas como furtos, uso de drogas e formação de gangues. Essa ligação é bem destacada na matéria do jornal *A Razão*, intitulada *O primeiro passo no mundo do crime*²⁴. Para informar o perfil e o começo na vida do crime dos chamados “bondes”, que na visão dessa reportagem, são formados por grupos de adolescentes entre 12 a 18 anos que cometem delitos no centro da cidade, a matéria foi enfática: “Pichações, consumo de drogas, assaltos, ameaças e espancamentos fazem parte da rotina dos adolescentes. É o primeiro passo para entrar no mundo do crime” (PUJOL, 2016).

O perfil dos “bondes”, na referida matéria jornalística, inclui outras características como: adolescentes que residem na zona norte da cidade, que têm baixa escolaridade, que usam bermudas e calças largas, que usam bonés com aba reta e moletons com capuz, e que tem como gênero de música predileto o rap. Além disso, a rede social *Facebook* é considerada como principal meio de comunicação para marcarem encontros e postarem fotos com armas e cigarros de maconha. Conforme a matéria, os “bondes” são formados por adolescentes que saem no período da noite para praticarem diferentes crimes no centro da cidade.

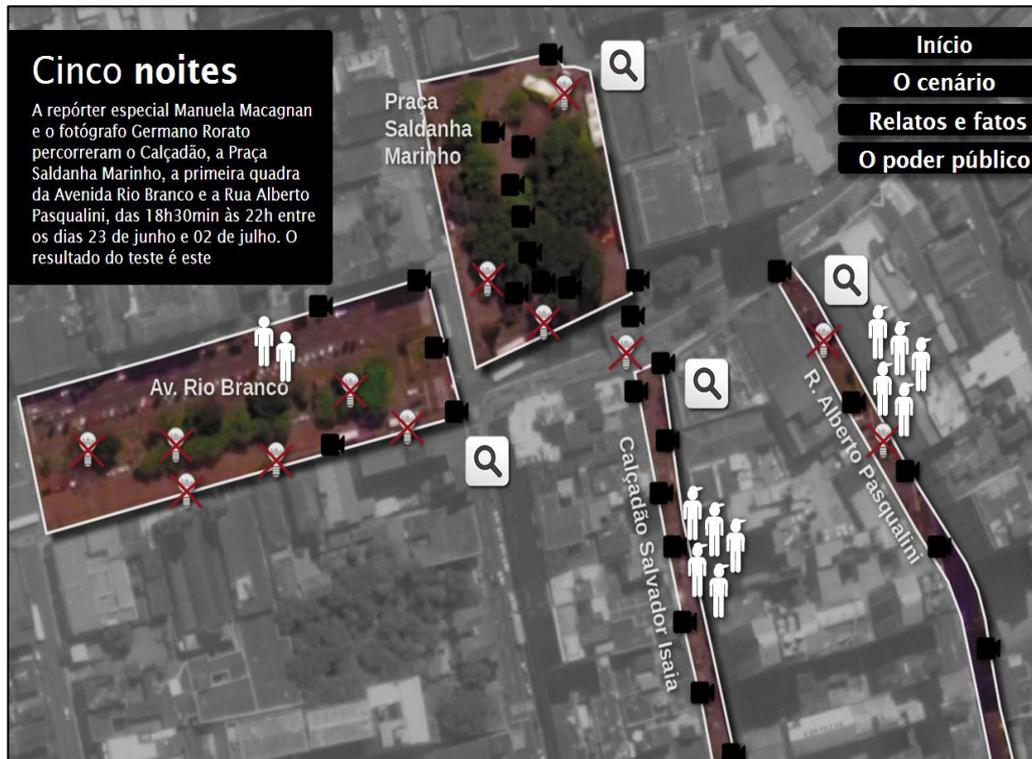
O medo dos moradores e pedestres do centro do município de Santa Maria no turno da noite foi alvo de uma matéria especial no jornal *Diário de Santa Maria*, nomeada *Por onde anda o perigo à noite no centro de Santa Maria*.²⁵ A equipe do jornal observou, entre os dias 23 de junho e 02 de julho de 2015, a rotina noturna nos principais locais onde ocorrem os delitos na região central do município: Avenida Rio Branco, Calçada Salvador Isaia, Rua Alberto Pasqualine e Praça Saldanha Marinho (Figura 8).

²³ Ao todo, Pozobon e Girardi analisaram 52 publicações, sendo 22 do jornal *A Razão* e 28 do jornal *Diário de Santa Maria*.

²⁴ Disponível em: <<https://www.arazao.com.br/noticia/74391/o-primeiro-passo-no-mundo-do-crime/>>. Acesso em: 8 jan. 2016.

²⁵ Disponível em: <<http://diariodesantamaria.clicrbs.com.br/rs/geral-policial/noticia/2015/07/por-onde-anda-o-perigo-a-noite-no-centro-de-santa-maria-4795328.html>>. Acesso em: 8 jan. 2016.

Figura 8 – Mapa dos locais investigados pelo jornal Diário de Santa Maria acerca da sensação de insegurança no centro na cidade, com destaque para os lugares onde há maior concentração de jovens e falta de iluminação pública.



Fonte: Diário de Santa Maria (2015).

Com uso de infográficos e de vídeos²⁶ e com reportagens com depoimentos de pedestres²⁷, a matéria destaca o “anoitecer inseguro”, no qual a noite é “sinônimo de medo”. A aglomeração de jovens que intimidam e assediam os transeuntes é um dos fatores da “sensação de insegurança” no centro da cidade, conforme a reportagem. Aliado a isso, outros dois elementos ganham destaque na matéria; a falta de policiamento e iluminação precária.

Através das reportagens dos dois principais jornais de Santa Maria e das ações da administração municipal, notamos um panorama, um tanto sensacionalista, sobre a insegurança de viver no centro da cidade, onde ocorrem diferentes crimes realizados supostamente pelos “bondes”. Não tenho por objetivo fazer uma análise detalhada sobre tais eventos factuais, mas é inevitável, como morador de Santa Maria, questionar: Afinal, as motivações da referida “sensação de insegurança” são reais? Os crimes no centro da cidade são realizados de fato pelos chamados bondes?

²⁶ O vídeo pode ser visto pelo link: Disponível em:<https://www.youtube.com/watch?v=GJ0PI_bLOgk>. Acesso em: 8 jan. 2016.

²⁷ Reportagem com pedestres disponível no link: Disponível em:<<https://www.youtube.com/watch?v=FHvH1BU0ooU>>. Acesso em: 8 jan. 2016.

Uma hipótese é que a sensação de insegurança é motivada pelas inúmeras matérias jornalísticas, corroborados pelo fato que na citada reportagem especial do *Diário de Santa Maria*, nenhum (a) entrevistado (a) foram assaltados, mas sentem-se inseguros ao transitar no centro durante o período da noite. Referente aos “bondes”, os crimes, brigas, ocorrem entre grupos rivais de diferentes regiões de Santa Maria, como descreverei na seção 2.5.

Talvez a questão esteja no cerne de uma discussão sobre uma cidade com poucos espaços públicos de lazer destinados à juventude. Um município não planejado para comportar esse grupo específico de pessoas, com seus modos singulares de existência no e com o urbano, apesar de ser uma cidade universitária, o que por si só já prescreve atitudes e/ou políticas públicas para jovens. Desse modo, ocorrem conflitos em relação à utilização dos espaços públicos por jovens e por adultos, algo notável nas observações participantes na AAL da Praça Mallet.

2.2 ACADEMIAS AO AR LIVRE: POLÍTICAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE E DE ENVELHECIMENTO ATIVO

As Academias ao Ar Livre surgiram nos espaços públicos dos municípios brasileiros através das Diretrizes Mundiais das Políticas de Promoção da Saúde (PPS). Nesse sentido, é preciso indagar: Como emergiu o ideário de não apenas prevenir doenças, mas também promover saúde à população através de práticas de cuidados de si? Como a preocupação com a saúde das pessoas e com as suas condutas tornaram-se alvos de investimentos de práticas de governo? A resposta é múltipla, mas tem como fator basilar a transição epidemiológica ocorrida na segunda metade do século XX, com predominância de Doenças Crônicas Não Transmissíveis²⁸ (DCNT), e em consequência disso à atuação governamental diante desse predomínio de patologias.

Em meados do século XX, mais precisamente na década de 1970, por meio de pesquisas governamentais, identificou-se que o padrão de mortalidade havia se modificado nos então ditos países desenvolvidos, nos quais as DCNTs passaram a ocupar posições primárias. Conta a esse processo, o aumento de longevidade da população, em que o modelo provedor do Estado de Bem-Estar Social se tornou insuficiente frente aos elevados custos na saúde. A partir desse contexto, ocorreram em diferentes países, em destaque Canadá e Estados Unidos, formulações de uma “Nova Perspectiva de Saúde”, com a visão de que não bastava

²⁸ Doenças Crônicas Não Transmissíveis são as que apresentam um longo período de latência e um curso assintomático prolongado, como as doenças respiratórias, as doenças cardiovasculares e o diabetes.

apenas prevenir doenças com medidas curativas e preventivas, mas também era necessário prover saúde por intermédio de ações e de informações para indivíduos e coletivos, que destacassem comportamentos considerados saudáveis. Em suma, instaurar uma racionalidade governamental de caráter liberal e um Estado facilitador/habilitador, que tornassem os indivíduos, também, responsáveis pelos cuidados da sua própria saúde.

Czersnia e Freitas (2009) relatam que os motivos da retomada²⁹ da promoção da saúde ocorreu devido:

[...] à necessidade de controlar os custos desmedidamente crescentes da assistência médica, que não correspondem a resultados igualmente significativos. Tornou-se uma proposta governamental nestes países, ampliar, para além da abordagem exclusivamente médica, o enfrentamento dos problemas de saúde pública, principalmente das doenças crônicas em populações que tendem a se tornar proporcionalmente mais idosas (CZERSNIA; FREITAS, 2009, p. 44-45).

Essa proposta governamental teve como episódio fundamental o Relatório de Lalonde, criado pelo Ministério da Saúde do Canadá em 1974. Após considerações sobre a visão tradicional do campo sanitário e das suas limitações diante do novo quadro epidemiológico, o relatório supracitado formulou em quatro grandes polos a nova atuação do modelo de saúde: biologia, ambiente, estilo de vida (*lifestyle*) e organizações de assistência sanitária. O destaque é o terceiro polo, *lifestyle*, que consiste nas decisões pessoais e nos comportamentos de risco que afetam a saúde do indivíduo. Fatores de risco, sobremaneira, autoimpostos, como tabagismo, *stress*, má alimentação e, principalmente para esta pesquisa, a falta de atividade física, foram julgados como principais causadores de morte entre os canadenses, juntamente com os dois primeiros polos.

Deborah Lupton, na obra *Risk* (2003), problematiza acerca da noção de risco em saúde e as conseqüentes formulações de Políticas de Promoção da Saúde. Lupton demonstra como a ênfase a noção de risco na contemporaneidade recai sobre as escolhas individuais de estilo de vida e de sua relação com o estado de saúde. As mudanças, portanto, são orientadas no nível individual, no sentido de autorregulação, tomando como estratégia principal as políticas saudáveis que informam aos indivíduos e coletivos acerca dos possíveis riscos aos quais estão sujeitos, tal como exposto nos riscos autoimpostos do Relatório de Lalonde. Assim, os riscos de saúde na sociedade contemporânea não estão fora do controle do indivíduo, muito pelo

²⁹ Promoção da Saúde não é uma formulação recente, essa denominação foi usada pela primeira vez em 1946 pelo médico Henry Sigerist (1891-1957) como uma das tarefas primordiais da medicina (CZERSNIA; FREITAS, 2009, p. 25).

contrário é responsabilidade destes evitarem riscos com mudanças nos seus comportamentos, sobremaneira para esta pesquisa, o sedentarismo através da realização de atividade física.

Ademais, o Relatório de Lalonde serviu de base para que ocorressem encontros internacionais de saúde³⁰, através da Organização Mundial da Saúde (OMS), de modo a fundamentar, entre vários outros temas, as diretrizes das Políticas de Promoção da Saúde, e a propor estratégias globais para difusão dessa concepção. Nesse contexto foi realizada a Primeira Conferência Internacional Sobre Promoção da Saúde, em novembro de 1986, no Canadá. Nela, formulou-se a Carta de Ottawa, que definiu a promoção da saúde como “processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo” (CARTA DE OTTAWA, 1986).

Essa carta, que se tornou referência para as Políticas de Promoção da Saúde, ressalta que não é apenas dever do Estado garantir saúde à população, mas as pessoas, também, possuem uma margem de responsabilidade pelos agravos de possíveis doenças, configurando uma corresponsabilização nos cuidados de saúde. A carta traz uma posição positiva da saúde, uma vez que essa é entendida não apenas como ausência de doenças, mas também como um completo bem-estar físico mental e social. Para atingir esse estado de bem-estar, são necessários pré-requisitos básicos como paz, habitação, educação, alimentação, justiça social e equidade. Nessa lógica, a promoção da saúde não engloba somente o setor sanitário, mas também os setores sociais e econômicos, as organizações voluntárias e não governamentais, as autoridades locais e a mídia, logo, cria-se uma política intersetorial. Todos esses setores devem capacitar as pessoas a realizarem, completamente, seu potencial de saúde, seja através de ambientes favoráveis (limpos e desfrutáveis) e de acesso às informações, ou por meio de oportunidades que permitam fazer escolhas por uma vida mais sadia.

A carta reconhece a importância da participação comunitária como agentes que detêm o poder de decidir sobre o planejamento e sobre a elaboração de estratégias das PPSs, centrada na noção de empoderamento (*empowerment*), que, basicamente, corresponde a dar poder de decisão a indivíduos e coletivos capazes de lidar com limitações por eventuais enfermidades. Carvalho e Gastaldo (2008) discutem a origem do termo empoderamento que “encontra-se na psicologia comunitária, movimentos de autoajuda e, em especial, práticas

³⁰ Em 1977, ocorreu a 30ª Assembleia Mundial de Saúde pela OMS (Organização Mundial da Saúde), na qual foi acertado um acordo político e uma meta chamada “Saúde para Todos no Ano 2000”. No ano seguinte, houve, na então URSS, a primeira Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, que elaborou a Declaração de Alma-Ata, a qual enfatizava a responsabilidade dos governos para com a saúde da população e a responsabilidade dos indivíduos pelos cuidados da sua própria saúde.

sociais surgidas a partir das reivindicações e lutas dos novos movimentos sociais ocorridas nas décadas de 1960 a 1980 em diversos países” (CARVALHO; GASTALDO, 2008, p. 2031).

Em vista dos preceitos e das origens do termo, podemos refletir: Quem tem, ou detém o poder para empoderar os outros? A discussão é ampla, mas Mitchell Dean (1999) nos auxilia a refletir em relação a esse questionamento. Segundo Dean (1999, p. 5), os elaboradores de estratégias de empoderamento alegam isenção de relações de poder para, assim, fortalecer as pessoas desprovidas de possibilidades de decisões. Contudo, tais formuladores de políticas públicas estão inseridos em regimes de práticas de poder, no caso, das políticas à saúde, do saber médico. Dean (1999) atenta para um axioma elementar: quem empodera não deixa de ter poder. Além do mais, o *empowerment* tem características nos regimes liberais de governo, pois parte da compreensão de um indivíduo livre, capaz de tomar decisões, agora empoderados, sobre suas vidas.

Essas questões podem ser analisadas nos princípios e normas estabelecidas por entidades, como a OMS e Organização das Nações Unidas (ONU), nas formulações de políticas públicas para a população idosa, a partir da década de 80. Ressalta-se A Primeira Assembleia Mundial sobre Envelhecimento na cidade de Viena em 1982, na qual resultou na aprovação do Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento, apresentados em cinco princípios: independência, participação, cuidados, auto-realização e dignidade, especialmente para a população idosa dos países desenvolvidos. Na Segunda Assembleia Mundial sobre Envelhecimento, ocorrida em Madri no ano de 2002, foi aprovado um novo Plano de Ações com intuito de abranger políticas e programas para pessoas idosas nos países em desenvolvimento. O Plano, estabelecido nesta segunda assembleia, amplia os princípios de atuação, que são os seguintes: participação ativa dos idosos na sociedade; no desenvolvimento e na luta contra a pobreza; fomento da saúde e do bem-estar na velhice; promoção do envelhecimento saudável, criação de um entorno propício e favorável ao envelhecimento (SIQUEIRA, 2014).

Constatamos nos princípios da Segunda Assembleia sobre Envelhecimento, em consonância com as diretrizes das PPS, a emergência para uma velhice saudável. Para ampliar elementos do envelhecimento saudável, a OMS formulou em 2005 o documento intitulado “Envelhecimento ativo: uma Política de Saúde”³¹. De acordo com esse documento, envelhecimento ativo “é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e

³¹ Documento disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf>. Acesso em: 28 de fev.2016.

segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (WHO, 2005, p. 13). À medida que as pessoas ficam mais velhas, isto é, não ter cuidados de saúde apenas na velhice, mas em todas as etapas da vida, visto que o objetivo do envelhecimento ativo é “aumentar a expectativa de uma vida saudável e a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, inclusive as que são frágeis, fisicamente incapacitadas e que requerem cuidados” (WHO, 2005, p. 13).

Dessa forma, as principais metas desta política estão fundamentadas nos seguintes conceitos: “autonomia”, entendida como “habilidade de controlar, lidar e tomar decisões pessoais sobre como se deve viver diariamente, de acordo com suas próprias regras e preferências” (WHO, 2005, p. 14); “independência” referente à habilidade de executar funções relacionadas à vida diária – isto é, a capacidade de viver independentemente na comunidade com alguma ou nenhuma ajuda de outros (WHO, 2005, p. 14); e pela “qualidade de vida” concebida como:

[...] a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores de onde vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito muito amplo que incorpora de uma maneira complexa a saúde física de uma pessoa, seu estado psicológico, seu nível de dependência, suas relações sociais, suas crenças e sua relação com características proeminentes no ambiente (OMS, 1994). À medida que um indivíduo envelhece, sua qualidade de vida é fortemente determinada por sua habilidade de manter autonomia e independência (WHO, 2005, p. 14).

No que tange as pretensões da pesquisa é importante ressaltar que a atividade física é um determinante na adoção de estilo de vida saudável para um envelhecimento ativo, visto que “a participação em atividades físicas regulares e moderadas pode retardar declínios funcionais, além de diminuir o aparecimento de doenças crônicas em idosos saudáveis ou doentes crônicos” (WHO, 2005, p. 23). O documento enfatiza que apesar reconhecidos benefícios da atividade física para a saúde, significativa parcela de idosos tem uma vida sedentária, desse modo, “as políticas e programas deveriam estimular pessoas inativas a se tornarem mais ativas à medida que envelhecem, e garantir oportunidade para tal” (WHO, 2005, p. 23).

Monalisa Siqueira (2014) propõe, entre outras questões, refletir sobre o Envelhecimento Ativo, com base na “análise da governamentalidade” concebidos por Michel Foucault e Mitchell Dean. Siqueira destaca dois importantes pontos: as bases de conhecimento para gerir as Políticas de Envelhecimento Ativo e as metas desta política. Quanto aos saberes que regem a velhice de forma ativa se fazem presentes às disciplinas da geriatria e gerontologia, as quais:

[...] passaram a pesquisar o processo de envelhecimento, a desenvolver tratamentos específicos e orientar o projeto de otimização do envelhecimento ativo entre os idosos, a sociedade e o próprio Estado que as legitimou para exercer tais objetivos (SIQUEIRA, 2014, p. 83).

Através dessa consideração, podemos refletir com a problemática de Dean (1999, p. 5) acerca dos formuladores de políticas e programas, os quais no envelhecimento ativo, os saberes da geriatria e da gerontologia são responsáveis de “empoderar” a população idosa, mas que estão inseridos em regimes e práticas de poder. Nesse sentido, saúde e a velhice fazem parte de problemas colocados para a prática governamental no âmbito da racionalidade política de caráter neoliberal, na qual:

[...] os sujeitos precisam se comprometer a serem parceiros ativos na condução de sua saúde. As informações sobre as ações que favorecem uma melhor “qualidade de vida”, uma “vida saudável”, um “envelhecimento bem-sucedido” são propagados pelos serviços de saúde e pela mídia, assim como os meios (ou condições) para alcançá-los são disponibilizados aos sujeitos (SIQUEIRA, 2014, p. 87).

