

**GARIMPANDO MEMÓRIAS:  
ESPORTE, EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E DANÇA**

Organizadoras:

Silvana Vilodre Goellner  
Angelita Alice Jaeger

Porto Alegre  
Outubro - 2006

## FICHA CATALOGRÁFICA

© dos autores

1ª edição: 2007

Direitos reservados desta edição:

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Capa: Flavio Gonçalves

Revisão: Fernanda Kautzmann

Editoração eletrônica: Vanessa da Silva/ Gênese Artes Gráficas

---

G232 Garimpendo memórias: esporte, educação física, lazer e dança /  
organizado por Silvana Vilodre Goellner e Angelita Alice Jaeger.

– Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007.

(Série Esporte, Lazer e Saúde)

Inclui referências.

Inclui quadros.

1. Educação física. 2. Memória e sociedade. 3. Lazer. 4. Esportes.  
5. Dança. 6. Práticas corporais. 7. Práticas esportivas. 8. Mulheres –  
Corpos – História. I. Goellner, Silvana Vilodre. II. Jaeger, Angelita  
Alice. III. Série.

CDU 796

---

CIP-Brasil. Dados Internacionais de Catalogação na Publicação.

(Ana Lucia Wagner – Bibliotecária responsável CRB10/1396)

ISBN 978-85-7025-931-8

## QUANDO O MÚSCULO ENTRA EM CENA: fragmentos históricos da potencialização muscular feminina

Angelita Alice Jaeger<sup>1</sup>

O investimento na potencialização muscular constitui o mundo masculino. Parece não haver dúvidas em relação a essa afirmação, ainda mais quando recorremos as nossas lembranças: homem alto, ombros largos, braços e pernas volumosas, branco, é a figura central dessas memórias. Seja ele: Hércules, Sanção, Incrível Hulck, Conan, Super-Homem, Eugene Sandow, Arnold Schwarzenegger, etc., personagens que povoam mitos, lendas, contos, poesias, aventuras e romances, tramados em torno de suas formidáveis demonstrações de força muscular. Homens ousados, destemidos, viris e ágeis têm suas admiráveis histórias narradas em livros, revistas, enciclopédias, filmes e sites da internet, destacando seus feitos heróicos, seus recordes e suas conquistas. Entretanto, apesar dessas impressões e lembranças, pergunto: a potencialização muscular é exclusividade masculina?

Alguns indícios apresentados em um estudo sugerem que desde o século XVI, as mulheres faziam demonstrações públicas de agilidade e força muscular<sup>2</sup>. Nessas apresentações surpreendiam os/as espectadores/as ao voar em trapézios transportando pesadas esferas de ferro em seus cabelos, ao parar cavalos em disparada, suspender homens nos ombros, quebrar pregos, dobrar barras de ferro, entre outros. Feitos que impressionavam homens e mulheres, principalmente, quando os primeiros eram desafiados a realizar a mesma atividade e, não raro, sucumbiam às criativas exibições femininas. Demonstrações que seduziam homens e mulheres há vários séculos. Contudo, é preciso admitir que o número de mulheres que ousou investir e viver das demonstrações de força muscular - espaço preponderantemente masculino - foi pequeno quando comparado com a quantidade de homens que viveram profissionalmente dessas apresentações.

De qualquer modo, importa ressaltar que nos últimos anos, alguns estudos (Goellner & Fraga, 2003, 2004; Estevão, 2005; Jaeger, 2005) têm iluminado algumas

---

<sup>1</sup>Professora do Centro de Educação Física e Desportos/UFSM e doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano/ESEF/UFRGS.

<sup>2</sup>Antes desse período, mulheres gladiadoras, guerreiras e amazonas, povoam o imaginário e as histórias de muitas culturas. ( [www.fscclub.com/strength/steel-e.shtml](http://www.fscclub.com/strength/steel-e.shtml) capturado em 06/10/2006).

ousadas femininas no campo da força e volume muscular, discutindo suas invisibilidades e apontando para as atualizações desses investimentos. Investigações que constituem visibilidades em que passado, presente e futuro estão imbricados, marcando de diferentes maneiras as intervenções produzidas nos corpos dessas mulheres. Se no passado a mulher conquistava notoriedade ao criar formidáveis estratégias para mostrar a sua força, hoje impetuosamente mergulha na potencialização do volume dos seus músculos, requisitando assim, os seus espaços de visibilidade.

Atualmente, a espetacularização e a disseminação do culto ao músculo atravessam diferentes classes sociais, idades, raças, sexos e culturas. Carmen Soares (2003) sugere que a contemporaneidade produziu uma “tirania da aparência”, apoiada numa obsessão pelas marcas da juventude. Nesse território, os sinais produzidos pela idade precisam ser apagados e para isso, a ciência e a tecnologia oferece um arsenal de produtos que prometem alisar, estender, aumentar, tonificar, diminuir, colorir, etc. conforme as necessidades emergentes de cada homem e cada mulher. Diante dessas exigências, o músculo trabalhado, tonificado, volumoso assume a posição central na construção de corpos cada vez mais elaborados e hipertrofiados. O culto ao músculo é denunciado em corpos cada vez mais expostos. Roupas justas e/ou curtas, fabricadas em tecidos leves e/ou colados ao corpo, promovem a exposição desses contornos musculares.

