

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA – UFJF  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS – FAEFID  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DEIMERSOM PEREIRA FRAZÃO**

**O DISCURSO DE PRATICANTES DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS  
EXCLUSIVAS PARA MULHERES**

**JUIZ DE FORA  
2013**

**DEIMERSOM PEREIRA FRAZÃO**

**O DISCURSO DE PRATICANTES DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS  
EXCLUSIVAS PARA MULHERES**

Dissertação apresentada ao Programa Associado de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação Física (UFJF/UFV) como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Alberto de Andrade Coelho Filho

**JUIZ DE FORA  
2013**

Frazão, Deimersom Pereira.

O discurso de praticantes de ginástica em academias exclusivas para mulheres / Deimersom Pereira Frazão. – 2013.

98 f.

Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2013.

1. Mulher. 2. Ginástica. 3. Identidade. 4. Gênero. 5. Binarismo sexual. I. Título.

**DEIMERSOM PEREIRA FRAZÃO**

**O DISCURSO DE PRATICANTES DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS  
EXCLUSIVAS PARA MULHERES**

Dissertação apresentada ao Programa Associado de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação Física (UFJF/UFV) como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Alberto de Andrade Coelho Filho

Aprovada em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Dr. Carlos Alberto de Andrade Coelho Filho  
Universidade Federal de Juiz de Fora

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Ludmila Mourão  
Universidade Federal de Juiz de Fora

---

Prof. Dr. Fabiano Pries Devidé  
Universidade Federal Fluminense

*À minha Vó Ia e aos meus sobrinhos Bernardo e Ana Júlia*

## AGRADECIMENTOS

*Agradeço aos meus pais **Maria Aparecida e Maurício**, por tudo o que me foi ensinado durante minha vida, com certeza são a base que me constitui como uma pessoa de bem.*

*Agradeço aos meus sobrinhos e afilhados **Bernardo e Ana Júlia**, essas pessoinhas alegam minha vida e se tornaram um refúgio de tranquilidade para mim durante essa jornada.*

*Agradeço a **Vó Ia**, pelo exemplo de ser humano que sempre norteia minha busca para ser um indivíduo melhor.*

*Aos meus primos e afilhados **Fábio e Dênis**, por serem uma força que me direciona em ser uma pessoa melhor no intuito de tentar conduzi-los ao caminho da paz.*

*Aos meus grandes amigos que me apoiaram e se tornaram pessoas com as quais seria impossível a conclusão deste trabalho sem a companhia dos mesmos: **Andréia Campos, Bruno Arruda, João Paulo JP, Marcos Kelvin e Pedro Mala**.*

*Às **minhas alunas**, que durante todo o trajeto, desde a graduação, vem se tornando a razão pelo qual tenho buscado a excelência na minha profissão.*

*Às **mulheres** que se prontificaram a participar desta pesquisa, pela fundamental atenção dispensada.*

*À **CAPES**, pelo apoio financeiro indispensável para a conclusão deste trabalho.*

*À professora Dr<sup>a</sup>. **Ludmila Mourão**, pelo apoio desde o projeto no processo de seleção ao Mestrado, como também durante todo o tempo do mesmo, no qual tive a oportunidade e o privilégio de ser seu aluno. Por fazer parte da minha banca examinadora.*

*Ao professor Dr. Fabiano Pries Deive, por aceitar fazer parte da minha banca examinadora.*

*À Vivian, por ser em diversas vezes meu porto seguro e pelo carinho com que me 'suportou' durante essa etapa importante da minha vida.*

*Ao meu orientador, o professor Dr. Carlos Alberto de Andrade Coelho Filho, que desde a graduação me direciona pelo caminho da sabedoria e do estudo. Por ser um modelo e exemplo não só de pessoa, mas também de capacidade e competência no que faz. Pela sua paciência nos vários momentos de estresse a que fomos submetidos nessa árdua caminhada. Pela sua amizade e carinho paternais que tanto me incentivaram.*

*Enfim, agradeço à essa força poderosa que nos guia para o caminho do bem, na qual a chamamos de Deus.*

*AH, SE EU FOSSE HOMEM...*

*Ah, se eu fosse homem de ouvir meu coração e dar vazão  
Não à razão, mas à vontade de mudar a situação  
E me arriscar, me machucar, mas mandar tudo para o ar  
Só pra ficar com uma mulher ou pra fazer o que eu quiser  
Abrir meu peito, é meu direito, se eu tivesse peito*

*Ah, se eu fosse homem...*

*Ah, se eu fosse homem de aguentar  
Que uma mulher é como um homem  
E também pensa como um homem*

*E quer sair com outros homens  
E, apesar de todas as explicações antropológicas  
Na prática não tem explicação para o tesão  
E aí, meu chapa, você só pode reclamar pro bispo*

*Ah, se eu fosse homem...*

*Se eu fosse homem...*

*Ah, se eu fosse homem...*

*Ah, se eu fosse homem de parar de me portar feito um rochedo,  
Indestrutível, infalível, inabalável, imutável  
Previsível, impossível, um computador com músculos  
Um chefe, um pai, um homem com H maiúsculo*

*Eu seria o homem certo pra você*

*Ah, se eu fosse homem*

*(Roger, Ultraje a Rigor)*



## O DISCURSO DE PRATICANTES DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS EXCLUSIVAS PARA MULHERES

### RESUMO

Esta pesquisa, de natureza qualitativa, se desenvolveu a partir da seguinte questão mais geral: o fenômeno de proliferação de academias de ginástica exclusivas para mulheres está ancorado no processo mais contemporâneo de emancipação da mulher? Estabelecemos a entrevista como estratégia metodológica para coleta de dados empíricos. Com base em um roteiro de questões semiestruturado, entrevistamos vinte e três frequentadoras de três academias de ginástica exclusivas para mulheres situadas na Cidade de Juiz de Fora, em Minas Gerais. De posse dos dados provenientes das entrevistas, com a leitura inicial e atenta dos mesmos, decidimos produzir dois artigos. No Artigo 1, o objetivo é analisar as identidades que a mulher constitui na medida em que se (re)posiciona psicossocialmente. Concluímos que se a mulher *autogovernada* de hoje abdicou, relativamente, dos papéis “tradicionais”, é porque a vida familiar, o íntimo, o relacional com os *seus amores*, permanecem sendo privilégios do corpo feminino, e/ou mais privilegiados pelo mesmo; é uma identidade domiciliar e materna que se conserva, de certo modo, fixada, paradoxalmente, na mudança e no irrecusável avanço. No Artigo 2, o objetivo é analisar os motivos da prática da ginástica em academias exclusivas para mulheres e suas relações com o binarismo sexual. Concluímos que a motivação das mulheres entrevistadas para a prática da ginástica nesses locais se mostra ancorada, fundamentalmente, na relação que as mesmas estabelecem, direta ou indiretamente, com o homem, “em casa” (namorados, maridos) e/ou na cena social.

**Palavras-chave:** Mulher, ginástica, identidade, gênero, binarismo sexual.

## THE ARGUMENT BASED ON THE PRACTICE OF WOMEN ONLY GYMS

### ABSTRACT

This search of quality involves a general question : Is the phenomenon of new gyms only for women the cause of the modern idea of feminine independence? We established an interview to collect observational data. With a semistructured questionnaire, we interviewed twenty-three candidates from three women only gyms in the city of Juiz de Fora, Minas Gerais. After the inicial information was abstracted from the relative data from the interview, we formed two arguments. The objective of the first argument was to analyze the identities of women from their pysical (re)position. We concluded that these "independent women" left behind those traditional roles and have taken more value in their bodies and their relationships, allowing only the privileged to love them. It is a housewife and maternal identity to conserve in this way, fixed, paradoxically, the change of a necessary advancement. The objective of the second argument is to analyze the motives of the practice of exercise in women only gyms and relations with binary sexuality. We concluded that the motives of these interviewed candidates for the practice of exercise in these areas are based, fundamentally, in relation with what they have established, direct or indirect, with men "at home" (boyfriends/husbands) and/or the social scene.

**Key-words:** Woman, gym, identity, gender, sexual binarism.

## SUMÁRIO

ALGUMAS PALAVRAS INICIAIS .....	10
ARTIGO 1 - IDENTIDADES QUE PERPASSAM O CORPO DE FREQUENTADORAS DE ACADEMIAS DE GINÁSTICA EXCLUSIVAS PARA MULHERES .....	12
ARTIGO 2 – MOTIVOS PARA A PRÁTICA DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS EXCLUSIVAS PARA MULHERES .....	32
ANEXOS .....	48
ANEXO 1 - Depoimentos das mulheres entrevistadas .....	48
ANEXO 2 – Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres humanos .....	95
ANEXO 3 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido .....	97



## ALGUMAS PALAVRAS INICIAIS

O interesse em adentrar no universo das práticas corporais realizadas por mulheres em espaços destinados exclusivamente a elas surgiu do meu envolvimento na área de ginástica em academia em estabelecimentos com essa característica. Durante o curso de graduação/bacharelado em educação física, realizei as atividades obrigatórias referentes a estágio em duas academias de ginástica exclusivas para mulheres da cidade de Juiz de Fora. Percebi de imediato que se tratava de um ambiente significativo, em se tratando de oferecer elementos importantes para análises condizentes às questões de gênero. Assim, situações produzidas acerca da escolha do local pelas mulheres para realizarem seus exercícios físicos, somado ao interesse exploratório e investigador que surgiu da interação com meu orientador de TCC (Trabalho de Conclusão de Curso do Bacharelado), alavancaram meu caminho em direção a esta pesquisa.

O caminho metodológico percorrido iniciou-se há pouco mais de dois anos, mais precisamente no ano de 2010. Nesta ocasião, concluímos um estudo que procurou averiguar, através da aplicação de um instrumento composto por questões fechadas, motivos da opção de mulheres frequentarem academias de ginástica exclusivas para elas.<sup>1</sup>

Com os resultados deste trabalho, foi instigada a intenção de aprofundar ainda mais sobre os motivos de as mulheres optarem por praticar seus exercícios físicos em academias exclusivas para elas. O aprofundamento se justificou, também, na medida em que a rigidez do questionário censura a expressão de sentimentos (GOLDENBERG, 2007). Iniciei, portanto, meu direcionamento ao curso de mestrado em educação física com essa proposta de aprofundamento.

A aproximação com o universo da pesquisa qualitativa favoreceu a compreensão de que a análise contextual das relações humanas envolve aspectos que perpassam o ser e os seres ali inseridos, cada um de uma forma diferente, potencializando a necessidade de se lançar, sobre essas relações, um olhar amplificado. Assim, focado na possibilidade de visão ampliada/aprofundada, lancei-me ao estudo e à pesquisa.

O presente trabalho, que está subdividido em dois artigos (Artigo 1 e Artigo 2),

---

<sup>1</sup> O estudo em questão, cujo título é “Prática de ginástica em academias exclusivamente femininas”, foi publicado na Revista Motriz, vol. 16, nº 2, em 2010.

reflete esse esforço. Os artigos dialogam, portanto, em termos gerais e ao mesmo tempo sumários, com questões que se estabelecem associadas à prática da ginástica em academias exclusivas para mulheres.

No Artigo 1, nosso problema está correlacionado à seguinte questão: O fortalecimento do setor de academias de ginástica exclusivas para mulheres a partir da década de 1990 aponta para a ideia de “liberdade”, para a “autonomia” da mulher, para a possibilidade de assumir variadas identidades na medida em que se (re)posiciona psicossocialmente?

No Artigo 2, a questão-problema que direcionou nossa escrita, é a seguinte: No momento mesmo em que se procura alargar/difundir uma nova concepção de sujeito individual e sua individualidade, que a ideia de *sujeito liberto* das predeterminações de uma “natureza sexuada” é pauta/tema de interesse, a frequência comprovada nas academias de ginástica exclusivas para mulheres, indicando um quadro/movimento correlato à estabilidade do sexo binário, pode oferecer elementos importantes para serem agregados a essas discussões e/ou por elas aproveitados?

Por fim, anexos ao trabalho, são apresentados: 1) todo o material empírico coletado (depoimentos das mulheres entrevistadas), material que, certamente, fornece elementos para possíveis outros artigos e/ou aprofundamentos; 2) Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos; 3) Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## REFERÊNCIAS

GOLDENBERG, M. **A arte de pesquisar**: como fazer pesquisa qualitativa em Ciências Sociais. Rio de Janeiro: Record, 2007.

## ARTIGO 1

### IDENTIDADES QUE PERPASSAM O CORPO DE FREQUENTADORAS DE ACADEMIAS DE GINÁSTICA EXCLUSIVAS PARA MULHERES

#### INTRODUÇÃO

Com a configuração de um novo território para se pensar a diferença entre os sexos a partir do deslocamento das fronteiras estabelecidas entre o homem (*no espaço público*) e a mulher (*no espaço privado*) (ARÁN, 2009), a investigação sobre gênero se desdobra cada vez mais em estímulos geradores de interesse (MATOS, 2008).

Enquanto as diferenças entre homens e mulheres se baseavam unicamente em preceitos (pareceres) *biofisiológicos*, a supremacia do homem em relação à mulher se via naturalizada (OKIN, 2008). No Brasil, por exemplo, essa supremacia ganha amparo legal no Código Civil de 1916, que indica às mulheres os afazeres domiciliares e restritos à esfera privada (MATHIAS & RUBIO, 2009). O *sujeito-mulher* é então constituído assumindo uma identidade associada à lógica patriarcal; submissa aos deveres familiares e ao homem.

Com a conquista de direitos associada ao movimento feminista, a mulher se *emancipa* e se torna independente em várias instâncias, como a financeira e a política (PRÁ & EPPING, 2012). Contudo, simultaneamente às conquistas, constata-se que o movimento feminista (e a teoria feminista a ele vinculada), ao presumir uma identidade definida, compreendida pela categoria de mulheres, que constitui o sujeito mesmo em nome de quem a representação política é almejada (BUTLER, 2010), também acarretou em problemas, pois o *sujeito-mulher* pode continuar compreendido, como no patriarcado (sendo que no extremo oposto), em termos estáveis ou permanentes.

Assim, o que entra na pauta de discussão é o “novo modelo que comanda o lugar e o destino social do feminino” (LIPOVETSKY, 2000, p. 236). Isso porque esse modelo, caracterizado “por sua autonomização em relação à influência tradicional exercida pelos homens sobre as definições e significações imaginário-sociais da

mulher” (*ibidem*), para além da identidade associada à lógica patriarcal, nos remete também para uma “autonomia” correlata à masculinidade que é inerente a identidade que se mostra ancorada em certo discurso feminista (racional, universalista, radical). Nesse sentido, a discussão se estabelece associada à noção transitória de identidade presente em estudos pós-estruturalistas e culturais (BAUMAN, 2005, 2007; BUTLER, 2010; HALL, 2006), às questões de gênero que se encontram atreladas à construção singular de cada sujeito em um leque abrangente de possibilidades (BUTLER, 2010)

Empiricamente, nosso problema se coloca associado ao fortalecimento do setor de academias de ginástica exclusivas para mulheres a partir da década de 1990 e à opção pela prática de exercícios físicos nesses espaços, pois esta expansão/opção nos remete para a ideia de “liberdade”, para a “autonomia” da mulher, “para a possibilidade de transitar *despreocupadamente* entre a ‘independência feminista’ e o resgate de certos valores da tradição familiar” (COELHO FILHO & FRAZÃO, 2010, p. 278).

O objetivo desta pesquisa é analisar o conteúdo do discurso de praticantes de ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres, com o foco direcionado para as identidades que a mulher constitui na medida em que se (re)posiciona psicossocialmente. Ao analisar e desvelar complexas relações de tensão presentes na trajetória de mulheres nos espaços sociais de “emancipação” e “subordinação”, esta pesquisa se justifica nas contribuições que, espera-se, ela venha a trazer para o campo de conhecimento da educação física e dos estudos de gênero com foco nas mulheres.

## MÉTODO

Esta pesquisa, de natureza qualitativa, baseia-se na compreensão de que as pessoas agem em função de suas crenças, percepções, sentimentos e valores, e que seus comportamentos têm sempre um sentido, um significado que não se dá a conhecer de modo imediato, precisando ser desvelado (ALVES, 1991).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora (parecer nº 204/2011).



Vinte e três frequentadoras de três academias de ginástica exclusivas para mulheres situadas no município de Juiz de Fora, Minas Gerais, foram entrevistadas. A coleta de dados foi interrompida mediante a consideração de que as informações captadas atingiram um “ponto de redundância” (ALVES, 1991), isto é, estavam suficientemente confirmadas e com poucas possibilidades de emergirem novas informações relevantes que justificassem a continuidade da coleta.

As entrevistadas foram recrutadas entre as setenta e cinco mulheres que participaram como voluntárias de uma pesquisa anterior por nós conduzida, e já publicada. Para seleção das participantes, utilizamos os seguintes critérios de inclusão: 1) praticar ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres que apresente uma metodologia de trabalho semelhante à encontrada nas academias mistas<sup>2</sup>; 2) prontificar-se a participar, livremente, da pesquisa.

O roteiro de questões semiestruturado que norteou as reflexões durante as entrevistas, previamente validado por duas doutoras e dois doutores pesquisadoras(es) das questões de gênero, é o seguinte:

1. Estado civil?
2. Idade?
3. Renda familiar aproximada?
4. Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?
5. Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?
6. Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?
7. Por que você pratica ginástica?
8. Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?
9. Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para a destinada exclusivamente às mulheres?
10. Você nota algo que considere importante mencionar relacionado ao

---

<sup>2</sup> Isso porque, em Juiz de Fora, encontra-se situada uma unidade da franquia *Curves* (academia de ginástica exclusivamente para mulheres), oferecendo uma metodologia de treinamento que se diferencia da encontrada nas academias mistas; trata-se de um circuito padronizado de exercícios que é realizado em 30 minutos. Assim, se concordarmos que a especificidade desse programa rápido de exercícios pudesse ser determinante no que diz respeito à opção pela escolha da instituição, as questões de gênero por nós objetivadas poderiam emergir com menor representatividade do que num contexto onde não houvesse tal diferencial.

comportamento de homens e de mulheres no ambiente de academia?

11. Há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?

Como referencial teórico para analisar e interpretar o material produzido com a transcrição das entrevistas (um arquivo do *Word* composto por 26.140 palavras), utilizamos a “análise de conteúdo” (BARDIN, 2011), que pode ser caracterizada da seguinte maneira:

Um conjunto de instrumentos metodológicos cada vez mais sutis em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a “discursos” (conteúdos e continentes) extremamente diversificados. O fator comum dessas técnicas múltiplas e multiplicadas – desde o cálculo de frequências que fornece dados cifrados, até a extração de estruturas traduzíveis em modelos – é uma hermenêutica controlada, baseada na dedução: a inferência. Enquanto esforço de interpretação, a análise de conteúdo oscila entre dois polos do rigor da objetividade e da fecundidade da subjetividade. Absolve e cauciona o investigador por esta atração pelo escondido, o latente, o não aparente, o potencial de inédito (do não dito), retido por qualquer mensagem. Tarefa paciente de “desocultação”, responde a esta atitude de *voyeur* de que o analista não ousa confessar-se e justifica a sua preocupação, honesta, de rigor científico (BARDIN, 2011, p. 15).

A análise de conteúdo disponibiliza um conjunto de técnicas que permite ao pesquisador se infiltrar gradativamente nos discursos, chegando ao ponto de interpretá-los de forma a levantar questões que a primeira vista não são reveladas. Nesse sentido, a pré-análise é considerada fundamental para o sucesso: “Corresponde a um período de intuições, mas tem por objetivo tornar operacionais e sistematizar as ideias iniciais, de maneira a conduzir a um esquema preciso do desenvolvimento das operações sucessivas, num plano de análise” (BARDIN, 2011, p. 125).

Com a pré-análise em curso, a fim de nos familiarizarmos com os documentos e nos deixarmos contaminar, mais ainda, pelo universo investigado, foi realizada uma primeira rodada de leituras flutuantes do arquivo contendo a transcrição das entrevistas. Na sequência, foi iniciado o trabalho de categorização. A categorização temática foi usada para que pudéssemos organizar a análise através de uma condensação dos dados brutos.

A *categorização* é uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto por diferenciação e, em seguida, por reagrupamento segundo o gênero (analogia), com os critérios previamente definidos. As categorias são rubricas, ou classes, as quais reúnem um grupo de elementos (unidades de registro, no caso

da análise de conteúdo) sob um título genérico, agrupamento esse efetuado em razão das características comuns destes elementos (BARDIN, 2011, p. 147).

Portanto, diretamente associada ao nosso objeto de estudo, elegemos como categoria de análise: “O (re)posicionamento psicossocial da mulher implicando na emergência de *novas* identidades”.

As entrevistadas são identificadas pela letra E, seguida dos números 1 a 23. Ou seja, a entrevistada 1 é identificada como E1, e assim sucessivamente.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### O (RE)POSICIONAMENTO PSICOSSOCIAL DA MULHER IMPLICANDO NA EMERGÊNCIA DE NOVAS IDENTIDADES

O “além da mulher no lar” designa o ciclo histórico que coincide com o reconhecimento social do trabalho das mulheres e com seu acesso às atividades e formações do outrora território reservado aos homens. Mas essas mudanças fazem parte de um conjunto mais amplo, em que figuram três fenômenos de fundo: o poder feminino sobre a procriação, a “desinstitucionalização” da família e a promoção do referencial igualitário no casal. O que equivale a dizer que a pós-mulher no lar significa muito mais que uma nova fase na história da vida doméstica e econômica das mulheres (LIPOVETSKY, 2000, p. 231).

As representações acerca da mulher, principalmente durante o século XX, sofreram fortes e importantes modificações; o constante câmbio entre seus papéis tornou diferente algumas relações que sustentavam seus modos de vida, como por exemplo, aquelas associadas à submissão patriarcal (MATHIAS & RUBIO, 2009).

*“Essa coisa forçada de mulherzinha é complicada, porque eu, por exemplo, não gosto de rosa, minha cor preferida é azul. Essa coisa de depender de homem está acabando. Outro dia mesmo estava conversando com um amigo meu, e eu disse que hoje em dia a maioria das mulheres, por exemplo, têm carro e não dependem do homem para poder sair; se a gente quiser, a gente sai sozinha! E assim, ele ainda me falou que às vezes o carro dela é muito melhor do que o do homem; a autonomia está muito grande hoje em dia” (E7).*

Consideremos, com base no extrato acima, o posicionamento crítico acerca da ideia de “*mulherzinha*”, assujeitada ao homem, evidenciando as características

daquela que Lipovetsky (2000)<sup>3</sup> denomina de “terceira mulher”. Segundo este autor, a “primeira mulher” correspondia à Eva da tradição judaico-cristã, ser nefasto e diabólico, agente da infelicidade do homem. A “segunda mulher”, posta em cena a partir da Idade Média, é uma espécie de anjo idealizado por sua beleza e qualidades “passivas”. Glorificada em verso e prosa pelos homens, ela está longe de conquistar sua autonomia individual diante do macho dominador. Já a “terceira mulher”, que marcou o espaço social da segunda metade do século XX, se acha distante da demonização religiosa e da exaltação idealizadora, embora possa flertar com tais articulações, se isso for do seu interesse, como prova o estafante culto à beleza e à magreza a que a mulher moderna muitas vezes se sujeita. Essa mulher, de qualquer maneira, há muito deixou de ser uma criação do homem para se instituir como invenção de si mesma. Ela é, nesse sentido, “indeterminada”, segundo o autor; é o ser moderno por excelência, que resultou da pílula anticoncepcional, desvinculando sexo e procriação, e da sua definitiva inserção no mercado de trabalho. Contudo, como nos faz ver Lipovetsky, essa mulher autogovernada pode optar por não abdicar de certos papéis “tradicionais”. É o que podemos verificar nos trechos abaixo; a escolha pela academia de ginástica exclusiva para mulheres emergindo atrelada, de certo modo, à lógica patriarcal:

*“Ah, eu gosto de lá, o ambiente é muito bom, todo mundo conhece todo mundo, é ótimo. As aulas também contam muito, tem de tudo o dia inteiro lá. E também porque meu marido do jeito que é, se eu fosse para outra, daí já viu, homem olhando, não ia dar certo” (E13).*

*“Eu ‘malhava’ junto com meu namorado, a gente sempre ia junto e voltava junto, ele também gosta dessa coisa de ‘malhar’, igual eu. Só que aí eu passei no vestibular e mudei para cá sozinha; quando eu disse que iria fazer academia aqui, ele ficou doido de ciúmes. [...] Mais com a ideia de eu morar sozinha e ir para academia que pudesse ter algum homem lá para me olhar, mexer comigo; ele quase teve um treco, emburrou a cara, brigou comigo, disse que todo mundo ia mexer comigo. Foi muito tenso, aí que eu vi que na rua onde moro tem uma academia onde só tem mulher, aquilo foi a minha salvação. Mesmo assim, ele ficou meio desconfiado, mas depois ele acostumou e agora ele gosta e tudo” (E19).*

“Submissão” racional? Relativa passividade no jogo da sedução? Opção heterônoma e acrítica? O fato é que, para Lipovetsky, tudo,

---

<sup>3</sup> Importa observar que o trabalho do autor foi produzido no contexto francês da segunda metade dos anos 1990, portanto, relativamente distante do nosso tempo e espaço, mas, a nosso ver, próximo e atual para as interpretações que encaminhamos.

na existência feminina, tornou-se escolha, objeto de interrogação e de arbitragem; nenhuma atividade mais está, em princípio, fechada às mulheres, nada mais fixa imperativamente seu lugar na ordem social; ei-las, da mesma maneira que os homens, entregues ao imperativo moderno de definir e inventar inteiramente sua própria vida (LIPOVETSKY, 2000, p. 237).

A liberdade de a mulher exercer sua escolha, independente da vontade do(a) *companheiro(a)*, foi objeto de reflexão durante as entrevistas. Ao mesmo tempo em que algumas das entrevistadas se mostram solidárias à vontade do companheiro – “[...] *porque meu marido do jeito que é, se eu fosse para outra, daí já viu, homem olhando, não ia dar certo*” (E13) –, as narrativas permitem verificar certo vetor de autonomia no exercício dos papéis sociais: “*Não, de jeito nenhum! Se eu preferisse a mista, de jeito nenhum! Eu nunca fui...; eu nunca aceitei não, alguém que mexesse na minha roupa, que falasse para eu trocar de academia; nada não*” (E2); “*Ah sim, já passei, passei sim, mas eu era novinha; ele tentou me dominar, mas eu não deixei não*” (E7).

Autonomia relativa, pois nos parece legítimo interpretar que a *positividade* externada no discurso das entrevistadas deixa entrever, também, a heteronomia: “[...] *se eu preferisse a mista, de jeito nenhum!*” (E2); “*ele tentou me dominar, mas eu não deixei não*” (E7). Porquanto,

o patriarcado é um sistema que perdura, pelo menos, há três mil anos, um período tão extenso que não é possível dizer se é um processo cíclico ou não, pois as informações que se dispõem acerca das eras pré-patriarcais são mínimas. O que é certo, nesses últimos três mil anos, é que a civilização ocidental e suas precursoras, assim como a grande maioria das outras culturas, basearam-se em sistemas filosóficos, sociais e políticos em que homens – pela força, pressão direta ou através do ritual, da tradição, lei e linguagem, costumes, etiqueta, educação, divisão do trabalho – determinam que papel as mulheres devem ou não desempenhar, e no qual a fêmea está, em toda parte, submetida ao macho (OLIVEIRA, GAIO & BONACIM, 2009, p. 81).

De fato, convém observar que as entrevistadas frequentam uma academia de ginástica destinada exclusivamente às mulheres, o que se coaduna, em certo sentido, com as *crises* masculinas, com as *necessidades de controle*: “*ele tentou me dominar, mas eu não deixei não*” (E7); “*ele tinha certas crises, e começava a sempre falar da academia, só que eu nunca larguei por isso; sempre tive meu dinheiro, me sustentava, ajudava a pagar conta de casa e fazia todo o serviço*” (E10).

E o trabalho extradomiciliar contribui com a autonomia. Como indica o

depoimento acima da E10, o trânsito da mulher para o exercício do trabalho na esfera pública concorreu para promover não somente sua *alforria* no campo financeiro:

O reconhecimento social do trabalho feminino traduz o reconhecimento do direito a uma “vida sua”, à independência econômica, na linha direta de uma cultura que celebra cotidianamente a liberdade e o maior bem-estar individual. Espiral dos referenciais individualistas, que levou as mulheres a denunciar o trabalho doméstico como alienação e sujeição ao homem e os próprios a reconhecer a legitimidade do trabalho assalariado feminino como instrumento de autonomia e de realização pessoal (LIPOVETSKY, 2000, p. 228-229).

Para a análise em tela, independe se a mulher, com o seu trabalho, auxilia na manutenção financeira da família ou surge como principal provedora dos recursos domiciliares (BORIS & CESÍDIO, 2007). Importa notar que a E10, além de ajudar “a pagar conta de casa”, “fazia todo o serviço”, o que, para ela, conferiu-lhe autoridade para optar, sem no entanto avaliar se o trabalho doméstico desempenhado pode representar alienação e sujeição ao homem. De todo modo, *autonomamente* a qualquer condição/avaliação, é preciso registrar a vivência da “dupla jornada” pela mulher; portanto, o trabalho pós-lar, mas com a continuidade do trabalho doméstico (BRUSCHINI & RICOLDI, 2012). É ainda o que se desvela no paradoxo, “só faço trabalho de casa e não consigo cuidar da (minha) casa (como gostaria)”, implícito nas palavras da entrevistada quando identifica sua profissão: “*Doméstica, faço trabalho de casa só mesmo, não dou conta quase de cuidar da casa. Ah, eu também vendo Avon para ajudar na despesa, para poder pagar academia e tal*” (E13). Associado a este último trecho, observamos, de um lado, que não somente a mulher *mais* favorecida economicamente almeja frequentar uma academia de ginástica (a E18, por exemplo, também trabalha como “*doméstica, para poder ajudar lá em casa*”), por outro, que para

as mulheres operárias sem qualificação, o salário continua a ser com frequência a única motivação para o trabalho; a ausência de gratificação profissional, a fraqueza da remuneração, a carga familiar fazem com que as operárias aspirem mais que as outras mulheres a ficar em casa (LIPOVETSKY, 2000, p. 225).