No tocante, podemos sustentar que às diretrizes das PPSs, conjuntamente com a Política de Envelhecimento Ativo, foram, aos poucos, introduzidas no Brasil através da gestão governamental do Ministério da Saúde (MS). Em 2005, o país adota o Programa Brasil Saudável com o objetivo de estimular os indivíduos a assumirem modos de vida com ênfase na atividade física, na reeducação alimentar e no controle ao tabagismo. Cabe destacar que o citado programa foi abarcado pela Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), homologada em 30 de março de 2006 pela portaria n° 687MS/GM³², ampliando as ações e os serviços no Sistema Único de Saúde (SUS).

No decurso de estratégias e de práticas para promover a saúde, sobretudo através de atividades físicas à população idosa, que surgem em 2005 o projeto piloto de Academias para Terceira Idade (ATIs) na cidade de Maringá-PR, com o compromisso de seguir as diretrizes do, então, Programa Brasil Saudável (PESSATO, 2013, p. 26). Localizadas em lugares ao ar livre, como praças e parques, as ATIs tem como objetivo “alongar, fortalecer e estimular a musculatura e trabalhar a capacidade aeróbica dos idosos” (VERISSÍMO, 2011, p. 47).

O público alvo dessas academias são pessoas idosas e como tal os aparelhos possuem um mecanismo hidráulico que facilita o uso por parte dessas pessoas. Não há nestas academias pesos artificiais nos aparelhos, como nas AGMs, o que demanda a utilização do próprio peso e da força de cada participante para a realização das atividades físicas. Esses

³² Disponível em: <http://pmf.sc.gov.br/arquivos/pdf/28_11_2013_14.57.23.7ae506d7d4d289f777e2511c83e7d63.pdf>. Acesso em: 22 jan. 2016.

aparelhos das ATIs, chamados de Aparelhos de Atividade Física Passiva, proporcionam o exercício físico sem tanto esforço, mas trabalhando, passivamente, a musculatura dos que os usam.

Fabricadas por empresas nacionais especializadas, essas academias assemelham-se a brinquedos de crianças devido ao formato *playground* dos aparelhos, nos quais predominam cores vibrantes e chamativas como azul, amarelo e laranja, conferindo um aspecto lúdico ao local onde estão instaladas. No modelo adotado para fabricação destas academias, notamos uma associação entre idosos e crianças, aludindo uma infantilização da velhice. De acordo com Groisman (1999, p. 80) a infantilização da velhice revela um pouco o modo pelo qual a nossa sociedade trata com o problema da dependência, principalmente em Instituições de Longa Permanência, nos quais os idosos recebem tratamento similar a crianças. Alves (2004) pesquisou duas³³ associações brasileiras, as quais ofereciam atividade de ginástica para pessoas idosas. Um dos resultados apontados por Alves (2004, p. 87) foi que os professores (as) responsáveis pelas atividades infantilizavam os idosos na prática da ginástica. Nesse sentido, podemos compreender que a escolha das empresas fabricantes de Academias para Terceira Idade similar a *playground*, remete a uma infantilização da velhice.

A despeito disso, as ATIs expandiram-se rapidamente para mais municípios brasileiros e seu uso foi incorporado por pessoas com idade acima dos 12 anos, apesar de ser recorrente o uso por parte de crianças, como ressaltarei a seguir.

É preciso enfatizar que o mesmo modelo de academia recebe diferentes denominações nos municípios brasileiros como, por exemplo: Academias Públicas, Academias para Terceira Idade e Academias ao Ar Livre. Em virtude disso, emprego a última nomeação, pois é dessa maneira que são conhecidas na cidade de Santa Maria. Ademais, os aparelhos mais comuns desse modelo de academia são: simulador de caminhada, simulador de cavalgada, caminhada dupla, rotação vertical, cadeira de pressão das pernas e cadeira de exercícios múltiplos (Figura 9).

³³ As duas associações estudadas por Alves (2004) são a Universidade Aberta da Terceira Idade da UERJ (UnATI/UERJ) e Posto de Assistência Médica São Francisco Xavier, localizada no Rio de Janeiro.

Figura 9 – Aparelhos de Atividade Física Passiva: simulador de caminhada, simulador de cavalgada, caminhada dupla e rotação vertical.



Fonte: Autor, 14 de setembro de 2014.

2.3 ACADEMIAS AO AR LIVRE EM SANTA MARIA-RS: PROMOÇÃO DA SAÚDE E EMBELEZAMENTO DA CIDADE

Em Santa Maria, o processo de instalação desse modelo de academia começou na elaboração do Plano Diretor de Desenvolvimento Urbano Ambiental de Santa Maria (PDDA/SM), aprovado em dezembro de 2005, por meio da Lei Complementar nº 034/200³⁴. Pautado em desenvolver funções sociais, econômicas e culturais, principalmente pelo papel da ferrovia³⁵, o plano diretor lançou uma série de 7 políticas que compreendem 15 programas e 65 projetos, para o desenvolvimento da população santa-mariense.

³⁴ Disponível em: <https://www.santamaria.rs.gov.br/docs/leis/lc_034_plano_diretor.pdf>. Acesso em: 14 dez. 2015.

³⁵ Vide uma série de programas e projetos que pretendem resgatar a importância da viação férrea em Santa Maria como o projeto *Trem turístico*, que tem como finalidade criar uma linha de trem, aproveitando as ferrovias já existentes na cidade, e o projeto Mancha Ferroviária, que busca revitalizar as áreas que tiveram influência da ferrovia, tais como a Avenida Rio Branco, Vila Belga e o entorno da Praça Saldanha Marinho.

Entre os projetos operacionalizados na realização deste trabalho, destaco o Projeto Qualificação da Paisagem Urbana que “prevê a promoção da identidade urbana por meio da valorização dos espaços abertos públicos, seja pela recuperação e manutenção de praças, parques e demais áreas recreativas” (SANTA MARIA, 2005, p. 222). Com essa finalidade, foram revitalizadas praças, parques e complexos esportivos em termos de melhorias em calçamento, iluminação, conserto de bancos e, especialmente para a pesquisa, em termos de instalação de Academias ao Ar Livre (Figura 10). Com os mesmos propósitos e recursos do projeto em questão, também foram revitalizadas a Avenida Rio Branco e a “Vila Belga” (Figura 10).

Figura 10 – Áreas revitalizadas pelo projeto de qualificação da paisagem urbana. Praça Mallet com instalação de Academias ao Ar Livre; Avenida Rio Branco e “Vila Belga”.



Fonte: Autor (2014) e Prefeitura Municipal de Santa Maria (2014).

Nesse cenário de valorização da identidade urbana, as Academias ao Ar Livre começaram a serem instaladas em 2009 pela Secretaria de Esporte e Lazer³⁶, adquiridas via processo licitatório. Atualmente, Santa Maria conta com 12 AALs, sendo 8 na área urbana e 4 na zona rural. No perímetro urbano, as academias estão localizadas em diferentes regiões do município. No centro, há presença delas na Praça dos Bombeiros, no Complexo Esportivo Municipal (Farrezão) e na Praça Nonoai. A região oeste é contemplada na Praça Mallet, no Ginásio Poliesportivo do Oreco e no Posto de Saúde da Santa Marta; a parte norte, no Complexo Esportivo Guarani Atlântico e a zona sul, na Praça Dom Antônio Reis (Figura 11).

³⁶ Nos anos de 2008 a 2012, a instalação das AALs era realizado pela extinta Secretaria de Juventude Esportes, Lazer, Idoso e Criança, substituída pela atual Secretaria de Esporte e Lazer.

Nas zonas rurais, as academias estão localizadas nos distritos de Arroio do Só, Boca do Monte, Santa Flora e Passo do Verde.

Figura 11 – Mapa de localização das Academias ao Ar Livre na zona urbana de Santa Maria por regiões.



Fonte: Elaborado pelo autor no *Google My Maps*.

A perspectiva da Prefeitura Municipal é acrescentar mais 11 academias³⁷ em espaços públicos nas zonas urbanas e rurais, pois nas palavras do então prefeito, Cezar Schirmer, na inauguração de uma academia no distrito da Boca do Monte, “Quisera eu ter mais dinheiro para comprar muito mais e semear isto em tudo que é lugar da nossa cidade, pois tenho a certeza que com essas academias os santa-marienses seriam muito mais felizes” (PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTA MARIA, 2011). A retórica da municipalidade é de melhorar a qualidade de vida dos santa-marienses, por meio de espaços que estimulem a realização de exercícios físicos, haja vista certos proferimentos do secretário de Esporte e Lazer, Erony Paniz: “ajuda a diminuir o consumo de remédios e as doenças típicas dos idosos

³⁷ Na área urbana, pretende-se instalar academias nas praças Reinaldo Coser, Ary Cehechella, Santa Rita, General Gomes Carneiro, Miguel Meirelles, Ernesto Botton, Felipe de Oliveira, Residencial Lopes e no Parque Itaimbé. Na zona rural, tem-se a intenção de implantá-las nos distritos de Palma e de Arroio Grande.

e os estimula a saírem de casa para se exercitar” (PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTA MARIA, 2012).

Contudo, há outros fatores implicados na aquisição de Academias ao Ar Livre em Santa Maria, além dos já descritos sob a forma discursiva da voz do prefeito e do secretário acima mencionados. Faccin (2014), na sua pesquisa sobre a perspectiva dos moradores do Sítio Ferroviário de Santa Maria quanto ao processo de patrimonialização e de revitalização da área, realizou uma análise detalhada do plano diretor municipal de 2005, na qual afirma que a pretensão é de “trabalhar a imagem de Santa Maria como uma cidade bela, dinâmica, dona de uma história singular e preservada, portadora da qualidade de vida e interessante de ser visitada” (FACCIN, 2014, p. 56). Compartilho da visão de Faccin e compreendo as AALs como parte desse processo de valorização da identidade urbana. A presença de academias com seus aparelhos de cores chamativas e vibrantes trazem um aspecto belo e lúdico nos locais onde estão implantadas, contrastando com a falta de manutenção das praças da cidade, na sua grande maioria com bancos e brinquedos danificados e com iluminação precária³⁸.

A perspectiva de que a instalação dessas academias também tem como propósito embelezar a cidade foi respaldado quando tentei, ao longo de toda pesquisa, realizar entrevistas com gestores públicos da Secretaria de Esporte e Lazer. O objetivo era ampliar o conhecimento sobre a instalação daquelas, não me detendo apenas a informações de reportagens do e no *site* da prefeitura. Assim: Qual o objetivo da implantação das AAL? Há um planejamento prévio das regiões onde serão instaladas? Visto que é uma academia projetada para pessoas idosas, ocorre um levantamento de locais onde existe maior presença desse público?

Com esse roteiro preliminar, eu pretendia granjear maiores informações por parte dos órgãos municipais responsáveis pela área de lazer e esporte, mas em todas as ocasiões não houve retorno; apenas uma estagiária da Secretaria de Esporte e Lazer disse, em tom informal, que a aquisição das AALs ocorre por processo de licitação. Porém, em outubro de 2014, retornei à Secretaria em questão e um funcionário do órgão municipal me concedeu uma rápida declaração, afirmando “o objetivo é instalar cada vez mais academias, é bom para as pessoas se exercitarem e também deixa bonita as praças, né?”. Questionei se ocorre um planejamento prévio nos locais onde as academias são instaladas, e ele respondeu: “Claro, mas não sei te explicar certo como ocorre, mas pode ter certeza que terão mais (academias)”.

³⁸ O jornal local *Diário de Santa Maria* realizou uma matéria quanto à precariedade das praças da cidade. Disponível em: <<http://diariodesantamaria.clicrbs.com.br/rs/geral-policia/noticia/2015/08/raio-x-confira-como-estao-as-pracas-de-santa-maria-4825454.html>>. Acesso em: 14 jan. 2015.

A fala do funcionário da Secretaria de Esporte e Lazer foi breve, porém denota uma visão da gestão municipal. Compreendo que a instalação de AAL está relacionada ao embelezamento da cidade para valorização da identidade urbana. Outra leitura possível, na aquisição destas academias, está vinculada a aspectos políticos a fim de angariar possíveis votos do eleitorado local, através de uma obra visível a população, vide as cores chamativas dos aparelhos.

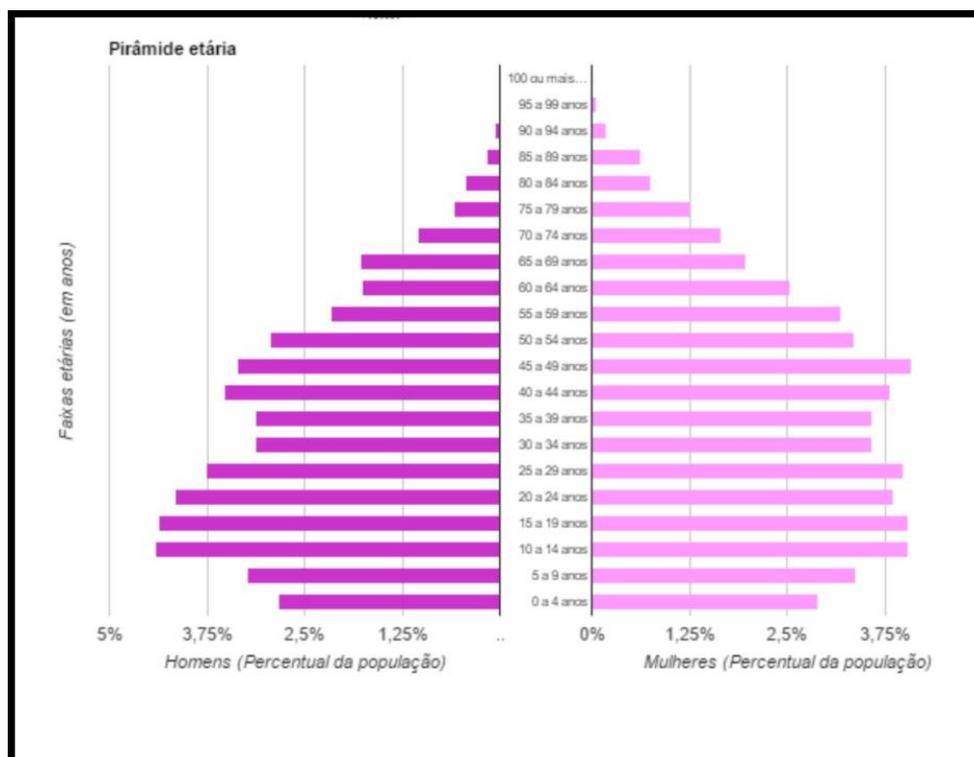
Desde a realização do meu TCC, constatei o baixo número de pessoas que utilizam esse formato de academia, sobretudo em bairros mais afastados do centro da cidade. Uma análise viável é comparar Santa Maria com a cidade de Maringá-PR. Dourado (2014, p. 6), na sua pesquisa junto aos idosos que utilizam as ATIs,³⁹ nessa cidade paranaense, destaca que o sucesso do uso das 40 academias locais está associado a valores difundidos em um município jovem, com menos de 70 anos de emancipação política, que preserva a qualidade de vida e a viabilidade de se exercitar em espaços públicos, em razão da tranquilidade da vida urbana, como baixos índices de criminalidade. Quiçá o “insucesso” do uso de AAL em Santa Maria esteja vinculado à falta de espaços de lazer, pois as praças e parques da cidade não asseguram uma tranquilidade para a atividade física, gerando conflitos, entre diferentes agentes no uso dos espaços públicos. Em razão disso, a minha escolha de pesquisar participantes da AAL da Praça Mallet ocorreu por ainda ser utilizada por número razoável e regular de pessoas (em torno de 10), embora a quantidade de praticantes tenha diminuído no decorrer da pesquisa.

2.4 ACADEMIA AO AR LIVRE DA PRAÇA MALLET: EXERCITAR-SE CONVERSANDO

A Praça Mallet fica localizada no Bairro Passo D' areia, região oeste de Santa Maria. Esse bairro possui uma população de 6.995 habitantes, equivalente a 2,84% do município, tendo um percentual de 53,1% de mulheres e 49,9% de homens, conforme demonstrado, abaixo, na pirâmide etária deste bairro (Figura 12).

³⁹ É necessário lembrar que no município de Maringá as academias são chamadas de Academias para Terceira Idade (ATIs).

Figura 12 – Pirâmide etária da população do Bairro Passo D'areia.



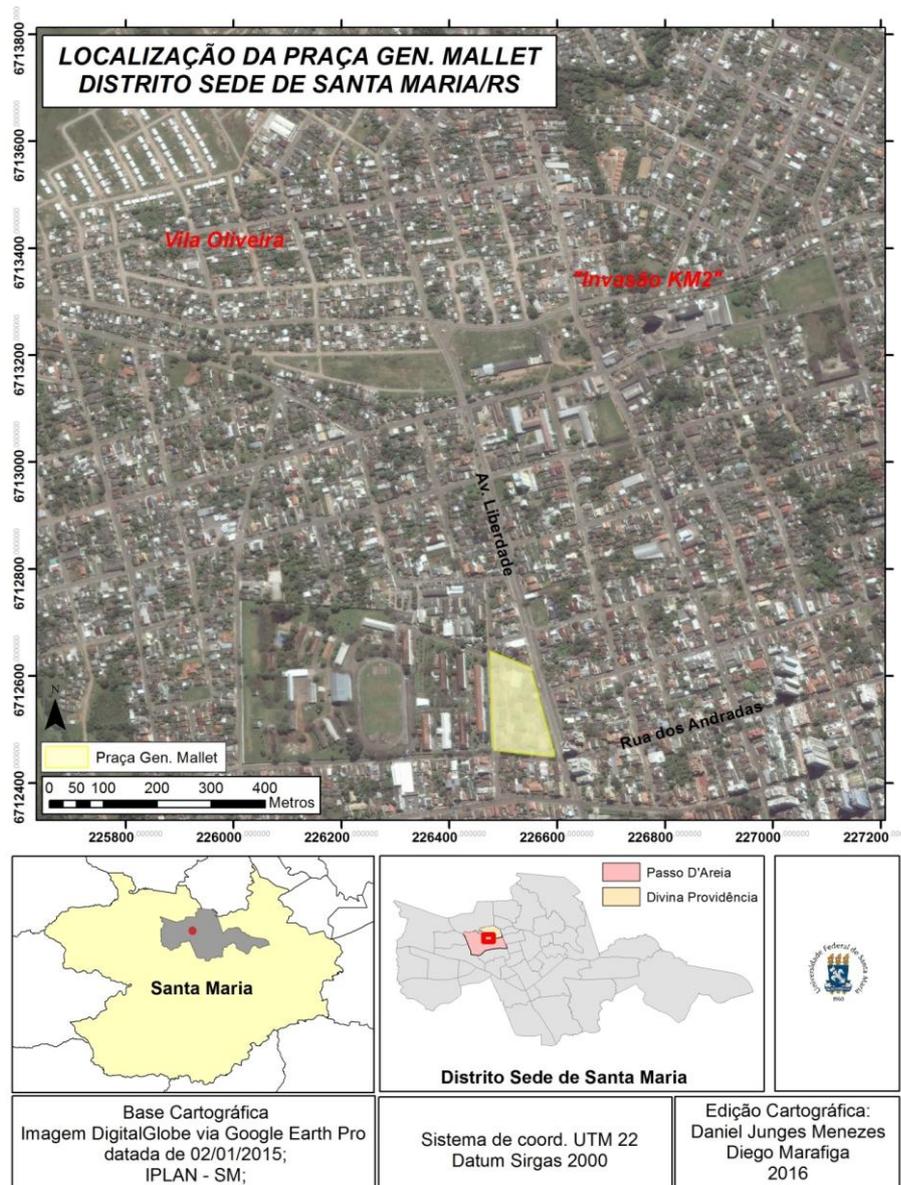
Fonte: elaborado pelo autor a partir dos dados adicionais do programa sinopse por setores do censo do IBGE de (2010)

A praça está situada no cruzamento da Avenida Liberdade, uma das principais avenidas que liga os bairros da região norte com o centro da cidade, e onde ocorrem diferentes eventos como os desfiles das escolas de samba, juntamente com a Rua Marechal Hermes, na qual fica estabelecido um dos 19 quartéis militares de Santa Maria: o 3º Grupo de Artilharia de Campanha Autopropulsado Regimento Mallet, motivo pelo qual a praça recebe essa denominação, e por fim, pela Rua Andradas, na qual há um conjunto habitacional para militares e suas famílias. Além disso, a Praça Mallet fica próxima a locais mais periféricos, chamados de vilas⁴⁰, como a “Vila Oliveira” e a “Invasão do Km2⁴¹”, esta que é uma das ocupações de moradias por famílias de baixa renda das linhas férreas desativadas de Santa Maria (Figura 13).

