



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO
MESTRADO EM EDUCAÇÃO**

**EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO *CROSSFIT*: A CULTURA
FITNESS COMO TEMÁTICA DE ANÁLISE**

JERLANE SANTOS ABREU

Versão da dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Sergipe para obtenção do título de Mestra em Educação.

Orientador Prof. Dr. Fabio Zoboli

SÃO CRISTÓVÃO

2021

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA CENTRAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE**

A162e Abreu, Jerlane Santos
Educação do corpo e a prática corporal do crossfit : a cultura
fitness como temática de análise / Jerlane Santos Abreu ;
orientador Fabio Zoboli. – São Cristóvão, SE, 2021.
127 f. ; il.

Dissertação (mestrado em Educação) – Universidade Federal
de Sergipe, 2021.

1. Educação - Aracaju. 2. Exercícios físicos. 3. Treinamento
(Atletismo). 4. Corpo humano na educação. I. Zoboli, Fabio, orient.
II. Título.

CDU 37.091.33-027.22:796.012.11(813.7)



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO**



JERLANE SANTOS ABREU

**“EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO CROSSFIT: A CULTURA
FITNESS COMO TEMÁTICAS DE ANÁLISE”**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Sergipe e aprovada pela Banca Examinadora.

Aprovada em 23.02.2021

Prof. Dr. Fabio Zoboli (Orientador)
Programa de Pós-Graduação em Educação/UFS

Prof.ª Dr.ª Dinamara Garcia Feldens
Programa de Pós-Graduação em Educação/UFS

Prof. Dr. Renato Izidoro da Silva
Programa de Pós-Graduação em Educação/UFS

Prof. Dr. George Saliba Manske
Universidade UNIVALI

**SÃO CRISTÓVÃO(SE)
2020**



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO



**ATA DA REUNIÃO DA COMISSÃO JULGADORA DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO
APRESENTADA POR JERLANE SANTOS ABREU PARA OBTENÇÃO DO TÍTULO DE
MESTRE EM EDUCAÇÃO.**

Aos vinte e três dias do mês de fevereiro do ano dois mil e vinte e um, às nove horas, por meio de vídeo conferência realizada no endereço <https://meet.google.com/dqc-ghac-wod>, reuniu-se a Comissão Julgadora da Dissertação em epígrafe, indicada pela Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Sergipe, com parecer favorável do Colegiado, composta pelos professores doutores Fabio Zoboli (orientador da candidata), Dinamara Garcia Feldens, Renato Izidoro da Silva, pertencentes à Universidade Federal de Sergipe, e George Saliba Manske, da UVI, para analisar o trabalho de Jerlane Santos Abreu, apresentado sob o título: **“EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO CROSSFIT: A CULTURA FITNESS COMO TEMÁTICAS DE ANÁLISE”**. O orientador, assumindo os trabalhos na qualidade de Presidente, passou a palavra à candidata para que ela expusesse sua dissertação, informando que a mesma dispunha de vinte minutos para a apresentação; cada examinador dispunha de trinta minutos e a candidata de mais trinta minutos para respostas. Terminada a exposição da mestranda, o Presidente passou a palavra aos membros da Comissão Julgadora, que iniciaram a arguição na seguinte ordem: Prof. Dr. George Saliba Manske, Prof. Dr. Renato Izidoro da Silva, Prof.^a Dr.^a Dinamara Garcia Feldens e o Prof. Dr. Fabio Zoboli. Terminada a arguição, foi dada a palavra à candidata para que ela se desejasse e fizesse as observações finais. Os membros da Comissão Julgadora se retiraram da sala para a atribuição das notas. Voltando logo em seguida, o Presidente anunciou que a candidata foi considerada **APROVADA**. O Presidente proclamou a candidata **“Mestre em Educação”**, devendo este resultado ser homologado pela comissão da Coordenação de Pós-Graduação. Em seguida, agradeceu aos membros da Comissão Julgadora. Nada mais havendo a tratar, o Presidente encerrou esta sessão, cujos trabalhos são objetos desta ata, lavrada por mim, Guilherme Barbosa Biriba, secretário do Programa, da qual assino juntamente com os membros da Comissão Julgadora. Cidade Universitária “Prof. José Aloísio de Campos”, 23 de fevereiro de 2021.

FABIO ZOBOLI
(Orientador)

RENATO IZIDORO DA SILVA
(participação à distância por videoconferência)

DINAMARA GARCIA FELDENS
(participação à distância por videoconferência)

GEORGE SALIBA MANSKE
(participação à distância por videoconferência)

Secretário

Dedico este trabalho a todos aqueles que de algum modo, assim como eu, vivem numa busca inquietante e luta consigo mesmo. Luta e resistência, aos modos de educação do corpo que nos conduzem a condutas despotencializantes. Aos que buscam constantemente outras formas de experienciar seus corpos. Aos que lutam para existir de outros modos. Aos que resistem aos tantos papéis e funções limitantes. Dedico a você e a mim, que tanto busca novas janelas de possibilidades, bem como aos que veem potências ilimitadas para ser e estar no mundo pelas múltiplas vestes do conhecimento.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente, por toda certeza da existência de Deus na minha trajetória. Por todas as leituras que me despertaram do olhar ingênuo sobre as únicas verdades, as religiões, as paixões e os tantos desejos e discursos que me constroem. Com esse despertar, eu tive ainda mais certeza das minhas cegueiras e falsas liberdades. Por meio disso, tive mais certeza de que ainda assim, escolho a minha estética do “Deus vivo” para continuar sendo o meu tudo, ainda que reconheça que muitos, por meio dele mesmo, reduzem-se ao nada.

Ao meu querido e admirado orientador, poeta do corpo, Fabio Zoboli, meu eterno, muito obrigada. Antes de conhecê-lo já o admirava, pois tive a oportunidade de me debruçar nos seus maravilhosos escritos para participar da seleção. Nessa trajetória, aprendi a reconhecer ainda mais sua potência de profissional e ser humano. Os méritos desse trabalho vão para toda sua dedicação, suas orientações sempre foram sinônimos de competência e companheirismo. Obrigada pelas sinceridades, por acolher minhas angústias, pela ideia da pesquisa e acima de tudo, por ter confiado a mim esse desafio.

Obrigada ao meu querido grupo de estudos GPECS, especialmente à querida Professora Dinamara Feldens, por todo acolhimento humano e competente de todos. Hoje, consigo reconhecer que todas as confusões intelectuais provocadas, foram chave essencial para me tornar quem sou, quem posso e quem não desejo ser. Por vezes, senti-me perdida e inquieta nas leituras, mas sabendo que todo esse processo era necessário para despertar as inquietações desse trabalho e para minha vida pessoal.

Agradeço pelas circunstâncias da vida acadêmica, aos amigos, colegas e professores que me acolheram e ressignificaram em mim, a importância de caminhar ao lado de quem confia em nosso potencial. Aos queridos Libne, Wendel Ramon, Jeferson, Tássia, Manu, Letícia, Rosa, e a todos que indiretamente estiveram ao meu lado, meu muito obrigada.

Agradeço à minha família, razão do meu maior orgulho que vive e impera na terra, que me prova a cada dia, que apesar de todas as dificuldades e desentendimentos, eles são os melhores presentes de Deus para mim. Especialmente as mulheres da minha vida, sinônimos de garra e força, minha mãe Maria Iolanda, Tia Aninha, minha irmã Crislânio e minha cunhada/irmã Ana Luiza, vocês são e foram minha força maior nessa trajetória. Agradeço também ao carinho do meu irmão e de minha princesa Maria Heloisa, e até mesmo pela falta de apoio e por todas duras palavras do meu pai Jailton, todos vocês, impulsionam minha luta diária.

Agradeço também ao meu companheiro, namorado e amigo Adriano, que por vezes se dedicou às minhas necessidades pessoais e acadêmicas, estando sempre ao meu lado, como um verdadeiro cúmplice dos meus projetos, e acima de tudo, por ser minha grande motivação diária. Obrigada por acreditar em mim e por me impulsionar sempre a ir em busca da minha melhor versão.

Enfim, a todos corpos/sujeitos que potencializam minha vida, pessoal, profissional e acadêmica, minha eterna gratidão!

ABREU, Jerlane Santos. EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO CROSSFIT: A CULTURA *FITNESS* COMO TEMÁTICA DE ANÁLISE. 2021. f. Dissertação (Mestrado em Educação). – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, 2021.