Entretanto, apesar desse investimento científico e tecnológico na protuberância muscular, essa não é uma prática unânime ou mesmo isenta de interrogações e/ou receios. Dúvidas e inquietações emergem, principalmente, quando a musculação<sup>3</sup> é associada às mulheres. Preocupações femininas em relação à possibilidade de extrapolação do volume muscular são mencionadas em livros, artigos e na fala de muitas mulheres. Por vezes, parece assumir tons proibitivos, no mínimo receosos, quando as mulheres desconfiam ter a sua feminilidade questionada. Inquietações que fazem o espectro da masculinização rondar determinadas práticas corporais, e a musculação é um exemplo clássico dessa situação. Essas dúvidas pairam, principalmente, sobre modalidades que investem nos esportes de força, como: halterofilismo, lutas, lançamentos e o fisiculturismo, porém não é exclusividade deles. Mulheres praticantes de futebol, não raro, também são marcadas com o rótulo da masculinização. Por outro lado, tal espectro não impediu que muitas mulheres ousassem

---

<sup>3</sup> Musculação é definida como “a execução de movimentos biomecânicos localizados em segmentos musculares definidos com utilização de sobrecarga externa ou o peso do próprio corpo” (Dilmar Pinto Guedes, 2005, p. 08).

romper as barreiras erguidas no campo esportivo, as quais delimitavam espaços e/ou modalidades permitidas ou proibidas à prática feminina. Vale apontar que mesmo inaugurado a primeira década do século XXI, muitas mulheres ainda precisam afugentar fantasmas, quando desejam esculpir seus corpos e apresentar um volume muscular que desacomoda o olhar. Entretanto, é preciso assinalar que não são todos os corpos femininos potencializados que desestabilizam e/ou capturam o olhar, pois há diferentes investimentos de tempo, carga e disciplina na prática da musculação. A combinação desses elementos permite às mulheres construir diferentes corpos, os quais assumem distintos significados dependendo dos seus propósitos. Um corpo exhibe músculos potencializados para melhorar a postura, para usar uma roupa que deixa partes do corpo expostas, para vender distintos produtos, para participar de competições esportivas onde o volume, a definição e a simetria dos desenhos musculares são julgados; só para citar algumas possibilidades. Além disso, é necessário lembrar que muitas mulheres circulam entre essas configurações, pois os corpos podem ser construídos e/ou exibidos com múltiplas intenções e em diferentes situações. “O corpo é provisório, mutável e mutante...”, nos alerta Silvana Goellner (2003. p. 28), e por isso mesmo, esses corpos assumem as marcas do seu tempo.

Estudar mulheres que investem diferentes moedas objetivando aumentar os seus músculos tem ocupado as minhas reflexões nos últimos tempos. Temática apaixonante que me mobiliza a procurar indícios e pistas que sirvam como portas de entrada, ou então, fios condutores que permitam compreender essa temática. Nesse sentido, a pergunta inicial foi: como a potencialização muscular foi se constituindo em diferentes tempos e lugares.

Para discutir essa questão, encontrei apoio inspirador nos Estudos Culturais<sup>4</sup> e na Nova História Cultural<sup>5</sup>. Aportes que assumem o caráter político de suas teorizações, possibilitando-me pensar na multiplicidade dos corpos potencializados, rejeitando a fixidez e o rótulo que muitas vezes lhes são impingidos. Nesse sentido, esse saber assume a incerteza e a dúvida em suas produções, trabalhando com a provisoriedade e

---

<sup>4</sup> Estudos Culturais: buscam investigar as particularidades do contexto cultural, concebido enquanto um campo de lutas em torno da significação social, preocupando-se menos com definições unificadoras e mais com os processos de produção cultural. Também se caracterizam por se oporem aos campos disciplinares, assumindo características interdisciplinares e transdisciplinares (Johnson, 2004).

<sup>5</sup> Nova História Cultural: trabalha com uma história que comporta múltiplas versões e que admite regimes de verdade, ou seja, “pode ser isso e ser aquilo ao mesmo tempo”. Assim, instala-se uma era da dúvida e da suspeita “na qual tudo é posto em interrogação, pondo em causa a coerência do mundo. Tudo o que foi dito, um dia, contado de uma forma, pode vir a ser contado de outra. Tudo o que hoje acontece terá, no futuro, várias versões narrativas” (Pesavento, p. 15/16, 2004).

com o mutante, tornando-se um desafio para todos aqueles/as que buscam pesquisar nessa perspectiva. Isso não significa que vale tudo, mas sim que o pesquisador e a pesquisadora estão constantemente se auto-questionando e indagando sobre as novas possibilidades que emergem dos seus estudos. Por fim, penso que a aproximação dos Estudos Culturais e da Nova História Cultural, produz a emergência da cultura na centralidade dos interesses dessas teorizações, exigindo que as investigações ancoradas nessas perspectivas considerem o conhecimento como algo parcial, provisório e situado, e mais, apontem para a possibilidade de que cada estudo se constitua numa nova versão possível, com uma lógica própria, constituindo-se num modo ver e de olhar.

### A produção das fontes do estudo

Produzir as fontes de pesquisa foi um trabalho minucioso e extenso. Busquei materiais oriundos de diferentes lugares que pudessem colaborar com a intenção do estudo e, tal qual um detetive, saí em busca de pistas, pegadas, vestígios e sinais para constituir o material empírico. Comecei a garimpagem a partir dos *sites* da internet, onde colhi materiais valiosos compostos por textos e imagens que abriram inúmeros caminhos ao longo do trabalho. Percorri sebos onde comprei revistas antigas que apresentavam alguns investimentos iniciais na potencialização muscular e na disseminação da prática da musculação. Também busquei na biblioteca da ESEF/UFRGS, as obras relacionadas ao tema. Por fim, adquiri vários livros que focalizassem as questões que buscava. Assim, encontrei textos, reportagens, imagens, entrevistas, visibilidades, pesquisas e relatos, esse foi o material de investigação sobre o qual me debrucei.