⁴⁰ No Rio Grande do Sul a designação “Vila” remete-se a lugares mais periféricos das cidades, com predominância de famílias de baixa renda.

⁴¹ A conotação “invasão do KM 2” é referente ao fato de ser um local ocupado por famílias de baixa renda em meados dos anos 2000. O local foi regularizado com a adesão do Programa de Aceleração da Economia (PAC), através de construções de moradias pelo Programa Minha Casa, Minha Vida, fazendo parte do Bairro Divina Providência. Contudo, o estigma de ser uma região ocupada persiste na visão de moradores de localidades próximas ao Km 2, a qual diz respeito a um discurso de aumento de criminalidade na região.

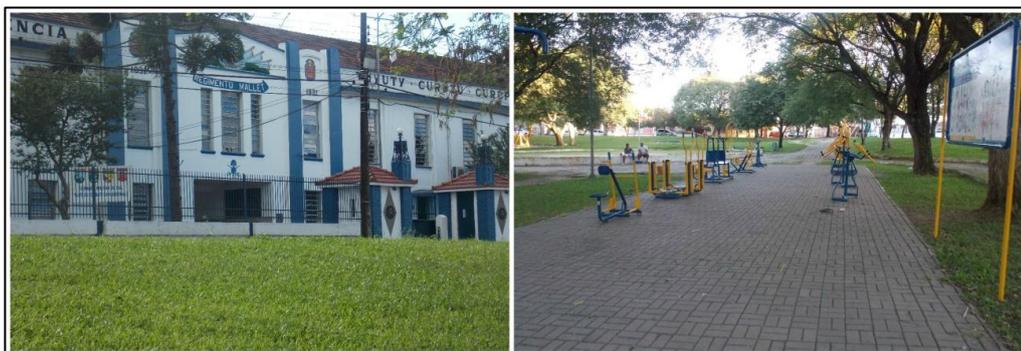
Figura 13 – Mapa da localização da Praça Mallet com destaque para a Avenida Liberdade e Rua dos Andradas, e as regiões mais periféricas como “Vila Oliveira” e “Invasão do Km 2”.



Fonte: Elaborado por Daniel Junges Menezes.

A Academia ao Ar Livre foi instalada em março de 2013, adquirida através da empresa Playlândia de Santa Catarina-SC, situada em uma área da praça próxima ao quartel militar (Figura 14). A academia possui 10 aparelhos nos moldes de Atividade Física Passiva: alongador, rotação vertical, rotação inclinada, prancha de movimentação lateral-surf, cadeira pressão das pernas, simulador de caminhada e cavalgada, remada sentada, simulador de esqui e uma cadeira de exercícios múltiplos (Figura 14). Os aparelhos com cores amarelas e azuis estão distribuídos em duas fileiras muito perto uma da outra, de modo que a realização da atividade física proporciona um grande contato entre as pessoas.

Figura 14 – Foto da posição da Academia ao Ar Livre na Praça Mallet próxima ao quartel militar.



Fonte: Autor, 14 de setembro de 2014.

O local onde está localizada a AAL em questão possui iluminação (Figura 15) um tanto quanto precária e, como nas demais academias com esse modelo na cidade, não há presença de instrutores para orientação das atividades físicas. Existe apenas uma placa (Figura 15), fixada em um suporte, com recomendações sobre a forma correta do uso de cada um dos aparelhos, indicada através de figuras ilustrativas, demonstrando a postura que deve ser adotada e o tempo necessário para a execução dos exercícios físicos. Na placa, estão prescritos os benefícios da atividade física, tais como melhorias na qualidade de sono e na respiração, perda de gordura corporal e aumento da sensação de bem-estar.

Figura 15 – Foto da iluminação na Academia ao Ar Livre da Praça Mallet e da placa com recomendações para a realização das atividades físicas nos aparelhos.



Fonte: autor, 14 de setembro de 2014.

As observações em campo ocorreram desde agosto de 2014. Logo no início, percebi as dificuldades de pesquisar em um local ao ar livre, visto que em dias de chuvas, ou de muito frio é, praticamente, inviável a atividade física na academia. Desse modo, havia certo impasse para o manutenção da presença regular no local, em um mês de agosto chuvoso e com dias de baixas temperaturas. Porém, a partir de setembro de 2014, houve uma estabilidade no clima e consegui, então, observar o uso da academia em diferentes dias da semana e em três turnos: manhã, tarde e final da tarde. No período da manhã, das 8:00 às 10:00 horas, poucas pessoas utilizavam o local (cerca de duas a três), durante a tarde, das 15:00 às 17:00 horas, o espaço é, praticamente, inabitado. Somente no final da tarde, a partir das 18:00 horas é que o fluxo de indivíduos na academia aumenta, chegando a no máximo 10 pessoas de maneira simultânea.

Por serem instaladas em um espaço público, intercorre uma grande circulação de pessoas nessa academia. Jovens e adolescentes, pais e mães que levam seus filhos (as) ao local e um grupo regular de cinco mulheres, preliminarmente, aparentando serem todas idosas, as quais usufruem do espaço no final da tarde. Diferentes finalidades frisam a presença dessas pessoas na academia: a) os jovens e os adolescentes, que vão ao local para ficar sentados nos aparelhos conversando; b) os pais e as mães, que levam seus filhos (as) à

academia para brincar, na qual os aparelhos passam a ser visualizados como mais um brinquedo da praça, igual aos escorregadores, balanços e gangorras e; c) um grupo de mulheres, que utilizavam a academia em conjunto com a finalidade de realizar exercícios físicos.

Com a intenção de compreender as atividades exercidas na academia como práticas de si direcionei o olhar para esse grupo de mulheres, mas sem deixar de estar atento às demais pessoas que utilizam o local. Em setembro de 2014, passei a observar e a participar de forma mais contínua das atividades físicas junto as praticantes da academia no final da tarde, uma vez que desejava apreender sobre seus diálogos, rotinas diárias e interações. Quem são essas pessoas? Por que realizam atividade física no local e em grupo? Quais suas idades? Onde moram? Quais suas opiniões sobre outras pessoas que utilizam a academia? Foi com esses questionamentos iniciais que realizei as observações em campo. Para tanto, utilizava o aparelho simulador de caminhada, porque é um aparelho duplo, demonstrado na Figura 9, de modo que proporcionava a mim um maior contato com esse público descrito acima.

Nas primeiras saídas a campo, no início do mês de setembro, havia um número significativo de pessoas, por volta de 10, em sua grande maioria composta pelo grupo de cinco de mulheres, na academia. Após finalizar meu exercício no aparelho simulador de caminhada, Sueli (pseudônimo), que aparentava ter entre 60 a 65 anos de idade, juntamente com as outras participantes, me perguntou “Por que você vem fazer academia aqui onde só tem véia?”⁴². Após a pergunta dirigida a mim, notei o quanto era necessário um maior contato interpessoal, ou seja, uma interação mais integral com essas interlocutoras da minha pesquisa. À vista disso, respondi à Sueli e às demais participantes, que estava fazendo mestrado no curso de Ciências Sociais da UFSM e, portanto, por conta dos meus estudos, pretendia “pesquisar a respeito delas”, explicando os objetivos da pesquisa, o sigilo, a confiabilidade dos dados obtidos e o anonimato. Após esses esclarecimentos, o clima já era amistoso e empático e o retorno foi positivo, pois elas aceitaram a minha presença em campo, a ponto de perguntarem “O que a gente faz para te ajudá?”. Respondi, de modo não tão reflexivo no momento, “somente deixa eu participar da academia das véia”. Citar a palavra “véia”, tal como pronunciada por elas, poderia impedir minha entrada a campo, porém todas riram e brincaram com a situação, e a resposta serviu para “quebrar o gelo” da interação, isto é, serviu para estabelecer laços de aliança por empatia.

⁴² Os registros de fala seguirão o padrão da linguagem não coloquial, ou seja, a grafia das palavras obedecerá ao uso da língua e não ao sistema de escrita, que tem suas normas definidas pela coloquialidade, em termos, sobretudo, de ortografia. Exemplo disso é mantermos a grafia “véia” (uso da língua) e não substituí-la por “velha” (sistema da língua).

A pergunta “Por que você vem fazer academia aqui onde só tem véia?”, denota importantes aspectos da pesquisa, inicialmente demonstra o quanto os “sujeitos da pesquisa” são partes integrantes do estudo que nos indagam quanto a nossa presença. Tal como fui questionado, no dia 12 de setembro de 2014, pela participante de pseudônimo Lúcia, a qual inquiriu algumas informações sobre a minha vida, fazendo perguntas como: “Onde tu mora? Quem são teus pais? No que eles trabalham?”. Afirmei, na ocasião, que resido em uma localidade próxima à praça, considerada uma “vila”, que sou filho de uma costureira e de um pai já falecido que exercia a profissão de mecânico de automóveis. Acredito que este momento foi primordial para gerar e para estabelecer maior confiança do grupo de mulheres em relação a mim, visto que passaram a me identificar como “um guri que venceu na vida”, conforme as palavras de Lúcia, fazendo faculdade, apesar de morar em uma “vila”, me diferenciado dos jovens e dos adolescentes que frequentam a praça, a qual, na visão delas, são os que realizam assaltos, que usam drogas e picham o local, chamados com o palavreado de “praguedos”.

Com a crescente interação entre eu e as mulheres citadas sob pseudônimos, de setembro de 2014 a março de 2015, passei a fazer parte das conversas delas como um amigo que as escutava sobre diferentes assuntos do cotidiano e sobre questões de ordem pessoal. Escutava-as, mas também recebia conselhos para ter uma vida saudável, como no alerta da uma participante, Sônia, em 15 de setembro de 2014: “come alimentos saudáveis, verduras e vegetais pra não ter doenças, também é bom sempre fazer uma atividade física para não ter dores no corpo”. Os conselhos estendiam-se para pontos de vista mais amplos do que acerca de ter uma vida saudável, assim, as participantes recomendavam-me que eu continuasse estudando e fizesse um concurso, a fim de obter uma estabilidade financeira. Nessas trocas discursivas, eu ia dialogando e participando das atividades físicas na academia, de maneira a formar, mais detalhadamente, as minhas problematizações de início de inserção a campo.

Esse grupo de mulheres já se conhecia antes da instalação da academia sobre a qual estamos tratando. Sueli e Lúcia, por exemplo, são vizinhas. As outras três participantes, Sônia, Rute e Eva, residem em localidades próximas à Praça Mallet e, segundo elas, são “amigas e conhecidas”, fala da participante Sônia. A Praça Mallet sempre foi um ponto de encontro para conversar, para tomar um chimarrão no final da tarde, em síntese, se configura como um lugar de interação. No começo das observações, eu partia da premissa que todas participantes fossem idosas, com 65 anos ou mais, ressaltadas pelo fato das participantes referirem a si próprias como “véias” no contato inicial de inserção e de observação do contexto de pesquisa. No decorrer das observações em campo, em novembro de 2014, porém,

constatei que apenas Sueli é considerada como idosa, pois tem 65 anos de idade. As outras participantes possuem idades de 51 a 60 anos. Esse fato retrata o quanto a idade não é apenas demarcada por ordenação linear cronológica, ou por mecanismos de contagem e de controle populacional, pelo contrário, ela é construída socioculturalmente e afeta de modo diferencial homens e mulheres de diferentes etnias e classes sociais, dependendo do contexto da interação, perspectiva que adoto na pesquisa.

Outros dados substanciais para a compreensão da realidade contextual da pesquisa são a ocupação e a renda do grupo de praticantes de atividades da AAL em questão, formado por professoras aposentadas de escolas municipais como Lúcia e Sônia e por donas de casa como Sueli e Rute (Rute trabalhou desde os doze anos como empregada doméstica, mas parou de realizar esse serviço para cuidar da sua saúde) e por uma auxiliar de limpeza, trabalho exercido por Eva. A renda familiar dessas pessoas varia de um a dois salários mínimos, em concordância com a maior frequência de renda familiar em Santa Maria, evidenciada na seguinte tabela (Figura 16).

Figura 16 – Tabela da população por classe de rendimento mensal domiciliar de habitantes de Santa Maria.

Classes de rendimento nominal mensal domiciliar per capita	População por renda familiar	Frequência
Menos de 1/2 salário mínimo	41.620	16,35%
Mais de 1/2 a 1 salário mínimo	66.974	26,32%
Mais 1 a 2 salários	69.540	27,32%
Mais 2 a 3 salários	30.348	11,92%
Mais 3 a 5 salários	24.036	9,44%
Mais 5 a 10 salários	15.577	6,12%
Mais de 10 salários	6.408	2,52%
Total	254.503	100%

Fonte: ADESM através do censo do IBGE (2010).

Os meses de setembro de 2014 a março de 2015 foram bastante produtivos, principalmente a partir de dezembro de 2014, período de recesso das aulas do mestrado, época em que pude realizar, diariamente, atividades físicas com as participantes. Por consequência, observei a circulação de diferentes públicos na academia da Praça Mallet, bem como verifiquei as estratégias exercidas pelo grupo de mulheres para efetuar atividades físicas no local. Por residirem em lugares próximos e por serem amigas e conhecidas, elas iam juntas a

academia, chegando por volta das 18 horas, período em que, também, há presença de jovens e de adolescentes, assim como de pais e de mães com seus filhos a brincar nos aparelhos.

Em vista da presença concomitante de, pelos menos, esses três grupos de pessoas, ocorre uma negociação implícita para a utilização da academia. Os pais e mães notam que o grupo de mulheres pretende fazer exercícios físicos e levam seus filhos para brincarem em outros equipamentos da praça (balanço, escorregador), enquanto os jovens e adolescentes permanecem no local, muitas vezes fumando cigarros de maconha. Assim, as participantes realizam uma estratégia, na qual parte do grupo, geralmente Sueli e Lúcia, começam a fazer seus exercícios, logo alguns adolescentes percebem que é necessário se retirar do local, após isso as demais participantes, Sônia, Eva e Rute, passam a utilizar a academia. Percebendo esse ato, perguntei, no dia 24 de setembro de 2014, à Sueli: “O que vocês fazem que quando chegam na academia eles (os jovens e os adolescentes) vão para outro lugar?” A participante de 65 anos respondeu: “eles sabem que é feio fumar drogas com as véia por perto, daí eles vão fumar em outro lugar, mas mesmo assim alguns continuam, é horrível o fedor”

Nesse momento cabe enfatizar um dilema presente nas observações em campo. As praticantes da academia passaram e me identificar como uma pessoa que poderia resolver os “problemas da praça”, pedindo para eu entrar em contato com a Prefeitura Municipal a fim de relatar os episódios de uso de drogas na praça, assim como a danificação dos aparelhos da academia. Apesar de me posicionar como pesquisador desde o início da inserção a campo, os pedidos para eu ser intermédio com a prefeitura foram recorrentes nas observações em campo. Nesse sentido, no dia 27 de setembro de 2014, esclareci a todas participantes que não competia a mim fazer estas reclamações com a gestão municipal, informando-as para entrar em contato com a Secretaria de Esporte e Lazer, responsável pela instalação das AAL.

Passado esse evento, apesar dos conflitos no ambiente, o grupo de mulheres realizavam suas atividades físicas, seja para tratar de uma doença, como no caso de Sueli e de Rute que têm diabetes e foram recomendadas por médicos a realizarem atividades físicas de forma moderada, e/ou para se manterem ativas, prevenindo, assim, o acometimento de uma futura enfermidade. Destaca-se o modo como eram realizadas as atividades físicas, sempre envoltas por conversas e por brincadeiras, nas quais a sociabilidade é a força motriz da presença no local. Sociabilidade no sentido da necessidade dos indivíduos estarem juntos, compartilhando experiências em determinados contextos.

Georg Simmel define sociabilidade “como a forma lúdica de sociação” (SIMMEL, 1983, p. 169). O autor faz uma distinção entre conteúdo e forma para melhor desenvolver o conceito de sociabilidade. Os conteúdos são os interesses, os motivos, os sentimentos

individuais. Entretanto, esses conteúdos por si só não são sociais, mas sim fatores de socialização que “apenas quando transformam o mero agregado de indivíduos isolados em formas específicas de ser com e para um outro – formas que estão agrupadas sob o conceito geral de interação” (SIMMEL, 1983, p. 166). Isto é, somente quando os conteúdos individuais são compartilhados com os outros (ou contra os outros) é que assumem formas sociais ocasionando a sociabilidade. Esta “ganha vida própria” são liberadas, içadas, de todos os laços que ligam com os conteúdos. Ademais, a sociabilidade é um fim em si mesmo, não existe nada além de seu sucesso ou conflito momentâneo.

Reportando à pesquisa, as motivações, os interesses do grupo de mulheres que utilizam a AAL da Praça Mallet são fatores de socialização que no momento que eram compartilhados entre elas proporcionava a sociabilidade. Os compartilhamentos das motivações foram a todo o momento, no percurso das observações em campo, acionados pelas participantes da academia. Toda realização da atividade física era envolta por conversas e brincadeiras. A conversação “o veículo mais genérico para tudo aquilo que os homens têm em comum” (SIMMEL, 1983, p. 177) foi constante na academia e também um dos motivos para as praticantes irem ao local. Em algumas situações, na minha presença em campo, falava para elas “vou parar de incomodar vocês, deixar vocês fazerem os exercícios em paz”, mas elas respondiam “capaz, você não incomoda, é bom conversar, fica com a gente”, logo certifiquei uma necessidade de estarem juntas e de conversar.

A conversação é um dos principais motivos para frequentarem a academia, como um “pedaço” na perspectiva de José Magnani (1998), entendido como um espaço intermediário, em que se desenvolve um tipo específico de sociabilidade que é mais amplo que as relações familiares e mais densa que as relações formais. Um pedaço para “colocar o papo em dia”, nos dizeres de Rute. Os assuntos das conversas foram diversos, acerca da criminalidade local, o capítulo da novela do dia anterior, promoções nos supermercados, porém dois temas se destacavam: as atividades do lar, tais como o que cozinhar para a janta, a limpeza da casa, as quantidades de roupas que precisavam lavar; e algo muito marcante, a presença de familiares doentes e a necessidade de cuidá-los. Nesse sentido, ir à academia e conversar com as amigas e conhecidas era um momento de “espairecer a cabeça”, nas palavras de Sônia, sobre diferentes problemas das suas vidas, que na maioria das vezes eram compartilhados entre o grupo.

O diálogo também é incentivado pela circunstância de não possuir instrutores que as orientassem sobre a forma de realizar atividades físicas nos aparelhos. Esses necessitam de uma aprendizagem para utilizá-los, maiormente, por não terem pesos artificiais, o que resulta

no controle do ritmo dos exercícios por parte das próprias participantes. Diante de tal fator, no instante em que uma participante estava fazendo o exercício de forma muito rápida, as outras a recomendavam diminuir o ritmo para não doer o corpo. No dia 7 de janeiro de 2015, Sônia disse à Eva “diminui a rapidez, depois tu vai chegar em casa cansada e nem vai conseguir trabalhar, tu tem que fazer devagar”. No mesmo dia, Sônia falou a mim que ao fazer exercícios físicos suas dores na coluna foram “diminuindo, abaixando”.

As dores corporais eram, constantemente, citadas com frases como “dor nas ancas”, “dor nas juntas”, as quais estão intimamente relacionadas aos modos vida das participantes, que possuem uma história de longos anos no exercício profissional como professoras e como auxiliar de limpeza, e de quem trabalhou desde os 12 anos como empregada doméstica. O interessante é como elas relatavam as dores no corpo reportando a metáforas. Lúcia, no dia 10 de janeiro de 2015, afirmou que tem dores no joelho “tipo uma agulhada”, de modo similar, no mesmo dia, Eva disse que suas dores nos ombros “queima”. Essas questões aproximam-se com a pesquisa de Jaqueline Ferreira (1994) a respeito das expressões do corpo doente, apresentadas aos médicos, nas consultas em uma vila de classe popular de Porto Alegre-RS⁴³, nos quais, para descrever os sintomas os pacientes “recorrem a metáforas como facadas, pontadas, agulhadas, sentidas no corpo” (FERREIRA, 1994, p. 107).