RESUMO:

O presente trabalho de dissertação tem como objetivo reflexionar sobre a educação do corpo tendo como recorte a prática corporal do *CrossFit* analisada sob a temática da cultura *fitness* na Academia “*CrossFit* AJU” da cidade de Aracaju-SE. O *CrossFit* é trazido ao estudo na expectativa de se pensar questões políticas e estéticas por meio desta prática corporal. Por isso, é central para o nosso estudo o conceito de “Educação do corpo”. Nesse sentido, construir em torno do corpo um objeto para ser pesquisado implica considerar que ele só pode existir por meio dos discursos inerentes às suas práticas. Interpelar o corpo por meio de suas práticas implica estudá-las sob o viés da política nas quais elas estão inscritas. As práticas sobre o corpo são moldadas conforme necessidade dos seus usos, em uma dinâmica de espaço e tempo, o que, consequentemente, implica constante variação dos seus diversos sentidos. Esta pesquisa é aportada no interesse de um Programa de Mestrado em Educação, que se justifica como investigação de um objeto amplo em possibilidade de investigação, pois, o *Crossfit* permite uma série de pressupostos para pensar a educação do corpo no âmbito não formal, bem como uma pedagogia cultural que influencia diretamente no ato educativo do sujeito. Diante das escolhas metodológicas, este estudo se configura como um trabalho de campo, fundamentado em uma abordagem qualitativa na qual assumirá caráter exploratório como tipo de pesquisa. A produção de dados aconteceu em dois momentos. No primeiro momento da pesquisa utilizamos a observação direta como instrumento para um contato prévio como participante-praticante do *CrossFit*. Na sequência se deu o segundo momento da pesquisa, com a exploração do campo com as ferramentas de coleta de dados: Diário de campo, 23 entrevistas semiestruturadas com questionários abertos aplicados com os professores e alunos. Outro instrumento de coleta de dados foi a observação direta intensiva e análise de produto midiático: o *instagran*. Com base nisso, e inspirados em ferramentas foucaultianas, esse momento nos conduziu para definição da análise dos dados sobre a perspectiva da análise dos discursos. Diante disso, foi possível identificar uma série de práticas discursivas que acionam modos de ser que assujeitam, objetivam e subjetivam identidades, corpos e sujeitos. Desse modo, alocamos essa empiria e organizamos os resultados em seis seções, a partir destas encontramos unanimidade nos discursos motivacionais, como técnica influente dos modos de educação dos corpos, que produz e conduz os desejos pela via da responsabilização do autogoverno de si. Reconhecemos também, o *CrossFit* AJU como um dispositivo biopolítico contemporâneo, bem como a manutenção da sociedade disciplinar; a continuidade sob nova roupagem da propagação do padrão ideal de corpos, sujeitos e comportamentos. Contudo, também foram consideradas algumas analíticas como possível ato de resistir à sujeição que cria corpos únicos, interpretado a partir de algumas ações e discursos, que de certo modo, recusa os ideais que conduzem condutas. Assim, registraram-se pequenos atos libertários, à medida que apenas duas entrevistadas, apresentaram elementos para a recusa de modelos normativos, com críticas fundamentadas sobre uma preocupação que não se restringe à estética corporal, mas, a um modo criativo e diferente da dita identidade “crossfiteira”.

PALAVRAS-CHAVE: Educação do corpo, *Crossfit*, prática corporal, cultura *fitness*.

ABSTRACT:

This dissertation aims to reflect on body education concerned with crossfit practices through the analysis of fitness culture undergone at a gym called "Crossfit Aju" in the city of Aracaju-SE. The crossfit is brought to this study in order to think about political and aesthetic issues through that body practice. Thus, the concept of "body education" is central to our study. In this regard, building up an object around the body to be analyzed implies considering that it can only exist when discourses inherent to its practices are considered. Questioning the body by considering its practices implies studying it through the bias of the policy in which it is inscribed. Body practices are shaped according to the needs of its uses, in a spatial and timing dynamic, which, consequently, implies constant variation of its different meanings. This research is based on the interest of a Master Program in Education, which is justified as an investigation of a broad object in the possibility of inquiry, because the crossfit allows a series of assumptions to think about body education in non-formal scopes, as well as a cultural pedagogy that directly influences the subject's educational act. Given the methodological choices, this study is characterized as a fieldwork based on a qualitative approach that assumes an exploratory nature as type of research. Data production took place in two occasions. In the first moment of the research, we used direct observation as instrument for previous contact as a crossfit participant-practitioner. Then, the second moment of the research took place through field exploration aimed at data collection through the following tools: field diary, 23 semi-structured interviews with open questionnaires applied to teachers and students. Other instruments for data collection were intensive direct observation and media product analysis: Instagram. Based on this and inspired by Foucault's tools, we were led to define data analysis from the perspective of discourse analysis. Therefore, it was possible to identify a series of discursive practices that trigger ways of being that subject, objectify and subjectify identities, bodies and subjects. In this way, we allocated this empiricism and organized the results in six sections, from which we found unanimity in motivational discourses as an influential technique regarding body education, which produces and conducts desires through the accountability of self-government. We also recognized Crossfit Aju as a contemporary biopolitical device, as well as the maintenance of disciplinary society and the continuity of the propagation of ideal body patterns under new modes, subjects and behaviors. However, some analytics were also considered as a possible act of resisting the subjection that creates unique bodies, interpreted through some actions and discourses which in a certain way rejects the ideals that lead to conduct. Thus, small libertarian acts were registered, once only two interviewees presented elements for the refusal of normative models by developing well-founded criticisms concerning body aesthetics are not restricted, but in a creative way differently from the so called "Crossfiteira" identity.

Keywords: Body Education; Crossfit; Body Practice; Fitness Culture.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Lista de boxes afiliados no site da <i>CrossFit Inc.</i>	44
Figura 2 - Mapa de boxes afiliados no site da <i>CrossFit Inc.</i>	45
Figura 3 - Tela inicial da página do <i>CrossFit</i> Oficial.....	46
Figura 4 - Funcionalidades do perfil do <i>CrossX</i> - Figura 5 - Perfil de um atleta no <i>CrossX</i> ...	48
Figura 6 - Dicionário para <i>CrossFit</i>	50
Figura 7 - Cidade de Aracaju.....	57
Figura 8 - Arcos da Atalaia.....	58
Figura 9 - Ciclovias Aracaju.....	59
Figura 10 - <i>Slogan do Box</i>	60
Figura 11 - Área externa no Box	62
Figura 12 - Espaço interno do <i>BoxCrossfitAJU</i>	63
Figura 13 - Missão do <i>box</i>	65
Figura 14 - Descrição do WOD.....	72
Figura 15 - Publicação no <i>feed</i> notícias.....	87
Figura 16 - Publicação do <i>feed</i> notícias.....	94

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

EF	Educação Física
SE	Sergipe
UFS	Universidade Federal de Sergipe
LPO	Técnicas de Levantamento de Peso Olímpico
WOD	<i>Workout of the day</i>
CREF	Conselho Regional de Educação Física

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
1.1 APRESENTAÇÃO DO TEMA E PROBLEMÁTICA	7
1.2 OBJETIVOS	12
1.2.1 Objetivo Geral.....	12
1.2.2 Objetivos Específicos.....	12
1.3 JUSTIFICATIVA	12
1.4 METODOLOGIA.....	19
1.4.1 Abordagem de pesquisa	19
1.4.2 Tipo de pesquisa.....	21
1.4.3 Instrumento de produção de dados e amostragem.....	22
2 EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO <i>CROSSFIT</i>.....	28
2.1 EDUCAÇÃO DO CORPO	28
2.2 PRÁTICAS CORPORAIS	36
2.3 <i>CROSSFIT</i>	41
2.4 <i>CROSSFIT</i> E A CULTURA <i>FITNESS</i>	50
3 O CAMPO EMPÍRICO E OS SUJEITOS DA PESQUISA.....	57
3.1 A CIDADE DE ARACAJU-SE/ BAIRRO ATALAIA	57
3.2 O BOX <i>CROSSFIT</i> AJU.....	60
3.3 OS SUJEITOS DA PESQUISA	65
4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS	67
4.1 OS DISCURSOS COMO CATEGORIA FUNDANTE DO SENTIMENTO/PERTENCIMENTO DE “TRIBO”	69
4.2 RELATANDO A EXPERIÊNCIA DA “DOR” E DO PERTENCIMENTO DE SER “ <i>CROSSFITEIRO</i> ”.....	74
4.3 O <i>CROSSFIT</i> COMO UM DISPOSITIVO DE “AUTOGOVERNO DE SI”	78
4.4 A AUSÊNCIA DE ESPELHOS: UMA NOVA ESTÉTICA PARA CULTURA <i>FITNESS</i>	82
4.5 A POLÍTICA ALIMENTAR COMO UM REGIME DE VERDADE DO <i>CROSSFIT</i>	93
4.6 COMO PENSAR NOVAS FORMAS DE TRINCAR OS CORPOS PELAS RUPTURAS DA RESISTÊNCIA?.....	97
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	105
REFERÊNCIAS.....	112
APÊNDICES	121

APÊNDICE I	122
APÊNDICE II.....	123
APÊNDICE III	124

1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO TEMA E PROBLEMÁTICA

A presente dissertação procura reflexionar sobre a educação do corpo, tendo como recorte a prática corporal do *CrossFit*, analisada sob a temática da cultura *fitness*. O *CrossFit* é trazido ao estudo na expectativa de se pensar questões políticas e estéticas por meio dessa prática corporal. Por isso, é central para o nosso estudo o conceito de “Educação do corpo”.