De modo diverso (mas que se aproxima do que Lipovetsky indica no parágrafo acima, sobretudo no que se refere “a ausência de gratificação

profissional”<sup>4</sup>), o trabalho doméstico emerge no discurso da entrevistada como ponto importante na gestão do lar e na manutenção de uma ordem que favorece todos os atores que compõem a família, nos conferindo elementos que reforçam a interpretação: a *mulher autogovernada de hoje* abdicou, relativamente, dos papéis “tradicionais”:

*“Eu agora sou ‘do lar’, mas já trabalhei na firma do meu marido, mas me tomava muito tempo. Têm uns dois anos já que eu parei. [...] para eu poder ficar em casa e poder cuidar da casa; a gente pensa aqui que a casa também é uma empresa, e sou eu quem toma conta daqui” (E4).*

Como diz Lipovetsky (2000):

A mulher no lar, tal como é pensada nos séculos XIX e XX, está de fato profundamente associada aos princípios de gestão, de trabalho, de eficácia típicos da idade moderna. Testemunham isso as tarefas que lhe cabem: trata-se de administrar racionalmente o *home*, de mostrar-se econômica e boa gerente, de fazer reinar a ordem e a limpeza no lar, de ser guardiã da saúde da família, de fazer tudo para que os filhos ascendam na pirâmide social (LIPOVETSKY, 2000, p. 213).

Portanto, o vínculo dessa mulher “*do lar*” com a tradição é interpretado como relativo porque não é mais aquele associado a um ideal de dona de casa que contribuía para confinar as mulheres no espaço fechado da família, para afastá-las das funções públicas, para desacreditar os estudos prolongados das meninas. Trata-se da aproximação com um modelo de mulher que ganha força no início do século XX e sobretudo no período entre as duas guerras; de uma mulher no lar, mas com acesso crescente ao espaço público, uma mulher formada/enquadrada/disciplinada pelas normas emergidas das instituições médicas e científicas, pela “vontade caracteristicamente moderna de remodelar os comportamentos maternos, de mudar os modos de pensar e de agir herdados do passado” (LIPOVETSKY, 2000, p. 214).

Daí a ambivalência histórica do modelo da mulher do lar. De um lado, este recompôs uma diferenciação máxima entre os papéis dos dois sexos, na contracorrente dos ideais modernos de igualdade. Mas, de outro lado, foi acompanhado por um processo de reconhecimento e de celebração das funções femininas, inseparável das sociedades da

---

4 "Nesse plano, o que domina a nossa época é o investimento feminino na vida profissional e a rejeição correlativa de uma identidade apoiada exclusivamente nos papéis domésticos. A conclusão se impõe: o trabalho, em nossos dias, constrói mais a identidade social das mulheres do que antigamente, quando apenas os papéis de mãe e esposa eram socialmente legítimos. [...] Sem dúvida, existem fortes diferenças nos modos de compromisso profissional das mulheres: um abismo separa o investimento de uma diretora de *marketing* das motivações de uma caixa de supermercado” (LIPOVETSKY, 2000, p. 225).

igualdade. Esposa, mãe, educadora, dona de casa: eis os papéis da mulher postos nas nuvens, julgados com consideração, dotados, em princípio, de um valor igual ao dos que cabem aos homens (LIPOVETSKY, 2000, p. 216-217).

Importa sublinhar, nesse ponto, que a persistência de um modelo tradicional de distanciamento profissional não deve ocultar a tendência de busca das mulheres por uma identidade baseada na dimensão do trabalho. Por exemplo, as jovens de hoje, em geral, “querem obter diplomas tendo em vista uma carreira” (LIPOVETSKY, 2000, p. 225). É o que se constata na nossa pesquisa; das vinte e três mulheres entrevistadas, nove são estudantes: “*Eu sou estudante do curso de pedagogia e atuo também na área de educação infantil*” (E1, 26 anos); “*Eu sou estudante e formo esse ano, e já faço estágio na secretaria de comunicação da prefeitura*” (E2, 21 anos); “*Sou estudante, sou jornalista, faço estágio*” (E5, 21 anos); “*Estudante, faço mestrado em biologia na federal e sou bolsista*” (E6, 26 anos); “*Estudante, só estudo*” (E8, 18 anos); “*Estudante, só estudando*” (E9, 20 anos); “*Sou estudante, só estudante. Faço estágio de jornalismo*” (E11, 21 anos); “*Estudante, mas eu já fiz estágio durante um tempo, mas agora só estudo mesmo*” (E15, 21 anos); “*Só estudo, e está bom demais, já quase não dou conta. Faço medicina, é muito puxado*” (E19, 20 anos).

Assim, se em épocas anteriores pode ser constatada a “retração” das mulheres em relação à vida profissional, esse não é mais o caso hoje, “quando a norma do trabalho se encontra maciçamente interiorizada pelas mulheres, jovens ou menos jovens” (LIPOVETSKY, 2000, p. 226). Nossas entrevistadas fornecem suporte para essa compreensão; além das nove estudantes, das duas “domésticas” (E13 e E18) e da que agora é “*do lar*” (E4), vejamos como se identificam profissionalmente as outras onze mulheres: “*Sou gerente de uma loja de roupas*” (E3, 30 anos); “*Sou psicóloga, atuante*” (E7, 29 anos); “*Sou enfermeira; atuo no hospital e também particular*” (E10, 35 anos); “*Eu sou jornalista*” (E12, 26 anos); “*Sou pedagoga, trabalho em uma escola de educação infantil*” (E14, 29 anos); “*Sou professora e pedagoga*” (E16, 25 anos); “*Sou professora aposentada, graças a Deus, não aguentava mais trabalhar!*” (E17, 58 anos); “*Sou professora em escolinha infantil*” (E20, 29 anos); “*Sou professora de cursinho e também tenho um cargo na prefeitura*” (E21, 38 anos); “*Sou representante comercial de uma empresa que vende de tudo, desde carro, até alfinete*” (E22, 29 anos); “*Sou professora em faculdade*



*particular e em cursinho pré-vestibular*” (E23, 35 anos).

Ou seja, salvo a E17 (aposentada que exterioriza uma imagem, digamos “ruim”, da carreira profissional) e as duas “domésticas” (que interpretamos, em certo sentido, ser o salário a única motivação para o trabalho), as mulheres que compõem nossa amostra demonstram investir na vida profissional e na construção de uma identidade social associada ao trabalho, mesmo aquela (E4) que identifica sua *atividade profissional* como sendo “do lar” (“a gente pensa aqui que a casa também é uma empresa, e sou eu quem toma conta daqui”).

Mas a análise ganha novos contornos, porquanto é necessário prudência com a avaliação sobre o crescente papel/poder social da mulher associado ao trabalho. É possível imaginar que no futuro as mulheres ocupem, em maior número do que os homens, *cargos superiores* no espaço público. Como sugere o feminismo, “desconstruir estereótipos e falsas dicotomias e caminhar em direção à igualdade de direitos e à equidade de gênero são condições indispensáveis para quem vislumbra uma sociedade democrática e cidadã” (PRÁ & EPPING, 2012, p. 49). Contudo, mesmo que não levemos em conta as análises vinculadas à *natureza* (biológica) feminina, três elementos devem ser relevados.

Consideremos inicialmente o (longo) período de tempo de subjução da mulher a uma ordem estabelecida que a localizasse, apenas, nos cargos/papeis vinculados a uma identidade domiciliar e materna, o que pressupõe consequências, ainda nos dias de hoje, com dificuldades de a mulher se afastar desse lugar (OLIVEIRA, GAIO & BONACIM, 2009). Observemos o que elabora a entrevistada (uma mulher casada) sobre sua rotina cotidiana:

*“Essa coisa do trabalho em hospital que varia muito, e tem plantão e tal, me deixa um pouco sem uma rotina de tempo muito definida. Então eu posso ir à hora que eu quiser para lá (para a academia de ginástica, o parêntese é nosso). Ah, e eu também tenho um filho; ele tem 10 anos e fica na casa da avó. Se eu deixar ele muito solto, ele apronta; então, também tenho, lógico, que marcar presença”* (E10).

Portanto, a flexibilidade oferecida pela academia de ginástica para frequência em diferentes horários dialetizando com as *obrigações/necessidades* profissionais e familiares; a identidade domiciliar e materna ressoando no corpo da mulher.

Outro elemento aponta para os efeitos desvantajosos do casamento e da maternidade sobre as carreiras profissionais, no sentido de que ser esposa e mãe tem um custo profissional, de que as mulheres casadas tiram de seus diplomas

menos benefícios profissionais do que as mulheres solteiras;

“por toda parte, são menos numerosas nos quadros superiores do que as mulheres solteiras. [...] Ter filhos torna mais difícil o acesso aos escalões elevados: nos Estados Unidos, entre os quadros dirigentes, 90% dos homens têm filhos, mas apenas 35% das mulheres são mães” (LIPOVETSKY, 2000, p. 288).

São evidências que se contrapõem à vontade de a mulher encontrar um equilíbrio entre vida familiar e vida profissional. Ou seja, o investimento na profissão pode comprometer tanto o desejo da maternidade e/ou de tempo diário destinado, por exemplo, para a *maternagem*, como o da relação amorosa com o(a) *companheiro(a)*. E a interpretação emerge naturalmente: as mulheres entrevistadas praticam ginástica, também, porque valorizam a relação, o *matrimônio*, portanto a família, o afeto/aconchego domiciliar: *“Isso leva com certeza a melhorar o relacionamento; eu me sentindo bem, me sentindo gostosa, vou poder ficar melhor com meu marido, ele vai gostar mais de mim, porque estarei bonita para ele”* (E3); *“Porque me faz bem saber que meu namorado me acha bonita, que ele me deseja. Afinal, eu tenho que agradar a ele, senão: o que ele vai querer comigo se eu for uma ‘baranga’?”* (E19);

*“Minha relação mudou lá em casa e eu digo até sexualmente falando mesmo. Tenho até vergonha de falar, mas é verdade, depois que comecei a fazer academia a gente passou a se procurar mais. Não sei se foi só isso, mas que mudou, mudou. Isso é muito bom, a gente se sente mais mulher quando o marido procura a gente”* (E18);

*“Eu era solteira na época que entrei (para a academia, o parêntese é nosso), e assim que emagreci, eu conheci meu marido e estamos juntos até hoje. Isso foi ótimo, foi perfeito. Ajuda muito na relação sim, você se sente melhor, daí tudo fica melhor, e com o casamento também é assim”* (E6).

*“Eu justamente procurei a ‘Flash’ na época porque eu estava sedentária já há muito tempo, e estava me sentindo gordinha, bem assim. Aí, e isso estava atrapalhando no meu relacionamento. Eu não estava bem comigo mesma, aí eu comecei a sentir vergonha do meu corpo; na hora de sair, eu demorava horas para conseguir me arrumar, para escolher uma roupa, porque nada ficava bom, daí eu já saía chateada. Daí você já fica de mau humor e você não fica bem com seu namorado e acaba que você passa esse mau humor para ele e acaba que os dois ficam estressados. E isso vira uma bola de neve e muitas coisas ruins acontecem; aí você já não tem mais uma relação sexual como você tinha antes, porque aquilo já te dá um bloqueio. Com isso o namorado começa a ficar chateado, e já não é mais como era antes e tal”* (E9).

O terceiro elemento é correlato aos dois precedentes, porquanto associado à conclusão que se impõe com a análise dos mesmos: ainda que a norma do trabalho se encontre interiorizada pelas mulheres, ela vai se chocar, em alguma medida, com o desejo de vida familiar – de identidade domiciliar e materna – que se encontra igualmente presente no *corpo feminino*.

Localizemos então o *trabalho feminino* em sentido amplo (isto é, não somente associado aos *quadros empresariais superiores*), tempo em que recuperamos o depoimento: “*Sou professora aposentada, graças a Deus, não aguentava mais trabalhar!*” (E17). É sobre esse movimento (conflito interior<sup>5</sup>, conforto por não mais trabalhar, necessidade de tempo para cuidar de si e conseqüentemente da relação/família, espaço na agenda para dedicação aos *amores*) que o quadro interpretativo a seguir vai se debruçar, oferecendo uma chave de leitura situada a partir da relação que se pode estabelecer entre “libertação do trabalho” e “trabalho imaterial” (NEGRI, 2003).

Para Negri (2003), a “recusa ao trabalho” (p. 224) dos anos 1960 e 1970 é uma vontade de transformar o trabalho; especificamente, uma manifestação de repúdio ao modelo de trabalho *taylorista* e *fordista*. Essa vontade conduz a descoberta de novas formas de *produtividade humana*, ao mesmo tempo em que determina possibilidades reais de libertação da fadiga, do empobrecimento e da deterioração de corpos que o “trabalho-massa” representa. Adentrando nesse processo, podemos compreender o trabalho não apenas na perspectiva de *atividade produtiva* (econômica), mas associado a motivos afetivos, comunicacionais, isto é, a motivos ontológicos. São dimensões que tornam vida e atividade produtiva um todo unificado e entrelaçado, uma única realidade de efeitos.

Nessa perspectiva, a de se observar que as nossas entrevistadas, além de estudar e investir numa identidade social que se estabelece vinculada, diretamente, à suas próprias *atividades produtivo-econômicas*, direcionam tempo e energia para uma prática (a ginástica) que contribui com a sensação de (bem) estar: “*mais bonita mesmo*” (E11), “e todo mundo gosta de ficar bonita” (E13); “*melhor, mais disposta*”

---

5 “Até nossos dias, a existência feminina sempre se ordenou em função de caminhos social e ‘naturalmente’ pré-traçados: casar, ter filhos, exercer as tarefas subalternas definidas pela comunidade social. Essa época termina sob os nossos olhos: com a pós-mulher no lar, o destino do feminino entrou pela primeira vez em uma era de imprevisibilidade ou de abertura estrutural. O que estudar? Tendo em vista qual profissão? Que plano de carreira adotar? Casar ou viver em concubinato? Divorciar-se ou não? Que número de filhos e em que momento? Tê-los no quadro da instituição matrimonial ou fora do casamento? Trabalhar em tempo parcial ou em tempo integral? Como conciliar vida profissional e vida maternal?” (LIPOVETSKY, 2000, p. 237).

(E18); *“relaxada, assim, a cabeça desliga e você libera lá (na academia de ginástica, o parêntese é nosso) tudo o que prendeu durante o dia”* (E12); *“bem ao lado do marido [...], porque aí ele não vai querer olhar para outra, vai olhar só para mim, e todo mundo quer isso, não tem jeito”* (E4). Portanto, uma *ascese*<sup>6</sup>; um “cuidado de si” (FOUCAULT, 1985) que se desvela comprometido com a vida familiar, com o equilíbrio das relações domiciliares: a prática da ginástica (e a prática da ginástica em academias exclusivas para mulheres que emerge subsumida, nas suas devidas proporções, à moral “patriarcal”) me

*“deixa bem comigo mesma, e lógico que isso influencia no relacionamento; a cabeça fica outra quando você se sente melhor. Outra coisa também que não dá para negar, é que tudo fica um pouco mais durinho, sem nada cair muito; meu marido adora!”* (E17).

“Autonomia”, “liberdade” e poder sobre si que se desdobra no poder sobre o outro. Como diz a entrevistada: *“Eu ficando bem, meu namoro vai ficar bem, é simples. Não adianta, para estar bem com outra pessoa, a gente tem que ficar bem com a gente mesma”* (E20). Lendo nas entrelinhas, *“é simples”*; o estado de bem-estar (da mulher) contagia, tem o poder de contribuir com a *alteridade, positiva*, senão dela mesma (registre-se o grifo que se estabelece em “autonomia” e “liberdade”), do(a) *companheiro(a)*, do(a) *filho(a)*, da família.

E ainda vinculado a esse *trabalho* corporal realizado em prol de si e do outro: *“O ir (a academia de ginástica, o parêntese é nosso) é muito difícil, mas depois que eu estou lá, eu gosto, não é ruim. Nesse sentido, eu acho que me faz bem em muitos sentidos, e pode sim me ajudar a atrair outra pessoa”* (E16). Consideremos aqui que, a despeito das sensações prazerosas que o movimento corporal (a ginástica) possa proporcionar, ocorre: (a) o “sacrifício” de quebrar a inércia do corpo para o treinamento, (b) a necessidade de vigor e (c) o dispêndio de tempo (COELHO FILHO, 2007).

Com efeito, numa interpretação talvez um pouco forçada, mas não menos importante, nos deparamos com o paradoxo do chamado *não-trabalho* das mulheres: um *não-trabalho* tão invasor que não há momento da vida que não seja

---

<sup>6</sup> “O indivíduo possui a capacidade de efetuar determinadas operações sobre si mesmo para se transformar e constituir uma forma desejada de existência, processo denominado *ascese* ou *tecnologias de si*. A *ascese* representa uma arma, uma possibilidade de ‘se equipar’, e a relação consigo mesmo ofereceu a Foucault uma alternativa, uma forma de resistência diante do poder moderno” (ORTEGA, 2001, p. 158).

ocupado por ele. E é ali, nesse *não-trabalho*, que se constitui uma realidade verdadeiramente vital:

ele deve ser reconhecido como espaço característico e central não do não-trabalho, mas do *novo* trabalho produtivo, composto pelo conhecimento (do lugar das meias), mas sobretudo pelo afeto, pelas relações que podem ser livres ou servis, mas que se jogam completas dentro desse tecido (NEGRI, 2003, p. 109).

Recuperando a intenção de se oferecer uma chave de leitura situada a partir da relação que se pode estabelecer entre “libertação do trabalho” e “trabalho imaterial”:

(Observe-se bem: a assunção dessa chave interpretativa – *do trabalho ao biopolítico* – é extremamente importante, porque nos permite enfrentar uma série de problemas centrais como os da reprodução social e de problemas levantados pelo feminismo, e torna possível trazê-los para dentro e tratá-los em uma grade comum de discurso) (NEGRI, 2003, p. 224-225).

“Submissão” racional; ou melhor, opção consciente: a mulher faz ginástica, também, porque *“tudo fica um pouco mais durinho”*, e o *“marido adora!”* (E17). Parafraseando Lipovetsky (2000), se a (subjetividade da) mulher de hoje registra uma inegável ruptura histórica, evitemos assimilá-la a uma mutação que faz *tabula rasa* do passado.

No *gracejo*, o imaginário social do *poder masculino* é desvelado, já que a entrevistada é “o cara”: *“Eu sou autônoma, lógico que eu sempre busco ganhar mais para manter o que eu quero. Eu brinco com minhas amigas e digo que ‘eu sou o cara!’”* (E7). Ou ainda, o imaginário social do *papel masculino* (de cavalheiro) é sublinhado, para reaparecer, na sequência, em termos relativos (senão contraditórios):

*“Mas quando eu saio com alguém, eu sempre levo dinheiro, porque parto do princípio de que eu vou pagar também; mas se ele quiser pagar, não faço nenhuma objeção. Você vai fazer o seu papel de cavalheiro e eu o papel de dama; isso é um jogo, o jogo da conquista tem isso. É legal você ver o cara pagando, é como se ele estivesse dando um presente para você. Mas depois com o tempo, você não pode deixar só o homem pagando, ele também tem as contas dele. Outra coisa, por exemplo, quando eu não tinha carro; às vezes a pessoa vinha e me pegava em casa, hoje não, hoje eu pego a pessoa em casa, eu não vou deixar de sair porque a pessoa não tem carro. Acho que tudo na vida é equilíbrio, os dois pagam e dão carona. Tudo é muito relativo”* (E7).

Para Lipovetsky (2000), “de agora em diante mulheres e homens são reconhecidos como donos de seu destino individual, mas isso não equivale a uma situação de permutabilidade de seus papéis e lugares” (p. 239). É o que verificamos ao examinar a discussão por nós conduzida até aqui a respeito do corpo. Como exemplo, recuperemos o problema do espaço/tempo para maternidade e/ou *maternagem*: “Ah, e eu também tenho um filho; ele tem 10 anos e fica na casa da avó. Se eu deixar ele muito solto, ele apronta; então também tenho, lógico, que marcar presença” (E10).

As questões se desdobram; não é somente “trabalhar em tempo parcial ou em tempo integral?”, “como conciliar vida profissional e vida maternal?”, “quantos filhos e em que momento?”, mas também, “ter filhos?”. São questões que implicam em movimento nas subjetividades. Sobre “ter filhos?”, como assinalam Bruschini e Ricoldi (2012), apesar das conquistas psicossociais das mulheres, a recusa à maternidade (efetivamente, uma alternativa de escolha individual) parece ainda não ser vista com bons olhos pela sociedade. Mas a ideia de “recusa à maternidade”, com a visão *negativa* que lhe é direcionada, pode também ser interpretada e/ou perpassar a subjetividade associada à relação que se estabelece entre trabalho em *tempo integral* e *pouco tempo* de dedicação ao *cuidado* do(a) filho(a). Não é de hoje que se direciona o olhar crítico para a tendência de “socialização” (como diz a E10: “eu também tenho um filho; ele tem 10 anos e fica na casa da avó”) de muitas das *funções parentais*, para as *ações distantes* de pais e responsáveis, para o colapso de “antigos controles do impulso” (LASCH, 1983).

Representações, ideais, análises teóricas...; influências, memória, modos de subjetivação. As identidades profissional, domiciliar e materna reivindicando espaço no corpo da mulher. As entrevistadas nos fazem ver uma mulher *não assujeitada* a moral patriarcal (SANT'ANNA, 1995) que flerta, em certo sentido, com valores da tradição familiar:

*“Quando fui para academia feminina eu não era casada ainda, mas namorava ele já; e assim, ele nunca falou nada para mim. Agora, negar que ele ficou feliz quando fui para lá, é mentira, ele adorou, falou que agora ninguém iria olhar para a mulher dele. Não que ele não confiasse em mim, mas agora ninguém ia mais olhar. Isso me deixou mais à vontade, com certeza” (E6).*

Constata-se assim a inclinação contemporânea de o sujeito assumir “identidades diferentes em diferentes momentos, identidades que não são unificadas

ao redor de um ‘eu’ coerente” (HALL, 2006, p. 13). Como observa Ciampa (2001), o humano é uma porta abrindo-se em muitas saídas; identidade humana é vida que se renova no cotidiano, a cada *reencontro*; e ainda, identidade é metamorfose. Nesse sentido, portanto, a mulher quer exercer o direito de se reinventar no espaço/tempo, de beber, se assim lhe convir, das diferentes fontes que lhe são oferecidas (TRALCI FILHO & RUBIO 2012). Isto é, no nosso caso, o (re)posicionamento psicossocial da mulher emergido das interpretações que se estabelecem vinculadas à (procura crescente pela) prática da ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres; metamorfose e/ou reinvenção manifestada, por exemplo, na identidade da(e) “mulher-amante” que goza as delícias de uma relativa passividade no jogo da sedução (como diz a E6: “*Não que ele não confiasse em mim, mas agora ninguém ia mais olhar. Isso me deixou mais à vontade, com certeza*”). E novamente, à luz dos escritos de Lipovetsky (2000):

A variável sexo continua, evidentemente, a orientar as existências, a fabricar diferenças de sensibilidades, de itinerários e de aspirações. O novo não reside no advento de um universo unissex, mas em uma sociedade “aberta” em que as normas, sendo plurais e seletivas, são acompanhadas de estratégias heterogêneas, de margens de liberdade e de indeterminação. Ali onde as determinações eram mecanicistas, há lugar agora para escolhas e arbitragens individuais. Antes os modelos sociais impunham imperativamente papéis e lugares, agora já não criam mais que orientações facultativas e preferências estatísticas. Aos papéis exclusivos sucederam as orientações preferenciais, as escolhas livres dos protagonistas, a abertura de oportunidades. O que se propaga não é a semelhança dos papéis sexuais, mas a não-diretividade dos modelos sociais e, correlativamente, o poder de autodeterminação e de indeterminação subjetiva dos dois gêneros (p. 239).

Ora, esse movimento nos permite passar em revista os sugeridos “problemas levantados pelo feminismo” (NEGRI, 2003). De fato, se a linha interpretativa que estabelecemos até aqui com base na demonstração empírica é coerente, o feminismo, como movimento social e político, precisa escapar do caminho que lhe conduz a oferecer/determinar à mulher uma *identidade rígida* (contida, limitada, única), porque não, uma *identidade feminista* correlata à masculinidade que é inerente a certo discurso racional, universalista, radical. Isso porque o feminismo, ao assumir uma postura denunciante em relação ao homem, ao buscar constituir uma representação unificada entre as mulheres contra o homem, corre o risco de recair em características originárias do machismo, tão combatido (BADINTER, 2005;

BUTLER, 2010). E sendo esse o modelo, talvez caiba fomentar um novo tipo de política feminista para contestar as próprias reificações do gênero e da identidade, “isto é, uma política feminista que tome a construção variável da identidade como um pré-requisito metodológico e normativo, senão como um objetivo político” (BUTLER, 2010, p.23).

Com isto posto, portanto, se a problemática recai no sujeito, a discussão (feminista, sobre o (re)posicionamento psicossocial da mulher) atual e madura precisa considerar a necessidade de se encontrar subsidiada pelo que se tem formulado sobre o processo de constituição da(s) identidade(s). Em *tese*, é preciso compreender que as “identidades” flutuam no ar,

algumas de nossa própria escolha, mas outras infladas e lançadas pelas pessoas em nossa volta, e é preciso estar em alerta constante para defender as primeiras em relação às últimas. Há uma ampla probabilidade de desentendimento, e o resultado da negociação permanece eternamente pendente. Quanto mais praticamos e dominamos as difíceis habilidades necessárias para enfrentar essa condição reconhecidamente ambivalente, menos agudas e dolorosas as arestas ásperas parecem, menos grandiosos os desafios e menos irritantes os efeitos. Pode-se até começar a sentir-se *chez soi*, “em casa”, em qualquer lugar – mas o preço a ser pago é a aceitação de que em lugar algum se vai estar total e plenamente em casa (BAUMAN, 2005, p. 19).

Concluimos então que as mulheres entrevistadas nos mostram, com o movimento das identidades (“re-des-construídas”), a identificação com ideias culturais não necessariamente harmonizados entre si: entre a *sedução do eterno feminino* e o *poder*, ou o *eterno retorno do masculino*; entre a *carreira* e a *vida familiar*; entre o *sucesso público* e o *privado*. Mais ainda. Elas desvelam uma *ascese* que nos remete para os riscos inerentes à tendência, ainda atual, de se colocar o homem no lugar de “mau” e a mulher no de “inocente”, o que evidentemente “retorna” ao naturalismo do binarismo sexista que degrada a relação entre os sexos (BADINTER, 2005).

Enfim, se a *mulher autogovernada de hoje* abdicou, relativamente, dos papéis “tradicionais”, é porque a vida familiar, o íntimo, o relacional com os *seus amores*, permanecem sendo privilégios do, e/ou mais privilegiados pelo, *corpo feminino*; é uma identidade domiciliar e materna que se conserva, de certo modo, *fixada*, paradoxalmente, na mudança e no irrecusável avanço.



## REFERÊNCIAS

- ALVES, A. J. O planejamento de pesquisas qualitativas em educação. **Caderno de Pesquisa**. São Paulo: Fundação Carlos Chagas, n.77, p. 53-61, 1991.
- ARÁN, M. A Psicanálise e o dispositivo diferença sexual. **Estudos Feministas**. Florianópolis: 17, p. 653-673, 2009.
- BADINTER, E. **Rumo equivocado**: o feminismo e alguns destinos. Tradução: Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2005.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Tradução: Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BAUMAN, Z. **Vida Líquida**. Tradução: Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.
- BAUMAN, Z. **Identidade**: entrevista a Benedetto Vecchi. Tradução: Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Zahar, 2005.
- BAUMAN, Z. **Modernidade Líquida**. Tradução: Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.
- BORIS, G. D. J. B.; CESÍDIO, M. de H. Mulher, corpo e subjetividade: uma análise desde o patriarcado à contemporaneidade. **Revista Mal-estar e Subjetividade**. Fortaleza: 7(2), p. 451-478, 2007.
- BRUSCHINI, M. C. A.; RICOLDI, A. M. Revendo estereótipos: o papel dos homens no trabalho doméstico. **Estudos Feministas**. Florianópolis: 20(1), p. 259-287, 2012.
- BUTLER, J. **Problemas de gênero**: Feminismo e subversão da identidade. Tradução: Renata Aguiar. 3ª Edição. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.
- CIAMPA, A. da C. **A estória do Severino e a história da Severina**. São Paulo: Brasiliense, 2001.
- COELHO FILHO, C. A. de A.; FRAZÃO, D. P. Prática de ginástica em academias exclusivamente femininas. **Motriz**, v.16, n. 02, 2010.
- COELHO FILHO, C. A. de A. **Metamorfose de um corpo andarilho**: busca e reencontro do *algo* melhor. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.
- FOUCAULT, M. **O cuidado de si**: História da sexualidade III. Tradução: Maria Thereza da Costa Albuquerque. Rio de Janeiro: Graal, 1985.
- HALL, S. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Tradução: Tomaz Tadeu da Silva, Guacira Lopes Louro. 11ª Edição. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.
- LASCH, C. **A cultura do narcisismo**: a vida americana numa era de esperanças em declínio. Rio de Janeiro: Imago, 1983.