As orientações, informações para a prática física dessas mulheres, foram extraídas de diferentes fontes, desde o aprendizado compartilhado entre elas sobre como usar os aparelhos, os conselhos de maridos e filhos (as) de que é preciso fazer exercícios físicos de forma moderada, até as referências de programas televisivos que informam sobre os benefícios da atividade física. Contudo, tais ensinamentos não são praticados de forma categórica na academia. A prática física é executada sem preocupações quanto ao tempo que deve ser despendido diariamente, quanto à postura exata para tal e quanto ao número de repetições em cada um dos aparelhos. As técnicas utilizadas pelas participantes se davam por um conhecimento de si, como, por exemplo, sabendo dos limites do próprio corpo, mediados pelas dores corporais e sentindo o momento em que é preciso cessar as atividades. Essa questão fica evidente em uma entrevista semiestruturada, a qual segue abaixo, realizada com Lúcia, no dia 13 de janeiro de 2015, sobre a duração de tempo fazendo exercícios físicos na academia da Praça Mallet.

⁴³ Ferreira (1994, p. 101) realizou observação participante e entrevistas nas consultas médicas realizadas na Lomba do Pinheiro, uma vila de classes populares situada na zona leste de Porto Alegre-RS.

Diego: Quanto tempo tu fica na academia?

Lúcia: Ah, nem sei. Primeiro eu faço uma caminhada depois venho aqui (na academia) fazer exercícios, mas não controlo muito porque daí perde a graça ficar controlando (o tempo), mas devo ficar uma meia-hora, 45 minutos.

Diego: Para fazer as atividades físicas você tem uma orientação, recomendação, de alguém? Por exemplo, como saber quanto tempo de caminhada e de exercício nos aparelhos é necessário?

Lúcia: Então, só o médico disse pra fazer alguma atividade física daí fiz, mas é só isso. Como te disse não sei bem quanto tempo fico aqui, faço até sentir que chega, quando dói o joelho eu paro, mas sabe que a dor no joelho diminuiu, quanto mais faço (exercícios) menos dói, daí se fico uns dias sem vim aqui volta a dor.

Lúcia constata que faz exercícios físicos até “sentir que chega”, momento em que aparece a dor nos joelhos, porém essas diminuem quando realizadas as práticas físicas, apesar da dor indicar, também, o tempo de parar. O controle do tempo de prática de atividades físicas é indicado como “sem graça” pela participante Lúcia; o que nos faz refletir sobre certos desdobramentos da sua fala. A graça está nas conversas com as amigas, nas brincadeiras, no compartilhamento de aspectos da vida cotidiana.

A despeito disso, a palavra “sentir” é indiciária de certa posição tomada pela participante em relação ao conhecimento do seu próprio corpo. Podemos analisar essas questões como técnicas corporais, desenvolvidas por Marcel Mauss (1872-1950), compreendidas como “formas como os homens, de sociedade para sociedade, sabem tradicionalmente servir-se dos seus corpos” (MAUSS, 2003, p. 401). Para Mauss, as pessoas apreendem por meio da educação a utilizar seus próprios corpos, na qual os “indivíduos assimilam as séries de movimentos de que é composto o ato executado diante dele ou com ele pelos outros” (MAUSS, 2003, p. 420). No que tange ao caso do grupo de mulheres que utilizam a AAL da Praça Mallet, elas assimilavam os movimentos umas das outras, apreendendo conjuntamente a servir-se dos seus corpos, sentindo que as dores corporais “foram diminuindo, abaixando”, conforme a prática de exercícios físicos.

Como informado anteriormente, os meses de setembro de 2014 a março de 2015 foram profícuos em termos de observação de um elemento fundamental para a nossa pesquisa: como são realizadas as atividades físicas na academia, além de uma observação mais minuciosa dos perfis das participantes, dos motivos para a realização das atividades físicas, do modo como são realizadas, e das estratégias utilizadas para usar a academia sem a presença de jovens e adolescentes. Posteriormente, a partir de março 2015, a frequência e/ou presença na academia reduziu por diversos motivos, tais como problemas de saúde de familiares, falta de tempo para a prática física e, especialmente, pela sensação de insegurança na praça, efeito de seguidos

assaltos, os quais, na visão das praticantes da academia, são realizados pelos jovens e pelos adolescentes. Esses mesmos jovens e adolescentes, segundo elas, são os que, também, estragam os aparelhos da academia (Figura 17) e picham a praça. Na enunciação de Sônia, em 10 de março de 2015: “esses praguedos não deixam mais as véias usar a academia, estragam os aparelhos, fumam drogas, fazem esses rabisco e tão assaltando cada vez mais, não dá mais pra vim aqui”.

Figura 17 – Aparelho da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet danificado.



Fonte: Autor, 10 de março de 2015.

2.5 CONFLITOS GERACIONAIS: AS “VÉIAS” E O “PRAGUEDO”

A partir de meados de março de 2015, ampliei as minhas observações, dirigindo um olhar mais atento para esses jovens e adolescentes, alcunhados como “praguedo” pelas participantes da AAL. A aproximação foi facilitada por conhecer a situação da região, os trejeitos e as gírias desses jovens. Afinal, quem são esses jovens e adolescentes? São eles que, realmente realizam assaltos, brigam, estragam os aparelhos da academia e usam drogas, segundo as participantes da academia? Para elucidar tais indagações, fui aos poucos participando de conversas com alguns desses jovens, através do intermédio de Lucas⁴⁴, de 13

⁴⁴ É necessário enfatizar que os nomes dos jovens Lucas e Alessandro são pseudônimos.

anos, o qual já conhecia por ser irmão de um dos meus amigos, moradores da “Invasão do Km2”.

No dia 15 de março, conversei com Lucas, que estava no local da academia, juntamente com quatro amigos, sendo que nesse momento não havia nenhuma participante (grupo de mulheres) no local. O diálogo iniciou lembrando minha amizade com seu irmão e os momentos em que frequentávamos a residência um do outro, até que o adolescente perguntou o que eu estava fazendo (se eu trabalhava), como demonstrado abaixo:

Lucas: O que tu anda fazendo da vida, tá trampando (trabalhando)?

Diego: Tô na faculdade, estudo sobre as mulheres que utilizam a academia.

Lucas: Sério? Não sabia que tá na faculdade, vi direto tu com as velhinha ali na academia, pensei que tu tava com a tua coroa (mãe) ali na academia.

Diego: Capaz, faço mestrado e estudo como elas (participantes) usam a academia.

Lucas: Tu estuda isso? bá que sem noção, nada a ver (Risos)..... Elas vêm direto aqui (na academia), às vezes a gente tá fumando um daí a gente sai fuma e em outro lugar.

Diego: Sim, percebi isso, fica ruim para elas fazer os exercícios com essa marofa (cheiro de maconha), de vocês. (Risos).

Lucas: Podi crer, por isso que a gente sai daí, mas tá tu ligado fumar maconha aqui no Mallet é tri comum.... E com essa academia é tri bom ficar sentado, curtindo a brisa (Risos).

Diego: Na real elas têm medo dos assaltos que tá rolando (acontecendo) na praça.

Lucas: Bá, daí é outro corre (situação), a gente mete (realiza) uns (assaltos), mas não com as velhinha, é mais com o pessoal que tu vê que tem grana, que tá com um celular massa, daí nós metemo mesmo. Diz pra elas fica tranquila que não vamos meter elas, mas pra ficar ligadas com os pedreiro (usuários de crack), eles não perdoam ninguém.

Com essa conversa, mantive maior contato, de março a agosto de 2015, com esses adolescentes, dialogando sobre temas como as pichações e os chamados “bondes”. Entre os diálogos, eles afirmaram que faziam pichações, porque é comum hoje em dia e que gostavam de ver suas assinaturas (*tags*) na praça (Figura 18) e em outros lugares da cidade. Nas palavras do jovem com o pseudônimo de Alessandro, de 15 anos, “é legal, dá uma adrenalina subir nos prédios”, porém disse que pretende parar de realizar tal prática, pois foi alvo, em maio de 2015, da “Operação Solvente”, por conta da qual revistaram a sua casa e em decorrência das evidências dele pichar, teve de fazer serviços comunitários, além de pagar uma multa de 500 reais⁴⁵.

⁴⁵ Vale lembrar que em março de 2015 ainda não havia sido sancionada a Lei antipichação, dessa forma o adolescente teve que pagar uma multa menor, de 500 reais, pois já era reincidente.

Figura 18 – Placa de orientação de atividades físicas pichada.



Fonte: Autor, 20 de março de 2015.

No tocante aos “bondes”, esses jovens evidenciados no texto discorreram sobre as brigas habituais com a “galera” de outras regiões da cidade e afirmaram que esse fato vem aumentando atualmente, de modo que precisam estar sempre atentos para uma possível briga: “Tu tem que tá sempre ligado, porque às vezes vem à galera da leste com facas e até de canos (revólver) querendo te matar”, relatou Alessandro em uma conversa no dia 7 de abril de 2015. Com base nas narrativas desses jovens, constata-se que os “bondes” são formados por grupos rivais de diferentes regiões de Santa Maria, “a galera da zona leste”, por exemplo, possuem rivalidades com os jovens que residem na região oeste do município, no qual ocorrem brigas. Acontecimento antigo em Santa Maria, repaginado com a denominação bonde, sendo tema de numerosas matérias dos jornais da cidade.

Diante do exposto, é compreensível a sensação de insegurança das participantes que utilizam a AAL sobre a qual estamos realizando nossa abordagem contextual. Apesar de os adolescentes Lucas e Alessandro (pseudônimo) afirmarem que elas não são o perfil de pessoas a serem assaltadas e que devem tomar cuidado com os usuários de crack, o ambiente da Praça Mallet é perigoso porque as participantes ficam à mercê das situações que ocorrem naquele espaço, independentemente de não serem o alvo delas. Dessa forma, no horário diferenciativo

de inverno, quando escurece mais cedo do que nas demais estações do ano, as participantes iam à academia com certa antecedência em relação ao horário costumeiro em que a frequentavam, logo, próximo às 16 horas com retorno para casa no instante em que começava a anoitecer.

Essa conjuntura apresentada vai ao encontro do estudo de Cornelia Eckert (2002, p. 96) sobre o medo estruturante dos idosos de Porto Alegre em frequentar espaços públicos em determinados horários. A “noite que é sinônimo de medo” no centro de Santa Maria, informação alinhavada na reportagem especial do jornal *Diário de Santa Maria* (já mencionada anteriormente), é uma realidade constatada pelo grupo de mulheres que utilizam a AAL da Praça Mallet.

Interessante notar que, contrariamente aos dados trazidos pela matéria especial do jornal *Diário de Santa Maria* e às visões das participantes da AAL em questão, foi às 7:00 horas da manhã do domingo de 9 agosto de 2015 que quatro pessoas sofreram assaltos na Praça Mallet⁴⁶. Nas semanas seguintes, as participantes não utilizaram mais a academia e, conseqüentemente, considerei que era o momento de “sair do campo”. Ao tomar essa decisão, fui até as residências das cinco participantes no dia 24 de agosto de 2015, as quais eu já conhecia os endereços por conta da relação interpessoal estabelecida durante as observações em campo, uma vez que eu precisava informar-lhes sobre o encerramento da minha presença na academia e as motivações para tal: a frequência baixa delas na academia nos últimos tempos por causa dos assaltos recorrentes no local; e a possibilidade de eu começar a focar na escrita da dissertação de mestrado, já que julguei ter dados de coleta suficientes para esse propósito. Nesse sentido, a próxima seção desse capítulo tratará de aspectos de vida dessas cinco participantes da Academia ao Ar Livre por meio de diálogos irrompidos nas observações em campo.

2.6 NARRATIVAS DAS ATIVIDADES FÍSICAS: SAÚDE E SOCIABILIDADE

Esta seção tem por objetivo apresentar como aspectos de vida de Lúcia, Sueli, Sônia, Eva e Rute estão relacionados aos motivos para a utilização da academia na Praça Mallet, bem como destacar como elas mantinham laços de amizades.

⁴⁶ Maiores detalhes na matéria do jornal *Diário de Santa Maria*: Disponível em: <<http://diariodesantamaria.clicrbs.com.br/rs/geral-policial/noticia/2015/08/quatro-pessoas-sao-assaltadas-na-praca-do-mallet-em-santa-maria-4821357.html>>. Acesso em: 04 jan. 2015.

Para tanto, inicialmente, disponho-me a analisar certos aspectos de vida da participante Lúcia, de 60 anos. Ela é professora aposentada de uma escola municipal e reside na Rua Andradas, em um residencial para famílias de militares. É casada com um militar aposentado, sendo que ambos possuem uma filha enfermeira, de 35 anos e dois netos, um de 5 e outro de 12 anos, residindo na mesma casa. O esposo, segundo Lúcia, “é daqueles que viveu sempre no pique do quartel, nunca tá parado, até hoje acorda cedo, faz musculação e é técnico de time (amador) de futebol, não consegue tá parado”. Depreende-se da fala de Lúcia que esta participante da academia sempre teve o incentivo do marido para realizar atividades físicas, especialmente quando, aos 40 anos de idade, foi diagnosticada com diabetes.

Com o diagnóstico dessa doença, Lúcia teve que mudar, drasticamente, sua alimentação no que diz respeito à ingestão de alimentos com altos índices de glicose, bem como foi recomendada pelos médicos a realizar alguma atividade física para auxiliar no tratamento da doença. Vejamos as considerações de Lúcia acerca do momento em que soube que tinha diabetes: “foi horrível... ter diabetes na época era como tu ter câncer hoje em dia, todo mundo falava para mim me cuidar, porque poderia morrer a qualquer momento, tive até depressão daí fiquei em laudo, fiquei uns seis meses ou até mais sem dar aula”. Essa participante, a qual se aposentou do exercício de professora com 50 anos, aprendeu a conviver com essa enfermidade, acostumando-se a uma nova dieta, fazendo, frequentemente, caminhadas ao redor da Praça Mallet. É necessário enfatizar que Lúcia possui convênio de assistência médica particular, de modo que realiza constantemente exames médicos, assim como consultas com nutricionistas e outras profissões das áreas biomédicas, possuindo, assim, maiores conhecimentos e tratamentos da diabete.

A respeito do convívio com o diabetes, Lúcia disse: “às vezes esqueço que tenho diabete, é só tu cuidar um pouco da alimentação, mas não deixo de dar minhas escapadinhas, às vezes tomo refri e como doces, meu marido e minha filha ficam loucos quando sabe que comi doces, mas eu sei meu limite... sei quando posso comer um docinho”.

Os depoimentos de Lúcia são pertinentes para analisarmos as representações sociais⁴⁷ do diabetes, questão tratada por Reni Barsaglini (2011). Essa autora planifica, entre outros temas, a experiência das pessoas diabéticas e as formas/estratégias para conviverem com essa enfermidade, a qual é “gerenciável, mas incurável, impondo contínuo controle médico, assim como o permanente cuidado de si pelos adoecidos” (BARSAGLINI, 2011, p. 10). Referente

⁴⁷ O conceito de representações sociais adotado por Barsaglini fundamenta-se na abordagem de Philippe Adam e Claudine Herzlich (2001) e é entendido como construções mentais com enraizamentos social e histórico, mas também como interpretação e questão de sentido, cuja análise comporta diferentes níveis, como o macrossocial, o microssocial e o singular/biográfico.

aos cuidados realizados pelos (as) diabéticos, em um estudo de caso de usuários do SUS na cidade paulista de Piracicaba, Barsiglini constatou como esses burlam as recomendações médicas com a finalidade de aliviar o peso da acirrada vigilância sobre eles, advindos tanto dos especialistas das áreas médicas, quanto dos familiares e dos (as) amigos (as). Burlar no mesmo sentido das “escapadinhas” de Lúcia em sua fala já citada, que não deixa de tomar refrigerante, ou de comer algum doce, apesar do olhar constante do marido e da filha. A esse aspecto, podemos referir o conceito de cuidado de si, já que há um saber sobre o limite na ingestão de alimentos que contém glicose.

Além do diagnóstico de diabetes, os anos de trabalho como professora acarretaram dores nas articulações dessa participante, apontadas por ela como consequência “de tanto ficar escrevendo no quadro e sentada”. As dores mais constantes são nos joelhos e na coluna, mas com as caminhadas ao redor da Praça Mallet, recomendada por médicos para tratar do diabetes, tornaram-se menos evidentes. Por morar com o marido, com uma filha e com dois netos, Lúcia é sobrecarregada nas funções diárias do lar, uma vez que prepara as alimentações do dia a dia, limpa a casa e cuida dos netos, pois sua filha não tem tempo devido à carga de 40 horas de trabalho como enfermeira.

Lúcia tece algumas considerações acerca da sua rotina diária: “tenho que fazer tudo em casa, meu marido não ajuda em nada, só pensa em treinar o time (de futebol amador), minha filha coitada tá sempre no hospital daí eu cuido dos meus netinhos, mas eles (os netos) nem conversam comigo tão sempre mexendo no celular, nos computadores, daí venho na academia, faço uns exercícios e converso com as amigas e esqueço de tudo isso”. Percebemos, na situação relatada por ela, um fenômeno tratado por Alda Britto da Motta (2002, p. 42), o de famílias multigeracionais, caracterizadas pela presença simultânea de diferentes gerações em uma mesma residência, como acontece na casa de Lúcia, onde os membros de uma mesma família pouco dialogam e pouco convivem entre si.

Lúcia passou a convidar, a partir de 2010, sua vizinha Sueli para caminharem juntas ao redor da Praça Mallet, pois procurava não apenas realizar atividades físicas para tratamento do diabetes, mas também para estabelecer relações sociais de interação e de diálogo. Sueli tem 65 anos e é viúva de um militar aposentado há mais de 15 anos, fato que a levou a se tornar bastante solitária, acentuado, também pela ausência de seus dois filhos, de 30 e de 34 anos, que seguiram a carreira militar e que residem no Estado de Minas Gerais. Sueli conta: “depois que comecei a caminhar com a Lúcia me senti menos sozinha, foi muito bom, andava só em casa olhando TV, depois comecei a gostar de vim aqui (na Praça Mallet) e caminhar, passou até a minha solidão”. Após a instalação da Academia ao Ar Livre, em março de 2013, Lúcia e

Sônia passaram a utilizá-la com frequência, pois nas palavras de Sueli “todo mundo sabe que é bom fazer uma atividade física para saúde”.

Seguidamente, essa participante de 65 anos, mencionava programas televisivos, em especial o programa *Bem-Estar*, transmitido às 10:00 horas pela Rede Globo, no qual existem reportagens sobre a necessidade de se realizar alguma atividade física, principalmente na faixa etária que compreende os idosos. Sueli comentava sobre casos de amigas que se aposentaram e “não fizeram mais nada da vida”, engendrando até mesmo quadros de depressão. Para evitar, além da solidão e uma possível depressão, Sueli procura, rotineiramente, sair de casa, fazer caminhadas e exercícios físicos na academia, para, dessa forma, também, prevenir doenças futuras, mas, principalmente para ficar conversando com a sua vizinha e amiga Lúcia.

Sônia é outra pessoa que utiliza regularmente a academia. Ela tem 51 anos e é professora aposentada de uma escola do município. Reside na “Vila Oliveira” junto com o marido que trabalha em uma oficina de consertos de automóveis e com a mãe que tem Mal de Alzheimer. Os sintomas da doença de sua mãe, principalmente o da perda de memória, começaram aos 83 anos, momento em que Sônia já estava aposentada. Evocando esse período da sua vida por meio das lembranças, a participante expôs “Foi horrível, de uma hora pra outra a mãe começou a esquecer de tudo, esquecia do meu nome, do nome dos meus filhos, as vezes quando tu via ela tava no meio da rua parada, daí vi que só eu podia ajudá-la”. Com a doença de sua mãe, ela ficou encarregada de ser a cuidadora dela, responsável por administrar os bens, por assinar documentos, por retirar o dinheiro da aposentadoria e por controlar a medicação, o que em resumo, equivale a dizer que os encargos necessários que essa doença requer ficaram sob a tutela de Sônia. Durante quatro anos, Sônia realizou essas tarefas, porém desgastou-se, de modo que contratou o serviço de uma cuidadora de idosos, a qual passou a prestar seu ofício no horário das 17 às 21 horas.