Educación de los cuerpos implica transmitir discursos políticos y sentidos estéticos, incluso cuando no sean explícitos o sus implicaciones difusas. [...] por “educación del cuerpo” se entienden las técnicas y prácticas corporales transmitidas culturalmente cuya razón se explica por las significaciones sociales que representan sus incorporaciones (GALAK, 2017, p. 8).

Para Le Breton (2009, p. 24), “Qualquer questionamento sobre corpo requer antes a construção de seu objeto, a elucidação daquilo que subentende”. Nesse sentido, construir em torno do corpo um objeto para ser pesquisado implica considerar que ele só pode existir por meio dos discursos inerentes às suas práticas. Interpelar o corpo por meio de suas práticas implica estudá-las sob a mirada da política nas quais elas estão inscritas, como sugere Galak (2014, p. 356): “Investigar o corpo significa refazer os caminhos pelos quais a incorporação dos sentidos analisados transitou”.

Desse modo, este mesmo autor ressalta que investigar “corpos” sem valorizar suas práticas, implica reduzir este ao seu estado natural e físico, ou seja, seria limitar o corpo ao seu estado biológico, colocando o biológico à frente de toda sua incorporação social, seria, portanto, confundir o natural com o naturalizado. Por essas considerações que, na educação não se investiga corpos, mas sim o corpo em seus diversos contextos de suas práticas sociais possíveis (GALAK, 2014). Assim sendo, compreende-se que as práticas corporais são essenciais nas pesquisas em educação, para percorrer sobre os discursos produzidos no e para o corpo.

As práticas sobre o corpo são moldadas conforme necessidade do seu uso, seja em casa, no trabalho, nas festas, na escola em uma dinâmica de espaço e tempo o que, consequentemente, implica constante variação dos seus diversos sentidos. Desse modo, dos sentidos biológicos do corpo ao cultural, sempre houve uma forma de naturalizar as práticas corporais para atender a seus usos políticos e sentidos estéticos e, portanto, modelar suas necessidades. Contudo, é

baseando-se nesses discursos e na tentativa de pesquisar sobre os sentidos do corpo, que buscamos investigar as formas de educação do corpo a partir da prática corporal do *CrossFit*.

Para Crisório (2015), a expressão *práticas corporais* é usada para justificar um corpo que nunca pode ser separado de sua prática, e, portanto, o corpo nunca pode ser isolado como um substrato natural ou um princípio substancial. Ainda que tenhamos um corpo que é biológico, ele é culturalmente construído e desconstruído. Além disso, como já citado seja qual for a prática corporal, ela está na trama de modificações do seu contexto social e, portanto, é suscetível a sentidos estéticos e políticos do corpo que o fundamenta.

Em diálogo com orientador, decidimos o recorte da prática corporal do *CrossFit* para realizarmos nossa pesquisa de dissertação. O *CrossFit* me despertou a inquietação, pois tenho com ele total distanciamento, fator este que se torna motivação e por já possuir contato rotineiramente com outros tipos de prática corporais que, por consequências das experiências, não despertaram o mesmo interesse.

O *CrossFit* como um elemento de empreendimento do corpo, cujos objetivos se inserem na perspectiva do “dever ser”, também se insere na propagação da cultura do corpo *fitness*. Esta cultura surgiu nos Estados Unidos, na década de 1970, originado pelo ex-ginasta Greg Glassman. Essa prática corporal atingiu seu ápice na década de 1980, segundo Landa (2009), e foi propagada como um movimento no qual disseminou tantos novos olhares para os conceitos e sentidos de saúde e beleza quanto para novos olhares sobre a atuação do Profissional de Educação Física, especificamente nos contextos de educação não formal da Educação Física o que, conseqüentemente, trouxe novos sentidos para educação do corpo.

O *CrossFit* já é conhecido como um fenômeno que em poucas décadas de sua origem, já vem sendo disseminado como “filosofia de vida” por alguns praticantes. O *CrossFit* chegou ao Brasil em 2009, pelo instrutor Joel Fridman, Lapa, São Paulo. Hoje, possui mais de 15 mil filiados no mundo; e no Brasil, já possui mais de 1 mil Boxes. Diferentes dos espaços de atividade físicas tradicionais, os espaços de prática do *CrossFit* são chamados de *Box* (CROSSFIT, INC. 2019). Das atividades físicas reconhecidas enquanto tradicionais, está principalmente os métodos de musculação, ginástica aeróbica, treinamento funcional dentre outros.

Essa prática corporal repercute como um programa inovador de treinamento com um conjunto de exercícios diversificados, abrangente e inclusivo, tem como objetivo a execução

de sessões de treinamento de alta intensidade, no menor tempo possível em um conjunto maior de repetições, buscando desenvolver a aptidão e otimização das capacidades física, preparando os praticantes para “qualquer contingência física” (GLASSMAN, 2018).

O *CrossFit* vem ganhando cada vez mais destaque, pois se estrutura por meio de discursos motivacionais, disseminado por um conjunto de benefícios individuais e sociais de característica inclusiva e de movimentos diversificados, fatores estes, que se inserem na responsabilidade de propagar os discursos focados nas modificações estética, éticas e de sentidos políticos do corpo. Sobre essas considerações, pensar o corpo sobre a ótica dessa prática corporal nos exige, assim, como em outras, considerar os discursos que se materializam em um determinado grupo e indivíduos. Assim afirma Nóbrega (2010, p. 36):

Compreender o corpo no cenário contemporâneo é uma tarefa que envolve paradoxos. Pensar sobre o corpo é também pensar sobre o modo como determinados discursos materializam-se em determinadas práticas sociais, haja vista que a nossa relação corporal com o mundo é uma contingência que marca tudo o que tem lugar fora do corpo, inclusive nas investigações científicas ou filosóficas, bem como nas intervenções educativas.

Leva-se em consideração que junto ao corpo no contexto atual, suas práticas estão cada vez mais enraizadas ao processo de reajuste, modificações e reparo constantes do corpo, pois conforme o cenário científico, biotecnológico, a indústria da moda e da mídia, estão em constante criação e naturalização de suas necessidades, além de favorecer a um ciclo de padrões que só tende a classificar e constituir a ditadura de corpos nomeados como certos ou errados, corpos que devem ser valorizados ou que não. Para tal, as diversas práticas corporais são responsáveis por modelar os interesses e domínio sobre o corpo, por isso, adapta-se para o controle do indivíduo e da sociedade.

Por essas relações de domínio sobre o corpo, pode-se afirmar que a cultura *Fitness* é percussora para estabelecer os desejos pela construção de corpos baseados na “ditadura “da beleza, da agilidade e da eficiência por meio de gestos técnicos. Além disso, percebe-se que o *CrossFit* está associado à trama social da cultura *fitness*, na reprodução do grande movimento de encaixe e ajuste dos corpos. Porém, são diferenciados por justificarem seus objetivos além de os aspectos fisiológicos – com um vetor semântico muito forte ligado ao aspecto da dor – pois, julgam serem uma filosofia de vida.

O *CrossFit* é uma prática que busca pelo aprimoramento constante das capacidades físicas, sem o uso de máquinas, mas com uso de técnicas de movimentos variados, em que buscam a execução de movimentos mais naturais possíveis, mas de modo sempre eficiente, com alta intensidade, na superação de limites executados no menor tempo possível. Desse modo, “todos os praticantes do *CrossFit* são ensinados a controlar o seu próprio corpo e fazer com que ele responda aos estímulos intensos durante o treinamento, dominando as capacidades físicas envolvidas” (MANSKE; ROMANIO, 2015, p.155). Além disso, o *CrossFit* se apresenta como uma prática corporal rica em detalhes as quais provocam inquietações, tais como: a organização do ambiente de prática diferenciado das academias, a organização dos modos de divulgação como fator fundante de motivação as quais estão também intrínsecas na arquitetura do ambiente.

Sobre essas considerações, tal como se apresenta no site do CrossFit Brasil, o corpo torna-se “veículo para treinar e aplicar seu condicionamento físico”, além de apresentar discursos de transformação para sociedade, uma vez que os exercícios tendem a propor reflexões nas ações da vida cotidiana, preparando o indivíduo, para além de suas contingências físicas. Assim sendo, os seus benefícios são incorporados a uma aptidão para melhores relações na vida em sociedade (CROSSFIT BRASIL, 2014).

Como vemos, a prática corporal do *CrossFit* tem uma forte apelação à cultura *fitness*. O termo *fit* (de origem inglesa), para Silva (2012) tem significado de encaixe e ajuste, ou seja, condiz com a busca pelo corpo que se encaixe nos padrões de beleza e se ajuste às necessidades que são inventadas e atribuídas pela ideia de defeito e das imperfeições do corpo. Assim, a cultura *fitness* anuncia elementos de propagação do culto ao corpo, à medida que surgem mecanismos de gerenciamento dos modos de vida, de normatização, na busca pela sensação de bem-estar, e a chave para esses ajustes dependem diretamente de um corpo que seja modificado, nesse sentido, Bastos *et al.* (2013, p. 486) afirmam que:

O conceito de fitness evoca a adaptação a um modelo estético/moral, que se manifesta no compromisso com os exercícios físicos, as dietas alimentares, as alterações de corpos por meio de intervenções, o consumo de produtos que prometem otimizar o metabolismo humano e o biologicismo da existência.