LIPOVETSKY, G. **A Terceira Mulher**: permanência e revolução do feminino. Tradução: Maria Lucia Machado. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

MATHIAS, M. B.; RUBIO, K. As mulheres e as práticas corporais em clubes da cidade de São Paulo do início do século XX. **Rev. Port. Cien. Desp.** Porto: 9(2-3), p.195–202, 2009.

MATOS, M. Teorias de gênero ou teorias e gênero? Se e como os estudos de gênero e feministas se transformaram em um *campo novo* para as ciências. **Estudos Feministas**. Florianópolis: 16(2), p. 333-357, 2008.

NEGRI, A. **5 Lições sobre o império**. Tradução: Alba Olmi. Rio de Janeiro: DP&A, 2003.

OKIN, S. M. Gênero, o público e o privado. **Estudos Feministas**. Florianópolis: 16(2), p. 305-332, 2008.

OLIVEIRA, A. R. de; GAIO, L. E.; BONACIM, C. A. G. Relações de Gênero e ascensão feminina no ambiente organizacional: um ensaio teórico. **Rev. Adm. UFSM**. Santa Maria: 2(1), p. 80-97, 2009.

ORTEGA, F. Michel Foucault: os sentidos da subjetividade. In: BENILTON Jr., B.; PLASTINO, C. A. (Orgs.) **Corpo, afeto e linguagem**: a questão do sentido hoje. Rio de Janeiro: Rios Ambiciosos, p. 157-172, 2001.

PRÁ, J. R.; EPPING, L. Cidadania e feminismo no reconhecimento dos direitos humanos das mulheres. **Estudos Feministas**. Florianópolis: 20(1), p. 33-51, 2012.

SANT'ANNA, D. B. Cuidados de si e embelezamento feminino: fragmentos para uma história do corpo no Brasil. In: SANT'ANNA, D. B. **Políticas do Corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, p. 121-140, 1995.

TRALCI FILHO, M. A.; RUBIO, K. As identidades da atleta brasileira: os "pontos de apego temporários" da mulher na vida esportiva. **Movimento**. Porto Alegre: v. 18, n. 02, p. 255-275, 2012.

## ARTIGO 2

### MOTIVOS PARA A PRÁTICA DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS EXCLUSIVAS PARA MULHERES

#### INTRODUÇÃO

O fortalecimento do setor das academias de ginástica destinadas exclusivamente às mulheres a partir da década de 1990 reflete uma opção da mulher, qual seja, *exercitar-se* distante do olhar masculino (COELHO FILHO & FRAZÃO, 2010).

Para mulheres que almejam encontrar um local para a prática de exercícios físicos, a opção pela academia de ginástica exclusiva pode se encontrar ancorada, por exemplo, no fato de o homem ser representado como um elemento interventor negativo no contexto da prática de exercícios físicos em academias de ginástica mistas, especialmente quando provoca, com o olhar (excessivo, invasivo, crítico) direcionado para a mulher, situações inibidoras e/ou constrangedoras (LESSA, FURLAN & CAPELARI, 2011; NEIVA et al., 2007; MASCARENHAS et al., 2007).

Mas, ainda, se entendemos que o fenômeno de proliferação dessas instituições exclusivas está vinculado à sutileza das relações que a mulher estabelece na sociedade contemporânea com o companheiro, com o *olhar masculino* em geral e com outras mulheres (COELHO FILHO & FRAZÃO, 2010), a reflexão deve ser ampliada. Ou seja, não é mais simplesmente o olhar do homem que (não) se concretiza/presentifica (apenas) nas salas das academias de ginástica mistas, Coelho Filho e Frazão (2010) apontam para uma complexidade relacional que envolve a mulher e o *seu* homem, a mulher e o *olhar masculino*, a mulher e a *outra* (mulher).

Assim, a discussão que se estabelece associada à proliferação das academias de ginástica destinadas exclusivamente às mulheres se justifica, e pode ganhar *corpo*, quando consideramos dois elementos substanciais: a pré-condição, o sexo (ser mulher) que determina a possibilidade de ingresso/matriculação nessas instituições comerciais; o problema da distinção entre sexo e gênero, implícito na

complexidade relacional acima assinalada. Como diz Butler (2010), quando

“o *status* construído do gênero é teorizado como radicalmente independente do sexo, o próprio gênero se torna um artifício flutuante, com a consequência de que *homem* e *masculino* podem, com igual facilidade, significar tanto um corpo feminino como um masculino, e *mulher* e *feminino*, tanto um corpo masculino como um feminino” (p. 24-25).

Dito em outras palavras, no momento mesmo em que se procura alargar/difundir uma nova concepção de sujeito individual e sua individualidade (HALL, 2006), que a ideia de *sujeito liberto* das predeterminações de uma “natureza sexuada” é pauta/tema de interesse (BUTLER, 2010), que se constata um aumento significativo do debate acerca da constituição de gênero (NARVAZ & KOLLER, 2006), acreditamos que a frequência comprovada nas academias de ginástica exclusivas para mulheres, indicando um quadro/movimento correlato à estabilidade do sexo binário, pode oferecer elementos importantes para serem agregados a essas discussões e/ou por elas aproveitados.

O objetivo desta pesquisa é analisar o conteúdo do discurso de praticantes de ginástica em academias exclusivas para mulheres sobre os motivos dessa prática, com o foco direcionado para as relações que se estabelecem entre esses motivos e o binarismo sexual.

## MÉTODO

Esta pesquisa, de natureza qualitativa, baseia-se na compreensão de que as pessoas agem em função de suas crenças, percepções, sentimentos e valores, e que seus comportamentos têm sempre um sentido, um significado que não se dá a conhecer de modo imediato, precisando ser desvelado (ALVES, 1991).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora (parecer nº 204/2011).

Vinte e três frequentadoras de três academias de ginástica exclusivas para mulheres situadas no município de Juiz de Fora, Minas Gerais, foram entrevistadas. A coleta de dados foi interrompida mediante a consideração de que as informações captadas atingiram um “ponto de redundância” (ALVES, 1991), isto é, estavam suficientemente confirmadas e com poucas possibilidades de emergirem novas

informações relevantes que justificassem a continuidade da coleta.

As entrevistadas foram recrutadas entre as setenta e cinco mulheres que participaram como voluntárias de uma pesquisa anterior por nós conduzida, e já publicada. Para seleção das participantes, utilizamos os seguintes critérios de inclusão: 1) praticar ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres que apresente uma metodologia de trabalho semelhante à encontrada nas academias mistas<sup>7</sup>; 2) prontificar-se a participar, livremente, da pesquisa.

O roteiro de questões semiestruturado que norteou as reflexões durante as entrevistas, previamente validado por duas doutoras e dois doutores pesquisadores(es) das questões de gênero, é o seguinte:

1. Estado civil?
2. Idade?
3. Renda familiar aproximada?
4. Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?
5. Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?
6. Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?
7. Por que você pratica ginástica?
8. Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?
9. Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para a destinada exclusivamente às mulheres?
10. Você nota algo que considere importante mencionar relacionado ao comportamento de homens e de mulheres no ambiente de academia?
11. Há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?

Como referencial teórico para analisar e interpretar o material produzido com a transcrição das entrevistas (um arquivo do *Word* composto por 26.140 palavras),

---

<sup>7</sup> Isso porque, em Juiz de Fora, encontra-se situada uma unidade da franquia *Curves* (academia de ginástica exclusiva para mulheres), oferecendo uma metodologia de treinamento que se diferencia da encontrada nas academias mistas; trata-se de um circuito padronizado de exercícios que é realizado em 30 minutos. Assim, se concordarmos que a especificidade desse programa rápido de exercícios pudesse ser determinante no que diz respeito à opção pela escolha da instituição, as questões de gênero por nós objetivadas poderiam emergir com menor representatividade do que num contexto onde não houvesse tal diferencial.

utilizamos a “análise de conteúdo” (BARDIN, 2011), que pode ser caracterizada da seguinte maneira:

Um conjunto de instrumentos metodológicos cada vez mais sutis em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a “discursos” (conteúdos e continentes) extremamente diversificados. O fator comum dessas técnicas múltiplas e multiplicadas – desde o cálculo de frequências que fornece dados cifrados, até a extração de estruturas traduzíveis em modelos – é uma hermenêutica controlada, baseada na dedução: a inferência. Enquanto esforço de interpretação, a análise de conteúdo oscila entre dois polos do rigor da objetividade e da fecundidade da subjetividade. Absolve e cauciona o investigador por esta atração pelo escondido, o latente, o não aparente, o potencial de inédito (do não dito), retido por qualquer mensagem. Tarefa paciente de “desocultação”, responde a esta atitude de *voyeur* de que o analista não ousa confessar-se e justifica a sua preocupação, honesta, de rigor científico (BARDIN, 2011, p. 15).

A análise de conteúdo disponibiliza um conjunto de técnicas que permite ao pesquisador se infiltrar gradativamente nos discursos, chegando ao ponto de interpretá-los de forma a levantar questões que a primeira vista não são reveladas. Nesse sentido, a pré-análise é considerada fundamental para o sucesso: “Corresponde a um período de intuições, mas tem por objetivo tornar operacionais e sistematizar as ideias iniciais, de maneira a conduzir a um esquema preciso do desenvolvimento das operações sucessivas, num plano de análise” (BARDIN, 2011, p. 125).

Com a pré-análise em curso, a fim de nos familiarizarmos com os documentos e nos deixarmos contaminar, mais ainda, pelo universo investigado, foram realizadas leituras flutuantes do arquivo contendo a transcrição das entrevistas. Na sequência, foi iniciado o trabalho de categorização. A categorização temática foi usada para que pudessemos organizar a análise através de uma condensação dos dados brutos.

A *categorização* é uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto por diferenciação e, em seguida, por reagrupamento segundo o gênero (analogia), com os critérios previamente definidos. As categorias são rubricas, ou classes, as quais reúnem um grupo de elementos (unidades de registro, no caso da análise de conteúdo) sob um título genérico, agrupamento esse efetuado em razão das características comuns destes elementos (BARDIN, 2011, p. 147).

Portanto, diretamente associada ao nosso objeto de estudo, elegemos como categoria de análise: “Motivação para a prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres”.

As entrevistadas são identificadas pela letra E, seguida dos números 1 a 23. Ou seja, a entrevistada 1 é identificada como E1, e assim sucessivamente.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### MOTIVAÇÃO DE MULHERES PARA A PRÁTICA DE GINÁSTICA EM ACADEMIAS EXCLUSIVAS PARA MULHERES

As participantes se encontram na faixa de idade entre 18 anos e 58 anos. Treze são solteiras, sete casadas e três divorciadas: das treze solteiras, sete estão namorando; das três divorciadas, uma está namorando.

Essas mulheres, ao manifestarem a condição de *namoradas* (solteiras e divorciadas que namoram), de *ex-namoradas*, de *ex-esposas* e de *esposas*, ou mesmo no espaço mais amplo das suas reflexões – “*Ah, aquela coisa de que uma mulher se arruma para outra, eu não acredito. Não é possível! Eu, quando me arrumo para sair, para ficar bonita, eu não quero que outra mulher olhe para mim, eu quero que o cara olhe para mim*” (E5, 21 anos de idade, estudante de jornalismo, que diz se encontrar atualmente “*solteira, completamente só*”) –, apontam para o homem como objeto de desejo afetivo-sexual. Portanto, apesar de a nossa amostra ter sido não intencional, os depoimentos sugerem um grupo de mulheres marcado por uma heterossexualidade oposicional<sup>8</sup>.

Observemos o depoimento da entrevistada:

*“Meu namorado teve influência bem forte na escolha pela academia exclusivamente feminina; tanto pela opinião dele quanto pelo fato de agradar a ele por estar em uma academia só de mulher”* (E11, 21 anos de idade, estudante de jornalismo).

Quando as relações humanas são analisadas com um olhar direcionado por um discurso naturalista/biológico que determina as semelhanças e as diferenças entre os indivíduos (isto é, entre machos e fêmeas com base em características

---

<sup>8</sup> Disso se colhe, para futuras investigações, algumas questões: Qual a orientação sexual declarada (heterossexual, bissexual, homossexual) de frequentadoras de academias de ginástica exclusivas para mulheres? Mulheres homossexuais apresentam motivos diversos dos que são apresentados pelas heterossexuais para a prática da ginástica em academias exclusivas para mulheres? Em quais aspectos? *Lésbicas* frequentadoras de academias de ginástica exclusivas para mulheres podem contribuir com a pesquisa/discussão que se estabelece associada aos “problemas de gênero”? Como masculinidades e feminilidades podem se manifestar na sexualidade lésbica presente em academias de ginástica exclusivas para mulheres?

geneticamente determinadas), aspectos relacionais e políticos formadores da individualidade podem ser negligenciados (NARVAZ & KOLLER, 2007).

Como observa Deive (2005), enquanto conceito relacionado à educação física e ao esporte, o gênero fornece elementos para os envolvidos no processo de ensino e monitoramento das práticas corporais em ambientes formais (escolas) e não formais (academias de ginástica, por exemplo) na medida em que, para além das respostas biológicas distintas de cada sexo aos estímulos físico-esportivos, influências socioculturais sobre homens e mulheres atletas ou praticantes regulares de exercícios físicos podem favorecer a inserção de uns e/ou de outros em determinados contextos e adoção de práticas corporais em função das identidades de gênero constituídas na interação.

Como interpretar, então, o depoimento da entrevistada acima, compreendendo a singularidade dessa mulher numa perspectiva (pós-estruturalista) ancorada ao conceito de um sujeito que participa de um todo sem ser, simplesmente, seu produto? Ou seja, parafraseando Negri (2003), uma singularidade que mantém sua força própria, mas que a mantém dentro de uma dinâmica relacional que permite construir, ao mesmo tempo, a si mesma e ao todo.

A entrevistada afirma que o seu “*namorado teve influência bem forte na escolha pela academia*”. Logo, é o poder do namorado/homem alimentando a escolha e sendo alimentado por ela. Mas o poder da jovem namorada/mulher também não se deixa entrever? Na opção de “*agradar a ele por estar em uma academia só de mulher*”? Na ousadia/“liberdade” associada ao próprio depoimento e à posição assumida?

Mais ainda. As práticas corporais de movimento acompanham a dinâmica social (MATHIAS & RUBIO, 2010), portanto, duas evidências se materializam: 1) o mercado de academias de ginástica exclusivas para mulheres (em contínua expansão) foi/é nutrido por um sistema relacional de poder; 2) o crivo sexista (ser mulher) que determina a possibilidade de ingresso/matricula nessas instituições comerciais é uma resposta às relações de poder que se estabelecem, sobretudo, entre mulheres e homens, como sujeitos desejantes. Como indica Deleuze (2005, p. 38): “O poder ‘produz realidade’, antes de reprimir. E também produz verdade, antes de ideologizar, antes de abstrair ou de mascarar”.

Façamos um breve parêntese. Para que possamos favorecer, na sequência do trabalho, uma melhor compreensão dos motivos subjacentes à prática da



ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres e contextualização dos depoimentos, nos parece necessário evocar certas relações estabelecidas entre “ginástica feminina” e experiência de subjetivação e de liberdade da mulher do/no século XX.

De fato, um olhar reducionista (sexista, naturalista/biológico) contribuiu para determinar, inclusive legalmente, a subordinação sistemática da mulher em relação ao homem (MATHIAS & RUBIO, 2010). É constatado também que esta subordinação influenciou, sobremaneira, o universo da adoção de práticas físico-esportivas pelas mulheres (MAZO, SILVA & LYRA, 2010). Com efeito, para atender a uma demanda de *boa forma* vinculada à lógica patriarcal se formaram, com maior vigor a partir dos anos 1930, turmas de “ginástica feminina”<sup>9</sup>. Na ocasião, frente ao dever de manutenção da figura pública feminina, as mulheres se viam *determinadas* (*disciplinadas e controladas*, se utilizamos a tipologia foucaultiana do poder) a praticar sua ginástica em grupos exclusivamente femininos, isto é, em academias que ofereciam uma ginástica orientada por mulheres, para mulheres, sob forte influência da dança (COELHO FILHO & FRAZÃO, 2010). Mas o quadro de submissão da mulher a uma *ordem do discurso* (patriarcal) que legitimava certa *dominação* masculina, ou que colocava a mulher no lugar de subordinada ao discurso do homem, foi se modificando com o passar do tempo (BADINTER, 2005). *Pari passu* a uma série de acontecimentos<sup>10</sup> (dentre os quais, diminuição do poder de influência da Igreja, conquista de direitos femininos nas áreas médica, judiciária e de ensino), o patriarcado entra em declínio<sup>11</sup>. Com o fim da Segunda Grande Guerra, com a nova imprensa e a indústria que exploram sua sensualidade e poder, a figura feminina, tida antes da laicização da sociedade como um símbolo único de pureza e servidão patriarcal, sem qualquer tipo de importância social nas relações extradomiciliares, expõe-se publicamente e se impõe como sujeito desejante. Todo esse movimento acarreta consequências no campo da ginástica. No Brasil, por exemplo, sobretudo nos grandes centros urbanos, há uma proliferação de academias de ginástica nos anos 1970 (COELHO FILHO, 2000). Nessas instituições, as mulheres já não mais se viam *determinadas* a praticar uma ginástica

---

<sup>9</sup> Tempo em que as academias de dança e ginástica passam por um período de prosperidade (PROST & VINCENT, 1992).

<sup>10</sup> Uma exposição detalhada desses acontecimentos é encontrada em Coelho Filho e Frazão (2010).

<sup>11</sup> É o que se conhece como “declínio do pai” (FUKE, 2005).

orientada por mulheres, para mulheres. Elas passam a se exercitar em ambientes e em atividades na interação com os homens, mesmo que muitas dessas academias continuassem a oferecer a “ginástica feminina” (COELHO FILHO & FRAZÃO, 2010). Com o decorrer dos anos, até mesmo a prática da musculação, considerada uma atividade “masculinizante” (HANSEN & VAZ, 2006), passa a ser comum entre as mulheres. Paralelamente ao crescimento de ofertas de modalidades de ginástica e de espaços para sua prática, as academias destinadas exclusivamente às mulheres ganham força a partir da segunda metade da década de 1990, nos Estados Unidos, e dos anos 2000, no Brasil (COELHO FILHO & FRAZÃO, 2010).

Retomemos então a discussão que emergiu anteriormente ao parêntese. Nossas entrevistadas são mulheres que se encontram há muito afastadas da submissão alienada ao representante patriarcal e/ou estrutura de poder que as (*disciplinava e controlava*) estabelecia, simplesmente, como produto. Ou seja, estamos diante de “um novo modelo que comanda o lugar e o destino social do feminino. Novo modelo que se caracteriza por sua autonomização em relação à influência tradicional exercida pelos homens sobre as definições e significações imaginário-sociais da mulher” (LIPOVETSKY, 2000, p. 236).

Assim, no que se refere à motivação para a prática da ginástica nas academias exclusivas para mulheres, nossa interpretação deve se precaver para não criar “um mal-estar filosófico com o acirramento binarista de oposições maniqueístas, com o homem mau e a mulher inocente” (VOTRE & LOVISOLO, 2011, p. 72). Ao mesmo tempo, contudo, se não queremos abdicar do objetivo de conduzir à demonstração empírica, a tarefa do quadro interpretativo em vista é a compreensão de que a motivação das mulheres entrevistadas para a prática da ginástica em academias exclusivas se mostra ancorada, fundamentalmente, na relação que as mesmas estabelecem, direta ou indiretamente, com o homem, “em casa” (namorados, maridos) e/ou na cena social. Com isso posto, resta-nos caminhar no terreno das relações dialéticas, e não mais naquele que concebia o poder numa perspectiva unidirecional. Observe-se bem: poder do homem, poder da mulher.

Das vinte e três mulheres entrevistadas, dezesseis vivenciaram a experiência de frequentar academias de ginástica mistas; dessas, duas expressam sua preferência pelas instituições em que os homens se fazem presentes.

Uma diz que está na exclusiva para mulheres por conta do local e da

disponibilidade de horários para a prática de atividades, dentre as quais destaca o “boxe”; e acrescenta: *“eu prefiro a parte de hipertrofia. Então, eu sinto carência nessa área também. E a mista já não, a mista eu acho que já pega mais pesado”* (E1, 26 anos de idade, estudante de pedagogia).

O depoimento desta mulher sugere: de um lado, que as academias de ginástica exclusivas não estão considerando (comercialmente e/ou na atuação do(a) profissional de educação física), como poderiam, dentre as opções de espaços e atividades, que “mais e mais mulheres estão realizando treinamento de força como parte da totalidade de seus programas de condicionamento físico” (FLECK & KRAEMER, 2006, p. 269); de outro, que o espaço para o trabalho com “pesos soltos” nas salas de musculação, os exercícios de força que objetivam a hipertrofia muscular, não atendem ao perfil clientela. Senão vejamos:

*“Bom, a feminina é..., muito assim, restrita; os professores, assim, eu acho que eles passam a ficha muito focados no que a mulher quer em geral da academia feminina [...]; a mulher na academia feminina não quer ganhar uma definição muscular, ela só está ali mesmo por questão de saúde, de emagrecer, de perda de gordura. Então, assim, eles não trabalham muito isso. [...] Na academia que eu frequento, as anilhas, os pesos são reduzidos, não tem anilha superior a de 20 quilos. Eu acho que isso tudo é uma carência”* (E1).

Em certo sentido, nossa análise sobre o perfil da clientela vai de encontro ao que foi constatado nos estudos de Machado e Devidé (2007) e Lessa, Furlan e Capelari (2011); qual seja, que entre os principais aspectos motivacionais para a manutenção da prática regular da musculação em academias mistas, os homens tendem a enumerar a hipertrofia muscular, enquanto as mulheres apontam para a redução e/ou manutenção do/da peso/gordura corporal. Todavia, em sentido contrário ao sugerido no parágrafo acima (anterior ao depoimento em destaque), parece mesmo que as academias de ginástica exclusivas para mulheres estão considerando o perfil da clientela, porquanto *“os professores, assim, eu acho que eles passam a ficha muito focados no que a mulher quer em geral da academia feminina”* (E1). Sendo desta maneira, podemos dizer que essas instituições estão atendendo ao que observam Machado e Devidé (2007) sobre a necessidade de o(a) profissional de educação física em academias de ginástica, ao compreender que homens e mulheres apresentam objetivos distintos associados às práticas, proporcionar satisfação com os resultados esperados e, conseqüentemente, fidelizar mais (as/os) “clientes”.

De certo modo associado ao quadro delineado, considere-se que para vinte das vinte e três mulheres entrevistadas a opção de horários e a (diversificação/qualidade da) oferta de atividades foi/é determinante para a prática na academia exclusiva: “[...] as ‘aulas’ fazem a diferença [...]” (E3, 30 anos de idade, gerente de loja); “As ‘aulas’ também contam muito, tem de tudo o dia inteiro lá [...]” (E13, 43 anos de idade, doméstica). Mais do que a prática do exercício físico individual, o que as mulheres entrevistadas enaltecem são as “ginásticas coletivas”, as “aulas” que “fazem a diferença”.

E sendo verdade que, em geral, “a mulher na academia feminina não quer ganhar uma definição muscular” (E1) (associada ao trabalho de hipertrofia muscular), portanto, se certos tipos de prática e de aparência física não atendem ao perfil desta clientela, então, nas entrelinhas, a questão se coloca: a prática da ginástica na academia destinada exclusivamente às mulheres pode estar indicando um movimento de resistência contra um poder (feminista) subjetivante que “não admite” uma *prática de si* ainda hoje calcada numa moral (sexista) que reputa ao corpo hipertrofiado da mulher um “aspecto masculinizado”? Como Hansen e Vaz (2006) observam acontecer em academia mista, o prestígio de mulheres *fisiculturistas* (mulheres que assumem uma aparência – hipermusculosa – avaliada como “masculinizada”) com as pessoas do mesmo sexo não é equivalente ao dos homens da mesma categoria. Digamos que se trata de um problema ao mesmo tempo premente e complexo, como podem nos lançar alguma luz Lovisolo, Soares e Bartholo (2006):

A insistência sobre a qualidade de beleza, de feminilidade, e até sobre a vaidade feminina, exorciza o medo da masculinização da mulher que parece significar a perda de identidade do homem. A identidade se constrói relacionalmente em oposição. Se as mulheres podem ser másculas, que será dos homens? O medo da masculinização parece adquirir sua expressão máxima em relação à mulher homossexual (p. 183).

A outra entrevistada que expressou preferência pelas academias mistas diz que está na exclusiva para mulheres por conta da disponibilidade de atividades e da companhia de uma amiga, mas considera o olhar do homem que se encontra presente nas mistas benéfico, além de observar que o ambiente onde só tem mulher favorece certo comportamento que lhe incomoda:

“Eu acho que quando tem um ambiente onde só tem mulher, aumenta muito a aquela coisa da competitividade. Então, assim, tem

*muita menina muito neurótica lá, sabe! Tipo, às vezes elas não têm nada na barriga e ficam dobrando e dizendo: ‘como eu estou gorda, olha o tamanho da minha barriga!’ E é um desfile, sabe! A academia virou uma passarela. Então, assim, não é todo mundo, são alguns horários, algumas pessoas, e eu não gosto muito não. Isso me incomoda. [...] Uma futilidade danada [...]. E a academia mista também tem a coisa boa que é o olhar do homem, o olhar contrário, acho que isso dá um estímulo” (E7, 29 anos de idade, psicóloga).*

Analisando o depoimento acima no que se refere ao incômodo manifestado, o deslocamento é inevitável. Se das vinte e três entrevistadas, vinte e uma dizem se sentir mais à vontade nas academias exclusivas para mulheres, o movimento que está sendo expresso como de “competitividade”, “futilidade”, pode estar associado a um sentimento de “liberdade” proporcionado pelo espaço; “liberdade” de poder dizer: “como eu estou gorda, olha o tamanho da minha barriga!” Observemos o depoimento abaixo:

*“Então, assim, não é qualquer roupa que me deixa à vontade. Por quê? Porque tem partes do meu corpo que eu não estou à vontade com ele, e eu não quero que as pessoas vejam isso. Por exemplo, eu vou à piscina, eu não vou colocar um micro biquine. É mais ou menos por aí. Se eu for tomar sol na minha casa, é uma coisa; se eu for chamar minhas amigas para tomar sol aqui em casa, eu posso colocar qualquer roupa, mas se já tiverem homens no lugar, talvez eu nem tire a roupa e fique de biquine” (E12, 26 anos de idade, jornalista).*

A ideia de “liberdade” ganha outro contorno, seguindo no sentido de observar, como inferimos com base no depoimento que aparece na sequência. Ou seja, nas academias exclusivas a mulher pode se sentir mais livre para observar a outra mulher, e a “competitividade” acima percebida (o “desfile”, a “passarela”) pode passar ser lida como “comparação”, que talvez se mostre mais evidente nas academias mistas:

*“Eu quis malhar na academia feminina agora porque me sinto mais à vontade. Porque na mista é muita questão de mostrar e tal, de ter que estar bonita para ir malhar; e eu nunca fui muito disso. Então, eu acho que na academia feminina rola muito isso; de eu sair do meu serviço, pegar uma bermuda, um tênis, e vou, entendeu? Não tem muito essa comparação, mas ao mesmo tempo tem essa coisa de observação da outra, que rola muito mesmo. Rola muito isso de observação da outra na academia feminina. Não sei se rola de comparação, porque eu não tenho muita, assim, intimidade com as pessoas lá dentro, mas de observação, sim. Você vê que as pessoas quando chegam te observam, e o modo que você malha, te observam. As minhas amigas que malham em academias mistas falam que não, que não rola isso não nas academias mistas; rola*

*mais é essa coisa de azaração e tal, ir malhar com o intuito de ver o cara que está a fim” (E16, 25 anos de idade; professora).*

De fato, as entrevistadas sublinham que nas academias mistas, pelo fato de o contexto relacional implicar na presença física de “uma terceira pessoa” (o homem<sup>12</sup>), é mais complicado. Observemos os trechos: “*Depois que eu entrei, eu vi a diferença que tem com as outras. É muito bom um lugar que só tem mulher*” (E20, 29, anos de idade, professora);

*“[...] eu me sinto muito melhor na feminina mesmo. Até meu treino, pois acho que quando você fica à vontade, você se dedica mais. Por exemplo, quando eu malhava na academia mista, eu me preocupava mais com estereótipo do que tudo. Tipo assim: ‘ah, vou de cabelo arrumado, vou passar rímel’ E na de mulher não” (E11, 21 anos de idade, estudante de jornalismo);*

*“É muito bom não precisar ir toda combinando, toda bonita, sem me preocupar em suar e atrapalhar cabelo ou maquiagem. Lá a gente fica à vontade, sem ter homem para ficar reparando se você está bem, ou mal. Se é para homem ver, que veja você bonita e não toda avacalhada, cansada, desarrumada e suada” (E23, 35 anos de idade, professora).*

Portanto, diferentemente do que expressam as entrevistadas 1 e 7 (respectivamente: “*[...] eu me sinto mais à vontade na mista. Sei lá, eu acho que o pessoal da mista, por envolver homens e mulheres, eu acho que eles são mais comunicativos*” ; “*[...] a academia mista também tem a coisa boa que é o olhar do homem, o olhar contrário, acho que isso dá um estímulo*”), para quatorze das dezesseis mulheres que vivenciaram a experiência de frequentar academias de ginástica mistas, a opção pela exclusiva foi também respaldada no desejo de evitar certo olhar que lhes era frequentemente direcionado por homens, nas mistas.