Para sair um pouco do ambiente da casa onde sua mãe “grita, faz horrores”, Sônia passou a realizar caminhadas no entorno da Praça Mallet no horário em que sua mãe está sob a incumbência de uma profissional. Com a instalação da Academia ao Ar Livre na praça em questão, passou a utilizá-la, conhecendo, assim, Sueli e Lúcia. A afinidade com Lúcia foi rápida, visto que ambas são professoras aposentadas. As duas, além de compartilharem experiências sobre as dores corporais causadas pela profissão, dialogavam bastante sobre o tempo em que os alunos respeitavam mais as professoras: “hoje em dia os alunos não respeitam mais, é um marginaledo nos colégios, tem uma amiga minha que até apanhou de um aluno”, relatou Sônia para Lúcia. Sobre esse diálogo, cabe salientar que, Lúcia, também

possuía a mesma visão de Sônia, afirmando que a relação professor (a) e alunos (as) estava cada vez mais difícil, sobretudo em razão do uso de celulares em sala de aula, o que dificulta a atenção dos alunos. A visão em comum dessas duas participantes sobre os alunos torna-se compreensível quando refletimos a respeito de pessoas com idades de 51 e 60 anos, as quais vivenciaram e vivenciam uma série de transformações de uma sociedade industrializada e informatizada, evocando seus passados por meio de memórias.

Com o fito de ter uma companhia para ir até a academia, Sônia convidou sua amiga Eva. Essa tem 53 anos; é solteira, mãe de dois filhos, um de 17 e outro de 26 anos, e mora na “Invasão do Km2”, exercendo a profissão de auxiliar de limpeza na escola onde Sônia lecionava. Eva é natural da cidade de Santiago, RS, mas veio para Santa Maria, com 16 anos, morar na casa de uma tia com a intenção de acabar o Ensino Médio e depois conseguir um emprego. O emprego firmado legalmente, somente se concretizou após ela passar em um concurso público da Prefeitura Municipal de Santa Maria quando tinha 38 anos, até essa idade, Eva realizava serviços ocasionais de limpeza de casa. Por não possuir residência fixa, Eva inscreveu-se no Programa Minha, Casa Minha Vida, pelo qual foi contemplada com uma casa no bairro Km 2 em 2011. Essa participante foi, continuamente, a mais descontraída do grupo; fazia brincadeiras por ser a “solteirona do grupo”, a que não devia satisfação para marido, dizendo certa vez: “quando vou nos bailes sempre arrumo um homem bem bonito pra mim”. Ao contar as histórias das festas que frequentava, mobilizava o riso nas demais participantes da AAL da Praça Mallet. Muitas vezes, não realizava exercícios físicos na academia, pois alegava que “de exercício já chega ter que limpar uma escola inteira”, sempre brincando com as situações cotidianas. Nas observações em campo, notei que nos momentos em que Sônia dialogava acerca dos problemas de convivência com a sua mãe (que tem Mal de Alzheimer), Eva procurava mudar de assunto, fazendo Sônia “esquecer”, por alguns instantes do ambiente conturbado do seu lar.

Por fim, nessa seção de capítulo, destacarei aspectos de vida de Rute, de 55 anos. Ela é dona de casa, solteira, mãe de três filhos e avô de quatro netos, residindo na “Invasão do Km 2”. Rute é natural do distrito rural de Santa Flora, mas veio para Santa Maria ainda criança morar na casa de parentes com a finalidade de estudar e conseguir algum emprego. Relatou que trabalhou desde os 12 anos limpando casas de vizinhas, porém parou a mais de dez anos para cuidar dos netos e da sua saúde, dado que tem diabetes, igualmente à participante Lúcia. Rute contou-me, certa vez, que nunca tinha ido a consultórios médicos fazer exames, pois tinha uma rotina muito intensa quando do período em que trabalhava com faxinas em casas de clientes, entretanto, aos 45 anos, quando estava efetuando uma das suas

faxinas, desmaiou e foi levada para o hospital, onde, após passar por uma série de exames, foi diagnóstica com diabetes.

Rute não aceitava a doença e afirmou em um dado momento: “eu não entendia no começo, sou de fora, como só arroz, feijão e carne, nem gosto de doce”. Diferente de Lúcia, Rute não possuía maiores informações sobre a doença e a forma de tratamento, apenas fora orientada por médicos a realizar atividades físicas, de maneira que começou a utilizar a Academia ao Ar Livre. A doença em comum aproximou Rute de Lúcia, sobremaneira, pelo fato dessa ter um conhecimento maior sobre o diabetes, repassando-o a aquela sob a forma de conselhos, mas também por dividirem um mesmo problema diante da tarefa de lidar com a enfermidade, os momentos em que “dão uma escapinha” e comem doces.

Reportando as três dimensões do governo ético (*government of the self*) formulados por Dean (1999), percebemos que a substância ética, aspecto ontológico, almejada pelas praticantes da AAL da Praça Mallet, estão vinculados aos cuidados de uma doença já existente, Lúcia e Rute para tratar da diabetes, e ou para prevenção de uma futura enfermidade. Para tanto, os modos como são realizados os exercícios físicos, dimensão ascética, são praticados sem grandes preocupações com os efeitos das atividades físicas, as quais são realizadas sempre envoltas por conversas e por brincadeiras, nas quais a sociabilidade é de suma importância para a presença no local. Contudo, há fatores de ordem externa as quais influenciaram a presença na academia. Frases como “todo mundo sabe que é bom fazer atividade física”, de “nunca ficar parada”, apontam para diferentes formas de saber acerca dos benefícios da atividade física, evidenciados nas recomendações médicas para tratamento da diabetes, e até programas televisivos. Esses fatores foram subjetivados nas praticantes, ou seja, com a ideia que para terem uma vida saudável é necessário fazer exercícios físicos na Academia ao Ar Livre.

Em suma, os motivos para o uso da academia estão relacionados aos cuidados da saúde. Todavia, os motivos das ações, fazer atividade física, proporcionou novas finalidades. Sair da solidão de casa e conversar com as amigas, como no caso de Sueli, esquecer por algumas horas do dia a doença da mãe que tem Mal de Alzheimer, como Sônia, acompanhada da amiga Eva, na qual a presença na academia serve mais para conversar. O que há de singular na narrativa de vida dessas pessoas é a necessidade de estarem reunidas e conversando na academia, criando laços de amizade. A academia é como um local de encontro, na qual as atividades exercidas apresentam um caráter coletivo que estimula a sociabilidade.

3 ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO: ATENÇÃO NA ATIVIDADE FÍSICA

As Academias de Ginástica e Musculação (AGM) no Brasil, compreendidas como “centros de atividades que prestam serviços de avaliação, prescrição e orientação de exercícios físicos, sob supervisão direta de profissionais da educação física” (MARINHO; GUCLIELMO, 1997, p. 47), sofreram transformações nas suas características com o passar dos anos. O trabalho de Furtado (2009) demonstra as atuais tendências dessas academias para se adequarem a novos discursos da atividade física. Nesse sentido, há uma mudança em relação à visão do *Fitness* (aptidão física), associado ao desempenho físico e estético, para uma concepção *Wellness* (bem-estar), que pressupõe um olhar amplo da atividade física, relacionado não apenas a valores estéticos, mas também à qualidade de vida e bem-estar. Saba (2006) concebe *Wellness* como:

Olhar o ser humano como um todo. Os compromissos que cada indivíduo deve assumir consigo mesmo, a fim de respeitar-se e preservar-se. É um código de atitudes saudáveis que promove altos índices de saúde e prevenção de doenças. O nível de *wellness* de uma pessoa depende muito de suas escolhas, na qual a prática do exercício físico é parte desse processo. O conceito de *fitness* está dentro do modelo *wellness*. Esse é o modelo que fortalece a permanência dos clientes nas academias e cria inúmeros vínculos além do estético (SABA, 2006, p. 144-145).

A saúde passa a ser elemento primordial nessa perspectiva, na qual é compromisso dos indivíduos alcançá-la por meio de escolhas e de comportamentos saudáveis. Os instrutores das academias devem ser capazes de transmitir conhecimento não apenas na esfera da atividade física, mas também no ensino dos alunos sobre a importância de uma alimentação saudável, os prejuízos do excesso de exercício físico e o uso de anabolizantes. Podemos dizer que o instrutor deve ser um promotor, facilitador, habilitador da saúde, semelhante à perspectiva das Políticas de Promoção de Saúde, as quais deram origem às Academias ao Ar Livre.

Contudo, a visão *Wellness*, não exclui a de *Fitness*, uma vez que a aptidão física começou a ser tratada, também sob o ângulo de perspectivas mais amplas que visem o bem-estar pessoal. Desse modo, as AGMs procuram diversificar ao máximo suas atividades, ofertando, por exemplo, aulas de dança, lutas marciais e treinamentos funcionais, a fim de abranger o maior número de possível de público.

Em Santa Maria a quantidade de AGM tem aumentado gradativamente nos últimos anos. Em 2007, segundo a pesquisa de Roth (2007)⁴⁸, havia 22 academias. No ano de 2015 realizei um levantamento⁴⁹ no Conselho Regional de Educação Física (CREF), no qual apontou para o número de 87 academias cadastradas por proprietários no município. Um dado relevante constatado, neste levantamento, é a inserção de novos termos nas denominações das academias. Os convencionais nomes vinculados a “transformação do corpo” mediante a musculação, geralmente com palavras da Língua Inglesa como “*Power Muscle*” e “*Body Revolution*”, estão cada vez mais sendo substituídos por termos como “bem-estar”, “nova saúde” e “equilíbrio”, configurando a inserção, apontada por Furtado (2009), da perspectiva *Wellness* nas Academias de Ginástica e Musculação em Santa Maria.

3.1 ACADEMIA EFICAZ: “FOCO NO TREINO”

Com base nessas mudanças ocorridas nas AGMs, encontrei na Academia denominada “Eficaz” um local fértil para a realização da pesquisa. O próprio nome e *slogan*; “Academia Eficaz: seus objetivos com resultados” seguidos das palavras “Estética, lazer, saúde, bem-estar e performance”, informam, linguisticamente, a presença tanto de uma visão *Wellness* (saúde, bem-estar), quanto de uma perspectiva *Fitness* (estética, performance).

Inicialmente realizei observações em campo, de março a maio de 2014, na unidade da Academia Eficaz, localizada na Rua Borges de Medeiros, próxima a Praça Mallet. Partia da ideia de pesquisar como indivíduos que residem na mesma região utilizam dois modelos distintos de academias (ao ar livre e de ginástica e musculação). Contudo não conseguia interagir com as pessoas que faziam uso desta academia. Este fato, creio, está relacionado em um momento da pesquisa na qual não compreendia que a falta de interações entre praticantes de AGM é um relevante dado de pesquisa. Aliado a isso, não mantinha uma rotina de treinos, em muitas ocasiões ficava semanas sem fazer musculação, fato que dificultava as observações em campo, pois “uma semana sem musculação o corpo esfria”, como nas orientações de instrutor.

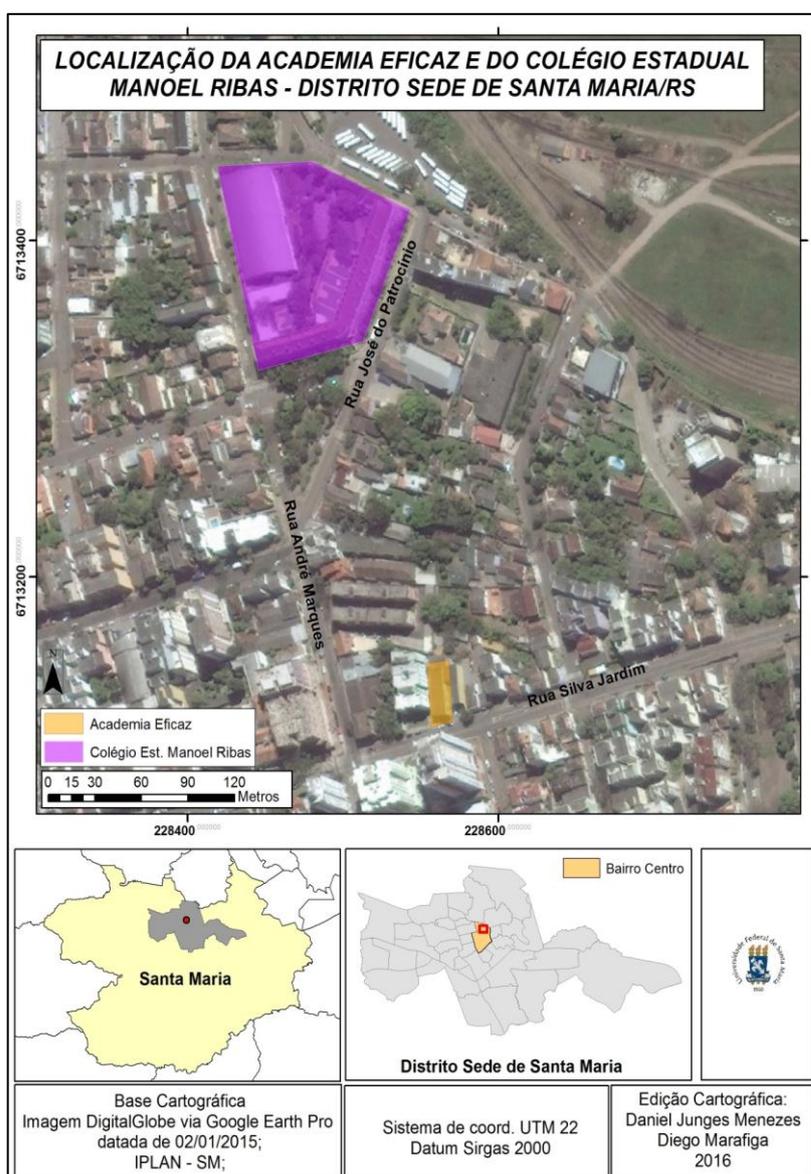
Logo, com a inauguração, em 17 de agosto de 2014, de outra unidade da Academia Eficaz, situada na Rua Silva Jardim, nº 2128, bairro centro de Santa Maria (Figura 19),

⁴⁸ Esta pesquisa é resultante da dissertação de mestrado em administração pela UFSM, na qual trata da competitividade das Academias de Ginástica e Musculação em Santa Maria. Ver Roth (2007).

⁴⁹ O levantamento foi realizado no *site* do Conselho Regional de Educação Física (CREF) na área destinada a consultas de academias cadastradas por cidades no Rio Grande do Sul, disponível em <<http://crefrs.org.br/registro/buscaPJ.php?cidade=SANTA+MARIA>>. Acesso em: 18 dez. 2015.

configurou-se como uma possibilidade de “recomeço” para a pesquisa. A mudança do local de pesquisa, a partir de setembro de 2014, teve efeitos positivos, conta a esse fato que o público que usufrui da Academia Eficaz, na Rua Silva Jardim, é formado, em sua grande maioria por estudantes universitários e professores (as), aspecto que auxiliou na aproximação com as pessoas.

Figura 19 – Localização da Academia de Ginástica e Musculação Eficaz, com destaque para a proximidade com a Escola Estadual Manoel Ribas.

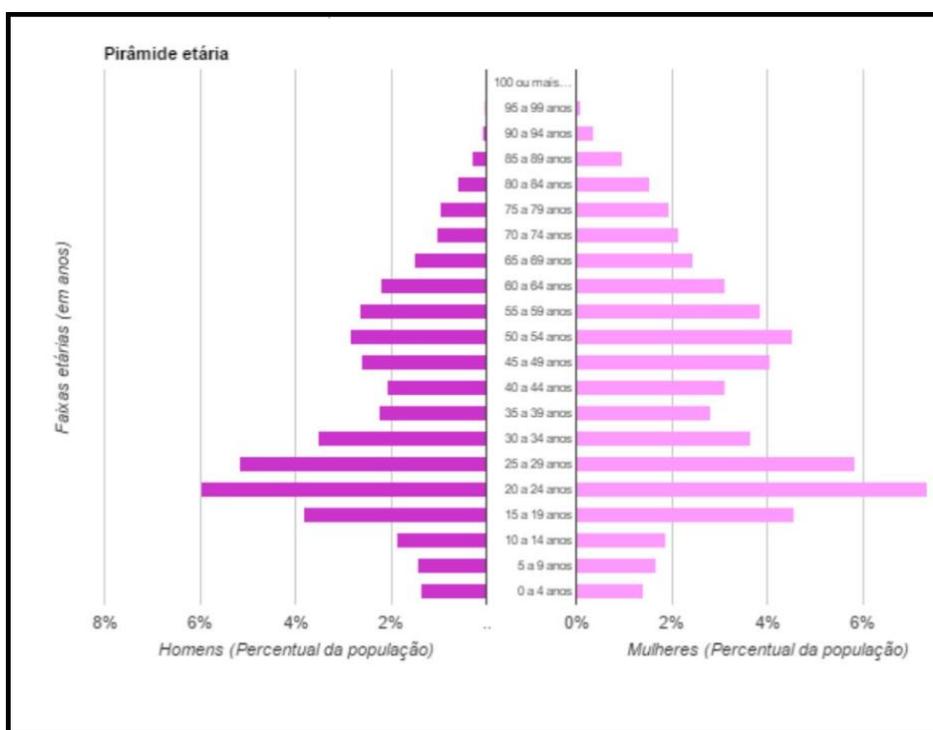


Fonte: Daniel Menezes (2016).

A presença de estudantes universitários e de professores (as) na academia em questão está relacionada com as características da população do bairro centro. Este é o mais populoso

de Santa Maria, no qual conta com 17.847 habitantes, onde se fazem presentes os principais estabelecimentos comerciais (farmácias, supermercados, lojas de roupas e de eletrodomésticos), bem como escolas de Ensino Médio, com destaque para a Escola Estadual Manoel Ribas, e instituições de Ensino Superior como a UNIFRA (Centro Universitário Franciscano; universidade privada). Esse fator influencia na pirâmide etária do bairro, no qual predominam pessoas com idades de 20 a 24 anos, constituídos, na grande maioria, por universitários, parcela significativa da população flutuante de Santa Maria (Figura 20).

Figura 20 – Pirâmide etária da população do Bairro Centro de Santa Maria.



Fonte: Programa sinopse por setores do censo do IBGE (2010).

Com a inauguração da Academia Eficaz (Figura 21), esta se tornou outro importante estabelecimento para universitários, bem como para pessoas que exercem outras profissões na região. Essa academia possui três proprietários e oito instrutores, a qual conta, segundo relatos de Marcelo (pseudônimo), um dos donos do local, com 300 clientes. Todavia, o número é variável, pois muitas pessoas apenas fazem a inscrição, mas em pouco tempo desistem de fazer musculação, conhecidos no vocabulário local como "turistas".

Dentre essa variável quantidade de 300 clientes, a maioria, de acordo com Marcelo, é formada por estudantes de universidades da cidade e por professores (as) de escolas de Ensino Médio e Superior, situação esperada em virtude da configuração populacional do bairro centro.

Figura 21 – Foto da fachada da Academia Eficaz.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

Essa academia funciona de segunda-feira a sábado nos respectivos horários: 1) nos dias de semana, o turno da manhã é das 7 h até às 12 h, e o período da tarde e noite é aberto às 12h e 30 min e fechado às 22 h, e 2) nos sábados, o horário de funcionamento é das 12h às 17 h. Referente aos preços, a Eficaz disponibiliza três formas de pagamento: 1) mensal, no valor de R\$ 72,00, 2) trimestral, no valor de R\$ 180,00 e 3) semestral, no valor de R\$ 380,00. As pessoas que se inscrevem no trimestral, ou no semestral, concorrem a prêmios mensais, tais como almoços em restaurante vegetarianos, *books* de fotografias e um mês grátis na academia, que pode ser usado para presentear um amigo (a), namorado (a), esposo (a). Além de musculação, a Eficaz oferta aulas de dança (axé, zumba e funk) e de lutas marciais⁵⁰ (muay-thay, jiu-jitsu e taekwondo), assim como oferece convênios com nutricionistas e com fisioterapeutas que dão descontos nas consultas para os clientes da academia em questão.

⁵⁰ A Academia Eficaz patrocina lutadores e lutadoras de muay-thai e de taekwondo de Santa Maria, sendo que entre eles, alguns já ganharam competições nacionais nessas categorias esportivas.

Para utilizar a academia é solicitado, inicialmente, um atestado médico⁵¹ que autoriza a realização de atividades físicas. Logo após essa autorização de uso, os clientes passam por uma avaliação física, momento em que informam os objetivos que pretendem atingir com os serviços disponibilizados pela Eficaz. Nesse instante, os clientes passam por verificações de medidas antropométricas e de análise da composição corporal, dados que são transmitidos a um programa computadorizado⁵², para, desse modo, serem prescritas as séries de treinos que deverão ser seguidos pelos participantes.