Assim sendo, buscando compreender as relações corpóreas inerentes à prática do *CrossFit*, destacam-se algumas características muito próprias e instigantes sobre a educação do corpo dessa prática, para tal, faz-se preciso desnaturalizar recordando o que foi envolvido na

naturalização dessa prática, dos sentidos estéticos e políticos enraizados neste pela proposta da “cultura Fitness” na prática corporal do *CrossFit*.

Desse modo, suas técnicas de “educação de corpos” não se desprendem de inúmeros elementos que os constituem como prática corporal que permeia pelas tramas sociais, por isso, não se baseiam apenas em respostas meramente biológicas. Em consequência disso, tornam-se produtoras de sentidos estéticos e políticos, atribuídos desde a música que usam, as frases que os justificam e motivam, as roupas que os caracterizam, o vocabulário específico, os materiais utilizados e seus significados, ou até mesmo os seus discursos de fundamentação e pertencimento.

Nessa premissa, seus sentidos estéticos e políticos se inserem em uma trama de sentidos que corroboram com os objetivos inerentes aos discursos de poder atribuídos por Michel Foucault, pois afirma que “ele estabelece uma sujeição do corpo ao tempo, com o objetivo de produzir o máximo de rapidez e o máximo de eficácia” (FOUCAULT, 2014, p. 31). Desse modo, também parte da premissa de que, o *CrossFit* é uma prática corporal que se insere num contexto de disciplina¹, de formas diretas ou mesmo sutis de controle. Assim sendo, há um poder que se exerce por meio dos discursos que operam nesse contexto. Portanto, esse exercício de poder consiste em conduzir condutas, estrategicamente formuladas em uma propagação *fitness*, midiática ou mesmo, por suas regras próprias de convivência interna.

Ressalta-se ainda, que embora a marca *CrossFit* seja percursora em sua propagação em diversos *sites* oficiais, o que, por sua vez, homogeneiza como uma prática corporal *fitness*, reconhecemos que cada contexto cultural é produtora de suas próprias subjetividades, mediante seus discursos²; e, portanto, tendem a emergir diferentes sentidos e relações que possam fundamentar outros discursos e formas de educação do corpo, criando, assim, diferentes relações de poder/resistências³.

¹ Esse termo é utilizado a partir do conceito utilizado por Michel Foucault. São chamadas de “disciplinas”, os métodos “que permitem o controle minucioso das operações do corpo, que realizam a sujeição constante de suas forças e lhes impõem uma relação de docilidade-utilidade” (FOUCAULT, 2014, p.133).

² “O discurso pode ser, ao mesmo tempo, instrumento e efeito de poder, e obstáculo, escora, ponto de resistência e ponto de partida de uma estratégia oposta.” (FOUCAULT, 1988, p. 96).

³ Usa-se *poder/resistência* para exemplificar a defesa de que onde há relações de poder, há resistência. Assim, para Foucault há sempre uma possibilidade de resistência, uma vez que agem como um paradoxo, um não antecede o outro, ambos podem modificar dominações e condições e, assim, ser só mais outra forma de exercer o poder e a resistência. (FOUCAULT, 1998).

Contudo, o interesse de investigar essa prática corporal parte da premissa de que é necessário analisar a experiência estética produzida nas relações corpóreas existentes entre os praticantes do *CrossFit* e para identificar de que forma se materializa a educação do corpo, ao passo que buscamos compreensões e reflexões das práticas discursivas e não discursivas desse grupo de praticantes.

Diante do exposto, esta dissertação buscou se debruçar sobre a seguinte problemática: De que forma se dá a educação do corpo por meio da prática corporal do *CrossFit* no que tange à cultura *fitness* na Academia *CrossFit* AJU da cidade de Aracaju-SE.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

- Interpelar a educação do corpo por meio da prática corporal do *CrossFit* no que tange à cultura *fitness* na Academia *CrossFit* AJU da cidade de Aracaju-SE.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Apresentar o conceito de “Educação do corpo” e “Práticas corporais” interpelando suas relações com o *CrossFit*.
- Analisar e compreender os sentidos estéticos e políticos do *CrossFit* sobre a perspectiva da “cultura *fitness*”.
- Apresentar a Academia (Box) *CrossFit* AJU como campo empírico deste estudo de dissertação.

1.3 JUSTIFICATIVA

Este trabalho está envolto do objeto de estudo escolhido “*CrossFit*”, para problematizar a temática central sobre a “educação do corpo” neste ambiente. Desse modo, para investigar como se dá a compreensão destes na esfera das produções científicas e a fim de justificar nossa pesquisa sob o viés acadêmico realizamos uma busca nas bases de dados SciELO e Catálogo

de Teses e Dissertações da Capes, para notar o possível crescimento e avanço do conhecimento produzido sobre o objeto de estudo.

Para esses esclarecimentos, destacamos nas tabelas a seguir o quantitativo obtido de acordo com a plataforma SciELO na Tabela 1 e respectivamente no banco de teses e dissertações da Capes na Tabela 2, ambas organizados por ano de publicação e a distribuição pela classificação dos periódicos por área do conhecimento, a partir do termo: *CROSSFIT*.

Tabela 1-Distribuição dos periódicos por área temática SciELO.

Ano de Publicação	Ciências da Saúde	Ciências Humanas	TOTAL
2018	7	0	7
2017	1	1	2
Total por área	8	1	9

Fonte: Plataforma Scielo

Tabela 2-Distribuição dos periódicos por grande área do Banco de Teses e Dissertações.

Ano de Publicação	Ciências da Saúde	Ciências Humanas	Ciências Sociais Aplicadas	Multidisciplinar	TOTAL
2018	3	0	2	1	6
2017	8	0	0	0	8
2016	2	0	0	2	4
2015	0	1	1	0	2
2013	0	0	1	0	1
Total por área	13	1	4	3	21

Fonte: Banco de Teses e Dissertações CAPES.

De acordo com as Tabelas 1 e 2 foram encontrados respectivamente 9 (nove) e 21 (vinte e um) periódicos. Ambos obtiveram apenas um trabalho em cada plataforma com distribuição nas Ciências Humanas, cuja maior ênfase encontra-se nas Ciências da Saúde. Os 21 trabalhos encontrados no Banco de Teses e Dissertações CAPES, foram encontrados 02 (duas) teses de Doutorado; e de Mestrado, estavam distribuídos em 16 (dezesesseis) na opção apenas “Mestrado (Dissertação)” e “Mestrado Profissional” apresentaram 03 (três).

Ainda assim, pode-se afirmar que na Grande área das Ciências Sociais Aplicadas, ao analisar os autores dos trabalhos nesta área, a maioria deles possui graduação em (formação inicial) em Comunicação Social e um autor em Administração. Suas formações de Mestrado são em áreas da Administração, Mestrado Executivo em Administração empresarial e Comunicação Social. Na grande área Multidisciplinar, os três trabalhos encontrados apresentam-se com ênfase na análise do *CrossFit*, partindo das seguintes linhas de pesquisa: Reabilitação e cuidados em saúde (2016), Estratégias interdisciplinares em promoção, prevenção e reabilitação (2018) e o terceiro no qual também foi publicado em (2016) não identificam a linha, mas, intitula como “Análise biomecânica dos músculos”.

Desse modo, reafirmamos que de acordo com o termo *CrossFit*, tanto o banco de dados SciELO quanto o Catálogo de Teses e Dissertações da Capes, apresentaram apenas um artigo na área da Ciências Humanas, e em ambas apresentaram ênfase nas produções das Ciências da Saúde, assim, estavam associados à análise dos benefícios e limitações dessa prática, relacionados aos efeitos para saúde no âmbito fisiológico e biomecânico, o perfil de aptidão física e nível de lesões.

Com base nesses dados, verifica-se que o *CrossFit* ainda é pouco problematizado como fenômeno social, além disso, foi levantado leituras sobre a estética política dessa prática corporal e pelos relatos e manifestações apresentadas a partir da marca de divulgação oficial *CrossFit, Inc.* é perceptível que o *CrossFit* se insere como um grande potencial como possibilidade de pesquisas na esfera da educação do corpo no âmbito não formal.

Com esse levantamento, evidencia-se o interesse por esta pesquisa, pela relevância e necessidade de contribuir com uma investigação que seja de cunho social. Numa perspectiva de investigar os modos de educação do corpo, de forma que não se limite aos aspectos de um corpo que é analisado pelos seus aspectos biomédicos, funcionamentos biomecânicos e fisiológicos. Entretanto, é preciso uma investigação que valorize o corpo sendo múltiplo e cultural, o qual possui sentidos estéticos e políticos enraizados pela trama humana e social.