No mesmo diapasão seguem as sete mulheres entrevistadas que não vivenciaram a experiência de frequentar academias de ginástica mistas. Elas

---

<sup>12</sup> Vale observar, neste ponto, que as academias exclusivas para mulheres frequentadas pelas nossas entrevistadas utilizam em seus quadros de trabalho profissionais de educação física do sexo masculino; portanto, há o olhar masculino profissional, diferentemente, por exemplo, da franquía *Curves*, que só trabalha com profissionais mulheres. Contudo, parece que para nossas entrevistadas a presença desses profissionais do sexo masculino não representa problemas: “*[...] é no centro, é barato, tem muita aula, não tem homem. Quer dizer, até que tem homem, mas é só professor; aí não vale, eles ficam lá, mas ninguém liga. Se fosse outro homem, com certeza, a mulherada iria reclamar*” (E22, 29 anos de idade, representante comercial).

“imaginam”<sup>13</sup> a interferência dos homens nas academias mistas: “*Ah, porque, assim, a gente fica mais à vontade, tem mais liberdade. Assim, liberdade para fazer exercícios, aquele abaixa e levanta. É por aí*” (E4, 46 anos de idade, “do lar”); “*Acho que vergonha, entendeu? Por isso que eu prefiro a feminina. [...] Ah, ao homem, né! [...] Aí você não pode fazer determinados... Aquele negócio..., de abrir perna, entendeu? É isso*” (E9, 20 anos de idade, estudante); “*Na academia é assim, tem os movimentos da ginástica, da musculação, que a gente tem que ficar deitada, agachada, e isso deixa a gente meio sem graça. [...] Eu acho que se tivesse homem lá eu ficaria diferente*” (E18, 54 anos de idade, doméstica).

De fato, para vinte e uma das vinte e três entrevistadas, a academia de ginástica exclusiva para mulheres representa um espaço que lhes proporciona maior liberdade para a prática de exercícios físicos.

E agora, recuperando nosso objetivo de conduzir à demonstração empírica caminhando no terreno das relações dialéticas, nos resta argumentar a favor do *poder* que a mulher tem hoje de optar por praticar seu exercício físico distante de certo olhar (excessivo, invasivo, crítico) inibidor e/ou constrangedor, do homem (LESSA, FURLAN & CAPELARI, 2011; NEIVA et al., 2007; MASCARENHAS et al., 2007).

Lembremos: “*Até meu treino, pois acho que quando você fica à vontade, você se dedica mais*” (E11). Ou ainda: “[...] *ficava sem jeito de fazer determinado tipo de exercício, ficava mal mesmo, pulava alguns que me mostravam mais e que os homens aproveitavam para olhar. Eles eram muito indiscretos*” (E21, 38 anos de idade, professora). De certo, os depoimentos nos fazem considerar a possibilidade de que nas academias exclusivas as mulheres fiquem “*mais focadas no treino mesmo*” (E2, 21 anos de idade, estudante).

Tanto mais, se o cuidar-se de si é “um princípio válido para todos, todo o tempo e durante toda a vida” (FOUCAULT, 1985, p. 53), se “não há idade para se ocupar consigo” (*ibidem*, p. 54), se existem “os cuidados com o corpo, os regimes de saúde, os exercícios sem excesso, a satisfação, tão medida quanto possível, das necessidades” (*ibidem*, p. 56), se é necessário “*estar bem*” e portanto “*correr atrás*” (E21) para atrair um possível pretendente, então nada melhor do que ocupar-se de

---

<sup>13</sup> Ou podem mesmo transpor, imaginariamente, para as academias mistas, a experiência cotidiana de interação com homens em outros ambientes. Ou recebem informações de “amigas” que já frequentaram academias mistas etc.

si em um ambiente agradável, que propicie um maior nível de concentração, com práticas o mais prazerosas possíveis.

As entrevistadas evidenciam o desejo de seduzir, o *namorado*, o *marido*, o possível *affair*. Contudo, para essas mulheres, em certos momentos, assumindo determinados movimentos (ginásticos), é bom “*não ter homem para ficar babando*” (E23). Dito isso, vale sublinhar que não mais vivemos o tempo em que “a mulher era subordinada ao homem, pensada por ele, definida em relação a ele: não era nada além do que o homem queria que fosse” (LIPOVETSKY, 2000, p. 236). “*Se é para homem ver, que veja você bonita [...]*” (E23). Nesse sentido, importa notar que no extremo contrário à idealização passiva da mulher, como queria o positivismo, da mulher objeto consumível, instrumento do prazer de outrem, podemos verificar uma relação de poder entre a mulher e o homem, a mulher frente ao homem “*babando*”, o “homem atemorizado diante da mulher devoradora, da vagina dentada” (SANT’ANNA, 1993, p. 78).

Enfim, se a tarefa do quadro interpretativo era a compreensão de que a motivação das entrevistadas para a prática da ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres se mostra ancorada, fundamentalmente, na relação que as mesmas estabelecem, direta ou indiretamente, com o homem, “em casa” (namorados, maridos) e/ou na cena social, nos parece prudente concluir esse texto com uma questão teórica e três assertivas, também teóricas: 1) “As relações de poder são relações diferenciadas que determinam singularidades (afetos)” (DELEUZE, 2005, p. 38); 2) “A liberdade quer fazer-se corpo: corpos comuns da cooperação, corpos múltiplos do *General Intellect*, corpos do antagonismo” (NEGRI, 2003, p. 271); 3)

A divisão entre os sexos parece estar “na ordem das coisas”, como se diz por vezes para falar do que é normal, natural, a ponto de ser inevitável: ela está presente, ao mesmo tempo, em estado objetivado nas coisas (na casa, por exemplo, cujas partes são todas “sexuadas”), em todo o mundo social e, em estado incorporado, nos corpos e nos *habitus* dos agentes, funcionando como sistemas de esquemas de percepção, de pensamento e de ação (BOURDIEU, 2002, p. 16);

4) “Existe uma região do ‘especificamente feminino’, diferenciada do masculino como tal e reconhecível em sua diferença por uma universalidade indistinta e conseqüentemente presumida das ‘mulheres?’” (BUTLER, 2010, p. 21).



## REFERÊNCIAS

- ALVES, A. J. O planejamento de pesquisas qualitativas em educação. **Caderno de Pesquisa**. São Paulo: Fundação Carlos Chagas, n.77, p. 53-61, 1991.
- BADINTER, E. **Rumo equivocado**: o feminismo e alguns destinos. Tradução: Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2005.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Tradução: Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BOURDIEU, P. **A dominação masculina**. Tradução: Maria Helena Kuhner. 2ª Edição. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.
- BUTLER, J. **Problemas de gênero**: Feminismo e subversão da identidade. Tradução: Renata Aguiar. 3ª Edição. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.
- COELHO FILHO, C. A. de A.; FRAZÃO, D. P. Prática de ginástica em academias exclusivamente femininas. **Motriz**, v.16, n. 02, 2010.
- COELHO FILHO, C. A. de A. O discurso do profissional de ginástica em academia no Rio de Janeiro. **Movimento** (UFRGS. Impresso), Rio Grande do Sul: v. 01, n.12, p. 14-25, 2000.
- DELEUZE, G. **Foucault**. Tradução: Cláudia Sant'anna Martins. Revisão da tradução: Renato Ribeiro. São Paulo: Editora Brasiliense, 2005.
- DEVIDE, F. P. **Gênero e Mulheres no Esporte**: história das mulheres nos Jogos Olímpicos Modernos. Ijuí: Editora Unijuí, 2005.
- FLECK, J, S.; KRAEMER, J, W. **Fundamentos do treinamento de força muscular**. 3ª Edição. Tradução: Jerri Luiz Ribeiro. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- FOUCAULT, M. **O cuidado de si**: História da sexualidade III. Tradução: Maria Thereza da Costa Albuquerque. Rio de Janeiro: Graal, 1985.
- FUKS, L. B. Diferentes momentos da evolução feminina. In. **Anais do IV Encontro Latino Americano dos Estados Gerais da Psicanálise**. São Paulo: 2005. Disponível em:  
[http://www.estadosgerais.org/encontro/IV/PT/trabalhos/Lucia\\_Barbero\\_Fuks.pdf](http://www.estadosgerais.org/encontro/IV/PT/trabalhos/Lucia_Barbero_Fuks.pdf)  
Acesso em: 30/11/2012.
- HALL, S. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Tradução: Tomaz Tadeu da Silva, Guacira Lopes Louro. 11ª Edição. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.
- HANSEN, R.; VAZ, A. F. “Sarados” e “gostasas” entre alguns *outros*: aspectos da educação de corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação. **Movimento**. Porto Alegre: v.12, n. 01, p. 133-152, 2006.

LESSA, P.; FURLAN, C. C.; & CAPELARI, J. B. Pedagogias do corpo e construção do gênero na prática de musculação em academias. **Motrivivência**. Ano XXIII, n. 37, P. 41-50, 2011.

LIPOVETSKY, G. **A Terceira Mulher**: permanência e revolução do feminino. Tradução: Maria Lucia Machado. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

LOVISOLO, H.; SOARES, A. J.; BARTHOLO, T. L. Feministas, mulheres e esporte: questões metodológicas. **Movimento**. Porto Alegre: v.12, n. 03, p. 165-191, 2006.

MACHADO, L. de P.; DEVIDE, F. P. Representações de homens e mulheres sobre a prática da musculação em academia. **Lecturas de Educación Física**. Revista Digital. Buenos Aires: Ano 12, n. 111, 2007.

MATHIAS, M. B.; RUBIO, K. As práticas corporais femininas em clubes paulistas do início do século XX. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.** São Paulo: v.24 n. 02, 2010.

MASCARENHAS, F. et al. Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness: o caso curves Brasil. **Pensar a Prática**, (UFG), 10/2: 237-259, 2007. Disponível em: <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/1070/1671>. Acesso em: 14/10/2012.

MAZO, J. Z.; SILVA, C. F. da; LYRA, V. B. As mulheres no cenário do associativismo esportivo em Porto Alegre/RS na transição do século XIX para o XX: Alternativas de sociabilidade e lazer para elas. **Licere**. Belo Horizonte: v.13, n. 03, 2010.

NARVAZ, M. G.; KOLLER, S. H. A marginalização dos estudos feministas e de gênero na psicologia acadêmica contemporânea. **Psico**. Porto Alegre: PUCRS, v. 38, n. 03, pp. 216-223, 2007.

NARVAZ, M. G.; KOLLER, S. H. Metodologias feministas e estudos de gênero: articulando pesquisa, clínica e política. **Psicologia em Estudo**. Maringá: v. 11, n. 03, p. 647-654, 2006.

NEGRI, A. **5 Lições sobre o império**. Rio de Janeiro: DP&A, 2003.

NEIVA, G. et al. Academias de Ginástica só para Mulheres: inovação ou tradição?. In: **XV Congresso Brasileiro De Ciências Do Esporte – II Congresso Internacional De Ciências Do Esporte**, Recife/Olinda – PE, 2007. Disponível em: <http://www.cbce.org.br/cd/resumos/215.pdf>. Acesso em: 23/06/2012.

PROST, A.; VINCENT, G. **História da vida privada – vol. 5 –: da Primeira Guerra aos nossos dias**. São Paulo: Companhia das Letras, 1992.

SANT'ANNA, A. R. **O canibalismo amoroso**. Rio de Janeiro: Rocco, 1993.

VOTRE, S. J.; LOVISOLO, H. Novos rumos do feminismo. In: VOTRE, S. J; et al. **Gênero e atividade física**. Rio de Janeiro: Mauad X: FAPERJ, 2011.

## ANEXO 1

### DEPOIMENTOS DAS MULHERES ENTREVISTADAS

**E1**

**Idade?**

26.

**Estado civil?**

Solteira.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sim, eu sou estudante do curso de pedagogia e atuo também na área de educação infantil.

**Renda familiar aproximada?**

Hum, por volta de uns R\$ 3.500,00, por aí.

**Há quanto tempo você pratica ginástica?**

Tem uns 4 anos e meio que eu entrei pela primeira vez em uma academia de ginástica.

**Quem foi seu maior incentivador para a prática de ginástica?**

Ah, foi bem pela parte física mesmo, é, querendo emagrecer.

**Há quanto tempo você pratica ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Olha, no início eu comecei em uma academia só pra mulher mesmo, depois eu saí e voltei pra lá tem uns 6 meses mesmo. Eu fui pra uma academia que tinha homem malhando também, mas não deu certo por conta da localização e da falta de disponibilidade de aulas. Daí o que fez eu voltar pra academia exclusivamente feminina, foi isso mesmo, a localização e as aulas, principalmente a de boxe que é a que eu mais gosto de fazer, a outra até tinha boxe também, mas o horário nunca dava pra eu fazer nada.

Bom, a feminina é,..., muito assim, restrita, os professores assim, eu acho que eles passam a ficha muito assim, focados no que a mulher quer em geral da academia feminina, porque assim, geralmente a mulher na academia feminina, ela, ela, ela, não quer ganhar uma definição muscular. Ela só está ali mesmo por questão de saúde, de emagrecer, de perda de gordura,..., então assim, eles não trabalham muito isso. Igual pra mim, eu prefiro já a parte de hipertrofia, então eu sinto carência nessa área também. E a mista já não, a mista eu acho que já pega mais pesado, e a mista, ela, ela, ela, eu já acho que ela tem mais facilidade mais no aspecto masculino também, eu acho que os homens, são muito mais conscientes do que as mulheres. Eu vejo muito lá na academia, mulheres que, por exemplo, pegam uma caneleira e jogam longe em qualquer lugar, com o homem eu nunca vi isso, sempre guardam, colocam tudo direitinho entendeu?! Na academia que eu frequento, as anilhas, os pesos são reduzidos, não tem anilha superior a de 20 quilos. Eu acho que isso tudo é uma carência, acho que é mais mesmo focado pra parte de perda de gordura do que de hipertrofia, pra mim é isso.

**Mas a primeira vez que você optou pela academia exclusiva para mulheres, foi por causa das aulas de boxe somente?**

Não, não foi não, a primeira vez foi por causa de perda de gordura mesmo, eu queria fazer bastante aula e a academia feminina me proporcionava isso, então foi mais pra isso. Mas depois quando eu comecei a parar de fazer as aulas, porque eu

emagreci, eu estava emagrecendo demais, comecei a ver mais o outro lado porque o que eu queria era a hipertrofia, aí eu saí da academia de mulher.

**Durante sua mudança de uma academia pra outra, você teve algum tipo de relacionamento, a pessoa chegou a comentar alguma coisa sobre a academia?**

Olha, no começo eu, quando eu comecei, eu namorava outro rapaz, e ele nunca fez comentário nenhum, nada, nunca falou nada, nem na mista nem na feminina. O atual agora faz: - Ih, nessa feminina só tem sapatão! E é mentira, pelo menos no horário que eu vou, não tem nenhuma não. Já da mista, ele nunca falou nada.

**Você se sente mais à vontade em uma academia mista ou em uma academia destinada exclusivamente às mulheres?**

Ah, eu me sinto mais à vontade na mista. Sei lá, eu acho que o pessoal da mista, por envolver homens e mulheres, eu acho que eles são mais comunicativos. Eu acho que na academia feminina é muito restrito, é ninguém conversa com ninguém, sabe? Cada uma cuida do seu exercício, ninguém troca um diálogo. Na mista, eu consigo manter contato normal tanto com homem do que com mulher.

**Quer dizer então que a presença do homem não te incomoda?**

Eu não, não me incomoda mesmo, na feminina eu me sinto incomodada, porque todas as vezes que eu faço qualquer coisa, sempre tem um monte me olhando, um monte de mulher me olhando, elas param e ficam olhando e depois ainda vem comentar: - Nossa quanto peso, nossa! Eu me sinto muito mais à vontade na mista do que na feminina.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusiva para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Eu acho que acontece é claro, e com certeza maior na feminina, acho que é porque tem muita mulher junta, e isso não dá muito certo não. Na mista não tem isso, ..., olha, eu sou suspeita pra falar isso porque eu sempre fiz minha atividade física na parte da manhã, muito cedo, então assim, sempre vai pessoas mais velhas, então não tem muito isso, eu acredito à noite até que teria, mas eu nunca reparei isso, no período que eu vou na parte da manhã nunca vi isso não, todo mundo muito amigo, tanto mulher com mulher, mulher com homem. Já na feminina tem, inclusive no horário da manhã que eu vou, ah sempre ficam olhando e comentando né: - Ah você põe muito peso, você não pode pôr muito peso que se não vai sobrecarregar sua coluna, você não pode isso, não pode aquilo! Poxa, sou eu que estou fazendo, fica na sua que eu fico na minha! Se for a minha, sobrecarrega a minha não a sua! Fica reparando sabe, às vezes para de fazer o exercício pra ficar reparando e só ficar olhando o que eu estou fazendo, não coloca as anilhas no lugar, isso me incomoda muito também, fazem muito circuito e prendem o aparelho! Aí, essas coisas me incomodam muito.

**E2-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

21 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Entre 4 a 5 mil reais.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Eu sou estudante e formo esse ano e já faço estágio na Secretaria de Comunicação da Prefeitura.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Ah, eu tenho 21, então desde os 14 anos de idade, eu sempre gostei muito de esporte, e desde 6, 7 anos que eu pratico de tudo quanto é esporte. Aí com 14 anos eu me interessei pela ginástica.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Ah, já tem uns 5 anos, desde os 16 que eu faço aqui na feminina mesmo. Eu comecei em uma academia mista né?! Daí o professor que eu gostava da aula morreu e eu mudei dela, foi quando eu entrei pra feminina. Fui primeiro pra Flash, depois mudei pra Olympia, saí de lá durante um tempo e agora tem um tempinho já que eu to na Olympia de novo. Nesse meio tempo eu também cheguei a frequentar outra academia mista aqui perto da minha casa, mas com certeza, eu me acostumei mesmo foi com a academia feminina né?!

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Sinceramente não foi nem o fato de ser só de mulher, porque, eu não tinha problema de,..., às vezes porque tem gente que tem vergonha de malhar com homem também, comigo foi isso não, nunca tive problema com isso não. No começo eu me sentia bem, não me importava de ter homem não, mas depois fui pra Flash, aí quando eu fui pra Flash, foi mais pelas aulas, foi o que me chamou a atenção mesmo foram as aulas, e tinha muito mais aulas que as outras academias. Mas depois, mesmo quando eu fui pesquisar outras academias, acho que o ambiente só feminino, permite maior,..., focar mais no treino, eu sentia isso. Via que na mista às vezes era muito desfile de moda, às vezes você ia lá só pra ficar batendo papo. Às vezes você ia, você tinha uma preocupação maior com a roupa que você ia usar querendo ou não. Isso porque,..., ah, questão de vaidade né?! Porque tinha homem e você não ia de qualquer jeito, você não ia chegar lá colocar um top com a barriga toda mole, você tinha um cuidado maior pra isso. Já na feminina você se sente muito mais livre realmente assim, eu acho que eu ia muito mais focada no treino, não estava ligando, importando se estava mais bonita, se meu cabelo estava estranho, se eu estava com cara de sono, eu acho que no início eu não ligava muito pra isso, eu chegava e não tinha vergonha realmente na com homem, mas que na academia feminina a gente se sente mais livre, mais à vontade, sem a preocupação com outras coisas, você se preocupa muito mais com o treino, eu acho. Aí você foca mais, e é muito mais animado eu acho, ah, um monte de mulher junta é muito mais animado, uma mulher puxa a outra, dá mais dica de questão de dieta,..., acho que a mulher é muito cúmplice né?! Na academia de mulher a gente convive só com mulher, daí então não tem jeito, acho que rola essa amizade mesmo, mais que em outras academias.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Bom, eu sinto menor, apesar de que mulher compete mais que homem, por exemplo, mais entre si, do que homens entre si, mas acho que a mulher, ..., ela se arruma pra outra mulher, homem não repara tanto, mulher que repara mais nos

detalhes, que tá durinho ou que não está. Mas na questão da academia, eu não vi essa coisa de competição feminina não. Eu vi mais isso quando eu malhei na que tinha homem também, acho que pela questão de ter homem lá, elas competiam entre si, mas para aparecer pra outros homens não pra elas mesmo, na feminina eu não senti isso, tanto isso, nesses anos todos, essa coisa da competição, mais mesmo uma amizade, uma cumplicidade mesmo, não senti tanta competição.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Ah, acho que, como eu te falei, lá as pessoas são muito animadas, todo mundo se diverte e tal, e a gente se sente mais à vontade né?! Sem ter com o que se preocupar, porque é lógico que a mulher vai perceber se tem um cara olhando pra você ou não, e já que não tem homem, a gente fica muito mais à vontade. Acho que é isso, é isso, ..., é isso! É a gente poder se sentir mais à vontade.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Bom de início, eu acho que é porque o povo é muito mais animado, a mulherada se sente livre mesmo, fica gritando na aula, e uma puxando a outra pra fazer outra aula. Eu acho que, ..., na academia onde tem homem também, eu não sei se o pessoal fica mais travado por ter homem.

**Você se sentia mais travada?**

Eu me senti mais travada, com certeza, eu fazia aulas com certeza, mas quando eu chegava lá não ficava gritando, ..., e tinha homem na aula, principalmente de spinning, de dança nem tanto, mas de spinning tinha bastante homem. Aí tipo eu ficava mais travada, acho que você quando vai num ambiente e que você vai chegar lá e não se sentir tão à vontade, você vai evitar de ir, eu ia muito menos na mista do que eu ia e hoje vou na só pra mulheres. Desde quando eu comecei a ir em academia só de mulher eu vou muito mais, porque é uma coisa que me dá prazer, na mista você não tem liberdade de sair falando, na feminina não, você chega falando, chegar lá era certeza de um ambiente mais agradável. Na feminina você tem mais coisas em comum eu acredito. Eu acho que as mulheres que frequentam academias femininas, são mais focadas no treino mesmo, eu senti isso, na mista muitas pessoas iam mesmo mais pelo desfile de moda e tal, só estava malhando mesmo porque tinha um paquera, tinha duas amigas minhas que estavam lá porque tinha um paquera delas na academia, entendeu?! Então você ficava lá nem focava no treino, aí você começava a puxar assunto e aí ela não gostava muito de malhar, de treinar, só estava lá por causa... Na feminina, a mulher tá lá mais mesmo pra treinar, malhar, daí acaba que você tem mais assunto em comum, eu sinto isso, pelo menos eu tenho mais assunto em comum nas femininas.

**Mas o que você quer dizer com mais travada?**

Ah, é mais pelo homem, você tá lá fazendo um glúteo 4 apoios e aí você fica preocupada, se tem alguma celulite aparecendo, alguma coisa fora do lugar, ..., já na de mulher não, porque toda mulher tem, daí ninguém vai te reparar tanto assim, repara, mas não vai ligar tanto porque ela sabe que também tem gordurinha fora do lugar e tudo. Mas acho que com o homem, a gente tem uma, ..., a gente tem uma preocupação maior de tá bem, a gente cobra mais de tá bem pro homem mesmo. É bom, acaba que no final das contas eu mesma disse que não tenho vergonha né?! Mas acho que rola dependendo da roupa que você for colocar, você não vai colocar qualquer roupa, você vai colocar uma roupa que esconda mais mesmo o que você vê como defeito no seu corpo. Então, acaba que a vergonha é por conta disso, você sente um pouquinho e você fica mais travada, você não fica tão à vontade.

### **O que não gostava nas academias mistas?**

Ah, foi o que eu acabei de te falar né?! Às vezes alguém pode ficar olhando pra um lugar onde não devia, daí esse lugar você quer esconder e tal, e a animação que nem se compara a mulherada lá é animada demais, já na mista não, na mista não.

### **E durante o tempo em que você frequentava a academia mista, você teve algum relacionamento sério? Se teve, ele chegava a comentar alguma coisa a respeito?**

Assim, ele não era ciumento, não era mesmo! Ele sabia que eu malhava porque eu gosto de malhar e que eu não ia pra,..., pra,..., pensando em algum paquera, ou nada disso não. Mas com certeza rolava um comentário, assim, quando ele me via malhar e eu estava de short curto por exemplo: - Ah, tá indo malhar de shortinho muito curto! Mas sempre brincando né, nunca falou que não gostava que eu malhasse com homem não, porque ficam olhando muito. Ele não chegava a comentar assim tão diretamente não, mas eu sentia às vezes um ciuminho aí.

### **E quando você mudou pra academia exclusiva para mulheres, o que ele achou disso?**

Ah, sinceramente, ele gostou, ele não demonstrava ciúmes, mas na hora que eu saí ele gostou, ele falou: - Ah, você tá saindo, mudando, por causa de mim ou porque você quer, ficou com vontade mesmo? Bom, eu acho que ele teve uma certa preocupação nisso, ele não queria que eu mudasse por causa dele, aí eu falei: - Não, eu to indo por causa das aulas, porque gostei do ambiente e tudo. Mas eu senti ele mais aliviado, ele não ligava mais pra isso não.

### **Se, por acaso, ele tivesse te pedido, você mudaria de lugar?**

Não, de jeito nenhum! Se eu preferisse a mista de jeito nenhum! Eu nunca fui,..., eu nunca aceitei não, alguém que mexesse na minha roupa, que falasse pra eu trocar de academia, nada não! Acho que dá pra conversar né?! Mas com certeza, eu estava me sentindo muito melhor quando eu estava indo de shortinho, eu sentia, porque sabia que ele nem estava ligando mais. O meu atual namorado quando eu disse pra ele que malhava em academia só pra mulher, ele me disse: - Ah, tem vergonha de malhar em academia mista?! Eu falei assim: - Não, eu acho que,..., eu falei né, que, que primeiro foi por conta das aulas, mas no final das contas é um pouquinho de vergonha sim, com certeza, aí ele até falou, ele incentiva a malhar lá, ele malha em academia mista, ele até me incentivou a malhar lá com ele, por que ele é muito ligado a esses negócios de treino e alimentação, aí ele fica me dando uns palpites. Aliás, se eu malhar lá, ele será meu personal, mas ele não é profissional de educação física não, e eu não aceitaria ele não! Mas ele até me incentiva a malhar lá, não sei se é pra poder malhar com ele ou se é pra,..., ah não sei, ..., achei até legal assim, dele não ficar me forçando pra eu ficar só na academia feminina, mas ele viu mesmo que eu gosto de malhar lá e vou continuar, mas ele não, ..., ele achou realmente, a primeira coisa que ele achou que foi por causa de vergonha. Eu falei: - Não, eu gosto de lá por causa do ambiente mesmo. Ele até me pergunta muito: - ah, mas tem professor homem? Mas acho que isso tem nada a ver não, se a pessoa for bom profissional não tem problema ser homem e trabalhar lá onde só tem mulher. Eu até tenho umas amigas que preferem professores homens, porque elas dizem que eles pegam mais pesado.

### **Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Muito! Assim, eu estava,..., eu voltei em dezembro né?! Bem desanimada, voltei tudo direitinho e tal, mas acho que quando você tá namorando você se cobra mais né?! Porque você tem mais afinidade com uma pessoa, você cobra ter um corpo

melhor. Quando eu to namorando eu me cobro mais, até porque meu próprio namorado me estimula muito também. Ele sempre me pergunta se eu malhei, o que eu fiz, pergunta da minha alimentação, o que eu estou comendo. Desde que eu comecei a ficar com ele eu quis mudar minha ficha, eu quis uma ficha mais puxada, fiz mais exercícios, aumentei meu ritmo mesmo. Eu acho que quando a gente tá sozinha, a gente relaxa um pouquinho mesmo. Ah, porque talvez a gente não tenha tanta intimidade assim com outra pessoa, aí você vai relaxando, mas quando a gente tem intimidade com alguém, aí você se cobra mais, com certeza. Até pra usar um biquíni pra agradar a pessoa, pra ir pra praia, a gente quer estar com um corpo melhor.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Primeiro, questão de saúde mesmo, porque eu acho que você tem que ter uma vida ativa, na minha família teve muita gente com problema de coração, infarto. Acho que você tendo uma rotina mesmo de exercício você evita, e questão de estética mesmo, eu comecei mesmo pra emagrecer, é, eu nem era,..., eu engordei mais depois, foi quando eu tive que fazer uma cirurgia e ficar parada. Mas eu queria mesmo era emagrecer um pouquinho e gostava de perna muito definida e tal, sempre achei bonito, mas eu comecei mais mesmo pra emagrecer, pra definir um pouquinho, mas eu era muito nova também e não queria ficar com uma tora de perna. Mas aí depois também, acho que prioridade é a questão da saúde, mas com certeza estética anda junto aí.