Similar às demais academias desse modelo, há sempre músicas, geralmente do estilo eletrônico, tocando no ambiente em que se executam as atividades físicas, intercaladas com informações e dicas para os clientes, chamadas de “Rádio Eficaz”. Esse veículo ensina sobre como usar os aparelhos, sobre o revezamento desses com as outras pessoas da academia, bem como sobre a necessidade de trazer a toalha para evitar deixar os assentos com suor. Há, também, dicas de saúde, que giram em torno de anúncios acerca de quais alimentos ingerir antes e depois da musculação, sobre a necessidade de se manter sempre hidratado, os benefícios proporcionados pela realização da atividade física e sobre o horário de funcionamento da academia. Uma característica importante e diferenciada dessa academia é ofertar práticas ao ar livre, como trilha, rapel, rústica, torneio de futebol e *jump*, eventos denominados como “Eficaz Explore”. Segundo o proprietário Marcelo, tais atividades servem “para aproximar os clientes e proporcionar momentos de lazer fora das quatro paredes da academia”.

As observações em campo na Academia Eficaz, de fato, tiveram seu início em dezembro de 2014. Na realidade, eu frequentava o local anteriormente (setembro a novembro de 2014), período em que obtive as informações citadas nos parágrafos acima (sobre localização, tipos de serviço ofertados), porém encontrava dificuldades de manter relações pessoais com os demais participantes, coabitantes do local, devido à minha timidez. Aliado a isso, não conseguia realizar uma sequência de treinos por conta de uma não habilidade em relação a exercícios físicos, tal que parecia uma espécie de “turista” no local. Nesse sentido, questionava-me: Será possível realizar a pesquisa? Conseguirei vencer a timidez e interagir

⁵¹ A solicitação de atestado médico ganhou força após ocorrências de mortes de clientes em 2014 e 2015, no momento em que utilizavam Academias de Ginástica e Musculação. Nesse sentido, estados como São Paulo e Rio de Janeiro criaram leis que obrigam o atestado médico prévio em AGMs, de modo que se comprove que as pessoas estão aptas a realizar exercícios físicos. No Rio Grande do Sul, não há uma lei que obrigue o requerimento de atestado médico, sendo essa uma decisão que cabe aos proprietários das academias.

⁵² O programa utilizado é o *Physical Test*. Nesse *software* são inseridas medidas corporais e capacidade cardiorrespiratória, as quais são demonstradas em gráficos e tabelas, de modo a criar uma série de treinos específicos para cada cliente.

com as pessoas? Terei aptidão física para fazer musculação? Esses fatores foram impeditivos para realizar a pesquisa, tanto que não informei aos proprietários, de setembro de 2014 a novembro de 2014, sobre as minhas pretensões ao utilizar o estabelecimento, pois ainda não tinha certeza se conseguiria fazer o estudo na academia, em tão grau que, em muitos trabalhos das disciplinas do mestrado, eu abordava e analisava apenas as observações em campo na Academia ao Ar Livre da Praça Mallet.

Todavia, em dezembro de 2014, consegui realizar, processualmente, uma boa sequência de treinos, os quais eram feitos no mínimo três vezes por semana para acostumar o corpo à nova rotina da musculação. Então, seguindo as orientações dos instrutores da academia, eu praticava minha série de treinos da seguinte maneira: trinta minutos de caminhada na esteira e meia hora de atividades nos aparelhos de musculação. A prática de treinamento físico possibilitou-me uma maior interação com os donos do estabelecimento, principalmente com Marcelo, e com os instrutores. Finalmente, considerei possível realizar a pesquisa, pois consolidei uma aliança interpessoal com os donos e com os instrutores da academia em questão, expondo, assim, em 10 de dezembro de 2014, aos proprietários da academia que era mestrando do curso de Ciências Sociais da UFSM e que realizava um estudo científico com participantes de Academia ao Ar Livre e que desejava ampliar a pesquisa com pessoas que utilizam a Academia Eficaz.

Os proprietários aceitaram a realização da pesquisa nas instalações de sua academia, perguntando, sobretudo, como seria o desenvolvimento do estudo. Informei, pois, que faria observações participantes no local, discorrendo sobre o modo dessa técnica de pesquisa. Porém, o proprietário Marcelo fez uma advertência: “não ficar a todo momento questionando o pessoal (da academia), deixa elas fazerem os treinos sem interrupções”. Essa advertência é importante para a pesquisa, de modo que resgatarei esse fator no decorrer subsequente do texto, uma vez que é um dado de análise bastante significativo para os objetivos da pesquisa. Respondi a Marcelo que não era minha intenção alterar o funcionamento das práticas físicas dos utilizadores da academia e que eu faria uso da academia como qualquer outro cliente, observando a maneira que as práticas físicas eram executadas pelas pessoas que estavam junto de mim naquele espaço.

Nos meses de dezembro de 2014 a março de 2015, as interações restringiram-se aos proprietários, principalmente Marcelo, e aos instrutores. Nas conversas, especificamente a do dia 10 de março de 2015, fui questionado por Marcelo sobre a origem e/ou surgimento das AAL que pesquiso e sobre o perfil das pessoas que a utilizam. Redargui que são academias projetadas para pessoas idosas, na qual realizo observação participante com um grupo de

mulheres com idades de 51 a 65 anos. Em um átimo discursivo, o proprietário demonstrou preocupação, afirmando que “a realização da atividade física nessa idade deve ter uma orientação redobrada, pois nesse período é comum as pessoas terem lesões no corpo e a atividade física sem orientação pode ser prejudicial”. Relatei que crianças também a utilizam, essencialmente para brincar nos aparelhos da AAL. Novamente, Marcelo mostrou-se preocupado, pois as crianças também devem ter uma supervisão especial, visto que nessa idade a musculatura ainda não se desenvolveu completamente. Nossa conversa prosseguiu e, entre uma fala e outra, o proprietário então afirmou que “essas academias (ao ar livre) não têm como dar certo porque toda e qualquer realização da atividade física precisa de um treino específico”, porém ponderou que “pelo menos não estão paradas”, considerando benéfico ter pessoas “com esta idade, fazendo atividade física”.

Dois dias após essa conversa, em 12 de março de 2015, Marcelo falou da falta de responsabilidade das AALs comparadas com as Academias de Ginástica e Musculação. Nas suas palavras: “aqui (na Academia Eficaz) se bate um fiscal da prefeitura é necessário ter no mínimo um estagiário da Educação Física licenciado, senão nós tomamos multas. Já nessas academias (ao ar livre) as pessoas fazem exercícios sozinhas e nada acontece”. De fato, segundo o Artigo 1º do Conselho Regional de Educação Física (CREF)⁵³, apenas profissionais da Educação Física, ou estagiários desse curso, devidamente licenciados, podem exercer a profissão em AGMs, caso contrário, essas podem ser penalizadas com multas pelos órgãos responsáveis (prefeituras municipais, por exemplo). Dessa forma, perguntei a Marcelo se ele já tinha presenciado algum caso em que uma AGM sofreu sanções legais por descumprimento da norma que citamos acima. Ele respondeu que sim, mas “em academias pequenas, criadas nas vilas, às vezes até no fundo do pátio, por isso acho injusto essas academias (ao ar livre) não terem profissionais”.

A despeito disso, percebemos uma reivindicação desses profissionais da Educação Física, no sentido de que somente eles podem informar e orientar como as pessoas devem realizar atividade física, configurando uma *expertise* somática, conceito formulado por Nikolas Rose (2013) acerca dos especialistas que exercem seus saberes na administração de aspectos relacionados à nossa existência corpórea. Problematizando as opiniões do proprietário da Eficaz, constatamos o quanto esses profissionais utilizam conhecimento da sua área com a finalidade, na esteira de Nikolas Rose, de assegurar a forma correta de como as pessoas devem desempenhar a prática física, empregando saberes da sua área de ensino, tais como a necessidade de uma supervisão especial em exercícios físicos realizados por pessoas

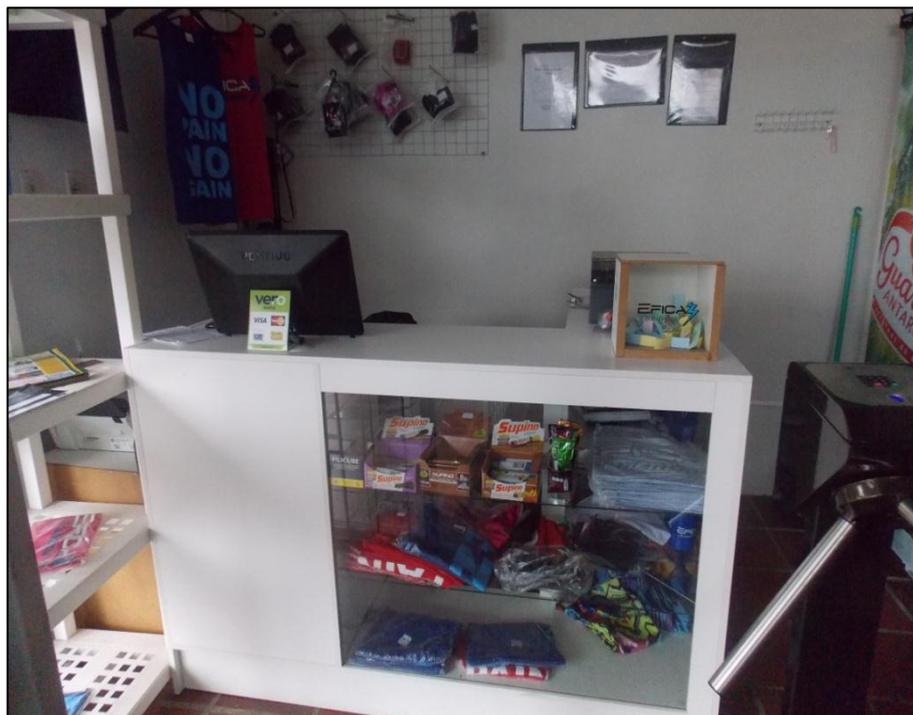
⁵³ Disponível em: < http://crefrs.org.br/legislacao/pdf/lei_11721.pdf >. Acesso em: 3 jan. 2016.

idosas, o cuidado com a musculatura ainda não desenvolvida em crianças, e a probabilidade de lesões causadas em atividades físicas sem acompanhamento de um profissional apto.

Em que pese às questões suscitadas acima, podemos refletir como os conhecimentos do profissional da educação física, acerca da maneira correta para realização de atividades físicas, são executados de modo diferente nas participantes da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet. Os exercícios físicos são efetuados conhecendo os limites do próprio corpo, as lesões, como as dores nos joelhos e nos ombros, são fatores que mediam a maneira que deve ser executada a atividade física, sentido que as dores corporais foram diminuindo, “abaixando”, sem a supervisão de um profissional apto da educação física.

Por conseguinte, de março a julho de 2015, direcionei o olhar para o espaço da academia em diferentes horários do dia (manhã, tarde e noite), observando como as atividades físicas são praticadas pelas pessoas que fazem uso da Academia Eficaz. Concernente ao espaço físico, essa academia possui dois andares: o primeiro é destinado às práticas de ginástica e de musculação e o segundo é destinado às aulas de danças e às lutas marciais. No primeiro andar, na entrada do estabelecimento, fica a recepção (Figura 22), onde são realizadas as inscrições dos clientes, nas quais as pessoas devem informar seus dados pessoais, depois de ter feito a avaliação física, e devem tirar uma fotografia, nas quais todas essas informações são repassadas para um computador.

Figura 22 – Área de recepção da Academia Eficaz.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

Para finalizar a inscrição, é necessário deixar registrado o dedo polegar direito em uma roleta/catraca, a qual controla a entrada e a saída das pessoas e indica/informa os dias restantes para o pagamento da próxima mensalidade. Ainda na recepção, existem produtos personalizados com a marca da academia, vendidos aos clientes que assim quiserem, como camisetas, *leggings*, moletons e garrafas de água. Há, também, para venda, suplementos alimentares e proteínas para aumento de massa muscular, especialmente o produto *Whey*, vendido por um preço menor⁵⁴ do que o encontrado em lojas especializadas nesse ramo na cidade. Por conta desses elementos descritos acima, acerca do cadastramento e do controle dos clientes, assim como da venda de produtos, foi que Marcelo me disse “aqui (a recepção) é o cérebro da academia”.

Após passar pela catraca, há um espaço destinado às atividades aeróbicas e, portanto, é nesse local que se encontram aparelhos como esteiras, bicicletas ergométricas e simuladores de caminhadas (Figura 23).

Figura 23 – Aparelhos de atividades aeróbicas da Academia Eficaz.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

⁵⁴ *Whey* é um famoso suplemento protéico utilizado para emagrecimento e para definição muscular. Nas lojas de suplemento alimentar de Santa Maria, o preço de 1 kg de *Whey* varia de 85 a 90 reais. Na Academia Eficaz, o produto é vendido, com a mesma quantidade, por 75 reais para os clientes.

A região central da academia é composta por vinte aparelhos para musculação, todos numerados, a fim de facilitar a realização sequencial dos treinos estabelecidos na avaliação física individual de cada cliente (Figura 24). Nas paredes, na parte central da academia, há somente um espelho, medindo aproximadamente três metros, assim como cartazes, informando sobre a necessidade de trazer atestado médico e sobre os malefícios do uso de anabolizantes.

Figura 24 – Aparelhos para musculação da Academia Eficaz.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

Existe, ainda, um local capitaneado apenas para a prática de abdominais, onde há um painel, no qual estão expostas fotos das atividades ao ar livre e das competições de lutas marciais da academia (serviços e torneios mencionados no início desse capítulo), lista dos aniversariantes do mês e informações de promoções ofertadas pela academia (Figura 25).

Figura 25 – Espaço destinado para práticas de abdominais na Academia Eficaz, espelho e cartaz informando os malefícios do uso de anabolizantes.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

A região mais ou fundo da academia, traz aparelhos para prática de supino (reto, inclinado e declinado) e os pesos utilizados para esse tipo de exercícios. Diferentemente da área mais central da academia, esse espaço é todo rodeados por espelhos (Figura 26).

Figura 26 – Espaço destinado para os exercícios de supino na Academia Eficaz.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

O segundo andar (Figura 27) é destinado para as aulas de dança e para as lutas marciais. É composto por um ringue, por dois tatames cercados por “sacos de pancadas” e por um local específico para as aulas de danças, no que há um espelho de grandes dimensões para as pessoas seguirem os movimentos corporais exigidos por essa atividade física, de modo a enxergarem as orientações corporais dadas pelos (as) professores (as). Nesse andar, também estão localizados os banheiros e a sala para avaliação física prévia.

Figura 27 – Segundo andar da Academia Eficaz destinado para aulas de lutas marciais e danças.



Fonte: Autor, 15 de outubro de 2015.

O uso dos espaços da academia, sob essas divisões e subdivisões é alterado conforme os diferentes turnos do dia. No período da manhã, das 7 às 12 horas, poucas pessoas utilizam o local, cerca de 5 a 8. O público é formado por pessoas “com idades mais avançadas”, de 40 a 55 anos, principalmente mulheres, fato pelo qual esse turno é conhecido nos dizeres dos circulantes na academia como “horário das vovozinhas”. Também existe a presença de jovens e de adultos que optam por frequentar a academia nesse horário, pois não há tanta circulação de pessoas, de modo que não necessitam, a todo instante, revezar aparelhos com outros (as) participantes, focando mais nos seus treinos pessoais. Nesse turno do dia, o volume das músicas (som ambiente e músicas de prática de atividade) é mais baixo que o habitual e a sociabilidade entre as pessoas se dá com menos intensidade.

No período da tarde, das 12h e 30 min até às 17 horas, aumenta o uso da academia, por volta de 10 a 15 pessoas. Esse horário engloba mais jovens e adultos, acompanhados por amigos (as), namorados (as) e esposos (as), os quais, em muitos casos, criam laços de amizade

com outros participantes da academia. As sociabilidades são mais perceptíveis, na medida em que se materializam conversas sobre diferentes assuntos do cotidiano como, por exemplo, o time de futebol que ganhou, ou que perdeu um jogo no dia anterior e os acontecimentos ocorridos na cidade (festas, *shows*, eventos de lutas marciais, etc.) Situação que se assemelha com as formulações de Nelson Marcellino (2004) sobre o uso das Academias de Ginástica e Musculação como lugar onde também há lazer, configurando-se “não só como locais de práticas com interesse físico-esportivo, mas também de outros conteúdos, como os sociais” (MARCELLINO, 2003, p. 50). Entretanto, quando a conversa está muito acentuada entre os indivíduos, “entra em cena” um instrutor e interpela-os dizendo “vamos falar menos, vamos focar no treino”. Os diálogos também são interrompidos pelos próprios participantes quando percebem que as suas interações estão atrapalhando a execução dos exercícios (deles e dos outros), pronunciando frases como “vamos parar de conversar, estamos matando o treino”.

Já no “horário de pico”, no palavreado dos proprietários e dos instrutores da AGM em questão, a partir das 18 horas, aumenta, consideravelmente, o número de participantes, justamente por se tratar do período do dia em que as pessoas saem dos seus serviços e utilizam a academia. Nesse horário, amplia-se o volume das músicas e o uso do espaço destinado para a prática de supino é mais recorrente. Tal recorrência é reflexo da constituição do espaço, majoritariamente por homens, dentre os quais, muitos são lutadores de artes marciais patrocinados pela Eficaz. Esses lutadores realizam os treinos de preparação para eventos de lutas de jiu-jitsu e de muay thai, os quais acontecem em diferentes cidades do Rio Grande do Sul e em cidades de outros estados brasileiros. O exercício de supino requer muito tempo de academia para ser efetuado, “no mínimo seis meses de musculação, só depois tu pode ir pro supino”, alertou-me um instrutor.

Além disso, para a execução desse exercício é necessário à ajuda de outra pessoa, que auxiliará no controle do levantamento dos pesos. Essa indispensabilidade do outro na execução correta do exercício físico em questão, acarreta, inevitavelmente, uma aproximação entre os indivíduos, de modo que se efetuam relações pessoais entre os participantes, os quais interagem, geralmente, sob a forma de diálogos, sobre o aumento da massa muscular, as competições de lutas de artes marciais e a compra em conjunto do suplemento *Whey*, para tornar um preço acessível a todos. Igualmente a outros horários e espaços da academia, quando a conversa ocorre demasiadamente, os próprios participantes a controlam, dizendo “para de falar, tu veio aqui para treinar ou ficar conversando”. No turno da noite, diminui a presença de pessoas, bem como baixa o volume das músicas (um cenário semelhante ao horário da manhã). Nos finais de semana, o local é pouco utilizado, sendo formado por um

público que segue estritamente a série de treinos, ou por pessoas que não realizaram musculação nos dias de semana e compensam-na no sábado.

Acostumado com a conversa intensa entre o grupo de mulheres da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet, a sociabilidade existente, porém controlada tanto pelos instrutores como pelos próprios participantes da Academia Eficaz, era estranho para mim. Logo a advertência inicial do proprietário Marcelo para “não incomodar as pessoas” se tornou compreensível. A maioria das pessoas preferia fazer suas séries de exercícios sem serem interpeladas e/ou importunadas, pois estavam compenetradas com o número de repetições nos aparelhos e, em muitos casos, usavam fones de ouvido, fato que inviabilizava uma possível interação. Conta a esse fato, o papel da música, que sempre vibrante e intercalada pelas informações da Rádio Eficaz, forma como uma “barreira” para possíveis diálogos. Um acontecimento relatado no meu Diário de campo demonstra a relevância da música na constituição do ambiente dessa academia.

No dia 8 de abril de 2015, estava fazendo esteira, era início da tarde, pelas 15 horas, e havia um número significativo de pessoas na academia, entre 10 a 12, até que ocorreu um problema na caixa de som. Sem a música a academia parecia outro lugar, outro ambiente, os barulhos das esteiras, os gemidos de dor ao levantar pesos nos aparelhos eram evidentes, as pessoas se olhavam mais, meio que se perguntando “quando vai voltar à música?”. Após uns 10 minutos sem música, uma mulher aparentando ter de 24 a 26 anos, questionou os instrutores sobre quando retornaria a música, dizendo “é muito estranho malhar sem música, não parece uma academia” (Diário de campo, 08/04/2015).