Na busca por referenciais teóricos iniciais também foi observado que as informações oficiais não se limitam a locais fixos de práticas, pois há um constante uso virtual de sites e redes sociais os quais são usados como principal veículo de comunicação entre praticantes e profissionais. Assim, foram encontradas informações no site oficial da modalidade no Brasil e informações mais completas no site oficial da marca, o *CrossFit.com*.

Partindo dessa premissa, vale salientar que os estudos sobre a educação do corpo também são passíveis de inúmeras interpretações, as quais não cessam de ser decifradas. Desde os primeiros modos de relação com o mundo, seja do próprio ventre materno, ao contato com ações civilizadas do seio familiar, da escola, do trabalho, em todos os tipos de contato com as intervenções formais ou não formais de educação. O corpo é definido, redefinido, interpretado, moldado, e de modo global é fruto de todas as suas infinitas formas e meios de experienciar o mundo, principalmente, mediante as diversas práticas corporais as quais os próprios sujeitos encontram significados.

Em consequência disso, afirma-se que entender as formas de educação que este corpo está exposto, contribui de forma direta com a valorização do conhecimento que ele o produz, com as modificações que ele resulta, seja no praticante, seja no profissional que atua, ou mesmo nas relações que se propagam para além de o ambiente de prática do *CrossFit*, interferem nos sentidos que se perdem ou se concebem.

Além disso, esta pesquisa é aportada no interesse de um Programa de Mestrado em Educação, cuja presente pesquisa se justifica como investigação de um objeto amplo em possibilidade de investigação, o qual está envolto de relações de poder e controle sobre o corpo. Assim sendo, o *CrossFit* torna-se elementar para esta pesquisa, pois, permite uma série de pressupostos para pensar na educação do corpo no âmbito não formal. Sobre Educação não formal, Almeida (2014) contribui afirmando que:

Educação não formal constitui a educação fora dos espaços escolares, e tem por finalidade desenvolver o ensino-aprendizagem de forma pouco explorada pela educação formal. Considerada uma modalidade de ensino, se desenvolve nos espaços não convencionais de educação. É considerada por alguns autores como intencional, pois sofre as mesmas influências do mundo contemporâneo que as demais formas de educação [...] (p. 04).

Na prática do *Crossfit* o profissional de Educação Física atuante exerce função essencial para ensino-aprendizagem da educação do corpo e abrangendo uma educação para o saber conviver consigo e com o outro. No entanto, a educação não formal possui uma sistematização diferenciada do espaço escolar (educação formal), pois na educação não formal sua sistematização é definida pelo grupo que está inserido, como o grupo praticante do *CrossFit*. Desse modo, Almeida (2014) afirma que “A importância da educação não formal está em desenvolver saberes que orientam as práticas sociais na construção de novos valores para a participação coletiva da comunidade.” (p. 16).

Assim, Gohn (2006) referenciado por Almeida (2014) completa este sentido com a seguinte afirmação:

A educação não formal é aquela que se aprende “no mundo da vida”, as experiências são compartilhadas de forma coletiva no dia a dia. O educador é aquele com quem interagimos. O espaço destinado a esta forma de educação é o próprio local do indivíduo ou do grupo onde há interação e intenção de ensino. Ocorre em ambiente construído coletivamente, segue as normas de referidos grupos e a participação não é obrigatória (p. 08).

Por esse prisma, o *CrossFit* se insere neste ambiente de compartilhamento e interação coletiva, e, portanto, é um objeto rico em possibilidade de investigação no âmbito da educação do corpo. À medida que também possui características diferenciadas dos métodos de ginástica de academias, de musculação, ou seja, diferente dos métodos tradicionais de aperfeiçoamento e melhoramento do corpo.

Além disso, suas justificações estão além de os resultados físicos, pois se baseiam em uma “filosofia de vida” (CROSSFIT, INC, 2019). Corroborando, Lima (2018), em sua pesquisa de Mestrado sobre este mesmo objeto, afirma que: “[...] para os integrantes daquele grupo, treinar *CrossFit* juntos possui dimensões intersubjetivas de pertencimento e de produção de significados afetivos.” (p. 19).

Salienta-se que o processo de educação do corpo tem como instâncias iniciais a educação familiar, posteriormente à escolar e as que estão intrínsecas nas infinitas relações sociais e nas diversas experiências de educação não formal. As práticas esportivas, a dança, ginástica, lutas, jogos e brincadeiras, sempre fizeram parte de um todo que é a cultura corporal, as quais foram historicamente construídas, e não cessam de ser refletidas e problematizadas. No caso do *CrossFit*, este que está inserido no contexto de educação não formal do corpo, influencia diretamente no ato educativo do sujeito. Portanto, investigar como ele é educado corporalmente, implica reconhecer que dependendo do modo em que esse corpo é educado, irá definir politicamente os sentidos desse corpo.

Outrossim, o contexto contemporâneo, está atravessado por constantes e infinitas estratégias de sedução e controle, propagados pelas mídias e espaços de práticas corporais, que interpelam seus diferentes públicos e implicam seus modos de educação do corpo. Em consequência disso, estamos sujeitados a normatizações e modelos, que muitas vezes interferem de forma direta ou indireta sobre o que se ensina no contexto escolar. Além disso,

implica diretamente no fazer pedagógico dos professores, especificamente, o professor de Educação Física e sua área, seja qual for seu local de atuação.

Valendo-se dessas considerações, Paraíso (2004) vai afirmar que a educação se insere por todo e qualquer espaço, seja nas práticas ligadas diretamente ao contexto escolar, como os currículos, ou seja, nos espaços externos. Desse modo, essa autora vai defender que será a partir dos Estudos Culturais que surgirá a abertura para se pensar na extensão das pesquisas em educação nos mais diversos contextos, públicos e espaços e que, portanto, se inserem como “artefatos que ensinam as pessoas uma infinidade de práticas, comportamento, sonhos e desejos que não podem ser desconhecidos pela educação.” (p. 60).

Nesse sentido, defende-se que o *CrossFit* é uma prática corporal, que se insere entre estes artefatos. Ao mesmo tempo que é fundamentado por diversas áreas do conhecimento para obtenção de suas justificações biomédicas, ele também oferece grande potencial para pesquisas nas áreas das ciências humanas e sociais, estas que se apropriam de fundamentações socioculturais dos estudos sobre o corpo, sem limitá-los aos seus aspectos biológicos.

Ainda nessa linha de pensamento, os Estudos Culturais, na qualidade de campo de estudos investigativos, explora a valorização de novos olhares, ao mesmo tempo que direciona práticas, estas que interferem no modo de enxergar os sujeitos e seus corpos em relação consigo, com o outro e com o mundo, ou seja, aplica-se investigações sobre o plano cultural. Pensando nisso, os estudos culturais se apropriam do conceito de “pedagogias culturais”, para discorrer sobre os múltiplos e infinitos processos que são educativos, que se estendem para além de as quatro paredes da escola, ou seja, não limita seus campos de estudo aos lugares que historicamente foram tidos como detentores do ato de educar. Assim, para Silva (2000, p. 89) será uma pedagogia cultural, “qualquer instituição ou dispositivo cultural que, tal como a escola, esteja envolvida – em conexão com relações de poder – no processo de transmissão de atitudes e valores”. Assim, a família, igreja, centros de educação estética, até mesmo as redes de comunicações diversas se inserem como uma política da pedagogia cultural.

Wortmann, Costa e Silveira (2015) defendem que as pedagogias culturais operam por formulação de sujeitos pelas representações dos modos de ser, por meio dos apelos e padrões midiáticos, assim, possuem uma função pedagógica ainda que moduladora. Outro modo de condução das pedagogias culturais vincula-se pelo acionamento de complexos mercantis midiáticos, pois como sugere a própria nomenclatura, são modulados numa função pedagógica

de formar consumidores de determinados produtos da indústria midiática. Por fim, esses autores apresentam outra tendência que são as pedagogias culturais e cuidados de si os quais “aludem aos cuidados/técnicas de si, ao governo das condutas, à produção de subjetividades” (WORTMANN; COSTA; SILVEIRA, 2015, p. 39).

É sobre essas tendências, e em mais conformidade com esta última tendência que iremos refletir neste trabalho, a partir dos modos de educação do corpo que estão sendo conduzidos pela prática corporal do *CrossFit*. Utilizamos a premissa de que, este se torna parte de um dispositivo⁴ contemporâneo que traz novas identidades, ou mesmo que, criam e produzem subjetividades a partir da propagação da cultura *fitness*.

Portanto, investigar, interpelar, analisar, e por fim compreender, como ocorre a Educação do corpo, não se materializa em uma mera tentativa de defini-lo ou mesmo estruturar e encontrar um lugar de encaixe desse corpo no *CrossFit*. No entanto, visando tensionar possibilidades, problematizando-o e refletindo, sobre os sentidos e as possíveis referenciais que os justificam. Contribuindo, assim, com o interesse para pensar em novas pesquisas que possam unir sempre esses conhecimentos como fundamentais para o desenvolvimento de novas reflexões e pesquisas, especialmente, nas áreas da educação e Educação Física.