**Depois de terminada a entrevista, a entrevistada continuou seu depoimento sobre o assunto:**

Mas muita gente fala isso, que academia de mulher rola muito mais competição, minha mãe, minha irmã malham em academia mista, e elas sempre falam: - Ai, academia feminina não deve ser bom porque só tem mulher deve ficar muita competição, porque mulher compete muito uma com a outra, o corpo, ..., não compete com o homem, compete com a outra mulher. Mas eu realmente nunca vi isso na academia, tanto que eu olho pra o corpo da mulher em qualquer academia, você vai reparar no corpo da mulher, do homem. Se é um ambiente pra te ajudar, às vezes você repara, mas repara mais exaltando, tipo assim: - Nossa, como ela emagreceu! Aí eu sempre,..., eu quando cheguei na Flash, eu cheguei, perdi 12 kg lá, daí todo mundo reparando e perguntando o que eu tinha feito, que dieta eu estava fazendo e tal. Quer dizer, com certeza, estavam reparando né?! Mas em momento algum eu vi alguém me olhando assim demais, mas a pessoa repara, até mesmo, eu acho que é até pra isso, tipo assim: - Nossa, se ela tá fazendo assim e conseguiu emagrecer, eu ver, né, vou tentar também melhorar. Eu acho que elas reparam pra se ajudarem mesmo, pra mulheres se ajudarem a emagrecer, a estarem com um corpo bacana, e não a estarem melhor que ao outra.

**E3-**

**Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

30 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Uns 5 mil, meu e do meu marido.



**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou gerente de uma loja de roupas.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Comecei tem pouco mais de 2 anos.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Tem quase isso, quase dois anos, porque eu entrei, saí, fui pra outra, mas acabei voltando pra Flash mesmo.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Primeiro, que me fez entrar, foi indicação de uma amiga e o fato de ser bem perto do meu trabalho. Ela sempre me falou das aulas, que lá tem muitas.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Bom, exclusivamente de lá, são as aulas que tem o tempo todo, daí quando eu saio do trabalho sempre tem alguma coisa pra fazer aeróbico. Nas outras não tem isso, não tem mesmo.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as exclusivas para mulheres?**

Assim, como já te disse, as aulas fazem a diferença, mas também a gente se sente mais à vontade com certeza, não adianta falar que não, porque faz sim, é bem melhor lá que nenhum homem fica te olhando.

**O que não gostava nas academias mistas?**

A falta de aulas e os próprios homens, ficam olhando o tempo todo, parece que nunca viram mulher, na hora de fazer qualquer coisa, sempre tinha um olhando pra sua bunda ou pro seu peito, não tem jeito, homem é tudo safado mesmo.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Assim, lógico que não dá pra generalizar, mas a maioria dos homens se a mulher for bonitinha ou gostosinha, vai ficar olhando, não tem jeito, e se colocar um decote então, acabou tudo! E como a mulherada sabe, elas adoram ficar desfilando com aquelas calças arroxadas e blusinha, não que eu não goste, realmente algumas roupas de ginástica são mais confortáveis, mas tem gente que abusa.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Confesso que quando disse a ele que ia sair da Flash e ir pra outra, ele não agradou muito, mas também não brigou nem nada, e quando falei que ia voltar pra Flash, ele adorou me incentivou mais ainda, até comprou roupa nova pra mim malhar.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Assim, eu quero ficar bem comigo mesma, me sentir melhor, ficar mais alegre, e a ginástica faz tudo isso, a gente muda. Adoro olhar no espelho e ver que to melhor, aquela calça que entra mais fácil agora e tal. Isso leva com certeza melhorar o relacionamento, eu me sentindo bem, me sentindo gostosa, vou poder ficar melhor com meu marido, ele vai gostar mais de mim, porque estarei bonita pra ele, ainda mais em Juiz de Fora, cidade onde só tem mulherão, se eu ficar pra trás já viu, vem uma aí e já era.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Nossa, e como tem! Como trabalho em loja de roupas, eu vejo isso o tempo todo, a mulherada sempre fala em ficar melhor pra ir em tal lugar porque lá vai ter fulana que não pode ser mais bonita que ela, e os caras não podem olhar pra outra! Mulher fica bonita sim pra outra, lógico que pra agradar os homens também, mas a competição com outra mulher vai além disso, afinal não adianta eu estar bonita, se a outra estiver mais bonita que eu, o cara vai olhar pra outra, não pra mim, é assim. Mas o engraçado é que na academia feminina isso eu quase nunca percebi, lá todo mundo de boa, sem ficar tão preocupada com a outra e sim com você mesma, engraçado isso, não tinha parado pra pensar sobre isso, mas é assim mesmo.

**E4-**

**Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

46 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Seis mil reais.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Não. Eu agora sou “do lar”, mas já, já trabalhei na firma do meu marido, mas me tomava muito tempo. Ah, tem uns dois anos já que eu parei.

**Mas porque você parou de trabalhar fora de casa?**

Ah, pra eu poder ficar em casa e poder cuidar da casa, a gente pensa aqui que a casa também é uma empresa, e sou eu quem toma conta daqui.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Ah, academia tem desde 2003, mas antes eu praticava caminhada na rua mesmo, e mesmo quando eu era mais nova e estudava eu corria do esporte.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Desde 2003, isso 2003, tem quase 9 anos já.

**Então você nunca fez em ginástica em academia mista?**

Não, nunca fiz.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Ah, primeiro lugar, saúde né?! Depois tem a forma física, a imagem.

**E sobre essa imagem que você falou, é uma preocupação que só depende de você, tem outro motivo, outra pessoa que interfira na sua preocupação com sua imagem?**

Não, não, essa preocupação é só minha mesmo, sempre me preocupei sim, mas sempre foi coisa minha, nada pros outros.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Ah, porque, assim, a gente fica mais à vontade né?! Tem mais liberdade. Assim liberdade pra fazer exercícios, aquele abaixa e levanta, ah, é por aí.

**E você acha que nas academias mistas você não teria essa liberdade?**

Ah, eu acho que não, pelo mesmo motivo, falta de liberdade. Ah não sei, eu to te falando, mas eu nunca malhei com homem, e nem é assim por nada, é por mim mesmo, nem é por causa do marido nem nada, ele não fala nada.

**Ele não fala nada?**

Não, mesmo porque quando eu fui, já fui direto pra feminina mesmo. E às vezes a gente acha que tá segura na feminina, mas acaba que a gente vê coisa pior feminina.

**O que você quis dizer que existe de pior na exclusiva para mulheres?**

Ah, eu já vi cada coisa, por exemplo, várias mulheres que o marido, o namorado levam até a porta da academia e logo depois a mulher sai pra outro lado e só volta quando tá perto da hora dele chegar e ir lá buscar ela de novo. Mas assim eu me sinto bem mais à vontade na feminina mesmo.

**Então você acha que se por acaso você tivesse ido pra uma academia mista, ele não iria reclamar por isso?**

Não, acho que não. Claro né, que ele fica mais seguro quando eu to malhando só com mulher, mas assim, ele nunca teve,..., como eu vou te explicar? É,..., é,..., eu não vou saber te informar se ele vai ficar implicando muito, eu vou fazer uma experiência dessas qualquer hora e te falo.

**Mas retomando, o que você pode me apontar como uma influência da sua escolha pela academia destinada exclusivamente às mulheres?**

É por causa disso que já te falei, pra poder ficar mais à vontade, não se preocupar se está com uma roupa indecente que alguém possa olhar e tal.

Ah, calma aí, eu pulei uma parte aqui, quando eu estava na Flash e passei pra Olympia, nesse intervalo eu me matriculei na Fibra, foi porque eu mudei pra esse bairro aqui e ainda não tinha a Olympia, e a Fibra é mais próxima da minha casa. Eu fiquei lá uns dois meses, paguei um horror de matrícula lá e tudo, mas quase não fui.

**E como foi sua experiência nessa academia?**

Ah, assim, legal, assim, os professores eram atenciosos e tal. Mas eu ia de manhã, assim, porque é um horário mais tranquilo e eu tenho mania de ir de manhã,..., assim foi uma coisa minha,..., sei lá, acho que por isso que eu não fiquei lá, não sei porque eu senti, porque isso tem na feminina, assim, a amizade né?! De chegar e já conversar, porque eu sou assim eu chego e já gosto de conversar e tal. Assim eu acho que eu também não deixei dar o tempo de ir acostumando. Tinha uma professora que falava assim: - Você tá é doída de deixar de malhar com homem pra malhar só com mulher! Mas assim,..., é por isso mesmo, eu não me sinto à vontade de malhar com homem, prefiro mesmo só com mulher.

**Mas você chegou a perceber durante esse tempo na academia mista, alguma situação que te deixasse constrangida ou que retirasse sua liberdade?**

Não, não que eu tenha notado, mas assim, igual eu te falei, é claro que isso vai haver na academia, sei lá, devido às roupas e tal. E a mulher também acaba se insinuando pro homem, às vezes a culpa não é nem do homem, isso ocorre na maioria das vezes por culpa da mulher mesmo.

**E o seu marido, quando você foi pra essa academia, falou alguma coisa a respeito?**

Assim, na verdade ele não teve nem tempo pra reclamar, porque eu fiquei tão pouco tempo e quase não fui lá. Mas assim, igual eu, eu ando de roupa de ginástica, e ele se sentia incomodado por isso, por eu andar com esse tipo de roupa na rua, ele ficava com medo de alguém mexer comigo quando eu andava na rua. Mas hoje não mais, eu antes andava com roupa mais justinha, agora ando de roupa mais larga e

tal. Bom, na verdade eu acho que quando o homem chega a mexer com a mulher, a culpa na verdade é dela, da postura dela, ah porque às vezes tem mulher que não sabe se dar o valor, confunde as coisas, daí já viu, tem que saber se colocar.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Não, eu acho que não, até porque ele confia em mim, e em qualquer lugar eu vou respeitar ele, mas lógico que em um lugar onde não tenha homem, vai ser melhor, não tem jeito, ele com certeza gosta mais, mas nunca falou nada comigo, sempre me deixou à vontade.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Ah, questão de saúde né?! De ficar bem e tal, disposta, cuidar pra não ter que tomar remédio, ficar saudável, consegui fazer as coisas e tal. Lógico que a imagem também conta, porque,..., porque,..., quem não quer ficar melhor, ter um corpo melhor, vestir qualquer roupa, faz bem gente né?! Ficar bem do lado do marido também conta, porque aí ele não vai querer olhar pra outra, vai olhar só pra mim, todo mundo quer isso, não tem jeito.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Mulher assim é pior que homem, ela quer estar sempre,..., ela repara mais do que o próprio homem. E a academia só pra mulher ajuda sim nisso, eu acho que,..., ah você chega lá e vê alguém com o corpo malhado e tal, daí você fica, fica,..., isso te incentiva né?!

**E o tempo que você ficou na mista, você acha que essa competição é maior onde, na mista ou na só pra mulheres?**

Ah, com certeza na mista! Porque lá, além dela ter que se preocupar com a outra mulher, ela tem que se preocupar com o homem também,..., eu acho que na mista a cobrança com certeza é maior, eu acho,..., porque na feminina, ali vai ficar malhando quem tem complexo. E acaba que assim, nem se preocupa muito a mulher né?! Na feminina, vai muita gente por causa de saúde mesmo, pra se cuidar, não fica reparando muito. Na mista não, na mista a cobrança é maior, porque lá tem o homem né?! Mas com certeza na mista, apesar de eu não ter malhado tanto tempo na mista, mesmo assim acho que é na mista, porque além dela querer ficar melhor que a outra mulher, ainda tem o homem né?! E ela sempre vai querer ficar melhor pro outro homem, mesmo não tendo nenhuma intenção com ela e tal. O olhar e tal, ficar olhando, quando olha é bom, quem não gosta quando olham pra você?! Quando olham é bom.

**E5-**

**Idade?**

21.

**Estado civil?**

Solteira, solteira, completamente só.

**Renda familiar aproximada?**

Bom, eu moro sozinha aqui em Juiz de Fora, e sou estagiária, mas da minha família no todo deve ser uns 4, 5 mil reais. Eu sou do Rio de Janeiro, minha família é de lá, vim pra JF só pra estudar.

**Exerce algum tipo de profissão?**

Sou estudante, sou jornalista, faço estágio!

**Há quanto tempo você pratica ginástica?**

Bom, antes eu fazia no Rio, aí quando eu mudei pra cá comecei, depois parei e voltei agora tem uns 6 meses. Desde os 17 que eu faço mais ou menos isso mesmo.

**Há quanto tempo você pratica ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Bom, assim que eu mudei pra cá eu fui pra uma, daí saí e voltei agora pra ela de novo.

Assim, eu quis ir pra lá, porque lá tem muito mais aula, várias coisas diferentes das que eu fazia, e na outra não tinha aula, não tinha nada, e como eu tinha que emagrecer, eu tinha que fazer muito aeróbico, aí eu preferi uma academia que tivesse mais aula. Eu tenho uma amiga que já tinha feito academia lá, daí me falou que era legal e tudo, e eu fui pra ver, e ela falava que gostava de lá, muito por conta das aulas, então o fato de lá ter mais opções aeróbicas me levou pra lá realmente. Eu cheguei a malhar em uma academia mista aqui em Juiz de Fora que não tinha nenhuma aula, tinha nada, só musculação.

...

O que eu mais gosto realmente é o fato de ter muitas aulas, minha irmã até brinca: - Nossa, mas você vai em um lugar que só tem mulher e ainda quer arranjar namorado?! Mas isso não me incomoda, eu até me sinto mais à vontade! Não sei porque, acho que porque na outra que eu fui, tinha muito mais homem do que mulher.

**A presença do homem te incomodava?**

Incomodar, não incomodava não, mas eu ficava mais tímida com certeza, mas eu não sei porquê. Ah, eu sou tímida, isso é natural meu, e eu tinha vergonha, por exemplo, de ter que dividir um aparelho, de revezar, e isso era tanto com homem do que com mulher. Mas o engraçado é que na Flash, eu não sinto isso. O ambiente lá me deixa mais à vontade, é engraçado o quanto eu me sinto mais à vontade lá.

**E você acha que esse ambiente favorável acontece somente pela falta da presença do homem?**

Não sei se é bem só por isso, lógico que também ajuda, mas não é só por isso, tem aquela coisa de você ter que fazer determinado tipo de exercício por exemplo que tem que colocar o bumbum pro alto, eu não gosto, eu nunca gostei disso, na feminina eu não tenho receio de fazer nada, já na outra eu sempre olhava pro lado assim, pra ver se tinha alguém olhando, algum homem, e eu sempre ficava meio assim.

**Por que você pratica ginástica?**

Ah, pra emagrecer né, com certeza, só por isso. E também porque eu acho que a atividade física ajuda a gente de todas as formas, eu por exemplo quando to fazendo atividade física, eu me sinto bem, eu fazer alguma coisa, eu me sinto bem, e quando a gente fica bem com a gente, a gente fica bem com todo mundo né?! Então me ajuda realmente a eu me sentir bem. Me ajuda muito, principalmente na cabeça, por que eu sou envergonhada com algumas coisas, então quando eu faço exercícios eu falo: -Ah, eu to fazendo alguma coisa, eu to me sentindo muito bem. Isso me faz ficar menos “noiada”.

**O que você quer dizer com “noiada”?**

Ah, assim, eu sempre fui me sentindo a 'patinha feia', ninguém me ama, ninguém me quer, aquela coisa toda. E quando eu to fazendo alguma coisa eu me sinto melhor, acho até que é uma coisa meio hormonal sei lá, me ajuda em muita coisa, e eu me sinto melhor mesmo, e isso eu sentia mesmo na outra academia, só o fato de fazer alguma coisa, já me deixava melhor.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Ah, aquela coisa de que uma mulher se arruma pra outra, eu não acredito. Não é possível! Eu quando me arrumo pra sair, pra ficar bonita, eu não quero que outra mulher olhe pra mim, eu quero que o cara olhe pra mim. Então eu não levo muito a sério essa coisa de competição, de outra mulher me olhando e tal, eu não quero isso. Embora eu saiba que todo mundo fala que seja assim mesmo, de competição e tal, comigo nunca percebi, mas minhas amigas sempre reclamam: - Ah, porque eu vou sair assim não, porque fulana vai estar lá e... Eu acho que a gente tem que se arrumar pra gente antes de qualquer coisa, se a gente estiver bem e tal, a gente vai chamar a atenção de outra pessoa. E na academia não é diferente, tem sim! Eu reparava mais na mista do que na feminina, eu acho que porque lá como tem tudo, lá é como se ela tivesse que ser a mais bonita, mais gostosa, pra poder se sobressair pra todo mundo. Na feminina, vou ser sincera, eu nunca reparei, não sei por quê, mas eu nunca reparei isso.

**E6-****Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

26 anos.

**Renda familiar aproximada?**

5 mil reais por volta disso.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Estudante, faço Mestrado em Biologia na Federal e sou bolsista.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Sempre fiz academia desde meus 18 anos, eu gosto.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Bom, estou lá tem uns 4 anos.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

O que me fez ir pra lá, foi o fato de eu ter mudado lá pra perto com meus pais e agora eu casei também moro lá no centro mesmo, fica mais fácil. Mas o ponto mesmo, foi a disponibilidade de aulas, lá tem muita coisa o dia inteiro, então se você perder algo, pode fazer outra coisa qualquer hora.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Acaba que o fato de só ter mulher a gente fica menos travada. De certa forma se tem um homem olhando, a gente muda um pouquinho.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

As aulas com certeza influenciaram muito, como falei, lá tem tudo, quase nem faço musculação, faço mais aula mesmo. E também por só ter mulher, e só sabe isso quem já fez nas duas, é muito diferente.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Difícil ter aula lá, os horários complicados e restritos demais, e também a presença do homem, mas só notei isso depois que entrei para feminina.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Ah, o que todo mundo vê né, homem e mulher se exibindo o tempo todo, um com vergonha do outro também, a mulher se maquia pra suar, pode isso?! Como assim, não entendo como pode! Os homens até que são tranquilos, mas se você sem querer olhar pra um, já era, todos vão achar que você está dando mole.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Quando fui pra Flash, eu não era casada ainda, mas namorava ele já, e assim, ele nunca falou nada pra mim. Agora negar que ele ficou feliz quando fui pra lá, é mentira, ele adorou, falou que agora ninguém iria olhar pra mulher dele, não que ele não confiasse em mim, mas agora ninguém ia mais olhar. Isso me deixou mais à vontade com certeza.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Sempre gostei de fazer tudo e comecei mesmo pra emagrecer. Era um pouco gordinha, era mesmo, daí comecei pra emagrecer. Eu era solteira na época que entrei, e assim que emagreci, eu conheci meu marido e estamos juntos até hoje. Isso foi ótimo, foi perfeito. Ajuda muito na relação sim, você se sente melhor daí tudo fica melhor e com o casamento também é assim.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram manterem-se belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Assim, eu nunca liguei muito pra outra mulher não, mas eu percebo isso sim, uma sempre querendo estar mais bonita, mais gostosa e tal do que a outra. Na academia tem isso, mas com certeza na mista é muito maior, porque lá tem a disputa de uma com a outra pro homem olhar, sempre assim. Na feminina não, tem disputa sim, mas como não tem ninguém pra olhar, sempre fica mais tranquilo e acaba que uma ajuda a outra a ficar melhor, bom, só não pode ficar melhor do que ela mesma né?! Na feminina tem muita cooperação isso tem mesmo, mista eu nunca vi isso.

**E7-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

29 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Bom, eu moro com meus pais, não sei de todo mundo. Pode ser só a minha? A minha, a minha ela varia, varia com o atendimento clínico, vou colocar uma média

de uns R\$2.500,00. Aqui, na clínica eu faço teste psicológico pro Detran, mas também atendo particular como psicóloga.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou psicóloga, atuante, como te falei trabalho aqui na clínica, atendo particular e também trabalho no 'GEAPE', que é de um plano de saúde em uma equipe multidisciplinar.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Que eu comecei a primeira vez? Ah, a primeira vez que comecei eu tinha, acho que dezessete anos. Mas eu fiquei só um ano, porque depois eu acabei saindo por causa de ter que estudar pro vestibular. É, mas, eu fiz, parei, eu paro e volto, eu paro e volto. Aí eu parei e voltei depois que eu estava terminando a faculdade, era mais ou menos 2007. Eu tinha 24 anos, quando eu voltei, isso, eu tinha 24.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Há, tem por volta de um ano e meio, dois anos.

**Por que você pratica ginástica?**

Ah, por que eu me sinto bem, me faz me sentir melhor, me deixa mais animada, com menos sono, melhora minha imunidade.

**Você acha que a prática da ginástica, pode influenciar em um possível relacionamento?**

Acho que sim, porque quando você pratica ginástica, você fica bem, e quando você fica bem, você começa a olhar pra fora, ou seja, pro outro. Quando você fica parado, você fica fechado. Você fazendo alguma coisa, você se sente melhor, começa a olhar pra fora, pro outro, pra outras possibilidades. Quando você não faz nada, você fica mal, desanimada, sem energia. A sensação de bem-estar que dá quando você faz qualquer tipo de exercício, pode ser a musculação, a ginástica ou qualquer outra coisa.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Bom, na verdade eu não fui porque ela era feminina não, eu fui porque uma amiga minha foi pra lá, e como ficar fazendo ginástica sozinha é ruim, eu fui pra lá. E também porque lá na Flash, tem muito tipo de aula, muito horário de aulas. E no começo como eu estava com o tempo flexível e tal, era melhor pra mim e dava pra mim fazer. Não teve nada a ver por ela ser feminina. Na verdade eu nem gosto muito disso! Não, não gostei! Porque eu acho que quando tem um ambiente onde só tem mulher, aumenta muito a aquela coisa da competitividade.

Então assim, tem muita menina muito neurótica lá sabe?! Tipo às vezes elas não tem nada na barriga e ficam dobrando e dizendo: - Como eu tô gorda, olha o tamanho da minha barriga! E é um desfile assim sabe?! A academia virou uma passarela. Então assim, não é todo mundo, são alguns horários, algumas pessoas, e eu não gosto muito não. Isso me incomoda.

**E esse tipo de competição te incomoda?**

Ah, porque tem umas meninas lá que são muito fúteis. Uma futilidade danada, e disso eu não gosto muito não. Mas depende, depende das pessoas, dos horários, mas não era sempre não, e de vez em quando me incomodava essas coisas. E lá como é pequenininho e lá é só mulher, acaba que todas fazem quase os mesmos exercícios, só vai variando. Então os aparelhos estão sempre cheios e você tem que ir 'pipocando' de aparelho pra aparelho, daí você tem que ficar esperando, e isso também me desestimula um pouco. E quando é academia mista, eu acho que tem



dois benefícios, primeiro que dá uma equilibrada, porque tem aparelhos que meninas não fazem, só homem, então assim, dá uma balanceada na academia. O ruim, é que quase não tem tanta aula como a academia feminina que tem muita variedade de aula e isso é um ponto positivo eu acho!

E a academia mista, também tem a coisa boa que é o olhar do homem, o olhar contrário, acho que isso dá um estímulo.

**Você acha então que o olhar masculino é um estímulo?**

Sim, eu acho, eu acho, e na academia feminina não tem isso! É eu não sei, mas deve ser bom só pelo lado da competitividade. E na academia feminina também, mesmo tendo homem trabalhando lá, não faz diferença. Porque pra mim o professor é quase que um ser assexuado, como eu aqui quando como psicóloga. Por que assim, é um profissional, igual como quando você vai há um médico. É logico que pode acontecer, mas acho difícil!

**Voltando ao que remete à competição entre as mulheres, você acha que o ambiente da academia exclusiva, induz à competição?**

Ah, acho que sim! Já na academia mista não, acho que na mista tem cooperação. Na feminina não sei, não sei se é o local específico ou o momento que eu fui, mas eu acho que a academia feminina gera isso sim, porque só tem mulher, e isso já é da mulher já. A competição já é coisa da mulher!

**E durante o tempo em que você frequenta a academia exclusiva para mulheres, você já teve namorado em alguma situação?**

Não, namorado especificamente não! Mas eu estava ficando com alguém sim.

**Você acha que o companheiro pode influenciar na opção da mulher pela prática da ginástica na academia exclusiva para mulheres?**

Eu acho que sim, acho que quando você está com alguém e não está bem com você mesma isso acaba influenciando e gerando,..., acaba te incomodando, a pessoa às vezes fala alguma coisa e tal. Ou se não você mesmo, você acaba que quer parecer mais bonita pro outro. Sem contar que é questão de saúde mesmo. Não, é um estímulo, o namorado ou o companheiro estimulam sim, porque,..., porque,..., tem muito a questão do toque. Me incomoda pegarem na minha cintura por exemplo, na minha barriga, eu tenho pavor que peguem na minha barriga, independente de ela estar grande ou não. Então quando tem gordura, incomoda, e o namorado é um estímulo sim e a vontade de querer ficar melhor.

**E essa pessoa sabia que você frequentava a academia só pra mulheres?**

Sim, ele sabia, mas acho que ele não interferiria não, só interfere quando o homem é ciumento, porque ele prefere que vá pra academia só de mulher, porque ele sabe que na mista tem o olhar do outro homem. Aí eu acho que tem muitas meninas que,..., por exemplo, minha amiga, que entrou comigo, na época ela tinha namorado, e ela só entrou na academia porque o namorado dela era ciumento e ela entrou lá porque era pra ele não implicar com ela.

**Depois que eu já tinha terminado a entrevista, a entrevistada continuou discorrendo sobre o assunto, e eu com seu consentimento, gravei esta parte:**

Essa coisa forçada de mulherzinha é complicada, porque eu, por exemplo, não gosto de rosa, minha cor preferida é azul! Essa coisa de depender de homem tá acabando. Outro dia mesmo estava conversando com um amigo meu e eu disse que hoje em dia a maioria das mulheres, por exemplo, tem carro e não dependem do homem pra poder sair, se a gente quiser a gente sai sozinha! E assim, ela ainda me falou que às vezes o carro dela é muito melhor do que o do homem, a autonomia tá muito grande hoje em dia. Então assim, a demanda hoje em dia é muito grande, a mulher, ela,..., ela,..., às vezes não depende do homem nem do olhar dele. Pra mim

não, porque pra mim o olhar do homem é importante, eu gosto de ser olhada, mas pra outras mulheres isso nem faz diferença e até incomoda esse olhar, por isso elas preferem um lugar onde só tenham mulheres.

O problema desses lugares é que é muita competitividade, comparação do corpo entre as mulheres, quem é mais magra, mais torneada, a roupa então, nem se fala. Na academia feminina, é estritamente a roupa só serve pra malhar, é tudo combinando, claro que como eu te falei, não são todas as mulheres.

Eu, eu sou autônoma, lógico que eu sempre busco ganhar mais pra manter o que eu quero, eu brinco com minhas amigas e digo que eu sou cara! Mas por exemplo, eu to pagando meu carro, é um carro zero, novo, e é caro, isso consome muito da minha renda, e como eu sou psicóloga, eu preciso de terapia, e isso também consome uma parte boa do meu salário e tem o inglês também e tal. Se não fosse o carro, hoje daria pra mim morar sozinha.

**E essa sua autonomia, você acha que em um relacionamento, isso ajuda ou atrapalha?**

Hum, eu hoje acho que isso atrapalha um pouco, dá um pouco de medo no homem. Porque tipo assim, ele olha pro lado e pergunta: - como é que eu vou manter uma mulher dessas? Sabe, é porque eu já ouvi isso! Porque assim, eu, por exemplo, não gosto de comer em qualquer lugar, sou meio enjoada pra isso, não como em qualquer lugar, gosto de sair, ir pra show, teatro e isso não é barato.

Quando eu saio com alguém, geralmente eu racho a conta, mas se ele quiser pagar, eu não me oponho. Já eu pagar a conta toda, eu nunca fiz, acho que aí só quando a coisa for muito séria e mesmo assim, quando houver uma troca, tipo assim eu pago hoje e você paga outro dia. Mas quando eu saio com alguém, eu sempre levo dinheiro, porque parto do princípio de que eu vou pagar também, mas se ele quiser pagar, não faço nenhuma objeção. Você vai fazer o seu papel de cavalheiro e eu o papel de dama, isso é um jogo, o jogo da conquista tem isso, é legal você ver o cara pagando, é como se ele estivesse dando um presente pra você. Mas depois com o tempo, você não pode deixar só o homem pagando, ele também tem as contas dele. Outra coisa, por exemplo, quando eu não tinha carro, às vezes a pessoa vinha e me pegava em casa, hoje não, hoje eu pego a pessoa em casa, eu não vou deixar de sair porque a pessoa não tem carro. Acho que tudo na vida é equilíbrio, os dois pagam e dão carona. Tudo é muito relativo! Por exemplo, você frequentaria uma academia só pra mulher por causa do seu namorado? Eu não aceitaria isso! Se eu confio em você, você tem que confiar em mim, eu vou estar horrorosa, toda suada lá. Mas é isso, eu não iria por causa de ciúmes, mas assim, se ele me convencer com argumentos e eu ver que será melhor pra mim, eu vou. Mas isso é coisa de abrir mão em um relacionamento pra não causar briga, agora, mas simplesmente pelo ciúme, eu não faria de jeito nenhum, vai fazer terapia, eu não vou me podar por causa do outro, isso é ridículo!

**Você já passou por uma situação dessas?**

Ah sim, já passei, passei sim, mas eu era novinha, ele tentou me dominar, mas eu não deixei não. O que me fez ir pra uma academia só pra mulher, foi a questão das aulas mesmo, quando a competição é saudável, há um estímulo de uma pra outra.

**E8-**

**Estado civil?**

Namorando.

**Idade?**

18 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Ah, por volta de 4 mil.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Estudante, só estudo.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

2 anos, isso, 2 anos.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

2 anos, isso.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Ah, eu acho que a gente fica mais à vontade na hora de fazer os exercícios. Não tem, por exemplo, toda hora alguém te abordando,..., homem,... Por que na academia mista você fica normalmente desconfortável, né?! Na feminina não, você não tem esse problema, você fica mais tranquila ali sem preocupação.