Mergulhar nesses documentos, dialogar com as diferentes fontes e apoios teóricos, elaborar diferentes combinações, fazer aproximações, reorganizar o material até a exaustão, ou seja, ler, olhar, observar, destacar frases, idéias, imagens que dessem conta da minha pergunta inicial. Movimentos que me possibilitaram produzir 3 unidades, referindo-se a períodos históricos da constituição da potencialização muscular. São eles: (a) As condições históricas da emergência do músculo; (b) O espetáculo dos corpos potencializados; (c) O músculo sob os holofotes. A elaboração desses fragmentos foi produzida considerando o meu modo de ver e de olhar para essas fontes. De qualquer modo, quero destacar aqui algumas palavras que tomei emprestado de Dagmar Meyer e Rosângela Soares (2005, p. 41), quando apontam que “toda investigação se expressa e

está marcada por incongruências e multiplicidades, por fragmentos de discursos que se cruzam; alguns desses fragmentos têm afinidades, outros são antagônicos; alguns compõem arranjos e outros escapam”. E ainda, “a ‘realidade’ jamais terá apenas uma versão – ela é ao mesmo tempo, muitas coisas e tem muitas direções”.

Para narrar o que me propus e considerando o material empírico e os arranjos que organizei, escolhi partir das condições históricas que possibilitaram que a noção do músculo emergisse, isso aconteceu em circunstâncias muito peculiares em uma sociedade europeia que estava renovando os seus olhares sobre o corpo. O segundo fragmento discute o corpo enquanto um espaço de inúmeras intervenções, experiências e descobertas. Esquadrinhar, vasculhar, educar, disciplinar e treinar são investimentos que convergem na produção do espetáculo dos corpos potencializados mostrados em criativas e ousadas demonstrações de força. Exemplifico alguns protagonismos e ousadas femininas. No terceiro recorte, corpos assustadoramente musculosos assumem o lugar central das discussões e a força torna-se coadjuvante. Na cena principal, os holofotes são direcionados ao músculo treinado, volumoso, definido, brilhante e protuberante. Intensos treinos de musculação forjam esses músculos, os quais são analisados detalhadamente em competições de fisiculturismo. Ainda destaco algumas mulheres protagonistas desse esporte, cuja inserção tem problematizado noções tradicionais e fixas de feminilidade. Assim, vamos ao primeiro fragmento.

#### As condições históricas da emergência do músculo

Instigada pelas palavras de Georges Viagarello (2003, p. 21), quando diz que é preciso “recensar os muitos e múltiplos territórios corporais, complexificando nossas representações e desconfiando de nossa sensibilidade contemporânea”, decidi mergulhar no material empírico e ao vasculhar os documentos, percebi que seria produtivo percorrer alguns fios da trama na direção das pistas que apontavam para a emergência da noção do músculo. Por isso, perguntava-me: em que circunstâncias o músculo passa a existir nos corpos de homens e mulheres? Essa busca me levou aos livros que ensinam técnicas de exercitação corporal, apresentam métodos de trabalho, discutindo aspectos variados da musculação. Entre várias publicações, uma em especial me chamou a atenção, pois o autor descrevia uma origem mitológica aos exercícios de força, remetida à Grécia Antiga. Reproduzo um pequeno trecho escrito por Waldemar Guimarães Neto

(2005, p. 03), - autor que publicou inúmeros livros sobre musculação - apresentando o referido mito.

Milo, atleta de luta livre, para aprimorar a sua força, levantava um bezerro como exercício diariamente. À medida que o bezerro crescia obviamente crescia a sobrecarga com que Milo realizava o seu treinamento. A reação natural a este processo eram músculos maiores e mais fortes para que Milo pudesse fazer frente á sobrecarga. Hoje, isto é conhecido como princípio de sobrecarga, sendo que nas academias, ao invés de bezerros, para os principiantes e touros, para os atletas avançados, encontram-se barras, anilhas e demais equipamentos específicos para cada parte do corpo. O objetivo de qualquer forma é um só: Aumento da massa muscular <sup>6</sup>(p. 03).

Aprendi com os apoios teóricos a colocar em suspeição verdades prontas e acabadas, preferindo o caminho da dúvida e da problematização. Ainda mais, quando o argumento utilizado recupera um mito. Olhar para a representação da força muscular como algo pertencente á esfera mitológica, sugere a constituição de um discurso apoiado na dimensão sobre-humana, pois foi a partir desse lugar que a história foi narrada. Marilena Chauí (1997) ensina que o mito tem a função de narrar sobre a origem de alguma coisa. Narrativa que aceita o contraditório, o fabuloso e o incompreensível, pois representa uma revelação divina, o que faz do mito algo incontestável e inquestionável. Também é um discurso proferido para ouvintes e por isso é tomado como uma narrativa verdadeira, pois está apoiada na autoridade e na confiabilidade da pessoa do narrador. “E essa autoridade vem do fato de que ele testemunhou diretamente o que está narrando ou recebeu a narrativa de quem testemunhou os acontecimentos narrados” (p. 28).

Embora a mitologia grega seja constantemente revisitada, é inaceitável que essa versão não seja problematizada<sup>7</sup>. Possibilidade de olhar que, no meu entender, se constitui numa armadilha que aprisiona o pensamento e faz esquecer que os mitos nada mais são do que elaborações humanas, construídas há milhares de anos, para dar conta das questões que desassossejavam homens e mulheres na antiguidade. Abandonar essa narrativa acentua as cores que pincelam este fragmento e a produção de tonalidades

---

<sup>6</sup> Negrito do próprio autor.