Ressalta-se ainda que se torna instigante atingir tais objetivos delimitados nestas pesquisas, considerando que, na qualidade de Profissional Licenciada de Educação Física, cujo espaço de atuação se limita apenas aos espaços escolares (educação formal), ainda é inquietante tal definição. Por isso, deve-se reconhecer que a escola é, portanto, segundo o Conselho Regional de Educação Física (CREF), o local que se delimita ao profissional de Educação Física Licenciado, todavia isso ocorre apenas por meros interesses políticos, econômicos e corporativistas.

Entretanto, torna-se pertinente para que, valendo-se desses resultados, possamos refletir e valorizar sobre os corpos, os quais são influenciados nos mais diversos contextos de educação do corpo, que não se limita ao contexto escolar, mas se materializa para além desse contexto educativo e se propaga nos ambientes não formais de educação, como uma pedagogia cultural.

⁴ O *Crossfit* é aqui entendido como parte de um dispositivo, pois se insere numa rede de intervenção corporal que é a cultura *Fitness*. Desse modo, atua como uma prática corporal que responde à urgência de regular, disciplinar e controlar corpos ao mesmo tempo que aciona tecnologias de subjetivações.

Contudo, esses são fatores que implicam diretamente na valorização do todo que é a área da Educação Física, seja Licenciatura ou Bacharelado. Além disso, essas são áreas cruciais para construção e reconstrução da educação do corpo e ambos perpassam por um ciclo que influencia e persuade quem somos na qualidade de profissionais, como discentes e, principalmente, quem não devemos ser.

1.4 METODOLOGIA

1.4.1 Abordagem de pesquisa

Para a realização desta investigação, optamos pela abordagem de viés qualitativo, considerando que os dados são recolhidos de um contexto rico em detalhes que, de modo descritivo, investigam as relações sociais e os pormenores que o cercam. Assim, a investigação qualitativa ocorre na busca pela análise dos elementos desse contexto, como os diálogos, os locais, os comportamentos, e os sujeitos.

De acordo com Bogdan e Biklen (1994), “As questões a investigar não se estabelecem mediante a operacionalização de variáveis, sendo, outrossim, formuladas com o objetivo de investigar os fenômenos em toda a sua complexidade e em contexto natural.” (p. 16). Desse modo, compreende-se que o objetivo da investigação qualitativa é explicar sobre os fenômenos do contexto social na complexidade dos seus sentidos. Para isso, ela se apropria de fundamentos teóricos, técnicas e procedimentos para o recolhimento dos dados e as interpretações.

Flick (2009) defende que a abordagem qualitativa, difere-se da quantitativa à medida que isola a quantificação dos fenômenos. Por isso, “Os objetos não são reduzidos a simples variáveis, mas sim representados em sua totalidade, dentro de seus contextos cotidianos. Portanto, os campos de estudo não são situações artificiais criadas em laboratórios, mas sim práticas e interações dos sujeitos na vida cotidiana.” (p. 24).

Diante do exposto, ainda assim Flick (2009) fundamenta a partir de Habermas e Beck, sobre a importância da pesquisa qualitativa por meio das seguintes afirmações:

A pesquisas qualitativa é de particular relevância ao estudo das relações sociais devido à pluralização das esferas de vida. As expressões-chave para essa pluralização são a “nova obscuridade” (Habermas, 1996), a crescente “individualização das formas de vida e dos padrões biográficos” (Beck, 1992) e a dissolução de “velhas” desigualdades sociais dentro da nova diversidade de ambientes, subcultura, estilos e formas de vida. Essa pluralização exige uma nova sensibilidade (p. 20).

Nesse sentido, partindo da grande variedade que se encontra no cotidiano de relações sociais, tal como no grupo do *CrossFit*, surge a necessidade de os métodos serem selecionados conforme a possibilidade do objeto. Uma vez que, nessa abordagem, a pesquisa deve apresentar a variedade de perspectiva em que o objeto se insere, categorizando as práticas e conhecimentos do grupo pesquisado. Diante dos métodos qualitativos deve-se considerar algumas posições do pesquisados, como: A comunicação em campo do pesquisador, este que não pode ser isento de tornar-se uma variável para produção do conhecimento. Ao mesmo tempo que valoriza a subjetividade de investigador e investigados, por isso, as observações e reflexões devem ser registradas e documentados em instrumentos selecionado para a análise (FLICK, 2009).

Portanto, o objetivo desse tipo de pesquisa para Flick (2009) é a busca por descobertas e por “desenvolver teorias empiricamente fundamentada”, mais do que apenas comprovar o que já foi testado e comprovado (p. 24). Portanto, salienta-se a importância de considerar métodos, ou seja, percursos a serem tomados, de modo que sinalizem orientações em busca dos resultados. Nesse sentido, segundo Lalande (1999) define-se como método um “programa que regula antecipadamente uma sequência de operações a executar e que assinala certos erros a evitar” para obtenção de determinados resultados (p. 679).

Fundamenta-se que, para Ferreira Neto (2015), ao referenciar Becker (1992), afirma que o modelo supremo de produção do conhecimento sempre preconizou seguir um percurso de investigação bem definido, no entanto, nas pesquisas em ciências humanas, esse modelo pode ser considerado um “artesanato” no qual é delineado em conformidade com a progressão da pesquisa. Desse modo, tanto objetos quanto instrumentos podem ser reconstruídos.

Além disso, consideramos que na escolha de um método de análise que seja capaz de valorizar o potencial da investigação e interpretações das possíveis manifestações do objeto, seria necessário desvalorizar um método pré-definido, considerando que a definição resulte na limitação das possibilidades de investigação. Desse modo, como esta pesquisa inquieta-se com a compreensão dos discursos que engendram o comportamento desse grupo, suas opiniões, atitudes e suas relações corpóreas, no contexto do Crossfit Aju, organizamos a produção de dados em dois momentos: Um primeiro momento de contato prévio como participante e o segundo ocorreu com a realização das entrevistas.

Corroborando com essas afirmativas, nos inspiramos inicialmente apoiado em ferramentas foucaultianas, no que tange às suas contribuições por uma não definição rígida e fixa sobre método. Mas por uma lógica que vai sendo conduzida pelo próprio campo e as possibilidades que vão sendo encontradas no decorrer desse caminho. Desse modo, este autor

considera que o método pode ser definido conforme os procedimentos, à medida que elas vão sendo determinadas sequencialmente na pesquisa. Considerando, assim, que o método pode e deve ser selecionado “caso a caso”, no decorrer da construção do objeto e problema da pesquisa e, por conseguinte é delineado as opções de instrumentos e estratégia (FERREIRA NETO, 2015).

Contudo, diante dos nossos objetivos, esta pesquisa também se configura como trabalho de campo, no qual é utilizado para recolhimento dos dados, na maioria das abordagens qualitativas. Desse modo, consideramos que dentre as formas de adentrar no mundo dos praticantes do *Crossfit* é preciso estar envolvido no seu cotidiano. Entretanto, não de modo passageiro, mas de forma mais naturalista, em que haja envolvimento, pois, a qualidade desta pesquisa se estabelece pelas boas relações (BOGDAN; BIKLEN, 1994). Desse modo, com a intenção de compreender os significados inerentes à educação do corpo neste ambiente, afirma-se que por meio do trabalho de campo as relações e investigações são mais bem estabelecidas com a observação à qual optamos em ser participante.

1.4.2 Tipo de pesquisa

Nossa pesquisa se caracteriza como do tipo de “observação participante” e “exploratória”.

A pesquisa de observação participante se destaca das demais observações, na medida em que o pesquisador se torna parte do grupo investigado. Assim, o investigador passa a integrar-se no estilo de vida, adota um envolvimento no cotidiano do grupo pesquisado (PERUZZO, 2005).

Com base em Travancas (2010), considerando que o pesquisador não se limita como mero transmissor de falas transcrita, para ele o objetivo essencial é a interpretação a partir da observação e do que foi sentido pelo pesquisador. Assim sendo, “O trabalho final – seu texto – é fruto de muitas vozes. Das vozes nativas, das vozes dos autores com quem dialoga e da sua própria voz” (TRAVANCAS, 2010, p. 12).

Para isso, além de a pesquisa participante nossa pesquisa assumiu o caráter exploratório como tipo de pesquisa, uma vez que, de acordo com nosso objeto de estudo, identificamos poucos estudos que exploraram o *CrossFit* sobre o viés das ciências humanas e sociais. Desse modo, esse tipo de pesquisa tem esta característica, de explorar uma visão geral e aproximado já que o assunto é pouco explorado e, por isso, nos conduzirá como uma primeira etapa de

investigação, buscando mais informações sobre o objeto, possíveis esclarecimento e delimitação (GIL, 2008).