**E os professores, são homens também ou somente mulheres?**

São, são todos homens.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

A aula de dança e a musculação... Mas a questão da liberdade entra também. Isso ajuda com certeza.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Já. Sim. Eu acho que é esse conforto, a questão também de estar namorando, aí vai complicando um pouco também a situação né?! Aí a feminina é muito mais tranquila assim.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Quantidade muito grande de homem!

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Não, acho que não... Acho que é só a abordagem mesmo (abordagem masculina).

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Sim. É, ele é um pouco ciumento, né, meu namorado é ciumento, é um pouco ciumento.

**Vocês namoram há quanto tempo?**

3 meses.

**Mas mesmo antes de namorar você já frequentava a academia exclusiva para mulheres.**

Não, mas eu já frequentava mesmo pela questão do conforto mesmo,... Mas depois disso acho que aumentou um pouco essa tendência...

**Então seu namorado te apoia a frequentar essa academia?**

Totalmente! Ele até prefere.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento, etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Com certeza, eu acho que assim, mesmo solteira você tem que cuidar do corpo... Principalmente da saúde né?! Porque academia também não é só o exercício físico

em si,... Assim, músculo, tudo, envolve toda uma, o psicológico acho que também ajuda na academia. A autoestima é... Melhora muito na academia, nossa.

**Mas diretamente na sua relação com seu namorado, você acha que isso ajuda?**

Ajuda, ajuda,... É,... a gente malha pra primeiramente sentir bem né, não pros outros. Mas com certeza influencia né? Até mesmo comparação, que rola muito entre mulheres assim, mas acho que ajuda sim. E ele gosta, acha importante.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Assim, sinceramente acho que essa disputa é mais acirrada nas academias mistas, porque além de você ter que se mostrar pra outra mulher, você tem que mostrar pro homem. Assim na academia feminina, pelo contrário, tem muitas amigas que a gente acaba se ajudando nos exercícios, entendeu?! Eu acho que não, que na academia feminina não tem essa disputa acirrada não. Mas é claro, é normal, sempre tem as mulheres, mas... nas academias mistas é muito maior. É até um pouco desconfortável também, porque é uma mulher querendo aparecer mais que a outra entendeu, acho que é isso.

**E9-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

20.

**Renda familiar aproximada?**

Hum,... Ah, 900, salário de professor.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Estudante, só estudando.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

2 anos... isso.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

2 anos, também.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Ah, porque, acho que assim, as atividades os aparelhos, e determinados, é, é,... exercícios, melhoram o desempenho, entendeu?! Acho que vergonha, entendeu, por isso que eu prefiro a feminina.

**Vergonha com relação a que?**

Ah, ao homem né?!

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

É, liberdade, liberdade também é bom, é isso mesmo.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Não, nunca frequentei,... Só feminina.

**Mas hipoteticamente pensando, o que você percebe nas academias mistas que não te agrada?**

Ah, não sei,... É mais a presença do homem. Por você fazer o exercício, assim às vezes tem uns que fala descaradamente. Parece que uns homens que parece que nunca viram mulher... Aí você não pode fazer determinados né?! Aquele negócio... de abrir perna, entendeu?! É isso.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

É, é isso mesmo que eu tinha falado.

**Durante o tempo que você frequenta academia exclusiva para mulheres, você já teve namorado?**

Já. Já namorei, ele gostava, gostava. Ele até preferia né, do que eu frequentar academia com homem ... é ... é verdade.

**Por quê?**

Ah, aí tem várias coisas né?! Aquela coisa de azaração que o homem acha né, que acontece quando tá os dois, e tudo vai, conta né?! Era isso que ele pensava a cabeça dele, ele pensava isso, negócio de azaração, entendeu?! Mas agora to querendo mudar de academia pra uma mista,... To, to vendo ainda, mas eu to querendo,... E também mais pra conhecer também, por que eu nunca malhei em uma academia mista né?! Então pra mim conhecer melhor também.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Ah com certeza, é,... Ah porque assim, é a autoestima da gente também né, pra ajudar também né, e,... Ajuda no dia a dia né, a gente acorda melhor, entendeu?! Ah, é isso, mais é isso, pra autoestima, pra nossa autoestima sempre ficar lá em cima né?!

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Não quanto como se fosse na academia junto com homem. Acho que não tem... Possa ser que tenha mais, essa valorização... Mas não é quando tem, quando a gente tá malhando junto com homem, entendeu?! É, é isso que eu acho, que não é tanto quanto a mista não.

**E10-**

**Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

35.

**Renda familiar aproximada?**

5 mil reais com meu salário e do meu marido.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou enfermeira e atuo no hospital e também em particular.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Ah, tem bastante tempo já, uns oito anos devem fazer, mas assim, eu já saí e voltei algumas vezes.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Bom, eu tenho já como te falei, uns 4 anos entre sair e voltar. Mas assim sempre volto pra essa mesmo, quando eu saio eu volto pra cá mesmo. Depois que entrei aqui eu só volto pra cá.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Bom, tinha uma amiga que malhava aqui e tal, daí ela me falou que era bacana, tinha muita opção de aula, no dia todo, daí eu não precisava me prender em horário. E quem gostou também foi meu marido, ele disse: - É eu não sabia que tinha lugar só de mulher, se não já tinha mandado você pra lá! Mas assim ele falou brincando, mas eu sei que ele gostou quando eu disse que ia pra lá. Então foi isso, teve minha amiga, as aulas e o fato de o meu marido ter ficado mais calmo, não implicar tanto, sabe?! É que antes ele sempre soltava umas piadinhas e às vezes já teve estresse também de ciúmes, mas nada muito sério.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

As aulas pra mim o dia todo, me ajudam muito! Essa coisa do trabalho em hospital que varia muito e tem plantão e tal, me deixa um pouco sem uma rotina de tempo muito definida. Então eu posso ir na hora que eu quiser pra lá. Ah e eu também tenho um filho né, ele tem 10 anos e fica na casa da avó, se eu deixar ele muito solto, ele apronta, então também tenho, lógico, que marcar presença. E a liberdade também, a liberdade não só de poder fazer e ninguém ficar te olhando, mas como eu já tinha te falado, meu marido melhorou um pouco essa questão de ciúmes que ele tem.

**Seu marido é ciumento? O que ele dizia antes da academia destinada exclusivamente às mulheres?**

Assim, ele sempre foi ciumento, é coisa dele, mas sempre foi controlado, quando eu comecei a fazer ginástica, foi por recomendação médica, eu tive um problema durante minha segunda gravidez e tive que começar a fazer ginástica pra fortalecer a coluna e o joelho. Só que nunca mais saí, eu comecei a ficar melhor e o Jairo começou a elogiar o resultado, só que ao mesmo tempo ele morria de ciúmes sempre dizia: - Aquele monte de homem olhando pra você lá, você de quatro com a bunda pra cima, só de calça colada, um absurdo, se eu ver alguém olhando pra você! Ele tinha certas crises, e começava a sempre falar da academia, só que eu nunca larguei por isso, sempre tive meu dinheiro, me sustentava, ajudava a pagar conta de casa e fazia todo o serviço. Vez em quando ele dava umas incertas na porta da academia, teve uma vez que eu estava saindo e um rapaz se despediu de mim, coisa boba sabe, só deu um tchau, nada, absolutamente nada a ver. Mas ele viu, daí foi uma briga que quase separamos, foi quando uma amiga minha me indicou a Flash. Acho que foi a salvação do meu casamento!

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Com certeza, meu marido! Foi o que eu acabei de te falar.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Tirando o ciúme do meu marido, o que não gostava era da falta de aulas, só isso, de resto eu gostava.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Bom, não sei se é isso que eu vou responder, mas, assim, eu sempre fui respeitada, nunca peguei nenhum homem me olhando nem nada, nunca me cantaram, nada, e

olha que fiquei um bom tempo malhando com homem junto, mas nunca fizeram nada. Acho que era por conta de saberem que eu era casada, eles viam a aliança e sempre me respeitaram. Homem é assim, se sabe que a pessoa tem compromisso, ele nem tenta nada, diferente de mulher, ih, mulher não pode ver uma aliança que logo trata de tentar aparecer. E aparecer elas gostavam, um tal de decote, shortinho, calça colada, bumbum pro alto, os homens ficavam doidos com mulheres assim, talvez por isso nunca se direcionaram pra mim.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Se não fosse a Flash, ou eu fazia ginástica ou separava, estava ficando insuportável a situação por conta do ciúme. Eu mudei mesmo pra evitar qualquer coisa, porque estava afetando meu casamento já.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Eu comecei a praticar mesmo, por conta de saúde, de problemas que eu tive, mas depois acaba que eu comecei a gostar e muito de fazer ginástica, porque me deixava muito bem comigo mesma, a roupa começou a entrar melhor, as coisas ficaram mais firmes e tantos outros benefícios. É, aí já viu, a autoestima vai lá pra cima, e as coisas ficam melhores mesmo. Meu marido, assim, ele, ele, ele, assim, ele reclamava do ciúme no começo, mas desde quando começou a dar resultado que ele gosta, que homem não gosta né?! Todo homem gosta de ter uma mulher bacana do lado, e eu assim digamos que melhorei nisso, todo mundo fala, ele então fala muito. Acho que por isso que ele tem tanto ciúme.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Bom, eu vejo que como todo mundo fala nisso, as coisas acabam se tornando verdade, isso é assim. É assim mesmo, a mulherada disputa tudo mesmo, uma querendo ser melhor que a outra, querendo estar mais bonita, entrar na roupa que a outra não entra e por aí vai. Na academia mista tem sim, e acho que tem mais que na feminina, porque na mista, além da mulher, tem o homem né?! Aí já viu, mulherada não se segura, e quer sempre ficar melhor que a outra. Na feminina assim, a gente sabe que tem sim, eu sei que tem, sempre tem uma que você deseja ser igual, ser melhor, e sempre tem aquela que você quer passar longe. Mas como não tem ninguém pra julgar se é melhor ou não, no caso o homem, essa competição é mais tranquila, bem menor, bem menor mesmo. O que acontece também, assim, eu vou falar por mim né?! Como aqui, a gente se sente mais à vontade, acaba que a conversa, ela fica mais aberta, e acaba que uma fala de tudo pra outra, sem sentir vergonha de nada. Estamos sempre contando uma pra outra o que cada uma faz pra ficar melhor, então, assim, eu, eu, eu, ah, eu acho que com isso a competição fica bem menor né?! Não tem disputa, com certeza não, não do jeito que tem na mista. Acho que na feminina, as mulheres são mais próximas e se dão melhor.

**E11-  
Idade?**  
21.

**Estado civil?**

Solteira.

**Profissão?**

Sou estudante, só estudante. Faço estágio de Jornalismo.

**Renda familiar mensal?**

Ah, não sei, não sei. Ah deve ser, deve ser uns 3,4 mil reais por mês, em torno disso.

**Há quanto tempo você pratica ginástica?**

Então, eu fiz por mais de 1 ano, depois eu parei por mais de 1 ano e voltei agora tem um tempo já.

**E quando você frequentou academia pela primeira vez, era uma academia mista?**

Sim, sim, fiquei lá um tempo, depois fui pra academia só de mulher mesmo.

**Porque você saiu da academia que você estava pra ir pra outra? Pra exclusiva para mulher?**

Bom, primeiro porque estava longe da minha casa e eu estava apertada com estudo e tal, e aí acabei ficando com preguiça de ir malhar lá, a academia é nova, muito boa, mas estava com preguiça, e porque também tinham momentos que eu me sentia desconfortável, porque lá, só tinha uma, uma, como é mesmo?! Ah, só tinha uma instrutora mulher lá e o resto era tudo homem. E isso me incomodava, me incomodava mesmo, eu não gostava, eu não me sentia à vontade por ter professor homem, ter homem lá sabe?!

**Mas em qual sentido a presença do homem te incomodava?**

Ah, não sei, não sei, acho que é vergonha minha mesmo. Ah não sei, eu tinha vergonha de ver algum homem me analisando, sei lá, sei lá, mesmo sendo professor, me incomodava.

**Nessa época você namorava ou era solteira?**

Não, nessa época eu era solteira. E,... ah, com a mulher, eu criei meio que uma amizade com ela, daí eu me sentia muito mais à vontade de perguntar, de tirar qualquer dúvida com ela e tal, de pedir ajuda. Daí ela ia sair da academia, daí acaba que eu saí da academia também.

**Mas você chegou a passar por alguma situação que justificasse esse seu desconforto com professores homens?**

Não, não, isso é coisa minha mesmo que não gostava e tal. Sempre foi assim, sempre! Sempre tive vergonha! Não era nada específico, sempre tive vergonha o tempo todo, mas principalmente quando tinha que fazer alguma atividade assim... Ah sei lá, alguma atividade estranha assim, ficar em alguma posição estranha assim, sei lá, eu ficava com vergonha. Gostava não, me atrapalhava, eu com certeza deixava de fazer alguns exercícios por conta disso, ainda mais se eu percebesse assim, que a pessoa estava analisando, pode até ser que ela esteja olhando pra ver se eu estava fazendo certo ou errado e tal, porque é claro que isso tem que acontecer, mas isso é claro que eu me sentia totalmente inibida, nada confortável.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento, etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**



Ah, primeiro porque eu gosto de estar fazendo uma atividade física, e segundo porque eu me achava muito magra, então eu assim, queria ganhar uma massa muscular sabe?! Me sentir mais bonita mesmo e aí foi o que me motivou a entrar e, mesmo depois que eu saí, a voltar pra fazer ginástica.

**E quando você estava namorando, você acha que seu relacionamento foi um dos estímulos que lhe influenciaram a fazer ginástica?**

Sim, sim, foi com certeza, me influenciou, ainda mais na feminina. Primeiro, porque meu namorado era ciumento, ele não, não... Ah, se ele pensasse que eu estaria na academia sozinha com um instrutor homem e que poderia acontecer alguma coisa e tal, mas ele não chegou assim e falou: - Ah, você só vai malhar se for na academia só de mulher! Ah, mas eu entrei na ginástica mesmo porque como diria minha avó, eu sempre gostei de estar nos "trinques", de estar bem assim e eu comecei a emagrecer, e quis ir pra academia, independente de estar namorando ou não.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Primeiro, por causa dessa situação de namoro e coisa e tal, porque meu namorado queria malhar junto comigo e eu não queria, porque acho que também iria tirar um pouco da minha liberdade, ficar o tempo todo com namorado e malhar com o namorado não iria gostar. Aí a minha irmã resolveu ir pra essa academia só de mulher, aí eu acabei indo junto com ela e gostei porque eu achei que iria me sentir muito mais à vontade nela do que nas outras que são mistas. Eu fui, cheguei lá e a instrutora era mulher e aquilo me deixou mais à vontade ainda.

**Mas lá também tem homem trabalhando.**

Tem, tem sim, mas a minha ficha quem montou e estava me acompanhando era a mulher, então eu gostei disso, e o fato de ter só mulher, eu gostei é claro e me influenciou muito, e como eu disse, na época meu namorado ficou super feliz de eu estar em uma academia só de mulher. Então acabou que foi um grande motivo.

**Se você não estivesse namorando, você iria pra essa mesma academia?**

Iria, iria, iria, porque primeiro, minha irmã que foi primeiro que me motivou, e aí era uma companhia e iria me motivar a malhar. E segundo, porque eu sabia que eu iria me sentir muito mais à vontade estando na presença só de mulher. Então eu iria sim!

**O que você mais gosta nas academias exclusivas para mulheres?**

Bom, acho que o próprio fato de ter só mulher, acho que é o que eu mais gosto mesmo. Lá a gente se sente à vontade, não sente vergonha de nada do que tem pra fazer, por mais que a mulher seja muito observadora. Mulher é muito observadora! E eu sentia isso, sentia a mulher me observando com certeza, mas isso não me incomodava nem um pouco como se fosse em uma academia mista e um homem me olhando. Isso é realmente muito bom, muito melhor assim.

**Você se sentia incomodada com o homem que trabalhava lá?**

Sim, me sentia, mas não era tanto, ele ficava direcionado pra certas meninas lá e tal, não sei se era personal trainer delas, não sei. Então aquilo não me incomodava tanto como os outros, porque na outra academia tinha muito instrutor homem, e academia pequena, então tipo assim, quantidade de homem assim, e no horário que eu ia também tinha muito homem, então isso aí também me incomodava. Mas eu me sinto muito melhor na feminina mesmo, até meu treino, pois acho que quando você fica à vontade, você se dedica mais. Por exemplo, quando eu malhava mais na academia mista, eu me preocupava mais com estereótipo do que tudo, tipo assim: - Ah, vou de cabelo arrumado, vou passar um rímel. E na de mulher não, eu ia malhar com qualquer roupa, eu ia sem maquiagem, não me preocupava com cabelo com

nada. Acho que porque eu estava no meio só de mulher. E ao mesmo tempo que na mista, eu me preocupava se tinha algum homem me olhando, eu me preocupava em estar bonitinha, não estar mal tratada.

Meu namorado teve influência bem forte na escolha pela academia exclusivamente feminina, teve tanto pela opinião dele, quanto o fato de agradar ele por estar em uma academia só de mulher. E com certeza eu poupei meu namoro de muitas brigas na época com isso. Porque na academia mista ele ia falar: - Pô, fulano te olhou, o instrutor ficou te olhando, como é que foi, alguém falou com você? Iria ter essa cobrança sim, e na academia de mulher sim, ihh, nem se falava em malhar em nada, nunca tive problema nenhum disso.

### **Seu relacionamento é um motivo pra você fazer ginástica?**

Com certeza, a mulher tem que se cuidar mesmo, tem que estar com tudo em cima, bonitinha. Mas eu acho que é mais quando a pessoa tá solteira que ela se preocupa mais, pelo menos eu quando estava namorando, ficava muito menos preocupada com o físico e tal, ficava mais relaxada e tudo, do que solteira. Ah, porque solteiro né, você meio que se obriga a estar sempre bem porque você até não sabe quando será a oportunidade de conhecer alguém e tal e conversar com alguém. E namorando não, você já tem ali o namorado que vai gostar de você feia ou não, então está tudo certo, eu acho que as mulheres procuram a academia mais quando estão solteiras, principalmente as mistas. Porque como tem homem e mulher, as pessoas ficam mais propícias a conhecerem outras.

### **O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Com certeza eu acho que a competição feminina existe em tudo. Mulher está sempre observando mulher. E na academia feminina acho que isso aumenta, porque você vê a mulher e diz: - Poxa, aquela mulher tem maior pernã, quero malhar pra ficar igual a ela. Já na mista, acho que como tem homem, a mulher não se preocupa tanto em ficar olhando pra outras mulheres, diferentemente das academias femininas, porque como você tá sempre olhando pra mulher você chega a dizer: - Poxa, eu não queria estar assim! Ou então: - Ah, eu queria ser igual a ela e tal. Pensando nisso, eu acho que a competição é com certeza maior na academia feminina.

## **E12-**

### **Estado civil?**

Solteira, tem dois anos já que eu estou solteira. Na época que eu entrei na Flash, eu estava namorando na época.

### **Idade?**

'Tô' com 25 quase 26, faço 26 em junho.

### **Renda familiar aproximada?**

Ah, deve ser 3, 4 mil aproximadamente.

### **Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Eu sou jornalista, e não 'tô' exercendo no momento.

### **Porque você não está exercendo sua profissão?**

Bom, como a gente tem o próprio negócio né, eu achei que seria melhor alavancar aí, do que trabalhar para os outros né?! Pra outras pessoas.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Ah, eu sempre entro e saio, na época que eu entrei na Flash, eu fiquei 1 ano e meio lá, aí depois eu mudei pra, pra, pra, ..., que se chama, ..., como é mesmo o nome?! Ah, se chama Equipe, fiquei uns 6 meses lá, depois disso, eu fiquei uns 6 meses sem fazer nada. Aí depois eu mudei aqui pro Barbosa Lage e fiquei um tempo. Então, quer dizer, foram uns 3 anos. Depois eu mudei pra BH (Belo Horizonte) e fiquei 1 ano lá, e lá eu não tinha como fazer nada, eu não quis fazer nada, deixei pra lá. Aí quando eu voltei pra cá, tem uns 4 meses e tal, foi quando eu voltei pra Flash, e como eu tenho um horário bem flexível, eu vou preenchendo as vagas com a academia. Mas tipo assim, eu também dou aulas de reforço escolar particular, aí quando tem aula ou alguma coisa, eu acabo que deixo de ir na academia, aí com isso eu vou dormir exausta de noite.

**Aqui no seu bairro tem academia exclusiva para mulheres também, não tem?**

Tinha, ela fechou, fechou, agora só tem uma ali perto da praça que é mista. Mas pelo que eu andei procurando, porque eu andei até procurando outra academia pra fazer, aí pelo que eu andei conversando, eu acho que eles estão deixando, deixando, ah, é... foi uma coisa que aconteceu naturalmente, porque lá tem dois andares, e parece que eles deixaram o andar de cima para as mulheres e o andar de baixo pros homens. E isso foi uma segregação que aconteceu naturalmente, pelo que o pessoal fala lá, porque eu tenho dois amigos que malham lá, eu até falei com eles: - Ah, como é que é e tal, lá tem aula? - Não, é tudo misturado, tem os aparelhos, as esteiras, as bicicletas, mas tem aula não e acaba que as meninas malham em cima e a gente malha em baixo. É, eles comentaram assim comigo.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Na verdade, o que que aconteceu, eu entrei na Flash por indicação, porque eu não gosto muito de atividades rotineiras, eu não gosto muito assim de atividades assim, monótonas sabe, eu não gosto muito de ficar em esteira, eu, eu me entedio rápido e também nunca gostei muito de musculação. Então eu estava procurando uma academia que tivesse aulas que eu, que eu, que eu, que eu ia, que eu gostasse de praticar, mas que fosse assim, uma coisa mais em grupo, com mais animação e tal. Por quê? Porque eu sabia que se eu fizesse atividade que eu não gosto, eu desistiria rápido né?! A gente que já não gosta muito tem que procurar uma coisa que pelo menos distraia a gente. E aí eu fiquei sabendo lá, que além de ser próxima ao meu trabalho, fiquei sabendo que lá tinha aula de dança, aula de *jump*, de *step*, tinha,..., a aula de abdominal né, que eu gostava muito, porque eu fazia com todo mundo junto, você não tinha que fazer sozinha. Aí eu entrei por causa disso, depois, eu comecei a gostar de academia feminina, não foi,..., é, o motivo, não foi o que me levou, mas foi o que me fez permanecer e hoje em dia, procurar né?! Coisas desse tipo, que é o quê? Você se sentir mais à vontade, na academia você sua, você fica toda desarrumada, e tal, ali não tem ninguém te olhando, te reparando, então você fica mais à vontade, tem exercício que expõe mais o seu corpo. Por exemplo, aquele exercício de bumbum, aquele exercício é horrível de fazer na frente de homem. Tem academia que eu fui, que ficava todo mundo parado pra ficar olhando. E,... acaba que você faz mais amizades com mulheres, é um ambiente que você pode conversar sobre tudo, que não tem homem escutando e tal. Que a gente fala besteira mesmo, quando não está com homem e tal. Então, assim, depois eu comecei a gostar desse tipo de atividade. E também porque, nas academias mistas, assim, eles levam mais, puxam mais pra musculação, não sei porque, se é porque

nas outras academias a maioria é homem e tal. E nas academias especializadas, femininas assim, você percebe que tem mais aula e aula própria de mulher. Igual aula de dança, por exemplo, você não vê homem, é raro você ver, é bem raro. São exercícios que às vezes modelam mais o corpo da mulher. Né, por que, por exemplo, você vai fazer boxe lá, às vezes não é legal assim, acaba que a mulher às vezes fica com o corpo masculinizado. Agora, você vai fazer um *Tae-bo*, uma aula que mistura mais, é, é, é,... não tem contato físico né?! Você usa os movimentos da luta pra perder calorias, então assim, eu comecei a perceber isso, que nas academias especializadas, tinham mais atividades voltadas para as mulheres, e por isso que eu achei interessante.

**O fato de você ficar à vontade ou não esbarra na presença masculina no local da atividade física?**

Ah, não é que incomoda, mas, mas, mas,... se eu vou na academia pra malhar, é, é, é, ... se não é um lugar que eu vou azarar, não é, ..., por exemplo pra mim, se eu vou na academia, não é pra azarar! Tem muita mulher que faz isso, que ia pra conhecer, pra ver homens e tal. Como era um lugar que eu queria ficar à vontade, ter pessoas me olhando, me incomodava sim, me atrapalhava sim, às vezes me desconcentrava no exercício porque você fica assim: - Nossa, tem um monte de gente me olhando! Sabe, eu nem sei porque assim, conversando agora com você é que eu to pensando aqui sobre isso. Eu nunca tinha parado pra pensar assim, conscientemente sobre isso, mas eu acho que realmente foi um fator que me estimulou a continuar na academia feminina.

**Comparativamente entre academias mistas e femininas, além dos serviços oferecidos, a liberdade de movimentar-se longe do homem influenciou na sua escolha?**

Acho que influi sim, porque querendo ou não, a gente,... quando você está em um ambiente misto, querendo ou não, ... tem gente que pode até falar: - Ah, eu não me preocupo com isso. Mas é lógico que você se preocupa! Igual, você vai na padaria, você não vai igual um lixo, né, tipo, com roupa, furada, rasgada, suja e tal, por quê? Porque você sabe que as pessoas estão te reparando, não interessa se você vai ali. Eu quando vou trabalhar aqui no meu mercado, eu não saio sem maquiagem, eu não piso pra fora de casa sem maquiagem e o mercado é na frente da minha casa. Assim, por quê?! A gente se preocupa com o que as pessoas estão vendo, principalmente os homens, as mulheres se preocupam com o que os homens estão vendo da figura dela. Então, assim, só que na academia, na academia, é complicado, porque acaba que você não se concentra no que você está fazendo, você sabe que tem um monte de gente te olhando, os homens te olhando! Agora se é uma mulher não, porque você sabe que ela também tá,... então, assim, uma entende a outra né?! Ela sabe que aquilo ali é um momento e tal. Eu acho sim, não sei se é forte assim, mas tem sim uma pontinha disso. Não que também em uma academia mista eu super me preocupo, mas tipo, é um pouco diferente por causa disso.

**Você acha que o homem possui um papel inibidor para a mulher nas academias mistas então?**

Eu acho que sim, eu acho que o que eu já reparei em academia mista assim, é, é, muita mulher que faz determinado tipo de coisa, que não porque ela está fazendo pra ela, não é um movimento natural, não é tipo um gesticular natural, é uma coisa que ela está fazendo assim, para as outras pessoas olharem pra ela eu acho. E não to falando só dela, to falando de mim também. Acaba que você não soa natural, você não fica natural, porque você não está né?! Você sabe que ali, homens e tal

ficam olhando, e,... aí você já tem que ficar preocupada com a roupa que você vai, com, com, ... ah, não sei, com sua aparência mesmo! E alguns movimentos inibem sim, porque quem vai pra academia geralmente é aquela mulher saradona com aquela cultura do *fitness*, do físico, ou ela está gordinha e está querendo melhorar, então assim, eu estou nesse segundo grupo. Então assim, não é qualquer roupa que me deixa à vontade, não é qualquer movimento que me deixa à vontade. Por quê? Porque tem partes do meu corpo que eu não estou à vontade com ele, e eu não quero que as pessoas vejam isso, igual assim, por exemplo, eu vou pra piscina, eu não vou colocar um micro-biquíni. É mais ou menos por aí, entendeu? Eu não vou tomar sol, se eu for tomar sol na minha casa, é uma coisa, se eu for chamar minhas amigas pra tomar sol aqui em casa, eu posso colocar qualquer roupa, mas se já tiverem homens no lugar, talvez eu nem tire a roupa e fique de biquíni. Então assim, inibe sim, e acho que, porque tem coisa que você não quer mostrar, ainda mais pra quem você não conhece, porque ali é um ambiente que tem muita gente que você não conhece e ali tem coisas, que são assim íntimas, por exemplo, o yoga, por exemplo, você faz movimentos lá, né, que você fica em posições assim que, que, que, às vezes você não ficaria à vontade. Eu pelo menos sou assim, não sei se as outras meninas são assim, acaba que eu acho que constrange um pouco sim.

#### **Durante sua frequência em academias mistas, você chegou a estar namorando?**

Assim, eu saí da Flash e depois fui pra academia mista, porquê? Porque ela estava ficando muito cheia, então no horário que eu costumava malhar, eu esperava às vezes 10, 15 minutos pra conseguir usar o aparelho, ou às vezes eu não chegava com antecedência e eu tinha que colocar o nome na lista, e aí a sala já ficava cheia, aí eu optei por essa academia que era em frente ao meu trabalho, até pela facilidade mesmo, porque eu me conheço, eu não gosto de fazer atividade física, então assim, se eu escolher uma academia que eu precise só atravessar a rua, eu não vou ter desculpa pra não ir, né, então tipo, eu atravessava a rua, eu não tinha como não ir, né?! Então acabou que foi por isso. Não foi assim, que eu escolhi uma academia mista, foi mais pela oportunidade de estar bem ali na frente do meu trabalho. Mas aí eu frequentei a academia lá por 6 meses, aí eu fui frequentei essa academia e eu estava namorando na época. E assim, ele me incentivava muito, ele dizia que iria fazer bem pra mim, porque ele dizia que eu ficava menos estressada, aí quando eu saí da feminina e mudei pra mista, ele nem, nem falou nada. Quanto a ser feminina ou mista ele não comentou nada não, ele só me incentivava a não parar. Acho que eu nunca tive nenhum namorado que se importasse com isso não de ser feminina ou não. Mas tem homens, que, que, igual uma amiga minha, por exemplo, que ele não deixa ela fazer nada. Ela é minha vizinha, se ela vem na minha casa, por exemplo, ela não pode falar pra ele que ela tá aqui, porque, não me pergunte, porque eu não sei. Então eu acho que se ela fosse fazer academia, seria uma feminina! Mas eu nunca namorei homens que tentassem me privar de alguma coisa e tal.