<sup>7</sup> O que me preocupa não é o fato da versão mitológica do surgimento dos trabalhos de força, ser veiculada em livros que circulam em bibliotecas de cursos de formação de professores. O que me deixa perplexa é observar que essa narrativa mítica é única e compõem os conteúdos ensinados aos alunos em cursos de graduação em Educação Física, como observei em planejamentos curriculares de disciplinas que tratam da musculação.



mais vibrantes intensifica a necessidade de atentamente, apontar fragmentos, indícios ou idéias que talvez respondam de alguma maneira, a pergunta que mobiliza essa discussão. Todavia, não tenho a intenção de buscar pelo espetacular momento que originou a produção de corpos musculosos, ou mesmo trazer á tona, uma história que pretenda investir-se da verdade apresentada em estado bruto, intocada, primeira. “Não há retorno possível ao original”, destacam Silvana Goellner e Alex Fraga (2003, p. 60), e acrescentam...

O próprio ato de recuperar a origem traz consigo essa impossibilidade, pois essa busca se dá por meio de uma intensa disputa de significados que faz com que determinados cursos da história sejam estancados para que outros fluam; determinados valores se sobreponham e outros sejam marginalizados.

Abandonar a busca da origem não exclui a possibilidade de apontar alguns indícios, assumidos como provisórios, incompletos e interessados, na tentativa de entender as circunstâncias que produziram a emergência do músculo, sob condições particulares. O meu recorte temporal foi constituído em meio às leituras e reflexões promovidas pelos trabalhos de Georges Vigarello. Em um dos seus artigos, em que discute a emergência das qualidades físicas, em particular a velocidade, assinala que na “tradição mais antiga” aparecem as noções de força e destreza, e que no entanto, a velocidade, a respiração e mesmo os músculos sequer são mencionados. Todavia, aponta que no século XVI o surgimento da figura do cortesão<sup>8</sup> em substituição a do cavaleiro, promove “a renovação das virtudes, a interrogação explícita sobre os comportamentos que distinguem os indivíduos, renovando as pesquisas e as palavras sobre aquilo que se refere ao corpo” (2003, p. 24). Força, agilidade, vigor e robustez compunham o repertório de aprendizagens masculinas sugeridas na época. Jacques Revel (2002) aponta que nesse período, surgem os tratados de civilidade. Esses manuais pedagógicos buscavam controlar e disciplinar as condutas de homens, mulheres e crianças, ensinando-lhes as boas maneiras do viver na sociedade. Elegiam comportamentos que poderiam ser mostrados, assim como, aqueles reservados ao espaço privado, constituindo o que o autor designou como “triunfo das aparências”. Nesse conjunto de regras e aprendizagens, o corpo tem que ser contido, embaralhando-

---

<sup>8</sup> Vigarello encontra em três livros europeus escritos no século XVI, indicações de cortesia, civilidade e bons costumes, entremeados às qualidades físicas.

se com gestos, maneiras, posturas e comportamentos ensinados nos tratados de civilidade.

A preocupação com o corpo ganha destaque somente quando a contenção exibida nos corpos é substituída por uma robustez previamente trabalhada, assinala Vigarello (1995), no seu clássico artigo intitulado *Panóplias Corretoras*. Texto em que apresenta uma breve e instigante discussão sobre os investimentos correccionais impostos ao corpo ao longo de quatro séculos. Concebido nos moldes de uma máquina e perscrutado por uma medicina ávida em apoderar-se dele, o corpo é alvo de diferentes aparelhos corretivos. A intensificação do uso de cruces de ferro, alavancas e espartilhos nos séculos XVII e metade do XVIII, produz uma passagem do efeito ortopédico ao pedagógico, pois “a pretensão não é mais apenas de responder a algum acidente articular ou ósseo, mas de pressionar pacientemente o que é percebido como deformação” (Vigarello, 1995, p.25). A centralidade da imobilidade corporal desse período é estudada por Carmen Soares e Alex Fraga (2003, p. 82), destacando que “corpos empertigados e eretos, ...deveriam ser modelados tal como bonecos de argila” e “quanto menos movimento, mais eficiente seria a correção das deformidades”. Aqui o espartilho se sobressai como o aparelho que molda e sustenta o corpo, tornando-se quase obrigatório a todos/as aqueles/as que queriam prevenir a deformação de seus corpos.

Vigarello (1995) destaca que o investimento no movimento corporal surge somente na segunda metade do século XVIII, avançando o século XIX. Isso acontece quando os ortopedistas passam a indicar movimentos musculares para as deformidades e desvios, impingindo à mobilidade corporal funções corretivas. Carmem Soares (2002) acredita que as condições que permitiram ao movimento ocupar lugar central nas preocupações sobre o corpo, resultaram das grandes transformações produzidas na sociedade, acionadas pela ciência e pela técnica em expansão; instâncias que aplicadas ao movimento, preconizavam a “utilidade dos gestos e a economia de energia” (p. 23). Essas transformações constituíram-se nas condições necessárias ao investimento no corpo. Produzindo o seu esquadramento, a decomposição dos movimentos e a mensuração das forças. Procedimentos que inauguraram a noção do “treinamento físico metucioso que será simultaneamente completado e sistematizado pelas tarefas parceladas e mecanizadas” (Vigarello, 1995, p. 33). Conclusivamente, o que se espera dessa exercitação sistematizada é a segurança e a robustez da aparência.

Nesse sentido, as práticas corporais são convocadas a produzir o embelezamento dos corpos de homens e mulheres, colocando em cena um saber que busca produzir a verticalidade dos corpos, resultando também, no crescimento do volume corporal. Ombros mais estendidos acabam projetando o busto/peito para o alto e à frente, realçando as anatomias, destaca Vigarello (2006). Assim, exercícios localizados são indicados para “corrigir o porte da cabeça, o apoio das pernas, o desenvolvimento do torso” (p. 111). Na esteira dessas transformações, outros ingredientes emergem ainda no final do século XIX, permitindo que os contornos femininos se tornem cada vez mais visíveis. Espelhos renovam o olhar e a consciência de si, tecidos leves desenham o corpo, vestidos colantes revelam os contornos das pernas, emergem as curvas dos quadris e o corpo assume a sinuosidade de um “S”.