Assim sendo, baseando-se na principal finalidade das pesquisas exploratórias, identificamos contribuições significativas para o delineamento posterior deste estudo. Como refere-se Gil (2008): “As pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos [...]” (p. 27). Além disso, corrobora com o intuito da pesquisa de observação participante a qual intenciona familiarizar-se com o fenômeno a ser estudado, já que buscamos posteriores delineamos e/ou possíveis categorias mediante o campo (abaixo explicaremos mais sobre esta característica de nossa pesquisa).

Dito isso, acreditamos que fazendo parte do campo empírico junto ao grupo de sujeitos pesquisados a fim de conhecê-los e explorá-los, tanto para a pesquisa de observação participante quanto a pesquisa do tipo exploratória, nos oportunizando neste momento uma investigação mais rica em termos qualitativos.

1.4.3 Instrumento de produção de dados e amostragem

Nosso estudo foi realizado na academia *CrossFit Aju* da Cidade de Aracaju/SE. A academia *CrossFit Aju* é conhecida como primeiro *box* oficial afiliado à *CrossFit, Inc.* no estado de Sergipe. Escolhida tendo em vista seu maior tempo de experiência na cidade. Inicialmente procuramos os gestores da academia para vermos da possibilidade de execução da pesquisa. Dessa forma, solicitamos a autorização para a pesquisa e o Termo de Livre Consentimento que pode ser visualizado no apêndice I na página 122. Após a autorização cedida pela academia/*box*, foi realizada a matrícula para inserção enquanto praticante/pesquisadora inserida ao campo empírico com os demais sujeitos da pesquisa. Importante citar também que a pesquisa passou pelo crivo do Comitê de Ética da Universidade Federal de Sergipe (UFS).

Ressaltamos que nossa produção de dados aconteceu em dois momentos:

Num primeiro momento, a pesquisadora passou um mês na academia/*box* (de 08 de novembro de 2019 a 09 de dezembro de 2019), explorando o campo, para compreensões prévias, visando encontrar nesse caminho direcionamentos para os próximos. Por isso, neste primeiro momento de observação participante não foi aplicado nenhum instrumento de coleta

de dados, foi tão somente um momento de observação numa relação de cliente/participante/praticante.

Nesse cenário de intenções prévias, seguimos baseando-nos na perspectiva de Michel Foucault defendido por Ferreira Neto (2015, p. 413), com base na seguinte afirmativa: “[...] o método entendido como caminho para se chegar a um resultado, não é uma priori da pesquisa. Pelo contrário, é algo que pode ser revisto, retificado ou alterado durante o processo da pesquisa.”. Desse modo, partimos dos pressupostos de Foucault, o qual defende a importância de discorrer sobre o processo de investigação à medida que o caminho percorrido exige outros novos, buscando justificá-los.

No primeiro mês de observações, o contato com a prática corporal foi realizado numa frequência de três vezes por semana (segundas, quartas e sextas-feiras). Esse contato prévio com o campo empírico, oportunizou verificar que há uma proliferação de práticas discursivas e não discursivas como uma categoria máxima de análise, ou seja, consideramos que o discurso é tanto meio de análise, quanto principal recurso que engendra comportamentos e emergem outras discursividades no contexto do *box Crossfit AJU*.

O segundo momento da pesquisa, se caracterizou como um momento de explorar o campo com as ferramentas de coleta de dados. Os materiais produzidos, são as principais bases de análise e, portanto, precisam não apenas ser vistas como provas, mas como o material que recolhidos de modo fidedigno transformam a compreensão empírica para a construção científica (BOGDAN; BIKLEN, 1994). Portanto, após ter passado um mês sendo praticante/pesquisadora, em torno da segunda semana de dezembro (10 de dezembro de 2019), me apresentei ao grupo enquanto pesquisadora e demos início as entrevistas.

Assim sendo, foi por meio dos materiais e produção da empiria necessária para nossas análises que interpelamos os resultados. Assim, a escolha e organização dos estudos qualitativos requer transcrições desses dados por meio de instrumentos que facilitem tanto o recolhimento quanto a análise destes.

Desse modo, para a produção dos dados empíricos unidos ao campo, foi utilizados os seguintes instrumentos: entrevista (semiestruturada com questionários abertos), observação direta intensiva (participante), análise de produto midiático e diário de campo.

- **Entrevistas** (semiestruturada com questionários abertos): Destacamos a escolha por entrevistas com a estruturação de questionário abertos e entrevistas semiestruturadas, pois, baseando-se em Lakatos e Marconi (2008), por meio destes é possível obter um diálogo verbal, informações mais precisas e objetivas quanto o assunto a ser investigado. Por isso, faz-se

necessário o questionário aberto que direcione aos objetivos da pesquisa, contribuindo, assim, com uma entrevista estruturada, de modo mais eficaz, uma vez que possui caráter discursivo e oportunizando ao entrevistado uma expressão mais livre das respostas. Essa liberdade dos questionários tem o intuito também de explorar novas informações possíveis sobre o campo e objeto.

Ainda assim, a escolha por entrevistas de questionários abertos nos oportuniza um melhor envolvimento com o público pesquisado, considerando que podem ser formados por diversos segmentos de populações, faixa etárias e até mesmo diferentes níveis de escolarização. Nesse segmento, também oferece maior flexibilidade na reformulação de perguntas com base nas repostas dos entrevistados, garantindo melhor compreensão da pergunta. Além disso, oferece-nos oportunidade na análise de gestos e reações e possíveis dados que não estejam documentados, mas que podem ser muito significativos, pelo contato com o entrevistado (LAKATOS; MARCONI, 2008). Além disso, reconhecemos que estamos diante de uma compressão que se torna ampla e infinita, como a educação do corpo. Desse modo, os sujeitos de nossa pesquisa foram: os principais agentes deste espaço, os professores (*coach*⁵) e praticantes do *CrossFit Aju* da cidade de Aracaju-Sergipe.

- **Observação direta intensiva participante:** Este se destaca, porque estava em contato direto com uma prática corporal, o *CrossFit* que é realizado em grupo, mas lida diretamente com limitações individuais. Por isso, foi preciso mais do que apenas observar e sentir o *CrossFit* com a prática, porém foi necessário ter sensibilidade ao que estava ao redor das falas e atitudes.

Desse modo, isso foi possível por meio da observação direta intensiva que, segundo Lakatos e Marconi (2008, p. 190): É “uma técnica de coleta de dados para conseguir informações e utiliza os sentidos na obtenção de determinados aspectos da realidade. Não consiste apenas em ver e ouvir, mas também em examinar fatos ou fenômenos que se desejam estudar.” Além disso, ela compromete-se em ajudar o pesquisador com informações nas quais “os indivíduos não têm consciência, mas que orientam seu comportamento. Sendo essa, o “ponto de partida da investigação social” (p. 190).

Segundo Lakatos e Marconi (2008), ao lidar com determinados sujeitos, não estamos livres de certas indisposições do entrevistado, em ser claro nas informações, ou até mesmo distorções por influências externas, incompreensões e dificuldade de expressões. Sendo assim, buscamos preencher possíveis lacunas por meio da observação direta intensiva, pois essa se

⁵É intitulado de *coach*, o profissional, treinador, após realizar um curso com a *CrossFit Inc.* e receber a certificação da empresa norte americana. Portanto, compete essa formação compete aos profissionais de Educação Física que ministram as aulas nos boxes e são responsáveis pelo acompanhamento dos alunos.

destaca por permitir que o pesquisador verifique possíveis coerências das repostas dos entrevistados, atitudes e expressões que podem se afirmar, contradizer ou até mesmo resultar em novas percepções.

Essa observação direta intensiva participante ocorreu tanto dentro do espaço de prática corporal quanto no espaço virtual na comunicação informal do dia a dia. Deste modo, o foco de nossa observação não foi apenas no discurso verbal dos participantes e suas relações corpóreas, mas também na organização do ambiente, música, cores, frases e demais itens que compõem o espaço.

- **Análise de produto midiático:** esse instrumento de coleta de dados é utilizado:

Quando se procura acompanhar determinado veículo midiático e detectar/compreender seu conteúdo e seu discurso, com suas possíveis intenções – por exemplo, acompanhar, seja pela internet, ou pela mídia impressa ou mesmo por algum programa televisivo, os discursos, os sentidos e as representações de um grande evento esportivo (MEZZAROBBA; MENDES; PIRES, 2010, p. 202).

Desse modo, coletamos dados por meio de um aplicativo midiático, escolhido para esta pesquisa, por proporcionar diariamente uma produção em massa de dados sobre dimensões do nosso objeto e campo empírico. O *Instagram* -@crossfitaju_oficial- este que é o principal meio de divulgação da empresa. Deste modo, acredita-se que esta rede social possui representações pertinentes, mesmo sendo uma rede social pública, também tomamos as devidas autorizações do acesso e utilização destes, por meio da liberação da proprietária, após tomar ciência desta pesquisa e assinatura do Termo de Anuência, conforme anexo da página 122.