#### **A presença do homem, como o professor na academia exclusivamente para mulheres, te incomodava?**

Bom, eu acho que como eles trabalhavam lá, a gente, a gente, primeiro que se acostumava a vê-los o tempo todo e acaba que eles têm um contato maior com você, então já cria aquela proximidade e você também não pensa naquela pessoa como um homem, pensa nela como um profissional que está ali pra te ajudar, e que ele já está acostumado com aquilo, que aquele é o ambiente que ela trabalha, e que ele vai te respeitar né?! Bom, eu pelo menos sou assim, quando eu conheço uma pessoa, eu já imagino tudo de bom dela e daí vou percebendo se tudo aquilo é

verdadeiro ou falso. Então assim, quando eu ia e via professores lá, eu os via com olhos de profissional que eles deveriam ter, e pensava que eles iriam me olhar com olhar profissional, então isso já, isso quebrava um pouco de, de, esse sentimento entendeu?! Porque a pessoa não vai, vai,... né?! Ela tá ali trabalhando. Bem, eu imagino que não, eu também não sei o que passa na sua cabeça, mas seu jeito de agir e tal, já é outra coisa. Se alguém tinha, pensava uma coisa assim, nunca transpareceu, então acho que isso ajudava um pouco né?! Você ver que a pessoa tinha uma atitude profissional e um olhar profissional dentro do lugar onde ela trabalhava, então aí já mudava um pouco, já não é mais daquela forma, como, como, como é quando a pessoa tá ali malhando e tal.

### **O que te incentivou a fazer ginástica?**

Na verdade assim, eu estudei no Colégio Militar durante 8 anos, e lá, o, o, a Educação Física que seria, que, que, que, que existe nas escolas comuns assim, às vezes os professores não cobram e é um momento de lazer e tal e no Colégio Militar não! A nossa educação física se chamava T.F.M (Teste Físico Militar), então a gente era, era, a gente era obrigado e só poderia faltar se tivesse atestado médico, a gente tinha um, a gente tinha, como se fosse, uma disciplina que tem prova, sabe?! Lá a gente tinha uma prova no final do bimestre e lá você recebia uma nota por isso, então haviam coisas que você tinha que fazer, que você era obrigado a fazer. Eram alguns quesitos assim, por exemplo, flexão de braço, abdominal, salto em distância, salto em altura, corrida de resistência e corrida de velocidade. Então a gente era cobrado, assim, a gente tinha que fazer todos os quesitos, aí você recebia uma nota e se a média final fosse menor que 7, você era reprovada. Então assim, lá a gente sempre era muito cobrado e quando eu comecei a estudar lá, eu era muito gordinha, aí como é que era, como é que era o esquema, eles dividiam em aulas de natação, de futebol, handebol, basquete, vôlei, tudo, tudo o que você imaginar lá tinha aula. A gente recebia os fundamentos, tinha judô também, dança, ... a gente recebia os fundamentos e tinha os jogos também, e tinha vez que era a preparação pro T.F.M e aí no final do bimestre tinha essa avaliação. E eu era muito gordinha e eu fui emagrecendo ao longo dos anos através desse, através desse treinamento deles, e você acaba que, acaba que, eram duas vezes por semana, como a gente tinha que render pra poder passar na prova, à tarde tinha atividade extraclasse e tal, eu aproveitava pra correr, aí eu fui melhorando minha resistência, então é, é, é,... desde os 11 anos que foi quando eu entrei, eu comecei a fazer atividade e fui emagrecendo aos poucos, aí quando eu saí do colégio militar, 2 anos depois eu já tinha engordado tudo de novo e aí eu falei assim: - Não, eu tenho que procurar uma academia porque tinha ficado 2 anos parada né, eu tenho que procurar uma academia, porque desse jeito eu ia continuar engordando assim, porque eu tenho tendência à engordar. Aí eu procurei uma academia pra fazer exercícios justamente por essa necessidade de perder peso e melhorar a resistência.

### **Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Eu acho que sim, porque quando você não tá bem com a gente mesmo, é difícil você ficar bem com outra pessoa. Eu justamente procurei a Flash na época porque eu estava sedentária já há muito tempo e estava me sentindo gordinha, bem assim. Aí, e isso, estava atrapalhando no meu relacionamento, eu não estava bem comigo mesma, aí eu comecei a sentir vergonha do meu corpo, na hora de sair, eu demorava horas pra conseguir me arrumar, pra escolher uma roupa, porque nada ficava bom, daí eu já saía chateada né?! Daí você já fica de mal humor e você não

fica bem com seu namorado e acaba que você passa esse mal humor pra ele e acaba que os dois ficam estressados e tal. Aí já não fica tão bom, e, e,... isso vira uma bola de neve e muitas coisas ruins acontecem, aí você já não tem mais uma relação sexual como você tinha antes, porque aquilo, já, já, já te dá um bloqueio. Com isso o namorado já começa a ficar chateado, e já não é mais como era antes e tal, essas coisas. Então eu acho que influencia bastante, influencia muito, e também como a gente sabe que atividade física ajuda a gente a ficar mais feliz e tal, então assim, o meu humor melhorava, e eu sou uma pessoa muito estressada então eu preciso de uma válvula de escape, e justamente é na física que eu busco isso, porque é um momento que eu to mais relaxada, assim, a cabeça desliga, e, e, e, e,... você libera lá, tudo o que você prendeu durante o dia, e você sabendo que você está fazendo alguma coisa pra você mesma, mesmo que você não emagreça 1 grama, você, faz, tipo assim: - Poxa, eu to fazendo alguma coisa por mim, eu to ficando mais bonita, sabe?! - Mais saudável! Então eu acho que influencia muito sim, com certeza influencia.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Eu acho o contrário, eu acho o contrário, isso, o contrário! Acho que quando tem homens ali no meio, eu acho que uma mulher fica querendo aparecer mais que a outra e algumas que são o meu caso, ficam querendo se esconder. Então assim, já na academia feminina eu nunca reparei isso, tipo assim ninguém tentando aparecer e tal. Lá a gente mais trocava ideia né?! Por exemplo, alguém vinha e falava assim: - Nossa, faz aula de jump com a professora tal, porque ela é muito melhor que a outra! Ou então: - Ah você tem que experimentar a aula de step que é muito boa. Então assim, é esse tipo de coisa, as mulheres ficavam mais companheiras na academia feminina. Mais do que na academia mista, porque na academia mista, as saradas assim, tem mais competição e aquelas que ficam mais no seu canto assim, mais quietinhas, querem mais privacidade.

**E na só para mulheres não tem essas “saradas” não?**

Olha tinha, mas muito pouca, eram mais as professoras assim. Eu acho que as gordinhas procuram mais a academia feminina, isso justamente pelo que eu já falei, a coisa da privacidade e tal, de ficar mais à vontade: - Ah, ninguém vai ficar me olhando, me reparando porque eu to com uma bainha aqui, que eu to, é, é, não to dentro do padrão né?! Eu acho que por isso que as meninas lá na Flash sempre comentavam assim: - A gente malha aqui nessa academia já tem um tempão e só tem gente gordinha, será que quando elas emagrecem, elas mudam de academia?! Porque, tipo, é até frustrante, você malhar em um lugar que só tem gordinha e tipo a gente não emagrece, a gente vai sair daqui gordinha?! A gente até brincava que na Flash realmente não tinha muita mulher sarada, bom eu não sei nos outros horários né?! No meu horário, assim, eram mais as professoras né, que andavam com corpão, aquelas roupas assim, mas fora isso assim, eu não reparava muito não.

**E13-**

**Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

43.

**Renda familiar aproximada?**

2 mil reais, por aí.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Doméstica, faço trabalho de casa só mesmo, não dou conta quase de cuidar da casa. Ah eu também vendo Avon pra ajudar na despesa, pra poder pagar academia e tal.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Hum, tem muito tempo, tem uns 10 anos ou mais.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Desde quando eu entrei, foi pra feminina, foi pra Flash mesmo, nunca fui em outra, foi só lá, às vezes eu tive que sair por conta de dinheiro, mas quando voltava, era sempre pra lá.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Ah, eu gosto de lá, o ambiente é muito bom, todo mundo conhece todo mundo, é ótimo. As aulas também contam muito, tem de tudo o dia inteiro lá. E também porque meu marido do jeito que é, se eu fosse pra outra, daí já viu, homem olhando, não ia dar certo.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Minhas amigas que eu criei lá, tenho muita amizade com as meninas, e também o que já te falei das aulas e eu poder ficar sem me preocupar com ninguém.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Nunca malhei em outra academia, mas sei lá o que eu penso é que tem um monte de mulher se mostrando e um monte de homem babando dando em cima. Meu marido não pode nem sonhar com isso!

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Com certeza, quando eu disse que queria fazer ginástica, ele ficou nervoso, brigamos e tal, até ele saber que era em uma academia só de mulher, mesmo no começo ele ficou meio desconfiado, mas acostumou com a ideia, mas quando vou sair de casa ele às vezes fala da minha roupa e tal.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento, etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Bom, eu estava me sentindo gordinha, queria melhorar e minha família tem histórico de doença. Isso me fez preocupar muito. E também é claro, você vê seu marido olhando pra televisão e vendo aquele monte de mulher gostosa, você quer melhorar, quer ficar melhor pra gente mesmo, e com certeza pra ele. Não é bom ver seu marido olhando pra outras mulheres, hoje em dia não duvido que ele olhe pra outras, mas agora ele também olha pra mim, to bem melhor, me sinto mais à vontade com ele, melhorou muito nosso casamento, melhorou meu humor, minha disposição e a vontade do meu marido também. Todo mundo fala que to bem melhor.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**



Assim, não sei! Desde quando eu entrei lá, eu sempre me senti à vontade com todo mundo, lógico que sempre tem gente querendo aparecer mais que outras, mas lá é bem menor isso. Lá uma ajuda a outra sempre, eu assim que entrei, ficava meio com vergonha, mas as próprias alunas me ajudavam, daí eu criei amizades lá dentro com certeza. E todo mundo gosta de ficar bonita, e a gente sempre troca dicas e tal pra ficar melhor, maquiagem, roupa, essas coisas de mulher.

**E14-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

29 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Ah, uns 3, 5 mil reais, por volta disso.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou pedagoga, trabalho em uma escola de Educação Infantil.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Bom, eu sempre vou e volto muito, mas a primeira vez que eu entrei eu tinha 19 anos.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Ih, sempre, como disse, fui e voltei pra academia, e na feminina era assim também, já fui e voltei várias vezes, mas lembro que acho que essa foi a terceira que eu entrei.

**Qual o motivo ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Sempre fui meio gordinha, sempre, desde criança, então, era mesmo pra emagrecer e ficar melhor, daí na feminina pelo fato de ter muita opção aeróbica, eu optei por ela.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

As aulas, com certeza as aulas.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para a destinada exclusivamente às mulheres?**

Muito homem junto me olhando e olhando pra qualquer uma, isso sempre me incomodava, e também ficar revezando aparelho com homem não é fácil, eles são mais fortes e demorava sempre.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Ah, acabei de te falar, os homens.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Porque homem é tudo sem vergonha?! Não tinha um que não ficava olhando dependendo do exercício, meu Deus, é impressionante! Ah e mulher também não é fácil, sempre se insinuando, sempre. Lógico que o que estou falando, não dá pra generalizar, mas a maioria sim.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Bom, quando eu entrei pra feminina pela primeira vez, foi por conta de um namoro doentio que eu tive, ele não podia nem sonhar em outro homem me vendo fazer

ginástica. Ele me disse mesmo, que era pra eu ir só pra feminina se não ele iria brigar comigo e tal, ele era muito, muito, mas muito ciumento, era muito difícil. Mas acaba que mesmo depois que terminei meu namoro, eu continuei lá e depois que eu saí eu voltei, acho que pelo ambiente mesmo que eu acostumei a ficar mais à vontade.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Eu sempre entrei como te falei, porque era gordinha, e não gostava disso, lembro que na escola eu ficava de lado por causa disso. E quando comecei a fazer e fiquei melhor, minha vida ficou muito melhor.

Ajuda muito no relacionamento, antes ninguém olhava pra mim, agora não, eu tive alguns namorados já e hoje estou solteira porque eu quero. A gente se sente melhor e o relacionamento quando é bacana fica melhor sim.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusiva para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Verdade. Eu acho que é verdade isso sim, isso está mais que falado, mulher se arruma pra outra mesmo. Uma querendo ser mais bonita, mais gostosa, entrar naquele vestido que a outra não consegue, chamar mais atenção do homem, mas pra mim isso é normal, é da pessoa, todo mundo é assim. Na feminina nem tanto, lá é mais tranquilo que em outros lugares com certeza, mas ainda assim, tem competição mesmo.

**E15-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

21 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Ah, não sei, meu pai é empresário daí acho que varia um pouco, mas acho que entre uns 12 e 15 mil reais.

**Profissão? Exerce?**

Estudante, mas eu já fiz estágio durante um tempo, mas agora só estudo mesmo.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Na academia mesmo?! Bom, hum, na academia tem 4 anos, eu comecei na Olympia mesmo e continuo lá até hoje. Eu entrei assim que ela passou a ser só de mulher mesmo e continuo lá até hoje.

**Por que você pratica ginástica?**

Ah, porque é bom pra, pro, pra,..., não sei. Ah, atividade física é necessária né?! Pra emagrecer também, eu acho importante fazer ginástica ou qualquer outra atividade física, e eu optei por começar lá. Não só por emagrecimento, mas também porque eu optei por fazer uma atividade física também por saúde.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Eu nunca tinha feito academia assim, eu nunca tinha malhado, aí uma amiga minha estava lá e ela me chamou pra fazer e, e, e, ..., eu acho que eu ficaria com

vergonha, começando com um monte de homem me olhando e tal, aí eu comecei lá, gostei e até hoje estou lá!

**Do que você teria vergonha?**

Ah, não sei, tem coisas que você tem que fazer também e aí os outros passam e você está lá..., sabe?! Não sei explicar, eu sei que eu fico com vergonha.

**Você acha que a presença do homem te incomodaria?**

Não sei se incomodaria, mas eu ficaria um pouco encabulada, eu acho, porque eu nunca malhei com esse monte de gente né, eu acho que eu ficaria um pouco encabulada sim, um pouco travada. E eu gostei da feminina por gostar do ambiente, assim, como eu nunca frequentei outro lugar, outra academia, eu não sei se eu gostaria de outra. Eu gostei do ambiente de tudo, de fazer amizade, eu me sinto bem lá e eu vou continuar lá.

**Mas quanto à presença do homem na academia exclusiva para mulheres como professor, isso é algo que te incomoda?**

Ah, mas é diferente sei lá, eu não sei explicar. Porque pode ser assim, você está malhando daí tem uma pessoa que te conhece, aí eu fico com vergonha, não sei, não sei explicar. O professor é um profissional, e ele tá ali pra te ajudar, é diferente.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram manter-se belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusiva para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Ah, um pouquinho tem sim, a competição feminina, existe em tudo que é lugar, não tem jeito, o que falam é verdade, que a mulher se arruma pra outra mulher, não é pra homem, e isso é em todo lugar, lá não é diferente, ainda mais lá onde só tem mulher. E lá é normal, como em todo lugar, não tem nem mais, nem menos, é competição feminina em todo lugar mesmo.

Assim, malhar, malhar mesmo, eu nunca malhei onde tivesse homem, mas já fiquei em hotel, navio, onde tinha homem também malhando, e foi normal, mas eu acho que foi porque eu não conhecia ninguém que estava lá, então eu não ficava com vergonha nem nada, mas por eu ser de Juiz de Fora e conhecer um monte de gente, aí eu to lá malhando fazendo aquela cara assim, e chega um monte de gente que eu conheço assim, eu, eu fico com vergonha. E eu acho que o fato de a Olympia ser perto da minha casa, facilita muito as coisas e é muito fácil de chegar lá, talvez se fosse em um outro lugar mais difícil de acessar e tal, por isso também, que eu optei por lá também, é perto de casa. Eu sou preguiçosa, pra eu ir pra outro lugar, ir longe. Eu gosto de lá, e é perto da minha casa e tal.

**E16-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

25.

**Profissão? Exerce?**

Pedagoga. Sim, sou professora e pedagoga.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Desde a última vez que voltei, tem 4 meses. Mas desde os 16 anos que eu pratico ginástica em academia, eu vou e volto. Mas sempre malhei em academia só pra mulher nunca fui em academia mista.

**Porque nunca malhou em academia mista?**

Ah, não sei, sinceramente não sei, eu nunca tive interesse em malhar em um lugar que tivesse homem assim, não sei, acho que até por uma questão de higiene não sei, que doideira né?! É! Não sei, acho que academia só de mulher deve ser mais limpa. Já pensei nisso várias vezes, sei lá. E até por facilidade, no início foi facilidade mesmo, era na época eu tinha 16 anos e era perto do cursinho que eu fazia. Aí na segunda vez que eu voltei, eu voltei com duas amigas, aí também, porque a gente saía do serviço e ia direto pra lá. E dessa vez não, eu quis malhar na academia feminina agora porque me sinto mais à vontade. Uma questão de, de, de,... de se sentir mais à vontade mesmo. Porque na mista né, é muita questão de mostrar e tal, sabe?! De ter que estar bonita pra ir malhar e tal, e eu nunca fui muito disso. Então eu acho que na academia feminina rola muito isso, de eu sair do meu serviço, pegar uma bermuda, um tênis e vou entendeu, não tem muito essa comparação, mas ao mesmo tempo tem essa coisa de observação da outra que rola muito mesmo. Eu não tinha percebido isso antes, não sei se na Flash, porque lá é muito pequeno, apertadinho assim, eu nunca parei pra observar, na Olympia eu tenho mais tempo assim de observar e tal, lá eu faço esteira, tem um espaço maior, então você tem oportunidade de observar mais que as outras estão te observando. Rola muito isso de observação da outra na academia feminina, não sei se rola de comparação, porque eu não tenho muita assim, intimidade com as pessoas lá dentro, mas de observação sim, você vê sim, que as pessoas quando chegam te observam e o modo que você malha, te observam. As minhas amigas que malham em academias mistas, falam que não, que não rola isso não nas academias mistas, rola mais é essa coisa de azaração e tal, ir malhar com o intuito de ver o cara que tá afim.

**Você está solteira agora, mas durante algum momento você esteve namorando enquanto frequentava a academia?**

Sim, sim, assim que eu entrei eu namorava, e ele gostava é claro! Que namorado não vai gostar né?! Mas ele nunca interferiu em nada não, foi escolha minha, só minha, ele nunca disse pra eu ir ou não pra feminina. Bom, ele sempre me incentivou a malhar porque sempre tive esse quadro de obesidade e eu nunca gostei de malhar, nunca tive isso, academia mesmo, nunca tive interesse, esse ano eu voltei mesmo por conta da obesidade, porque eu cheguei num peso que eu nunca tive antes e isso está me incomodando. Agora eu me sinto incomodada, eu nunca tive problema por ser mais gordinha, nada disso, sempre fui bem resolvida quanto à isso e sempre controlando né, questão de diabetes coisa e tal, mas agora eu resolvi porque estou me sentindo incomodada. Foi por isso que eu escolhi.

**Qual o motivo de você escolher uma academia destinada exclusivamente às mulheres?**

Bom, o motivo assim, eu gostei de lá, achei o espaço legal, as aulas são excelentes, os profissionais são bons, e a questão de ser só feminina, é por essa facilidade sim, de não ter que ter nenhuma preocupação de estar bonita pra poder ir malhar, e eu me sinto mais à vontade mesmo malhando só com mulheres do que com homem,..., acho que essa é uma questão mesmo de reparar mesmo, porque a gente quando está gordinha assim, a gente se sente mais incomodada mesmo. Porque você como está em uma academia, todo mundo está com um corpão e tal e vai ali mais pra manter e tudo, porque é raro ter gordinhos assim, na academia, eu me sinto mais à vontade sendo observada por mulheres do que por homens e mulheres. Na verdade eu nunca parei pra pensar nisso, to questionando aqui agora.

### **Mas em que a presença do homem te incomoda tanto?**

Não, eu nem me incomodo tanto com homem não, porque eu nem sou muito preocupada com isso não. É mais com a escolha assim de ficar mais à vontade e minha irmã está malhando lá também, e minha amiga que malha lá e ela escolheu nesse sentido porque ela tinha um namorado que tinha ciúmes e tá, e elas resolveram e eu fui no embalo também. Essa questão do homem observar, é questão de ficar mais à vontade mesmo, mas mais no sentido da observação só mesmo. Eu fico mais à vontade com apenas mulheres me observando, do que com homens e mulheres me observando. É não sei bem isso, não sei se por eu estar mais gordinha e tal eu fico mais à vontade só com mulheres, pode ser isso também né?! Acho que nesse sentido assim. Igual, lá na academia, lá no meu horário né, tem um rapaz que fica lá na musculação, esteira e tal, eu não tenho nenhum problema com ele, quando eu tô fazendo o percurso da musculação e tal, ele vem e fala e eu não tenho nenhum problema com ele, bloqueio nenhum com isso, nenhum, nenhum, nenhum. Ali ele é profissional como outro qualquer, tanto que no boxe, por exemplo, é outro homem, mas mesmo assim é ótimo, todo mundo adora ele, pra mim ele é um dos melhores, por que ele vai lá, ensina se tiver errado. Eu não tenho problema nenhum quanto ao homem estar ali me ajudando, isso eu não tenho problema nenhum!

Eu escolhi mais mesmo por esse motivo, da minha irmã, da minha amiga, pra acompanhar elas. E,..., por essa questão,..., é,..., é,..., agora que você está me fazendo pensar. Não,..., é,..., não sei, acho que por essa questão que eu acho que deve ser por isso, por ser uma só de mulher, não sei. Agora que você me questionou que eu estou me questionando. Por que eu nunca parei pra pensar, e eu nunca malhei em uma academia onde tivesse homem, então eu não sei como seria, não por bloqueio meu, mas, mas, mas, ..., porque eu sempre malhei com alguém, eu preciso de uma motivação, então eu sempre vou carregada. Eu iria numa boa se tivesse homem, sem problema nenhum. Mas essa questão realmente eu não sei explicar o porquê, mas eu me sinto realmente muito à vontade malhando só com mulher, mesmo que eu nunca tivesse a oportunidade de ter malhado com homem, mas também não tenho bloqueio quanto a isso.

### **Porque você pratica ginástica?**

Pra perder peso, só por isso, pra perder peso, não tenho prazer nenhum nisso! Querendo ou não a gente se sente mais bonita né?! Mesmo se eu não gostar de malhar, mas de certa forma me motiva. O dia que eu não malho, eu fico pra baixo, no dia que eu malho, sei lá, eu, a gente sai com um astral diferente, isso é verdade! O ir é muito difícil, mas depois que eu estou lá eu gosto, não é ruim! Nesse sentido, eu acho que me faz bem em muitos sentidos e pode sim me ajudar a atrair outra pessoa.

### **O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Acho, acho, acho sim. Eu acho que rola competição, porque, é engraçado que nesse mês que eu fui parar pra observar isso, e rola muito disso mesmo, porque você vê os comentários de uma com a outra: - Pô, fulana emagreceu, olha a perna dela definiu, olha! Rola muito comentário, muito. Eu fiquei assim, impressionada com isso, não fazia ideia, que era assim, e rola muito mesmo, muita comparação. Disputa mesmo! Eu acho que rola isso de uma pra outra, assim, igual, tem uma menina do boxe, ela é bem gordinha também e tem uma outra lá, que não sei direito, parece

que está lá há mais tempo e ela emagreceu e, gente, como que a outra fica revoltada que ela emagreceu, acho que não é por aí, eu acho que não é assim. E é nítido a revolta que rola na fala dela assim, e eu acho que não é por aí, a gente tem que ficar feliz por ela e quer dizer que então está tendo resultado, e se está tendo resultado com ela, eu vou continuar e tal, porque daqui a pouco será comigo. E rola, eu acho que rola muito assim mesmo, na academia feminina rola muito.

**E17-**

**Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

58.

**Renda familiar aproximada?**

Em torno de 4 mil reais minha pensão e do meu marido.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou professora aposentada, graças a Deus, não aguentava mais trabalhar!

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Assim, eu sempre pratiquei Educação Física na escola e tal, tinha dança, balé, ginástica, mas em academia tem uns 15 anos.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Quando eu fazia Educação Física na escola, eram separados meninos e meninas, daí sempre fiz essas coisas só com meninas, daí comecei a dar aula, casei e parei de praticar tudo, quando fiquei mais velha que voltei. Eu conheço os donos daqui da academia, e desde o início eu fui pra essa academia.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Como eu te falei, eu sempre conheci os donos, porque a gente trabalhava juntos na escola que eu dava aula, daí eles me chamaram e o fato de ser só pra mulher me animou muito. Como tinha te falado, sempre fiz Educação Física só com mulher.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Gosto do lugar, perto da minha casa, os donos são ótimos, muita aula, não tem muito desfile de moda aqui também.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Bom, como nunca fui, não posso dizer ao certo, mas minha impressão quando tenho, é a de que é um verdadeiro desfile de moda, você só vê mulherão bonito, passando de roupinha, shortinho, calça colada, aquelas coisas que vocês homens adoram, isso dá pra mim não.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Bom, meu marido sempre foi muito tranquilo e confiou em mim, então assim ele nunca disse nada de eu fazer ginástica. Ele sente ciúmes quando eu saio arrumada pra uma festa e tal, pra academia, não.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Minha saúde é claro, com certeza, não sou novinha mais! Mas mesmo quando entrei eu também não era uma moça muito nova. E muito também de como eu tinha feito muita coisa na época de escola, eu sempre senti falta disso. Me deixa bem comigo mesma e lógico que isso influencia no relacionamento, a cabeça fica outra quando você se sente melhor. Outra coisa também que não dá pra negar, é que tudo fica um pouco mais durinho, sem nada cair muito, meu marido adora.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Pra mim isso tem em todo lugar, na academia mista, na feminina, no local de trabalho, na rua, etc. Mas como na feminina não tem muita bonitona, gostosona, lá tem também a competição, isso como disse, tem em todo lugar, mas é mais ajuda mesmo, uma sempre ajudando a outra, incentivando, falando que isso é bom, isso é ruim, que vai ajudar a emagrecer, ficar melhor e tal. Lá a gente se ajuda, lógico que to falando das minhas amigas né?! Das outras eu não posso falar nada.

**E18-**

**Estado civil?**

Casada.

**Idade?**

54.

**Renda familiar aproximada?**

Pouco mais de 2 mil por mês.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Eu trabalho como doméstica pra poder ajudar lá em casa né. Sempre trabalhei em tudo, sempre fiz de tudo.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Desde a primeira vez que eu entrei, tem 6 anos, eu entrei porque tinha engordado, e eu tinha umas amigas que falaram da Flash pra mim, elas estavam lá e me chamaram. O bom é que lá a mensalidade não é tão cara, é uma das mais baratas, ainda mais pela quantidade de coisas que tem lá.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Eu só fiz ginástica na Flash até hoje, e acho que não ia conseguir fazer em outro lugar. Lá é muito bom, é bom mesmo, a gente conversa muito, o povo não é metido, todo mundo conversa com todo mundo, eu me divirto lá. Eu me desestresso, é quase uma terapia! As aulas são ótimas, tem cada professora animada demais, faço todo dia que dá. É isso, tem 6 anos então que eu faço lá.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Hum, um motivo? Um motivo é difícil, é, um motivo só é difícil, tem mais de um. Eu fui pra lá porque minhas amigas me falaram de lá, por isso que eu entrei lá. Eu me sinto bem lá, me sinto mesmo, lá a gente fica à vontade, a gente se diverte, todo mundo conhece todo mundo, o dono de lá mexe com todo mundo, todo mundo

adora ele, é um bobo! Eu gosto muito das aulas, lá tem aula o dia inteiro, e como é só mulher, a gente fica à vontade. Fala besteira sem se preocupar, fala alto, ri. No lugar onde tem homem não tem jeito, a mulher fica meio sem graça, e como lá não tem isso, a gente fica à vontade, ah, porque deve ser ruim a gente fazer as coisas e os homens ali olhando pra você, porque homem olha mesmo, não adianta falar que não, porque olha sim, na rua olha, imagina fazendo ginástica, não sei, mas eu acho que eu não ficaria bem.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Acabei de falar, é isso que acabei de falar, o clima lá é muito bom, o ambiente ajuda a gente a querer ficar lá, acho que por só não ter homem já muda o lugar, a própria mulher a maneira de ficar, ninguém se sente travada.