Notamos que a música administra e mobiliza a academia e os corpos das pessoas na realização dos exercícios, pois sem ela se torna evidente os gemidos, as feições de dor, de cansaço e de satisfação por conseguirem levantar uma quantidade maior de pesos. Diferente de outros trabalhos (HAZEN, R.; VAZ, A. F., 2004; SILVA, 2014) que apontam as AGMs como lugar de exibição de culto aos corpos dentro de um padrão estético (magro, forte e definido), nas observações participantes na Academia Eficaz, presenciei aspecto contrário ao destacado pelos autores acima, já que na AGM pesquisada, olhar para o corpo do outro era, na maioria das ocasiões, evitado, como exposto na anotação do meu Diário de campo:

Uma situação tem me chamado atenção nas observações participantes na Academia Eficaz: a evitação para o olhar do outro. Após eu finalizar uma série de exercícios nos aparelhos, acabo olhando “meio que sem querer”, muito devido ao cansaço que requer a prática física, para outra pessoa que também finalizou um exercício. Ao notar que a outra pessoa também olhou para mim (ou vice e versa) nossos olhares logo são evitados, desviados para outro lugar, e voltamos a realizar nossos exercícios (Diário de campo, 07/07/2015).

A situação descrita acima se aproxima das formulações teórico-conceituais de Le Breton (2007) sobre momentos da vida social, em que os corpos são postos em evidência, face a face, como em elevadores e salas de espera, nos quais “os atores esforçam-se mutuamente e com certo desconforto, tornar-se transparentes uns para os outros. Nessas condições, a simbólica corporal perde momentaneamente. O corpo torna-se um peso, um incômodo” (LE BRETON, 2007, p. 49). Não tenho o propósito de negar, completamente, os trabalhos que destacam a exibição dos corpos inseridos em padrão estético nas Academias de Ginástica de Musculação, geralmente ancorados na concepção de disciplinamento dos corpos, mas sim de colocar em relevo novas perspectivas de análise sobre essa questão, problematizando que nem todas as pessoas que fazem uso dessas academias querem expor seus corpos, pois, muitas vezes, ao revés dessa exibição, evitam-na, desviando aos olhares de outrem.

Por outro lado, percebe-se um olhar sobre si, refletido nos espelhos da Academia Eficaz. É um momento da pessoa para consigo, um instante em que ela que olha para si depois de exaustivos exercícios físicos. Ao mesmo tempo, o olhar para o espelho, principalmente no espaço do supino, a fim de visualizar se um membro do corpo (braços, pernas) obteve os resultados esperados após realizar o exercício, apresenta um caráter estético; por isso não excluo, totalmente, a perspectiva da exibição dos corpos de um determinado padrão de beleza nas Academias de Ginástica e Musculação. Contudo, é necessário relativizar o termo “padrão de beleza”. Se pensarmos em padrão como algo que se repete, que é norma na sociedade, ter um corpo magro, forte e definido não é a norma, mas sim algo que somente uma dada parcela das pessoas possui.

A partir dessas considerações, a reaver: os participantes da Academia Eficaz não gostam de ser incomodados durante a realização de suas atividades físicas; as músicas da academia em questão apresentaram-se como uma barreira para possíveis conversas. Desse modo, eu não conseguia manter maiores interações com as pessoas frequentadoras do local, fator que eu compreendia no início das observações, como um problema de entrada em campo. Sem embargo, com uma frequência mais vigorosa no local, juntamente com as leituras de Michel Foucault acerca das técnicas de si, o que até então eu considerava como uma adversidade de inserção ao campo passou a ser compreendido como um dado de pesquisa importante para a elucidação dessa problemática. Podemos, então, analisar os comportamentos das pessoas que fazem uso dessa academia como uma nova configuração de uma antiga tecnologia de si, o retiro (*anachóresis*), um “olhar sobre si mesmo, desviando do olhar dos outros” (FOUCAULT, 2010, p. 147).

Desviar-se da conversa alheia e até mesmo da visão do outro, utilizar fones de ouvido e focar na série de exercícios são momentos de si, nos quais as pessoas designam algumas horas do dia para se esquecer de problemas da vida cotidiana, como por exemplo, a entrega de trabalhos da faculdade por parte dos estudantes, a carga excessiva de aulas e os trabalhos a serem corrigidos por parte dos (as) professores (as). Esses momentos de si podem ser referidos como uma espécie de retiro para si, paradoxalmente realizado em um local com grande circulação de pessoas, principalmente no “horário de pico”, no qual os participantes ficam compenetrados nos exercícios, mantendo relações mais com os aparelhos da academia do que com outras pessoas.

3.2 HORÁRIO DA MANHÃ: ENTRE A SAÚDE E A ESTÉTICA

Para sustentar maiores contatos com as pessoas da e na academia, para além das observações relatadas até então, suplantei a utilizar a Academia Eficaz, a datar de agosto de 2015, somente no turno da manhã, o “horário das vovozinhas”, período do dia frequentando, em sua maioria, por pessoas com idades de 40 a 55 anos e, principalmente mulheres, perfil semelhante ao das participantes da AAL da Praça Mallet. O horário da manhã, como já relatado, não é apenas utilizado por “vovozinhas”, mas também por jovens que optam em utilizar a academia nesse turno do dia para não precisar revezar aparelhos com os demais clientes da AGM Eficaz, focando, assim, nos seus treinos pessoais. A menor circulação de pessoas, comparada aos demais horários dos dias, e o volume das músicas tocadas com menos intensidade, também foram fatores que auxiliaram no contato com as pessoas.

As aproximações interacionais subsequentes foram, pois, facilitadas em virtude da presença de participantes professoras, as quais se diferem das da AAL da Mallet, visto que ainda estão em exercício na profissão. Essas aproximações foram favorecidas pelo fator supracitado, entretanto, foi restritiva, pois, como já tratada nessa dissertação, à sociabilidade na AGM pesquisada é, muitas vezes evitada, em razão das pessoas concentrarem-se nas suas séries de treinos, desviando-se de possíveis inconvenientes que possam atrapalhar na realização da prática física. Todavia, observei circunstâncias em que a sociabilidade, máxime as interações, acontecia, mesmo que de maneira muito rápida, principalmente nos períodos de alongamento corporal e no período após o término dos treinos diários. Dessa forma, fui integrando-me aos poucos, no decorrer do mês de agosto daquele ano, às conversas com duas clientes da Eficaz sob os pseudônimos de: Andressa, de 26 anos e Mônica, de 24, colegas de faculdade de um curso da área das humanidades. Compartilhar de uma mesma área de

formação, as Ciências Humanas, foi um coeficiente que auxiliou nos contatos interacionais em função dos diálogos acerca de temas e de autores de conhecimento em comum nas nossas esferas de estudo.

A interação com essas duas participantes iniciava-se na academia, na qual, entre um alongamento e outro, rapidamente dialogávamos sobre nossas pesquisas de curso, situações de interação verbal em que eu aproveitava para expor os objetivos da minha dissertação de mestrado. No dia 4 de agosto de 2015, em uma dessas trocas interacionais, as perguntei se poderiam contribuir para a minha pesquisa, por meio da minha observação acerca do modo como elas praticavam os exercícios físicos na AGM Eficaz. O retorno delas foi, extremamente, positivo, de maneira que Andressa e Mônica encetaram a relatar, em um primeiro momento, os motivos para o uso da academia, que, no caso, era para aumentar a massa muscular, visto que ambas se consideravam muito magras: “desde criança fui à magrela do colégio, daí resolvi pelos 16 anos malhar para aumentar a massa muscular”, disse Mônica no dia 4 de agosto. Nessa conversa, falei que comigo ocorria o contrário, pois era o “gordinho do colégio”, na qual sofria com as brincadeiras dos colegas. Mônica brincou com a situação, falando “garanto que os que tiraram sarro (brincadeiras) contigo hoje tão tudo barrigudos (risos)”.

Eram breves os diálogos como esses, pois “a academia é feita pra malhar, não pra conversar” como informou Mônica. Logo, o contato entre eu e elas, Mônica e Andressa, foi estendido via rede social *Facebook* e via e-mail, em que compartilhávamos indicações de autores e fichamentos de livros. Foi dessa maneira, através da compatibilidade ocasionada pela similaridade entre os cursos da faculdade (pertencer à mesma área de conhecimento), que fui participando na academia Eficaz junto a essas praticantes da academia, as quais me ensinavam como realizar os exercícios em cada aparelho. Nos momentos em que eu fazia algum exercício de forma equivocada, elas me explicavam sobre a forma correta de proceder: “Tu não pode fazer as repetições muito rápido, é melhor tu fazer devagar, vale mais a pena tu fazer cinco repetições bem devagar, sentindo o efeito do peso dos aparelhos no corpo do que dez repetições rápidas” alertou Andressa enquanto eu fazia o exercício no aparelho para aumento dos braços. No decorrer do mês de agosto de 2015, fiz musculação com Mônica e com Andressa, espaço de tempo em que obtive mais conhecimento sobre aspectos de suas vidas, o momento em que decidiram começar a “malhar” e a forma como os exercícios são realizados por elas na academia.

Como tangenciado anteriormente, Mônica sempre se considerou muito magra, desse modo passou a realizar musculação, com 16 anos, em diferentes academias da cidade, com a

finalidade de obter massa muscular. Desse modo, com a inauguração da Academia Eficaz, continuou fazendo musculação nesta academia, pois fica próxima a sua residência. Com o intento de obter massa muscular, Mônica realizava uma série de treinos, elaborados pelos instrutores da academia, no qual a cada três meses a sequência de exercícios eram alterados. Este tempo é variável, pois dependia do quanto ela evoluiu no mês anterior. O treino fora executado da seguinte maneira. Cada dia da semana era reservado para realização de exercícios em partes específicas do corpo. Segunda, terça e quarta-feira foram destinadas para modelar as coxas, glúteos e panturrilhas. Já na quinta e sexta-feira os exercícios ocorriam para definir os braços, costas e abdômen. Esta sequência de treinos na semana ocasionavam dores corporais, mas para Mônica “a dor é boa porque tu sente que tá fazendo efeito no teu corpo” e também “depois de tanto na academia nem sinto mais dor, só um pouquinho quando aumenta o peso nos aparelhos, mas daí logo passa”.

Para chegar ao seu objetivo, aumento e definição da massa muscular, Mônica cuidava da sua alimentação, procurando não ingerir alimentos calóricos, mas sim que contivessem carboidratos e proteínas, na qual também fazia uso de suplementos alimentares, especialmente *whey*, após os treinos para aumentar a eficácia do seu objetivo. Deste modo, considero, sob o viés das formulações de Nikolas Rose (2013), o uso de suplementos de alimentação como novas formas de aprimoramento corporal com o objetivo de maximizar os efeitos das atividades físicas.

Andressa, de 26 anos, também utiliza a academia para aumentar a massa muscular, dessa forma realiza o mesmo treino de sua amiga e colega Mônica. A sequência de treinos semanais era realizada de maneira mais flexível por Andressa, algumas vezes não seguia o número de repetições nos aparelhos e faltava em determinados dias da semana. O importante para ela era ir à academia, porque “alivia a cabeça dos problemas, tipo, nos dias de provas da faculdade eu venho aqui (na academia) e dá uma arejada na mente”. Diferente de Mônica, Andressa não se preocupava tanto com alimentação e não ingeria suplementos alimentares, dado que, nas suas palavras: “não abro mão de comer o que gosto”.

No começo do mês setembro, observei uma situação que até então não havia presenciado na Academia Eficaz e que diz respeito às escolhas, ou decisões dos próprios clientes sobre os cuidados de si. A situação era a seguinte: um *personal trainer* estava prestando serviço para duas participantes, com os nomes fictícios, de Regina e Jaqueline de, respectivamente, 50 e 55 anos, as quais já utilizavam a academia no horário da manhã, porém seguiam, anteriormente, apenas os treinos estipulados pelos instrutores da Academia Eficaz.

Considerarei importante para a pesquisa observar o treino dessas pessoas com um profissional destinado ao cuidado particular do corpo.

Assim, com esse novo elemento de análise, encontrei a possibilidade de ter maior interação com Regina e com Jaqueline através do intermédio do *personal trainer* de pseudônimo Fabrício. Apresentei a esse, no dia 2 de setembro de 2015, os objetivos da minha pesquisa e perguntei se poderia acompanhar os treinos das suas clientes. Fabrício mostrou-se interessado em relação a alguém que não era do curso de Educação Física e que estava estudando questões relacionadas a pessoas que frequentam Academias de Ginástica e Musculação, porém me alertou: “tu não pode se intrometer nos exercícios delas, porque elas (as participantes) contratam um *personal* justamente para fazer os exercícios de forma correta e a conversa pode ser um empecilho, a respiração é muito importante para que elas possam executar os treinos, elas têm que tá focadas”. Com essa comunicação inicial com Fabrício, então, ficou negociado que eu poderia apenas observar como ele ensinava Regina e Jaqueline a efetuar os treinos, desde que eu não fizesse grandes interrupções, condição crucial para os objetivos da pesquisa em analisar como as atividades na academia são empregadas como técnicas de si.

A partir de então, sem deixar de manter contato com Mônica e com Andressa, acompanhei os treinos do *personal trainer* para com Jaqueline e com Regina, de modo que fui conhecendo, aos poucos, aspectos de suas vidas, os motivos para o uso da academia, bem como a contratação dos serviços de um *personal trainer*.

Jaqueline e Regina são professoras de escolas estaduais e particulares da cidade de Santa Maria e já se conheciam previamente, em razão de reuniões do Centro de Professores do Estado do Rio Grande do Sul (CPERS). Igualmente às professoras aposentadas da AAL da Praça Mallet, o exercício da profissão docente ocasionou dores nas articulações, pois “ficar sentada corrigindo provas tu acaba não se preocupando com a postura e quando vê tá com as costas toda dolorida”, disse Jaqueline. Desse modo, passaram a utilizar a Academia Eficaz com o objetivo de possuir melhor condicionamento físico para, assim, melhorar a postura corporal, bem como para suportar a carga horária de professoras.

Por causa disso, as duas referidas participantes passaram a utilizar a Academia Eficaz, a partir de março de 2015, no turno da manhã durante as segundas, quartas e sextas-feiras, dias da semana e horários compatíveis com períodos em que não estão lecionando. Regina foi a que tomou a iniciativa, no início de setembro de 2015, de contratar os serviços do *personal trainer* de pseudônimo Fabrício e esse profissional formulou um treino com base na vida diária dela, tais como informações sobre quais dias da semana ela trabalhava e que alimento

consumia, bem como solicitou exames médicos trimestrais, como por exemplo, de colesterol e de triglicérides, com o objetivo de maximizar os efeitos dos exercícios físicos. Essas informações foram repassadas para um programa computadorizado⁵⁵ que notifica, por meio de tabelas e de gráficos, as medidas corporais, elemento que propicia a identificação dos exercícios que devem ser intensificados.

O efeito dos serviços contratados por Regina foi imediato, “em menos de duas semanas dias já me sinto melhor, mais disposta, sem dores no corpo, se soubesse já tinha contratado um *personal* antes”, afirmou ela. Regina incentivou Jaqueline a, também, contratar os serviços de Fabrício e essa, então, passou a ter um acompanhamento especial com ele, a partir do dia 14 de setembro de 2015. O treino de Jaqueline era diferente do da sua colega de profissão, pois “cada pessoa tem sua particularidade, um organismo diferente”, conforme as palavras de Fabrício. O treino de Regina com Fabrício iniciava às 9 horas, terminando às 10 horas, momento em que começava o assessoramento de Jaqueline com ele.

Antes de iniciar os treinos de ambas as participantes, existiam conversas proemiais, nas quais Fabrício perguntava às suas clientes se a sequência de exercícios estava surtindo efeito, assim como dialogava sobre diferentes aspectos do cotidiano delas. Após essa interação preambular, as conversas eram cessadas e o treino, propriamente dito, iniciava. Todos os exercícios nos aparelhos são acompanhados, atentamente, por Fabrício, que as orientava quanto à postura e quanto ao modo correto de respirar enquanto realizavam os exercícios. Havia uma etapa de “pausa”, palavra pronunciada por Fabrício, quando esse percebia que Regina e Jaqueline ficavam muito cansadas, o que se configurava como um gatilho para a retomada das conversas, que, dessa vez, são acompanhadas por exercícios de relaxamento corporal. No período da “pausa”, Fabrício motivava as participantes a seguirem com o treino, por meio de conselhos sobre os benefícios da atividade física, utilizando como principal argumento a evitação do acometimento de possíveis doenças. Para Fabrício, o trabalho de *personal trainer* vai além da mera transmissão de treinos pessoais: “tu tem que incentivar a pessoa nos dias em que está sem ânimo para se exercitar, passar conselhos de vida, tem que ouvir a cliente”.

Segundo Jaqueline, após os serviços do *personal trainer*, os resultados foram alcançados rapidamente: “já não sinto mais dores nas costas e tenho mais disposição para dar minhas aulas”. Após melhorar a postura, Jaqueline mudou para um treino com a finalidade de

⁵⁵ O programa utilizado pelo *personal trainer* Fabrício é o *Best Training*. Um *software* pago, no qual é possível inserir diferentes informações acerca dos clientes, desde medidas antropométricas até exames clínicos, e por meio do qual essas informações geram dados que são repassados em forma de gráficos, os quais apontam para a regularidade dos treinos e para quais exercícios devem ser realizados.

emagrecer e definir a musculatura, pois “é bom estar bonita, tu se sente bem”. De modo similar, os treinos de Regina foram alterados com os mesmos objetivos de Jaqueline, emagrecer e definir a musculatura, na qual Regina afirmou “a melhor coisa que fiz foi contratar um personal, tu aprende certinho como fazer os exercícios e vê que os resultados são mais rápidos... ninguém acredita que tenho 55 anos, pensam que tenho 40, 45 anos, isso é muito bom”.

Jaqueline e Regina utilizaram a academia inicialmente para melhorar a postura e condicionamento físico para suportar a carga horária de professoras, mas com a contratação do *personal trainer* passaram a realizar treinos, englobando também preocupações com a aparência física. Não faço juízo de valor quanto à busca dessas participantes da Academia Eficaz em obter “um corpo bonito”, minha visão se aproxima de Nikolas Rose (2013) na qual afirma que “as políticas de governamento não apenas controlam, disciplinam e normalizam os indivíduos, mas também para torná-los mais sábios, inteligentes, felizes, virtuosos, saudáveis, produtivos, cheios de autoestima” (ROSE, 2013, p. 25). Esta questão se faz presentes nas falas de Jaqueline e Regina que destacam o quanto estão felizes, alegres, por se sentirem bonitas, dispostas.

Elementar para esta dissertação é analisar qual a substância ética, dimensão ontológica de Dean (1999), essas praticantes pretendem mudar com o uso da Academia Eficaz. Para Mônica e Andressa o objetivo era obter mais massa muscular, pois se consideram magras, denotando uma preocupação estética, enquanto Jaqueline e Regina tinham como objetivo inicial possuir melhor condicionamento físico para suportar a carga horária de professoras e melhorar a postura corporal, mas com a contratação dos serviços do *personal trainer* passaram a realizar treinos com a finalidade de emagrecer e definir a musculatura. Diferente da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet, os exercícios físicos são realizados através dos conhecimentos de uma “expertise somática” (ROSE, 2013), personificado na figura do *personal trainer*, na qual reporta a tecnologias de aprimoramento, por meio de programas computadorizados, pedidos trimestrais de exames médicos, a fim de maximizar os efeitos dos exercícios físicos.

Percebemos fatores que motivam essas pessoas a utilizarem a academia. As brincadeiras sofridas por Mônica quando era “a magrela do colégio” influenciou na sua subjetividade, de modo mudou sua conduta, fazendo musculação, desde os 16 anos, com o objetivo de aumentar a massa muscular. Referente à Jaqueline e Regina, ao receberem elogios de pessoas de seus convívios sociais, de que estavam mais bonitas, proporcionou um cuidado maior com a aparência física, para além das motivações iniciais de possuírem maior condicionamento físico para o lecionarem nas escolas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta dissertação teve como objetivo compreender as atividades exercidas por pessoas que utilizam Academia ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação como técnicas de si. Para tanto, utilizei como técnicas de pesquisa, a observação participante e entrevistas semiestruturadas junto a pessoas que fazem uso da Academia ao Ar Livre (AAL) da Praça Mallet, localizada na região oeste de Santa Maria, RS, e na Academia de Ginástica e Musculação (AGM) denominada “Eficaz”, situada na região central do município.