A convergência de diferentes saberes, associados às necessidades da sociedade industrial emergente, produziu profundas transformações nos corpos de homens e mulheres, criando as condições que possibilitaram a emergência do investimento na potencialização muscular. Desde então, esse investimento não cessou de ser produzido, aperfeiçoado e ampliado. Por fim, esses fragmentos narram uma história, uma versão possível sobre a emergência da potencialização muscular, deixando de lado as narrativas mitológicas, e apoiando-se em autores e autoras que se debruçam a vasculhar o passado, para que possamos melhor compreender o presente.

### O espetáculo dos corpos potencializados

O crepúsculo do século XIX e a aurora do século XX constituem o período da espetacularização das carnes, sentencia Georges Vigarello (2006). Desafiando “conveniências e preconceitos”, os corpos nus emergem em espetáculos, revistas e jornais. “Os bailes do *Courrier Français* criam concursos plásticos, elegendo a mais bela perna, a mais bela nuca, os mais belos seios” (p. 124). Assim, o corpo passa a ser alvo de investimentos de diferentes ordens, mensurado detalhadamente e incentivado as práticas corporais e esportivas, em particular a ginástica. Resulta desses investimentos um novo perfil corporal, inspirado na visão energética e nas máquinas impulsionadas a fogo, projeta-se um corpo que privilegia o desenvolvimento torácico. Produzida pelo treinamento corporal, a modelagem desses corpos escapa aos contornos desejados, e encontra na exibição de ousadas demonstrações de força, mais um espaço de

espetacularização. Momento excepcional em que o músculo entra em cena e projeta a sedução dos holofotes no século XXI.

Admiração, estranhamento, desejo, rejeição, curiosidade são alguns dos sentimentos provocados pela potencialização dos corpos de homens e mulheres em diferentes recortes da história ocidental. As exposições dessas ousadas anatomias e suas façanhas, espargiram-se pela Europa e pela América do Norte, na passagem do século XIX ao século XX. Ian Todd (1991) comenta que por volta de 1900, havia mais de 2000 teatros espalhados pelos EUA e Canadá, onde se exibiam homens e mulheres. Somente em *New York* meio milhão de pessoas compravam ingressos para assistir aos espetáculos que cada semana. Montados como shows de variedades, buscavam distrair os/as espectadores/as com entretenimento, humor e fantasia. Em algumas cenas mulheres causavam espanto com suas audaciosas e destemidas manifestações de força muscular. A repercussão desses eventos e as impactantes demonstrações de vigor físico estampavam as páginas de publicações esportivas, garantindo notoriedade e reconhecimento aos/as seus protagonistas. As *strogwomen* ou “mulheres forçadas”<sup>9</sup>, conquistaram um espaço privilegiado na revista *Police Gazette*, onde eram publicados textos e fotografias sobre as suas proezas. Veículo que também alimentava disputas entre os promotores dessas demonstrações, conferindo títulos e troféus pela divulgação dessas práticas. Essas iniciativas multiplicavam o interesse das mulheres por essas façanhas e ao mesmo tempo, colaboravam na profissionalização das mulheres forçadas, promovendo a disseminação de ousadias femininas em diferentes países.

Os homens também tinham o seu espaço nessas apresentações públicas e um deles merece atenção especial, pois é figura constante nos espaços em que se fala de potencialização muscular, trata-se de *Eugene Sandow* (1867-1925). Conhecido em países europeus e nos Estados Unidos pelas suas demonstrações de força e pelo desenho da musculatura do seu corpo, Sandow era personagem principal em diferentes espetáculos, feiras, teatros, *music-halls*, etc. Inspirava-se na estatuária grega para fazer suas posições de demonstração de força e poses para fotografias e até hoje é lembrado por muitos fisiculturistas como o ícone inaugural da simetria e do volume muscular. Na galeria do “Sandow Museum”, destacam-se também: Louis Attila, Arthur Saxon, Hermann Goerner, Oscar Hilgenfeldt, Charles Atlas, Sigmund Klein, John Grimek, entre outros.

---

<sup>9</sup> Expressão que tomo emprestada de Silvana Goellner, intitulando uma pesquisa desenvolvida junto ao GRECCO – Grupo de Estudos sobre Cultura e Corpo, 2003.

Vários homens são citados por suas diferentes proezas ao levantar inúmeros quilos, pessoas, animais, objetos, exibindo um corpo musculoso. Suas imagens são facilmente encontradas em livros, revistas e *sites*, jorram em profusão nas mais inusitadas e performáticas poses e expressões. Entretanto, há poucos registros biográficos ou fotográficos que possibilitem conhecer quem eram as mulheres que decidiam fazer demonstrações de força, como eram seus corpos; enfim, suas vidas? Finalmente, um artigo de Silvana Goellner e Alex Fraga (2004), tornou-se central para as minhas buscas, pois apontava que

Na passagem do século XIX para o XX, várias [mulheres] adquiriram notoriedade e reconhecimento público ao se apresentarem como “profissionais da força”. [Sandwina], Athelda, Minerva, Athleta, Gertrudes Leandros, Madame Montagna, Vulcana, Lilian Leitzel, Louise Armando, Mademoiselle Aini, Miss Herta, Madame Stark, Elvira Sansoni, entre outras (p. 78).