**O que é se sentir travada?**

Se sentir travada, é quando você não fica à vontade pra fazer o que quiser fazer, eu acho que é isso. A gente não consegue fazer tudo o que tem que fazer sem se preocupar se um homem vai ficar olhando e mexendo, na academia é assim, tem os movimentos lá, né? Da ginástica, da musculação que a gente tem que ficar deitada, agachada, e isso deixa a gente meio sem graça, bom, pelo menos eu acho. Eu acho que se tivesse homem lá eu ficaria diferente. Tem mulher lá que já malhou em outras academias e assim, elas falam né, falam que tem homem que fica olhando mesmo, e nem precisa fazer nada, só pela roupa o homem já olha, aí a mulher não faz nada direito e não resolve nada.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Como eu falei que nunca fui em academias assim, não vou saber te falar, mas como tenho amigas e mulheres que conheço lá da Flash que já foram, todas falam a mesma coisa, a mulherada em academias assim, sempre desfilando, uma roupa mais bonita que a outra, paga caro em roupa pra poder malhar, porque só pode ir se tiver roupa da moda, porque vai ter homem pra olhar. Na feminina não, como não tem ninguém pra olhar, a gente vai de qualquer jeito mesmo, de calça larga, camisa larga, já que não vai ter homem nenhum pra olhar, a gente não se preocupa com isso.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias destinadas exclusivamente às mulheres?**

Assim, ele gosta que eu faça ginástica sim, que homem não gosta de ver a mulher melhor né?! Eu emagreci e nossa relação melhorou. A gente não tem uma situação muito boa de dinheiro, sempre faltando, mas ele sempre fala pra eu não parar, até porque como a gente vai ficando velha, a gente não pode parar mesmo, porque senão adocece e aí já viu, vamos gastar mais dinheiro com remédio, ele fala pra eu fazer, eu também queria que ele fizesse, mas ele não quer.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento, etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Eu pratico porque me faz bem, me deixa melhor, mais disposta e minha saúde agradece, não sou nova e to bem, to bem por causa da academia, eu melhorei muito depois que eu entrei. Emagreci, to bem melhor mesmo, meu esposo me dá muito apoio pra eu continuar fazendo academia. Não só ele, meus filhos também gostam de eu fazendo academia. Mas minha relação mudou lá em casa e eu digo até sexualmente falando mesmo, tenho até vergonha de falar, mas é verdade, depois que comecei a fazer academia a gente passou a se procurar mais, não sei se foi só



isso, mas que mudou, mudou, isso é muito bom, a gente se sente mais mulher quando o marido procura a gente.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Eu sempre tentei ficar bonita pra homem, pro meu, pro meu marido, pra mulher não, esse é o meu caso, mas que isso tem sim, isso tem. E todo mundo vê isso, todo lugar tem. Mas acho que na academia feminina é menos, é menos com certeza, na academia a gente sempre se ajuda lá, pra ficar melhor, eu criei amizades lá, e não tem competição não.

**E19-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

20.

**Renda familiar aproximada?**

lh, não vou saber mesmo te informar, moro sozinha aqui, e meus pais só me mandam o que eu preciso. Minha família é do interior aqui perto, lá de Ubá, sabe?!

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

To estudando, só estudo, e tá bom demais, já quase não dou conta. Faço Medicina, é muito puxado.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Ah, desde os 16, desde a adolescência, sempre fui meio magrinha, um palito, entrei pra ver se ganhava corpo.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Bom, foi quando eu me mudei pra Juiz de Fora, porque fica bem ao lado onde moro, tem, tem, tem pouco mais de 2 anos. Eu faço todo dia, não deixo faltar dia nenhum.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Assim, lá em Ubá eu malhava junto com meu namorado, a gente sempre ia junto e voltava junto, ele também gosta dessa coisa de malhar, igual eu! Só que aí eu passei no vestibular e mudei pra cá sozinha, quando eu disse que iria fazer academia aqui, ele ficou doido de ciúmes, nada, nada, em Ubá a gente conhecia quase todo mundo e o povo sabia que a gente namorava. Mas com a ideia de eu morar sozinha e ir pra academia que pudesse ter algum homem lá pra me olhar, mexer comigo, ele quase teve um treco, emburrou a cara, brigou comigo, disse que todo mundo ia mexer comigo, só por eu não estar com ninguém do lado. Foi muito tenso, aí que eu vi que na rua onde moro tem uma academia onde só tem mulher, aquilo foi a minha salvação! Mesmo assim ele ficou meio desconfiado, mas depois ele acostumou e agora ele gosta e tudo.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Ah, assim, agora eu me acostumei com isso, mas no começo achava meio estranho, achava mesmo, só mulher, eu nem sabia que tinha isso, mas depois me acostumei e hoje adoro lá, as aulas, tem muitas aulas, o tempo todo que você for tem aula, isso é um ponto positivo, afinal mulher gosta mesmo é de fazer aula. Mas assim, meu

namorado adora lá né?! Nenhum ciúme mais disso, isso me faz ficar bem sem me preocupar se ele vai brigar comigo ou não. Então assim, por mais que eu goste da academia e tudo, todas as coisas que tem lá, o melhor pra mim ainda é ficar bem com meu namorado ciumento.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Primeiro, minha mudança de cidade, é claro que depois eu tive que mudar pra dar conta do ciúme do meu namorado.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Sinceramente, não tem nada nas academias mistas que eu não tenha gostado, como eu ia sempre com meu namorado, nenhum homem ficava olhando e nunca mexeram comigo. Lógico que quando ia fazer determinado exercício, eu ia pra outro lugar, me escondia e tal pra ninguém me ver em nenhum tipo de posição constrangedora.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Bom, eu falei do meu namorado, mas já tive situações que eu fiquei com ciúmes, a mulherada não perdoa, pode ter namorada, casado, solteiro, se for compromissado então, aí que elas dão em cima. Tem muita mulher safada, isso tem mesmo, lógico que nem todas são assim, mas que tem, tem. E quanto aos homens, eu nunca tive problema não, eles conversavam comigo, porque assim, eram todos amigos do meu namorado, então era tudo tranquilo.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Sim, total! Total mesmo! Se não fosse ele eu nem iria me preocupar com isso e talvez nem saberia que existe lugar só pra mulher ele até brinca: - Ó, se por acaso você mudar de novo, vai ter que ser pra um lugar onde tenha uma academia igual a sua!

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Eu tenho uma genética de magra, então se eu não fizer treino pesado, eu fico que nem uma varetinha, de tão magra, fico mesmo! Eu faço, eu comecei a fazer pra ganhar corpo, como te falei, e hoje não vivo sem, acho que vou fazer isso até eu ficar velhinha. Com certeza, acho que todas as mulheres que você entrevistou disseram isso: - Que homem não gosta de ver a mulher melhor?! Não foi?! Com certeza eu primeiro faço pra me sentir bem comigo mesma, e depois que ajuda muito no relacionamento, ajuda.

**O sentir bem consigo mesma, está ligado ao se sentir bem no seu relacionamento?**

Bom, ah, deixa eu ver, é, é, é, ..., é, é sim! Porque me faz bem saber que meu namorado me acha bonita, que ele me deseja, afinal eu tenho que agradar a ele, senão, o que ele vai querer comigo se eu for uma baranga?! Essa coisa de beleza interior é muito bonitinha, mas a realidade é um pouco diferente, se não se cuidar, já era.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram manter-se belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Quando eu entrei, eu achei que eu fosse ver muito disso, porque num lugar onde só tem mulher, vai ter fofoca, uma querendo aparecer mais que a outra, e tudo. Mas eu vi que não, na feminina pelo contrário, ninguém fica querendo de exibir tanto quanto na mista. Na mista, meu Deus, é um tal de mulher se maquiar no banheiro da academia e depois ficar comparando com a outra e fazendo fofoca, uma querendo engolir a outra.

**E20-**

**Estado civil?**

Solteira.

**Idade?**

29.

**Renda familiar aproximada?**

Uns quatro mil e quinhentos.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou professora em escolinha infantil.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Uns 9, 10 anos.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Tem uns 3 anos ou pouco mais.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

O motivo de eu frequentar, é, é, bom, não teve um motivo específico, eu queria trocar de academia, daí uma amiga minha trabalhava lá, fazia estágio lá, e me chamou, eu fui.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

O próprio fato de ser feminina é muito bom, depois que eu entrei que eu vi a diferença que tem com as outras, é muito bom um lugar que só tem mulher.

**Mas o que tem de bom um lugar só pra mulher?**

Assim, nessa situação é bom um lugar onde só tem mulher, pra poder fazer sem nenhum constrangimento de alguém ficar olhando pra você e comparando com as outras e também por causa do namoro.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Eu fui sem pensar se era feminina ou não, mas depois que eu entrei que fui ver a diferença como te falei e assim, a quantidade de aulas que tem lá também é melhor se comparar com as mistas.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Sempre tinha um engraçadinho que aparecia pra ficar olhando algum exercício indiscreto, como fazer bumbum com 4 apoios, os homens adoram ver as mulheres fazendo isso, todos olham, não tem jeito! E tem também, que acaba que academia mista, as pessoas preferem mais a musculação, e a parte de aula não é a mesma coisa.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Sim, homem safado e mulher oferecida!

**Mas só isso mesmo que você quer destacar, mais nada?**

Na verdade eu exagerei, nem todo mundo é desse jeito, não se pode generalizar eu sei, mas é que tem umas situações que acaba que você só se lembra delas. Teve uma vez que eu briguei com um cara, ele simplesmente parou na minha frente e ficou me olhando, briguei com ele e chamei o professor, deu maior confusão. Mas isso só acontece, sabe por quê? É por causa da própria mulherada que fica toda se querendo, daí homem acha que todas são assim, e dá no que dá.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Sim, eu acho, depois do ocorrido da minha briga com o outro aluno, eu achei melhor mudar de academia, daí minha amiga que trabalhava lá, me chamou, eu fui e o meu namorado achou aquilo perfeito. Lógico que ele não sabe da confusão, se não iria lá pra tirar satisfação com ele, e a confusão seria maior. Ele adora que eu malhe lá, não reclama na minha cabeça e a gente fica bem.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Eu pratico por causa do meu peso mesmo, é uma briga com a balança, se eu não fizesse ginástica, seria obesa, tenho certeza, eu faço um treino puxado pra ficar bem. Eu ficando bem, meu namoro vai ficar bem, é simples. Não adianta, pra estar bem com outra pessoa, a gente tem que ficar bem com a gente mesmo. E eu gosto de estar bem pro meu namorado, sempre gosto de estar arrumada pra ele.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram manter-se belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Ah, eu concordo, é difícil até eu falar, porque também sou mulher né?! Mas que é verdade é, mulher é muito desunida, é mesmo, uma querendo furar o olho da outra, na academia mista dá até raiva, às vezes você via uma falando mal da outra e depois estavam conversando. Vê se pode isso?! Bicho falso. Mas o bacana é que o clima na feminina é bem diferente, não sei se é porque lá não tem homem pra mulher querer aparecer mais que a outra, porque é assim também, mulher muda quando tem homem perto.

**Que tipo de mudança você quer dizer que ocorre com a mulher na presença do homem?**

Ah, faz de tudo pra aparecer mais que a outra né, sempre tem que ser a melhor que a própria amiga, já tive amiga que eu parei de conversar por isso. E eu pude notar essa diferença quando fui pra academia só pra mulher.

**E21-**

**Estado civil.**

Divorciada.

**Idade?**

38 anos.

**Renda familiar aproximada?**

A minha renda é de 3 mil reais, eu moro sozinha né, aí é só eu.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou professora de cursinho e também tenho um cargo na prefeitura.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Ah, foi logo que eu me separei. Isso tem uns 6 anos, assim que eu me separei eu entrei na academia. Nunca fui de fazer nada, sempre fui muito sedentária, mas quando meu ex me largou por uma 'gostosinha', não quis dar o gostinho pra ele e comecei a fazer academia.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Na Flash tem 4 anos que eu tô lá, até já tinha ido em outras antes, mas lá assim, eu meio que me encontrei, o pessoal é cada uma na sua, não tem 'mostração' de nada pra ninguém.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Assim, quando comecei a fazer academia, pensava que nenhum homem iria olhar pra mim porque eu me achava gordinha. Mas pelo contrário, eu fiquei até sem graça com a falta de vergonha deles, e isso começou a me incomodar muito, ficava sem jeito de fazer determinado tipo de exercício, ficava mal mesmo, pulava alguns que me mostravam mais e que os homens aproveitavam pra olhar. Eles eram muito indiscretos. Aí uma amiga minha falou dessa academia só pra mulher. Achei meio estranho no começo, mas logo me enturmei.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

O fato de não ter homem te 'secando' já é um atrativo muito grande, posso fazer sem me preocupar com isso de algum me olhando. É perto da minha casa, a mensalidade não é cara e tem atividade o dia inteiro.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

É o que eu acabei de falar, os homens atrapalham muito, me deixam sem espaço todo mundo olhando e reparando, isso é ruim. As próprias mulheres são diferentes, lá elas fazem de tudo pra aparecer mais que as outras, mas isso tudo é por causa do homem que ela quer chamar a atenção.

**O que não gostava nas academias mistas?**

O clima de lá é muito diferente de onde malho agora, mas é uma opinião pessoal minha, eu não gosto de exibição, prefiro ficar na minha.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Assim, não sei se o que vou te falar é a resposta certa, mas, tipo assim, eu penso que é homem malhando braço e mulher malhando bumbum e perna, eu passei por 3 academias antes da só pra mulher, então nas todas era assim. Lógico que não dá pra generalizar, mas a grande maioria é assim mesmo.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academias exclusivas para mulheres?**

Quando eu era casada, até pensei em entrar em academia, porque ele fazia e eu não. Acabou que a mulher que ele ficou com ela, era da academia dele, ô destino! Mas por falta de tempo, de incentivo dele e de vontade também, eu relaxei e não criei a coragem de entrar, quem sabe se eu tivesse entrado e emagrecido como eu emagreci, talvez ainda estivesse casada.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Não adianta, a fila tem que andar, e pra andar direito, tem que estar bem, homem não quer saber se a mulher é esforçada, boa esposa, fiel e tudo isso, ele quer saber mesmo é de ficar com mulher 'gostosa', por isso que não posso ficar pra trás. A mulher tem que se sentir bonita sim, porque a concorrência é grande. Eu to solteira, solteira, tive sim alguns lances depois que me separei, mas agora to solteira, e não penso ficar com alguém tão cedo, tá difícil, mas quando ele aparecer, eu preciso estar bem, então tenho que correr atrás.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Na verdade, elas ficam tentando ficar mais bonitas que as outras, mas é pra os homens olharem mais, então mesmo competindo entre si, no final é sempre o homem que tem a palavra final, se assim podemos dizer. Na feminina tem isso não, como lá não tem homem a gente fica mais tranquila.

**E22-**

**Estado civil.**

Divorciada.

**Idade?**

29 anos.

**Renda familiar aproximada?**

Voltei a morar na casa da minha família, mas eu me sustento sozinha, moro na casa dos fundos dos meus pais e recebo por volta de 2 mil, mexo com vendas, aí varia muito, mas é em torno de 2 mil mesmo.

**Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou representante comercial de uma empresa que vende de tudo, desde carro, até alfinete.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Sempre fiz, tem mais de 10 anos que faço, comecei com 18 anos.

**Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Tem pouco mais de 2 anos que estou fazendo malhação lá. Sempre fiz em academias que tinham homem também.

**Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Essa coisa de ficar andando o dia inteiro pelo centro e lojas e tal, eu prefiro um lugar mais central pra eu poder fazer, e assim, lá é barato, no centro, tem aula o dia inteiro e sem aquela coisa de homem chato olhando pra bunda.

**O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

É isso mesmo, é no centro, é barato, tem muita aula, não tem homem, quer dizer, até que tem homem, mas é só professor, aí não vale, eles ficam lá, mas ninguém liga, se fosse outro homem, com certeza a mulherada iria reclamar. Eles atrapalham mesmo, pegam muito peso nos aparelhos, suam demais, cheiram mal e fazem cara

feia quando fazemos no lugar deles. Tudo isso além é claro da coisa de ficarem olhando o tempo todo.

**Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para as destinadas exclusivamente às mulheres?**

Bom, em comparação como você tá perguntando, meu trabalho que fez eu ir pra essa academia, mas agora que tô aqui, eu vejo muita coisa que aqui é melhor, o fato de ser feminina me deixa muito mais à vontade, ninguém pra reparar, pra ficar olhando pra sua bunda e rindo. Minhas amigas aqui são bem tranquilas, a gente se dá muito bem e ajudamos as outras, isso é difícil de ver nas outras academia, lá cada uma tentando aparecer mais. Assim, claro que não é todo mundo né?! Mas a maioria é assim sim. O engraçado é que só notei isso depois que entrei pra Flash.

**O que não gostava nas academias mistas?**

Eu gostava de lá, gostava mesmo, malhava com meu ex-marido, vez em quando ele tinha umas crises de ciúmes e tal, mas isso é normal dele, ele tinha muito ciúme, continua tendo até hoje. Mas o que eu não gostava de lá, era o ciúme que meu marido ficava na época, sempre tinha briga, o engraçado é que entrei pra onde só tem mulher logo depois que separei, agora que não ia ter problema homem me olhando, eu separei.

**Você nota algo que mereça destacar relacionado ao masculino e ao feminino nas academias de ginástica mistas?**

Ah, não sei. É difícil falar assim, acho que se a mulher não se der o respeito em um lugar assim, o cara vai pra cima mesmo.

**Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Ele sempre quis que eu fosse pra uma academia que só tivesse mulher, ele morria de ciúmes, mas assim, eu não fui por isso não, achava um absurdo eu ir pra um lugar onde só tem mulher se ele não fosse pra um lugar que só tivesse homem. Porque ele pode ficar onde tem mulher e eu não posso ficar onde tem homem. Mas acabou que assim que separei eu mudei de academia e fui parar na Flash. Pelo menos eu, ele não influenciou não, apesar de falar muito no meu ouvido.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo, ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento, etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Sempre gostei de fazer ginástica, desde a escola, sempre fiz de tudo quando era pequena. E comecei mesmo pra ficar bonitinha e paquerar na época, mas depois peguei gosto pela coisa. Logo comecei a namorar e me casei, foram 6 anos juntos desde o namoro até o casamento e a separação, ele sempre falava bem e me elogiava porque eu malhava, ninguém quer ter uma mulher gordinha do lado. Mas acaba que no final quando a gente estava brigando muito e tal, ele nem falava mais nada, só reclamava do ciúme que tinha comigo, o ciúme foi uma das grandes causas da nossa separação.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Ah, isso é em todo lugar, mentirosa é a mulher que falar que não é competitiva com a outra, eu sou, sou mesmo. Mas assim, na academia só de mulher até que é tranquilo isso, cada uma na sua. Mas assim que a gente vê que uma emagreceu mais e tal a gente tenta saber o que ela fez pra emagrecer também. Tudo bem tranquilo, ninguém briga com ninguém, é mais mesmo pra gente ficar bem todo

mundo juntas. Ninguém vai pra ficar reparando, é muito, mas muito mais tranquilo que nas outras.

### **E23-**

#### **Estado civil.**

Divorciada.

#### **Idade?**

35 anos.

#### **Renda familiar aproximada?**

Agora que to morando sozinha, minha renda gira em torno de aproximadamente 5 mil por mês.

#### **Qual sua profissão? Exerce atualmente? Se não exerce: por quê?**

Sou professora em faculdade particular e em cursinho pré-vestibular.

#### **Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia?**

Comecei a fazer ginástica eu tinha quase 20 anos, era da época da aeróbica ainda, e do step, assim que começou o step. Tem tempo já!

#### **Há quanto tempo pratica ginástica (incluindo-se as práticas realizadas nas salas de musculação) em academia exclusiva para mulheres?**

Na verdade assim, logo que comecei eu vim pra cá, mas já mudei, fui pra outras onde tinha homem também, mas voltei mesmo, tem uns 4 anos.

#### **Qual o motivo, ou quais os motivos, de você frequentar uma academia de ginástica exclusiva para mulheres?**

Eu conheço a dona daqui da academia, ela, é conhecida da minha mãe, aí assim que comecei vim pra cá de tanto ela falar na minha orelha, e acabou que ela ficou sendo uma pessoa amiga também. E o fato de ter muitas aulas o dia inteiro, e não ter homem pra ficar babando, me fez voltar pra cá várias vezes, e agora não pretendo sair mais.

#### **Em que o homem te atrapalha tanto na academia?**

Ah não, homem fica olhando pra mulher de um jeito na academia, parece que não tem outra mulher no mundo, olha, mas olha mesmo sem vergonha nenhuma de olhar. Não são todos assim, é claro, mas a maioria é assim sim. Se quiser me olhar, espera eu estar arrumada e bonita, mas agora eu toda suada, ninguém merece!

#### **O que você mais gosta nas academias de ginástica exclusivas para mulheres?**

Poder ficar mais à vontade é muito bom, não precisar ir toda combinando, toda bonita, sem me preocupar em suar e atrapalhar cabelo ou maquiagem, é isso, lá a gente fica à vontade, sem ter homem pra ficar reparando se você tá bem ou mal. Se é pra homem ver, que veja você bonita e não toda avacalhada, cansada, desarrumada e suada.

#### **Se você já frequentou academias de ginástica mistas, comparativamente, o que a trouxe para a destinada exclusivamente às mulheres?**

Até que tentei viu, mas acabei sempre voltando pra Flash, aqui eu fico a vontade do jeito que te falei.

#### **O que não gostava nas academias mistas?**

Homem olhando, mulher reparando, isso tudo é muito ruim.

#### **Você acha que há influência do seu companheiro ou companheira na sua opção pela prática de ginástica em academia exclusiva para mulheres?**

Eu quando me casei, já frequentava a Flash, ficamos 10 anos juntos, e nesse tempo fui pra outras também, ele não gostava muito, porque falava que eu ia arrumada



demais pra academia e os homens iam ficar olhando e mexendo, era sempre isso, a mesma ladainha, direto a gente discutia por isso, mas acaba que no final ele estava certo, os homens me atrapalhavam e ficavam realmente olhando, isso atrapalha a gente concentrar no exercício.

**Por que você pratica ginástica? Você considera que esse motivo ou esses motivos (desejar ser bela, ter bom condicionamento, etc.), são importantes para a sua relação afetiva? Em quais sentidos?**

Pratico porque me faz bem, me faz bem mesmo, bom pra saúde do corpo e da alma. Quem não gosta de estar bonita? Quem não quer ficar bem consigo mesma? Quem não quer ficar bonita pro outro? Todo mundo quer isso. Se você tá bonita, se você se sente bonita seu marido, namorado, vai sentir também, aí tudo melhora, é muito melhor. Eu agora to namorando de novo, ele é ótimo, e adoro quando ele me elogia falando do meu corpo.

**O que você acha da ideia recorrente de que as mulheres procuram se manter belas para a apreciação de outras mulheres. A frequência em academias de ginástica exclusivas para mulheres pode favorecer a problematização dessa situação?**

Tem, tem sim, isso tem em todo lugar, meu filho, mulher junta sempre tem isso, mesmo sem querer, tem isso. Mas na Flash é bem menos, como lá não tem homem pra comparar, a mulherada fica sem aquela fissura de ficar melhor que a outra.

**ANEXO 2**  
**PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA/UFJF**



UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA  
PRO-REITORIA DE PESQUISA  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP/UFJF  
36036900- JUIZ DE FORA - MG - BRASIL

**Parecer nº 204/2011**

**Protocolo CEP-UFJF:** 2454.194.2011 **FR:** 444737 **CAAE:** 0186.0.180.000-11

**Projeto de Pesquisa:** "As academias de ginástica exclusivamente femininas e o movimento psicossocial da mulher contemporânea"

**Area Temática:** Grupo III

**Pesquisador Responsável:** Carlos Alberto de Andrade Coelho Filho

**Data prevista para o término da pesquisa:** Dezembro de 2012

**Pesquisadores Participantes:** "Deimersom Pereira Frazão"

**Instituição Proponente:** Faculdade de Educação Física e Desporto da UFJF

**Análise do protocolo:**

Itens Avaliados		Sim	Não	P	NA	
Justificativa	O estudo proposto apresenta pertinência e valor científico	X				
	Objeto de estudo está bem delineado	X				
Objetivo(s)	Apresentam clareza e compatibilidade com a proposta	X				
	Atende ao(s) objetivo(s) proposto(s)	X				
Material e Métodos	Informa	Tipo de estudo	X			
		Procedimentos que serão utilizados	X			
		Número de participantes	X			
		Justificativa de participação em grupos vulneráveis				X
		Critérios de inclusão e exclusão	X			
		Recrutamento	X			
		Coleta de dados	X			
		Tipo de análise	X			
		Cuidados Éticos	X			
Revisão da literatura	Atuais e sustentam o(s) objetivo(S) do estudo	X				
Resultados	Informa os possíveis impactos e benefícios	X				
Cronograma	Agenda as diversas etapas de pesquisa	X				
	Informa que a coleta de dados ocorrerá após aprovação do projeto pelo comitê	X				
Orçamento	Lista a relação detalhada dos custos da pesquisa	X				
	Apresenta o responsável pelo financiamento	X				
Referências	Segue uma normatização	X				
Instrumento de coleta de dados	Preserva o sujeito de constrangimento	X				
	Apresenta pertinência com o(s) objetivo(s) proposto(s).	X				
Termo de dispensa de TCLE	Solicita dispensa					
Termo de assentimento					X	
	Apresenta o termo em caso de participação de menores				X	
TCLE	Está em linguagem adequada, clara para compreensão do sujeito	X				
	Apresenta justificativa e objetivos	X				
	Descreve suficientemente os procedimentos	X				
	Apresenta campo para a identificação dos sujeitos	X				





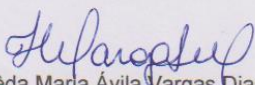
UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA  
PRO-REITORIA DE PESQUISA  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP/UFJF  
36036900- JUIZ DE FORA - MG - BRASIL

	Informa que uma das vias do TCLE deverá ser entregue ao sujeito	X			
	Assegura liberdade do sujeito recusar ou retirar o consentimento sem penalidades	X			
	Garante sigilo e anonimato	X			
	Explicita				
	Riscos e desconfortos esperados	X			
	Ressarcimento de despesas	X			
	Indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa	X			
	Forma de contato com o pesquisador	X			
	Forma de contato com o CEP	X			
	Como será o descarte de material coletado (no caso de material biológico)				X
	O arquivamento do material coletado pelo período mínimo de 5 anos	X			
Pesquisador (es)	Apresentam titulação e experiência compatível com o projeto de pesquisa	X			
	Apresenta comprovante do Currículo Lattes do pesquisador principal e dos demais participantes.	X			
	Carta de Encaminhamento à Coordenação do CEP	X			
	Folha de Rosto preenchida	X			
	Projeto de pesquisa, redigido conforme Modelo de Apresentação de Projeto de Pesquisa padronizado pela Pró-Reitoria de Pesquisa (PROPESQ)	X			
Documentos	Declaração de infraestrutura e de concordância com a realização da pesquisa, assinada pelo responsável pelo setor/serviço onde será realizada a pesquisa	X			

P= parcialmente NA=Não se aplica

Diante do exposto, o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/UFJF, de acordo com as atribuições definidas na Res. CNS 196/96, manifesta-se pela aprovação do protocolo de pesquisa proposto, devendo o pesquisador entregar o relatório no final da pesquisa.

**Situação:** Projeto Aprovado.  
Juiz de Fora, 04 de agosto de 2011

  
Profª Drª Iêda Maria Ávila Vargas Dias  
Coordenadora – CEP/UFJF

<b>RECEBI</b>
DATA: ___/___/2011
ASS: _____

## ANEXO 3

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada como voluntária a participar da pesquisa intitulada “As academias de ginástica exclusivamente femininas e o movimento psicossocial da mulher contemporânea”. O objetivo deste estudo é analisar o discurso de mulheres que praticam ginástica em academias exclusivamente femininas sobre os motivos dessa prática, isto é, a produção do discurso que acompanha essa prática e lhe dá sentido.

Os motivos que nos levam a estudar esse assunto são: 1) o aumento representativo do número de academias exclusivamente femininas; 2) o *(re)posicionamento* da mulher na sociedade atual refletido na opção pela prática de ginástica em espaço exclusivamente feminino.

Para este estudo, adotaremos como procedimento para coleta de dados a entrevista individual. A mesma será baseada em um roteiro de questões semiestruturado e se assemelhará mais a uma conversa informal, tempo em que se refletirá sobre assuntos relacionados ao tema e ao objetivo da pesquisa. Os depoimentos serão captados em minigravador e posteriormente transcritos. As fitas ficarão arquivadas com o pesquisador responsável por um período de 5 (cinco) anos e depois serão destruídas.

Para participar deste estudo você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Você será esclarecida sobre qualquer aspecto que desejar, e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. Sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendida pelo pesquisador. O pesquisador irá tratar sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Você não será identificada em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo. Este estudo apresenta risco mínimo, isto é, o mesmo risco existente em atividades rotineiras como conversar, tomar banho, ler etc. Apesar disso, você tem assegurado o direito a ressarcimento ou indenização no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa.

Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão.

Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida a você.

Eu, \_\_\_\_\_, portadora do documento de Identidade \_\_\_\_\_, fui informada dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar minha decisão de participar, se assim o desejar. Declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma cópia deste termo de consentimento livre e esclarecido, e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer minhas dúvidas.

Juiz de Fora, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Assinatura da participante

\_\_\_\_\_  
Assinatura do pesquisador

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar:

CEP- COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - UFJF  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA / CAMPUS UNIVERSITÁRIO DA UFJF  
JUIZ DE FORA (MG) - CEP: 36036-900  
FONE: (32) 2102-3788 / E-MAIL: cep.propesq@ufjf.edu.br

PESQUISADOR RESPONSÁVEL: PROF. DR. CARLOS ALBERTO DE ANDRADE COELHO FILHO  
ENDEREÇO: RUA RICARDO SCHALLER, 285, SÃO PEDRO, JUIZ DE FORA, MG, CEP 36035-750  
FONE: (32) 8818 0999 / E-MAIL: [carlos.coelho@ufjf.edu.br](mailto:carlos.coelho@ufjf.edu.br)