Como aporte teórico, empreguei as formulações de Michel Foucault acerca das técnicas de si, entendidas como práticas refletidas e voluntárias através dos quais as pessoas não apenas fixam regras de conduta, como também procuram modificar-se, transformar-se. Antigas técnicas de si, apontadas por Foucault, tais como; asceses (exercícios sobre si mesmo), ritos de purificação, retiro (*anachóresis*), técnicas de resistência, abstinência e dietética, eram realizadas desde a antiguidade Greco-romana, nas quais tinham como finalidade estabelecer o sujeito a acessar uma verdade sobre si. Com a perspectiva de não transpor as análises de Foucault para a atualidade, utilizei, também, autores como Nikolas Rose e Mitchell Dean, que com diferentes enfoques e com trabalhos com distintos objetos empíricos, auxiliaram para melhor compreensão da pesquisa na contemporaneidade.

Contanto, procurei situar o leitor sobre as características locais da cidade de Santa Maria, através de informações gerais sobre o município e a população local, por meio de mapas ilustrativos e indicadores socioeconômicos. Da mesma forma, realizei uma breve retomada histórica a respeito de eventos importantes que auxiliaram no desenvolvimento da cidade, bem como quanto a alguns acontecimentos atuais como a prática de pichação e a sensação de insegurança dos moradores e transeuntes da região central da cidade, os quais refletiram durante o período em que desenvolvi minha pesquisa de campo nesta dissertação.

Quanto às Academias ao Ar Livre, analisei como estas estão inseridas nas diretrizes das Políticas de Promoção da Saúde (PPS), bem como das Políticas de Envelhecimento Ativo. Desse modo, refleti a respeito da noção de empoderamento (*empowerment*) que pressupõe a necessidade da participação comunitária como agentes que possuem o poder de decidir sobre os planejamentos e elaborações de estratégias das PPS. Com base nas formulações de Dean, constatei que a concepção de empoderamento, tem características nos regimes liberais de governo, pois parte da compreensão de um indivíduo livre, capaz de tomar decisões, agora empoderados, sobre suas vidas. Conjuntamente tratei como ocorreu o processo de instalação de Academias ao Ar Livre em Santa Maria. Identifiquei, assim, que para além da retórica de

prover saúde à população, estas academias estão inseridas em um projeto político da municipalidade local a fim de valorizar os espaços urbanos da cidade.

No que tange às observações em campo na Academia ao Ar Livre da Praça Mallet, ocorridas de agosto de 2014 a agosto de 2015, participei das atividades físicas com um grupo cinco de mulheres, com os pseudônimos de Lúcia, Sueli, Sônia, Eva e Rute, as quais possuem idades de 51 a 65 anos. Com as relações em campo observei que estas participantes utilizavam, em conjunto, a academia, com a finalidade de tratar de uma doença, como nos casos de Rute e Lúcia que tem diabetes, e ou para prevenir uma futura enfermidade. Para tanto, as atividades físicas eram executadas sem preocupações quanto ao tempo que deve ser despendido diariamente, quanto à postura exata para tal e ao número de repetições em cada um dos aparelhos da academia. As técnicas utilizadas pelas participantes ocorriam por um conhecimento de si, como, por exemplo, sabendo dos limites do próprio corpo, mediados pelas dores corporais e sentindo o momento em que era preciso cessar as atividades.

As razões para o uso da academia por estas mulheres eram vinculadas aos cuidados da saúde. Todavia, os motivos das ações, fazer atividade física, proporcionou novas finalidades. Sair da solidão de casa e conversar com as amigas, como no caso de Sueli, esquecer por algumas horas do dia a doença da mãe que tem Mal de Alzheimer, como Sônia, acompanhada da amiga Eva, na qual a presença na academia servia mais como um local para conversar. O que há de singular na narrativa de vida dessas pessoas é a necessidade de estarem reunidas, de “exercitarem-se conversando” na academia, criando e reforçando, assim, laços de amizade. A academia é como um local de encontro, na qual as atividades exercidas apresentam um caráter coletivo que estimula a sociabilidade.

Na Academia de Ginástica e Musculação, as observações ocorreram de dezembro de 2014 a dezembro de 2015. Neste período, observei as particularidades dos espaços físicos da Academia Eficaz em diferentes horários do dia: manhã, tarde e noite, ressaltando as observações sobre a maneira como são empregadas às atividades físicas pelas pessoas. Uma das constatações da presença em campo foi à presença de uma sociabilidade controlada, provenientes tanto dos instrutores da academia, assim como pelos próprios participantes da Academia Eficaz. A maioria das pessoas preferia fazer suas séries de exercícios sem serem interpeladas, concentrando-se nos seus exercícios e desviando-se de possíveis inconvenientes que poderiam atrapalhar na realização da prática física. Analisei esses comportamentos como uma técnica de retiro para si, paradoxalmente realizado em um espaço com grande circulação de indivíduos, no qual os participantes da Academia Eficaz ficavam mais compenetrados nas

atividades físicas, mantendo, assim, mais relações com os aparelhos da academia do que com outros praticantes do local.

Presenciei, também, momentos em que olhar para o corpo do outro era, na maioria das ocasiões, evitado, em contraste com outros trabalhos que tratam as Academias de Ginástica e Musculação como lugar de exibição de culto aos corpos dentro de um padrão estético (magro, forte, definido), geralmente ancorados na concepção de disciplinamento dos corpos. Não tive como intenção negar completamente os trabalhos que visualizam as AGM como espaço destinado à exposição de corpos em um determinado padrão de beleza, mas sim pôr em relevo novas perspectivas de análise no que diz respeito a essa questão, problematizando que nem todas as pessoas que fazem uso dessas academias querem expor seus corpos, pois, muitas vezes, ao revés dessa exibição, evitam-na, desviando aos olhares alheios.

Ademais, ressalto que concentrei minhas observações na Academia Eficaz no turno da manhã. Período do dia, na qual a academia é frequentada, em grande parcela, por pessoas com idades de 40 a 55 anos e, principalmente mulheres, o horário das “vovozinhas” como nos dizeres dos praticantes desta academia. Porém, o horário da manhã, não era apenas utilizado por “vovozinhas”, mas também por jovens que optavam por este turno do dia para, desse modo, não precisar revezar aparelhos com os demais clientes da Academia Eficaz, “focando”, assim, nos seus treinos pessoais. Desse modo, no decorrer das observações em campo, que mantive interações com as participantes, com pseudônimos de Andressa e Mônica, de 22 e 24 anos respectivamente, as quais usavam a academia, pois se consideravam muito magras. Em razão disso, seus treinos, efetuados pelos instrutores, eram direcionados a ganhar massa muscular e, nessa conformidade, os dias da semana foram fracionados em séries de treinos para modelar partes específicas do corpo: coxas, panturrilhas, glúteos e abdômen.

No turno da manhã, também estabeleci contato com as participantes com os nomes fictícios de Jaqueline (50 anos) e Regina (55 anos). As duas começaram a utilizar a academia com o objetivo de obterem maior condicionamento físico para suportar a carga horária das suas profissões de professoras. Com esta finalidade contrataram o serviço de um *personal trainer*, o qual realizou treinos específicos para as duas conforme suas rotinas diárias com o propósito de maximizar os efeitos da atividade física. Com o passar do tempo, Jaqueline e Regina mudaram seus treinos com o intuito de emagrecer e definir a musculatura, denotando uma preocupação com a estética.

Em síntese, com base nas observações em campo com as participantes da Academia ao Ar Livre da Praça Mallet e na Academia de Ginástica e Musculação Eficaz, constateei distintas maneiras nas atividades exercidas como técnicas de si. No primeiro modelo de

academia, ao ar livre, as práticas físicas eram efetuadas através do conhecimento de si, sem o auxílio de profissionais que ditam a maneira correta da prática física. Nesse sentido, a sociabilidade exerce efeitos decisivos em motivar estas pessoas a sair de casa, ir à academia e se “exercitar conversando”, configurando-se, dessa maneira, como um importante elemento para o cuidado de si. Um cuidado que é realizado e incentivado pelas amigas e conhecidas da academia.

Por outro lado, na Academia Eficaz as atividades eram realizadas pelas participantes sobre o olhar constante dos peritos do corpo, o “outro” personificado na figura do *personal trainer*. Olhar constante do outro, mas também olhar permanente sobre si, sobre suas ações, comportamentos, nos quais as participantes preocupavam-se em relação ao quanto de calorias deveriam gastar nos treinos, que alimentos ingerir antes e após a academia, com a finalidade de maximizar os resultados esperados. Ademais, não faço juízo de valor se os modos de atividades exercidas são “melhores” ou “piores” na AAL ou AGM. Considero, pois, como formas diferentes de técnicas de si, tanto que os resultados da pesquisa apontam que as participantes, passaram a sentirem mais felizes, com autoestima, através do uso dos dois modelos de academias.

Certamente esta dissertação não possui um ponto final, mas sim faz parte de um processo de estudos que podem ser melhores analisados. Questões, tais como; a realização de eventos ao ar livre em Academias de Ginástica e Musculação, a relação dos praticantes, desse modelo de academia, com os aparelhos, a necessidade constante do cuidado de familiares doentes efetuados, principalmente, por mulheres, tal como presenciado nas participantes da Academia ao Ar Livre; a menção de programas televisivos para os cuidados da saúde. Aspectos, estes, que me motivam a continuar pesquisando, através de análises mais aprofundadas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACOSTA, M. **Acampavida 10 anos 1998-2008**: nossos velhos, nosso orgulho. Santa Maria: Palloti, 2009.
- ADAM, P.; HERZLICH, C. **Sociologia da doença e da medicina**. São Paulo: EDUSC, 2001.
- ALVES, E. **A pastoral do envelhecimento ativo**. 2014. 624 f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2004.
- BARSAGLINI, R. **As representações sociais e a experiência com o diabetes**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.
- BEBER, C. **Santa Maria, 200 anos**: história da economia do município. Santa Maria: Pallotti, 1998.
- BECKER, H. **Segredos e truques de pesquisa**. Tradução de Maria Luiza X. de A. Borges. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed, 2007.
- CARDOSO DE OLIVEIRA, L. R. Pesquisa em *versus* pesquisas *com* seres humanos. In: VICTORIA et ali (orgs.). **Antropologia e ética**: o debate atual no Brasil. Niterói: EdFF. 2004. p. 33-45.
- CARTA DE OTTAWA. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf>. Acesso em: 25 out. 2014.
- CARVALHO, S; GASTALDO, D. Promoção à saúde e empoderamento: uma reflexão a partir das perspectivas crítico-social pós-estruturalista. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v.13, dez. 2008.
- CASTRO, E. **Vocabulário de Foucault**: um percurso pelos seus temas, conceitos e autores. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2009.
- CZERSNIA, D; FREITAS, C. **Promoção da Saúde**: conceitos, reflexões, tendências. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2009.
- CLIFFORD, J. Sobre a autoridade etnográfica. In: **A experiência etnográfica**: antropologia e literatura no século XX. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2002.
- DAMATTA, R. O Ofício de Etnólogo, ou como ter *Anthropological Blues*. In: NUNES, E. de O. (org.). **A Aventura Sociológica**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1978. p. 23-35.
- DANTAS, R. **Outsiders, cores e riscos**: uma pequena trama histórica sobre grafistas urbanos de Santa Maria-RS. 2012. 65 f. Monografia (Curso de História) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2012.
- DEAN, M. **Governamentality: power and rule in modern society**. Los Angeles/London/New Delhi: Sage, 1999.

DINIZ, D. ; GUERRIERO, I. C. Ética na pesquisa social: desafios ao modelo biomédico. In **RECIIS – R. Eletr. de Com. Inf. Inov. Saúde**. Rio de Janeiro, v.2 , dez. 2008.

DOURADO, S. **Envelhecimento, corpo e esporte: novas percepções da velhice**. In: 29º REUNIÃO BRASILEIRA DE ANTROPOLOGIA (RBA), 2014, Natal. **Anais eletrônicos...** Natal: ABA/UFRN, 2014. Disponível em: <http://www.29rba.abant.org.br/resources/anais/1/1401715033_ARQUIVO_ABA2014SIMONEDOURADO.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2016.

FACCIN, D. **Entre passos e vozes: percepções de espaços e patrimônios no Sítio Ferroviário de Santa Maria, RS**. 2014. 204 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2014.

FERREIRA, J. O corpo sígnico. In: **Saúde e doença: um olhar antropológico**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 1994.

FOUCAULT, M. **A História da Loucura na Idade Clássica**. 5º Ed. São Paulo: Perspectiva, 1997.

_____. **A Arqueologia do Saber**. 5. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.

_____. **O Nascimento da Clínica**. 7 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2011.

_____. **Vigiar e Punir**. 21 ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

_____. **Microfísica do poder**. 15 ed. Rio de Janeiro: Graal, 1979.

_____. **A História da Sexualidade I: a vontade do saber**. 13 ed. Rio de Janeiro: Graal. 1999

_____. **A História da Sexualidade II: o uso dos prazeres**. 9 ed. Rio de Janeiro: Graal, 2001.

_____. **A História da Sexualidade III: o cuidado de si**. 12 ed. Rio de Janeiro, 2013.

_____. **A Hermenêutica do Sujeito**. Curso no Collège de France (1981-1982). 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

_____. O sujeito e o poder. In: DREYFUS, H. L.; RABINOW, P. **Michel Foucault: uma Trajetória Filosófica. Para Além do Estruturalismo e da Hermenêutica**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995.

FONSECA, C. Quando cada caso não é um caso: pesquisa etnográfica e educação. **Revista Brasileira de educação**, n.10, p. 58-78, jan. 1999.

FLÔRES, J. R. **Fragmentos da história ferroviária brasileira e rio-grandense: fontes documentais, principais ferrovias, Viação Férrea do Rio Grande do Sul (VFRGS), Santa Maria, a “Cidade Ferroviária”**. Santa Maria: Palotti, 2007.

GASKELL, G. BAUER, M. **Pesquisa qualitativa com texto: imagem e som: um manual prático**. Petrópolis, RJ, Vozes. 2012.

GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

GROS, F. Situação do curso. In: **Hermenêutica do Sujeito**. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

GROISMAN, D. Asilos de Velhos: passado e presente. **Estudos interdisciplinares sobre envelhecimento**, Porto Alegre, v.2, p.67-87, 1999.

HAZEN, R.; VAZ, A. F. Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152, set. 2004.

LUPTON, D. **The Imperative of Health: public and the regulated body**. London/Thousand Oaks/New Deli: Sage Publications, 1995.

_____. **Risk**. London: Routledge/Taylor & Francis group, 2003.

MALINOWSKI, B. **Argonautas do pacífico ocidental**. São Paulo: Abril S.A., 1976.

MAGNANI, J. **Festa no pedaço: cultura popular e lazer na cidade**. 3 ed. São Paulo: Hucitec, 1998.

MAIA, G. **Olhares sobre o envelhecer: uma leitura de gênero no centro de Santa Maria**. 2010. 117 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2010.

NUNES, R. **A “Boca”, a “Esquina” e o “Recanto”**: territórios urbanos e memória coletiva no Centro de Santa Maria, RS. Santa Maria: Pallotti, 2013.

MELLO, L. **O espaço imaginário e o imaginário do espaço: a Ferrovia em Santa Maria, RS**. 2002. 160 f. Dissertação (Mestrado em Planejamento Urbano e Regional) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2002.

ROSE, N. **Powers of Freedom: reframing political thought**. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

_____. **Inventando nossos selfs**. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2011.

_____. **A biopolítica da própria vida, poder subjetividade no século XXI**. São Paulo: Editora Paulus, 2013.

RUBIN, G. **Análise dos programas habitacionais em Santa Maria: o caso do conjunto habitacional Tancredo Neves**. 2013. 150 f. Dissertação (Mestrado em Geografia) – Universidade Federal de Santa Maria-RS, Santa Maria, 2013.

SANTA MARIA. Lei complementar nº 34 de 29 de dezembro de 2005. Dispõe sobre a Política de desenvolvimento urbano. **Plano Diretor de Desenvolvimento Urbano Ambiental do Município de Santa Maria**. Santa Maria, RS, 2005. Disponível em <https://www.santamaria.rs.gov.br/docs/leis/lc_034_plano_diretor.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2016.

SIQUEIRA, M. **“Vivendo bem até mais que 100!”** envelhecimento, saúde e políticas públicas para idosos no Brasil. 2014. 214 f. Tese (Doutorado em Antropologia Social) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

PEIRANO, M. **A favor da etnografia.** Rio de Janeiro: Relume Dumará. 1995.

PESSATTO, C. **Percepção sobre segurança dos usuários das academias da terceira idade no município de pato branco/PR.** 2013. 62 f. Monografia (Curso de Ciências Biológicas) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

POZOBON, R; GIRARDI, B. Locais privados, mensagens públicas: poder e contrapoder entre as páginas dos jornais e as paredes pixadas. In: VI CONGRESSO DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PESQUISADORES EM COMUNICAÇÃO E POLÍTICA (VI COMPOLÍTICA), 2015, Rio de Janeiro. **Anais eletrônicos...** Rio de Janeiro: Associação brasileira de pesquisadores em comunicação e política, 2015, Disponível em: <http://www.compolitica.org/home/?page_id=1672>. Acesso em: 8 jan. 2016.

PUJOL, R. O primeiro passo no mundo do crime. **A Razão**, Santa Maria, p.10, 06 jan. 2016.

SIMMEL, G. Sociabilidade um exemplo de sociologia pura ou forma. In: MORAES FILHO, E. de (Org.). **Georg Simmel: sociologia.** São Paulo: Ática, 1983. p.165-182.

VELHO. G. Observando o familiar. In NUNES, Éd. de O. (org.). **A aventura sociológica:** objetividade, paixão, improviso e método na pesquisa social. Rio de Janeiro: Zahar, 1978. p. 3–46.

VERÍSSIMO, L. **O processo de construção em rede de políticas públicas na perspectiva da promoção da saúde:** a experiência do município de Maringá-PR. 2011. 138 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Médicas , Campinas, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Envelhecimento Ativo: uma política de saúde.** Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

ANEXO

ANEXO A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do estudo: Atividades físicas em espaços públicos e privados: estudo sobre participantes de Academia ao Ar Livre e de Academia de Ginástica e Musculação.

Pesquisador responsável: Diego Marafiga de Oliveira

Fone: (55) 3286-17-94 e (55) 9143-20-74

Instituição/Departamento: Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) – Departamento de Ciências Sociais (DCS)

Comitê de Ética em Pesquisa (CEP): Avenida Roraima, 1000 - Prédio da Reitoria - 2º andar - Sala Comitê de Ética. **Fone:** (55) 3220 9362.

Eu Diego Marafiga de Oliveira, responsável pela pesquisa “Atividades físicas em espaços públicos e privados: estudo sobre participantes de Academia ao Ar Livre e de Academia de Ginástica e Musculação”, convido a participar como voluntário deste estudo.

Esta pesquisa pretende realizar uma análise comparada entre participantes de dois modelos distintos de academia: as chamadas Academias ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação. Para sua realização a pesquisa utiliza a metodologia qualitativa, tendo como técnicas de pesquisa a observação participante, no qual o pesquisador se insere no objeto de pesquisa, participando e interagindo com os demais participantes das duas academias

(Academia ao Ar Livre e Academia de Ginástica e Musculação), bem como a realização de entrevistas semiestruturadas conforme o objetivo da pesquisa.

Os riscos de participação na pesquisa são mínimos visto que se trata de uma pesquisa de caráter qualitativo e que será resguardado o sigilo pessoal. Por utilizar da técnica de entrevista semiestrutura o pesquisado poderá remeter a emoções da sua vida na fala, porém, caso isso ocorra, o pesquisador manterá sigilo dessas informações.

Durante todo o período da pesquisa você terá a possibilidade de tirar qualquer dúvida ou pedir qualquer outro esclarecimento. Para isso, entre em contato com o pesquisador ou com o Conselho de Ética em Pesquisa.

Você tem garantido a possibilidade de não aceitar participar ou de retirar sua permissão a qualquer momento, sem nenhum tipo de prejuízo pela sua decisão.

As informações desta pesquisa serão confidenciais e poderão divulgadas, apenas, em eventos ou publicações, sem a identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre sua participação.

Autorização

Eu _____ após a leitura ou a escuta da leitura deste documento e ter tido a oportunidade de conversar com o pesquisador responsável, para esclarecer todas as minhas dúvidas, estou suficientemente informado, ficando claro para que minha participação é voluntária e que posso retirar este consentimento a qualquer momento sem penalidades ou perda de qualquer benefício. Estou ciente também dos objetivos da pesquisa, dos procedimentos aos quais serei submetido, bem como de esclarecimentos sempre que desejar. Diante do exposto e de espontânea vontade, expresso minha concordância em participar deste estudo.

Assinatura do voluntário

Assinatura do responsável pela obtenção do TCLE