Com essas informações mergulhei na busca de detalhes biográficos que pudessem, mesmo que minimamente, sugerir quem foram essas audaciosas mulheres. Possivelmente, muitas delas não tiveram suas proezas registradas e talvez não sejam lembradas. De qualquer modo, aponto alguns indícios em torno das suas façanhas, produzidas a partir de um intenso investimento na potencialização muscular dos seus corpos, e por isso ganharam notoriedade, colocando em suspeição as representações hegemônicas de masculinidade, associadas ao músculo no decorrer dos tempos. Por fim, acredito que os escassos registros e a sua raridade em língua portuguesa, a importância da visibilidade dessas protagonistas dando-se a conhecer aos olhares dos/das outros/as, são argumentos suficientes para apoiar a apresentação de algumas proezas dessas mulheres.

*Athleta* participava de inúmeros espetáculos com demonstração de força, os quais consistiam em levantar e carregar diferentes objetos pesados. Costumava dançar com três homens sobre os ombros ou carregar quatro homens vestidos de soldados, suspensos em uma pesada barra apoiada em seus ombros. *Minerva* fraturava patas de cavalos com suas mãos, quebrava correntes de aço ao expandir seu peito; levantava com os braços estendidos à sua frente, um homem de 60 kg sentado em uma cadeira; entre outros feitos. *Sandwina* foi a mais notável de todas as mulheres forçadas. Lançava diferentes desafios aos espectadores, em um deles venceu Eugene Sandow, o maior

levantador de pesos da época, após essa gloriosa vitória assumiu o nome artístico de Sandwina. Até os 64 anos de vida, ainda quebrava patas de cavalos, dobrava barras de ferro com as mãos e levantava seu marido com uma das mãos. *Vulcana* foi a primeira mulher forçada a incluir no seu espetáculo um número que poucos homens faziam, consistia em suportar sobre o abdome uma pesada plataforma, levantando o corpo do chão ao curvá-lo em forma de ponte, o inusitado estava em manter dois cavalos e seus montadores sobre a plataforma, suspendendo-a por poucos segundos. Ao fazer as suas façanhas costumava empenhar-se na luta contra o uso do espartilho, acusando-o de ser um instrumento de tortura de muitas mulheres da época.

Esses foram apenas alguns pequenos fragmentos da vida de ousadas mulheres. Suas proezas, desafios e audácias estendem-se pelo século XIX e início do século XX. Todavia, é na passagem entre os próximos séculos que os contornos musculares entram, definitivamente, em cena. É quando a anatomia do detalhe é analisada e mensurada milimetricamente e os holofotes do espetáculo se deslocam dos corpos potencializados que realizavam diferentes proezas, para iluminar, exclusivamente, o volume, densidade e a simetria muscular desses corpos. Nesse instigante cenário, não é mais preciso criar diferentes formas para exibir a sua força, mas sim, posicionar-se estaticamente e produzir o intumescimento de alguns específicos músculos corporais. Com o passar do tempo essa prática esportiviza-se, e o que foi um dia chamado de modelagem, hoje responde sob a expressão denominada “fisculturismo”<sup>10</sup>.

### O músculo sob os holofotes

O fisculturismo constituiu-se em um desdobramento das demonstrações e competições de força muscular, espaço em que germinou um olhar mais perscrutador lançado aos corpos em exibição. Essa observação detalhada dos contornos dos corpos que nelas se apresentavam, aliado a admiração que provocavam, convergiram no sentido de criar as condições necessárias para produzir o investimento no aumento do volume muscular e, não mais, exclusivamente, nas criativas e inusitadas formas usadas pelos homens e mulheres para demonstrar a sua arte (força). Arnold Schwarzenegger (2006) comenta que a apresentação de corpos cada vez mais belos, com desenhos

---

<sup>10</sup> Fisculturismo não é uma expressão consensual, pois mesmo no Brasil pode-se encontrar o uso da palavra culturismo. Os países de língua espanhola têm utilizado o “fisioculturismo”. Enquanto que nos EUA usa-se bodybuilding. Para maiores esclarecimentos consultar o artigo de Jean-Jacques Courtine mencionado na bibliografia.

musculares equilibrados, proporcionais e extremamente definidos, gerou a possibilidade de comparar esses corpos. Homens como Sigmund Klein, Eugene Sandow e Bernarr Macfadden investiram em treinamentos específicos para potencializar seus corpos, tornando-se os próprios disseminadores dos seus métodos, publicando livros e também, abrindo suas próprias academias. Todavia, é na década de 1960 que o fisiculturismo masculino se espalha pelos EUA e Europa, já o feminino vai aparecer somente na década seguinte.

Anne Bolin (2001) aponta que a re-introdução do treinamento de resistência para mulheres atletas nos anos 1950, o movimento feminista dos anos 1960 e a explosão do *fitness* nos anos 1970, foram os aspectos que influenciaram o desenvolvimento do fisiculturismo feminino. Em 1975 foi realizada a primeira competição de mulheres. Aparentemente as regras de competição são similares às masculinas, entretanto, as representações culturalmente elaboradas em torno dessa prática, não o são.

“O fisiculturismo masculino é um esporte que reproduz e amplia as crenças Ocidentais sobre as diferenças entre homens e mulheres. Músculos significam masculinidade na cultura Ocidental, e eles atestam que aquelas diferenças são primariamente baseadas na biologia. O fisiculturismo feminino representa um programa cultural diferente. O fisiculturismo feminino está numa posição que faz justamente o oposto – desafia essas visões que colocam a biologia no centro das diferenças masculinas-femininas, e de fato reduzem essas diferenças biológicas. O corpo da mulher competidora, é uma declaração de rebelião contra essa visão, e contribui para alargar a redefinição de masculinidade e feminilidade corrente em sociedade” (Anne Bolim, 2001, p. 147).

Nesse sentido, acredito que além de alargar as representações de feminilidade e masculinidade, é imprescindível considerá-las em sua pluralidade. Outra questão incisiva apóia-se na desconstrução da visão hegemônica de feminilidade, produzida por esses audaciosos corpos que apontam para a multiplicidade de possibilidades de ser mulher, rompendo com a vinculação do músculo como um atributo exclusivo da masculinidade. As fisiculturistas desestabilizam essa idéia ao colocar o músculo em cena num corpo de mulher. E mais, participam de competições esportivas onde o volume, a simetria e a definição muscular são os critérios analisados. Uma rápida descrição dessas competições é apresentada por Adriana Estevão (2005) em sua tese, quando investiga a vivência de 3 mulheres brasileiras que se dedicam ao fisiculturismo.

Destaca que para potencializar os seus músculos ao máximo, essas mulheres investem em horas de intensos exercícios musculares, controlam rigorosamente a sua alimentação, ingerem complementos alimentares e, por vezes, esteróides anabolizantes<sup>11</sup>.

Na passagem dos anos 1980 aos 1990, o fisiculturismo feminino continuou crescendo, transformando-se em alguns países num grande negócio. Entretanto, o debate em torno da potencialização muscular e da feminilidade continua acirrado até os dias atuais. As mulheres que competem nessa modalidade, acreditam que podem ser musculosas e manter a sua feminilidade. Bolim (2001), destaca duas falas de atletas, para provocar a questão: Lisa Lyon, ao vencer em 1979 a maior competição de fisiculturismo feminino declarou: “a mulher pode ser forte, musculosa e ao mesmo tempo feminina”; Kim Chizevsky venceu em 1998 o Ms Olympia e afirmou: “*as pessoas precisam começar a mudar as suas visões sobre as mulheres fisiculturistas. Nós somos mulheres musculosas, mas também temos uma beleza feminina*”. Discussão que está longe de ser consensual. Todavia, central para deslocar representações e colocar em suspeição visões desbotadas, lugares fixos que não respondem mais a pluralidade de identidades de onde homens e mulheres.

De qualquer modo, esses corpos volumosos põem em suspeição a feminilidade hegemônica e abrem espaços para as suas múltiplas expressões. Também rompem barreiras e ampliam a participação das mulheres no campo esportivo. Entretanto, assim como acontecia com as mulheres forçadas nos séculos passados, hoje também as fisiculturistas têm visibilidade em espaços extremamente restritos. Possivelmente, sejam as vitórias em importantes competições, os espaços mais propensos ao reconhecimento público. Nesse sentido, menciono algumas mulheres que foram protagonistas nesse esporte.

*Lisa Lyon* foi a primeira fisiculturista a obter notoriedade após vencer o primeiro *IFBB Women’s World Pro Bodybuilding Championships* em Los Angeles, no mês de junho de 1979. *Rachel McLish* foi referência nos anos 1980, seu apelo visual combinando olhares sensuais e insinuantes, a potencialização muscular e a sua personalidade, transformaram-se em modelo às demais atletas. *Cory Everson* venceu 6 vezes o Ms Olympia nos anos 80, incorporando uma combinação perfeita de simetria,

---

<sup>11</sup> Guimarães Neto (2005) diz que “normalmente” as mulheres que participam de competições de fisiculturismo usam esteróides anabólicos para aumentar a massa muscular. Assim, tanto homens como mulheres, esculpem os seus corpos com procedimentos e produtos semelhantes.



muscularidade e feminilidade. *Bev Francis* marcou época no início dos anos 1990, fazendo emergir diferentes posicionamentos sobre o seu corpo extremamente musculoso, incendiando um acalorado debate sobre o volume muscular e a feminilidade. *Lenda Murray* venceu o Ms. Olympia entre os anos de 1990 a 1995 e em 2002 e 2003, somando oito vitórias e tornando-se a maior fisiculturista de todos os tempos, recebendo notoriedade na mídia especializada e também, ilustrando reportagens em revistas de celebridades.

Por fim, embora muitas outras mulheres tenham participado dessas 3 décadas ou mais de competições, algumas foram se posicionando ou sendo posicionadas, como protagonistas dessas práticas. Apesar das mulheres continuarem a ampliar os limites da sua potencialização muscular, mantendo acesa a discussão em torno do músculo e da feminilidade, federações que controlam e regulamentam o esporte tem levantado barreiras para limitar esse investimento. É o caso da determinação da *International Federation of Body Building* que em 2004, solicitou que as atletas diminuíssem em 20% o seu volume muscular, justificando que razões estéticas e de saúde convocaram tal procedimento. Vale ressaltar que acirradas disputas em competições realizadas a partir dos anos 90, exigiram mulheres cada vez mais volumosas, pois os critérios para julgar os corpos das mulheres eram os mesmos usados nas competições masculinas. Essas normas de julgamento produziram “*uma aparência masculina sacrificando a feminilidade*”, e por fim, diminuindo a audiência pública, provocando a necessidade de elaborar limites para o crescimento muscular feminino. Assim, parece que essa acalorada discussão é constantemente alimentada no interior do fisiculturismo e não deixa de vazar para as outras instâncias sociais.

\*\*\*

As mulheres têm ampliado os seus espaços de potencialização muscular. Se há alguns anos as salas de musculação era um espaço de exaltação da masculinidade, hoje isso já não acontece mais. Homens e mulheres estão dividindo o mesmo espaço e os aparelhos, trocando informações sobre programas de exercícios, técnicas de movimentos e dietas alimentares. As fronteiras entre a potencialização de corpos de homens e mulheres estão em constante ampliação, renovação e multiplicação, possibilitando que as representações sejam atravessadas pelas constantes transformações do mundo em que vivemos. Transformações, ousadas, proezas e desobediências que

fazem pulsar a vida em todas as épocas e lugares. Engana-se quem acredita que sejam prerrogativas do século XXI. Como vimos nos fragmentos históricos, muitas mulheres criaram as suas próprias façanhas, inventando diferentes possibilidades para expor a sua arte. Ousadas que ainda hoje são necessárias para conquistar espaços no campo esportivo. Protagonismos de ontem e de hoje que lutam pela visibilidade, pois desacomodam representações e abrem frestas para que outras histórias sejam narradas.

#### Referências

ANDERSON, C. The life of Eugen Sandow. Disponível em <<http://www.sandowmuseum.com>> Acesso em 06/10/2006.

BARTLETT, G. 20% less 100% better. In: *Musclemag International*, august, 2005.

BOLIM, A. Bodybuilding. In: *International encyclopedia of women and sports*. Christensen, K.; Guttman, A.; Pfister, G. (Orgs.) Vol. 1, New York: Macmillan Reference USA, 2001.

CEVASCO, M. E. *Dez lições sobre os estudos culturais*. São Paulo: Boitempo, 2003.

CHAUÍ, M. *Convite à filosofia*. São Paulo: Ed. Ática, 1997.

DEL PRIORE, M. A história do corpo e a Nova História: uma autópsia. In: *Revista da USP*. São Paulo, nº 23, 1994.

ESTEVÃO, A. A política no corpo: mulheres fisiculturistas, corpos hiperbólicos. São Paulo: PUC, 2005. 280f. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) - Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2005.

GARCIA, A. M. Os precursores de Sandow. In: *Jornal de musculação & fitness*. Ano 10, n. 57, março/abril de 2005.

\_\_\_\_\_. O surgimento da imprensa especializada: o espírito da “liga saúde e força”. In: *Jornal de musculação & fitness*. Ano XI, n. 62, março de 2006.

\_\_\_\_\_. Os divulgadores da cultura física: Liederman, Jowett, Charles Atlas. In: *Jornal de musculação & fitness*. Ano XI, n. 63, junho/julho, 2006.

GOELLNER, S. A produção cultural do corpo. In: *Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação*. Louro; Neckel e Goellner (Org<sup>as</sup>). Petrópolis: Vozes, 2003.

GOELLNER, S.; FRAGA, A. A inominável Sandwina e as obreiras da vida: silêncios e incentivos na sobras inaugurais de Fernando de Azevedo. In: *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Campinas, v.25, nº 2, Jan, 2004.

\_\_\_\_\_. Antinoüs e Sandwina: encontros e desencontros na educação dos corpos brasileiros. In: *Movimento*. Porto Alegre, vol. 9, nº 3, set/dez 2003.

GUIMARÃES NETO, W. *Anabolismo total*. São Paulo: Phorte Editora, 2005.

*Hall of fame*. Disponível em <<http://www.ifbb.com/halloffame>> Acesso em 01/10/2006.

*Iron Ladies at the edge of XIX and XX centuries*. Disponível em: <http://www.fscclub.com.strength/steel-e.shtml>> Acesso em 06/10/2006.

JAEGER, A. A. Mulheres praticantes de body-building: notas preliminares. In: *Seminário Corpo, gênero e sexualidade*. Rio Grande: UFRGS/FURG, 2005.

MEYER, D. ; SOARES, R. Modos de ver e de se movimentar pelos “caminhos” da pesquisa pós-estruturalista em Educação: o que podemos aprender com – e a partir de – um filme. In: COSTA, M., BUJES, M. (org<sup>as</sup>). *Caminhos investigativos III: riscos e possibilidades de pesquisar nas fronteiras*. Rio de Janeiro: DP&A, 2005.

PESAVENTO, S. *História & História Cultural*. Belo Horizonte: Autêntica, 2004.

SCHWARZENEGGER, A. *Enciclopédia de fisiculturismo e musculação*. Porto Alegre: Artmed, 2001.

SOARES, C. Apresentação. In: *Revista Pro-posições*. Faculdade de Educação UNICAMP, v.14, nº 2 (41), maio/ago, 2003.

\_\_\_\_\_. *Imagens da educação no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX*. Campinas: Autores Associados, 2002.

\_\_\_\_\_; FRAGA, A. Pedagogias dos corpos retos: das morfologias disformes às carnes humanas alinhadas. In: *Revista Pro-posições*. Faculdade de Educação UNICAMP, v.14, nº 2 (41), maio/ago, 2003.

TODD, J. *Entertainers or athletes? Professional strongwomen, vaudeville and the early-twentieth-century fascination with female strength*. Disponível em: <<http://www.aafra.org/SportLibrary/pdf>> Acesso em 28/08/2006.

\_\_\_\_\_. *Bernarr Macfadden: Reformer of feminine form*. Iron Game History, march 1991, p. 03 – 08. Disponível em <<http://www.aafra.org/SportLibrary/pdf>> Acesso em 26/06/2006.

\_\_\_\_\_; TODD, T. *A legacy of strength: the cultural phenomenon of the professional strongwoman*. North American Society for Sport History. Proceedings & Newsletter, 1987, p. 13-14. Disponível em [http://www.aafra.org/serch/search\\_frmst.htm](http://www.aafra.org/serch/search_frmst.htm)> Acesso em 25/03/2002.

REVEL, J. Os usos da civilidade. In: *História da vida privada: da Renascença ao Século da Luzes*. Philippe Áries e Roger Chartier (orgs.). São Paulo: Companhia das Letras, 2002.

VIGARELLO, G. Panóplias corretoras: balizas para uma história. In: *Políticas do corpo*. Denise B. de Sant'anna (org.). São Paulo: Estação Liberdade: 1995.

\_\_\_\_\_. A história e os modelos do corpo. In: *Revista Pro-posições*. Faculdade de Educação UNICAMP, v.14, nº 2 (41), maio/ago, 2003.

\_\_\_\_\_. *História da beleza*. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.