Consideramos o *Instagram* uma ótima ferramenta social de partilha da experiência com todos os praticantes/alunos e professores. Por ser um ambiente virtual, a interação agrega informações dos alunos, principalmente, sobre as atividades realizadas no *CrossFit Aju*. Desse modo, nossa análise parte do acompanhamento das publicações no campo dos *stories* e *feed* notícias do *Instagram*, especificamente das publicações do *feed* durante o período de inserção no campo. Limitamos a esse período, tendo em vista a contribuição entre o acompanhamento de fotos, vídeos, e mensagens ao mesmo tempo da vivência em campo. No *stories* realizamos acompanhamento diário.

- **Diário de campo:** Segundo Bogdan e Biklen (1994) é por meio do diário de campo que é possível o relato escrito de todas as possíveis observações do investigador, sobre tudo o que

está envolto do campo, objetos, pessoas, o que falam, o que se ouve, vê e experienciam, possíveis ideias, e estratégicas e até reflexões. Seguindo suas considerações, utilizamos do processador de texto ou computador, com intuito de facilitar nossa busca.

Ainda assim, Bogdan e Biklen (1994) destacam que as notas de campo podem ser estruturadas em dois tipos, os descritivos e o reflexivo, respectivamente, à medida que o primeiro se estende de modo objetivo, sobre os acontecimentos vivenciados no campo. Enquanto isso, as partes reflexivas das notas de campo vão descrever parte do relato do pesquisado, com reflexões pessoais, ou seja, o olhar subjetivo da experiência da observação e participação, neste caso, da prática do *CrossFit*. Por isso, foi investigado tanto profissionais *coach* quanto praticantes do CrossFitAJU em suas relações e características, bem como a vivência da prática tanto no momento de prática quanto nas relações adversas ao espaço. A partir disso, fizemos usos das notas de campo estruturando-as de forma, tanto descritiva quanto reflexiva.

Também houve a utilização de ferramentas de análise, tais como o registro por meio de fotografias e gravações. Este primeiro, segundo Bogdan e Biklen (1994), está relacionada à pesquisa qualitativa à medida que podem ser analisadas para os dados exploratórios e no auxílio da compressão do subjetivo.

Contudo, defendemos que nenhum meio de produção de dados está livre de limitações nas quais se pode buscar contrapor e potencializar com reformulações metodológicas. Assim, acreditamos que esses instrumentos de produção de dados, se completaram e integraram, representando-os essenciais para as intenções iniciais e posteriores deste trabalho. Nossa preocupação foi apresentar tanto este percurso inicial como um ponto de partida quanto à valorização das possibilidades que surgiram no percurso.

Por isso, após conseguirmos produzir uma quantidade significativa de dados, também nos inspiramos em ferramentas foucaultianas para tratarmos da análise dos dados. Assim, baseamo-nos na análise do discurso, sobre a perspectiva foucaultiana, pois consideramos que, pelo discurso é possível compreender que verdades vão se transformando, e, portanto, moldando, persuadindo modos de pensar, agir e sentir.

Assim sendo, vemos uma potente contribuição nesses pressupostos para análise e reflexão dos dados produzidos, nesse processo complexo e subjetivo que são os modos de educação do corpo, diante dos vastos discursos sobre a cultura *fitness*, bem como, suas produções de sentidos. Além disso, para Michel Foucault, o discurso não só produz verdades, saberes, mas também se apresenta como uma força que define por relações de poder o que pode

ser dito e o que pode não ser, por isso, apresenta que os discursos nomeiam o ser sujeito de cada momento, lugar e tempo histórico.

2 EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO CROSSFIT

2.1 EDUCAÇÃO DO CORPO

“Cada época elabora sua retórica corporal” (Michel Foucault)

A Educação Física surge como espaço legítimo para estudos associados à educação do corpo, uma vez que mesmo não sendo uma ciência, ela sempre foi articulada epistemologicamente por outras áreas do conhecimento, e segundo Bracht (2007), possui sua especificidade pela ação pedagógica pautada no universo da cultura corporal do movimento. Portanto, a Educação Física apropria-se das diversas formas de educação do corpo por meio das inúmeras práticas corporais.

Sobre essas considerações, segundo Le Breton (2006), exige-se um olhar multidisciplinar para compreensão do corpo e suas infinitas representações. Fundamenta-se como um ciclo, ao mesmo tempo que o corpo é influencia, também é influenciado, pois enquanto suas práticas contribuem para desvelar o corpo-sujeito, também provocam indicadores que evidenciam como o corpo transforma e reproduz a Educação Física e suas práticas e, conseqüentemente, transformam seus sentidos. Desse modo, Galak *et al.* (2018, p. 80) vem apresentar que as pesquisas sobre corpo no campo da Educação Física permitiram uma nova roupagem e olhar epistemológico/ontológico do corpo, possibilitando configurar sua tradicional interpretação anatômico e biologista para compreendê-lo como uma “construção social” (destaques do autor). Corroborando, assim, com Le Breton (2007, p. 32) ao afirmar que: “O corpo não existe em seu estado natural, sempre está compreendido na trama social de sentidos”.

Desse modo, o corpo é o meio pelo qual existimos no mundo, o qual experienciamos mais “ser” do que “ter” um corpo. Assim, o ser humano é presença que se estabelece por meio das relações consigo, com o outro, com a natureza e com o mundo, além de sermos presença em tempo e espaço como corpo e sendo um corpo. Assim, por meio do corpo “nascem e se propagam as significações que fundamentam a existência individual e coletiva; ele é o eixo da relação com o mundo, o lugar e o tempo nos quais a existência toma forma [...] (LE BRETON, 2007, p. 07).

Levando-se em consideração as diversas conceituações e significações atribuídas ao corpo até o presente momento, Marcel Mauss referenciado por Bártolo (2007, p. 03), afirma

que as classificações, prescrições, construções e confrontações sobre o corpo são inesgotáveis [...]. Neste inesgotável discurso sobre o corpo afirma-se que mesmo com a união de cada ciência, ao traduzir o corpo sobre a égide de seus conhecimentos, ainda assim, seria insuficiente para conceituação do corpo, pois é o limite de cada área que estabelece o recorte sobre o “todo que é o corpo”. Sendo este a própria realidade humana, transcende qualquer conceituação ou soma delas.

Por essas considerações Bártolo (2007, p. 07), justifica que “o corpo será mesmo o tema central a partir do qual a contemporaneidade pensa e se pensa”. Mas, no entanto, dissertar sobre corpo exige considerar que não é possível atingir sua totalidade, uma vez que como já mencionado, o corpo é a própria realidade humana, por isso, transcende qualquer soma de significações oriundas de um conjunto de disciplinas.

Uma análise histórico-crítica dos processos que legitimaram os diversos modos de educação do corpo, faz-nos compreender que não falamos do passado, mas essencialmente, de um passado que se refaz no presente, no entanto, com roupagens contemporâneas. Suas origens e repercussões históricas revelam constantes lutas pelas formas e funcionamentos do corpo, sobre a tentativa de seu controle, melhoramento e prolongamento da vida. Isso porque, diante das inúmeras representações por onde o corpo perpassou, sempre houve o julgamento de valor sobre uns em detrimentos de outros. Sua base histórica tem particularmente as primeiras divisões de classe, entre o poder da burguesia e seu oponente histórico, os operários, estes que são os principais alvos da utilização da força de trabalho e da construção do novo homem em manutenção da hegemonia (SOARES, 2012). Desse modo, sempre haveria um corpo que precisará ser mais educado, e corrigido na tentativa de receber o melhor número de qualidade, pelos cultivos dos padrões de normalidade que cada época instaurou, pela força e violência de dominação.

Ao percorrer alguns dos inúmeros percalços históricos sobre o corpo, há uma conformidade em que as investigações são atravessadas pela ambição de governá-lo e organizá-lo conforme interesses de poder sobre ele, de modo individual ou coletivo. Diante de todos os progressos que os estudos sobre o corpo alcançaram, buscou-se nas incertezas tratar de medos, seja, pelo medo da dor, medo da doença e até mesmo, medo da desumanização das aparências (SANT’ANNA, 2006). Salienta-se que esses medos foram e ainda são as motivações para a incessante busca de educação e domínio sobre o corpo. No entanto, a este pensamento de Sant

Anna, acrescenta-se que talvez haja um outro medo, que é sobre o dia em que os corpos/sociedade poderão despertar das alienações.

Dito isso, percorremos algumas das incontáveis tentativas de como a educação do corpo foi e é interpretada ao longo dessa história inacabada, considerando o corpo como ponto de partida e de chegada, à medida que é sobre ele e para ele, que fomos e somos educados, alienados, subordinados ou mesmo, libertados. Corroborando com Soares (2006, p. 111) justifica-se que:

A partir dos desenhos que traçam no espaço com sua materialidade, os corpos e sua gestualidade podem permitir a compreensão de toda uma dinâmica de elaboração dos códigos a que devem responder, das técnicas, pedagogias e instrumentos desenvolvidos para submetê-los às normas.

Dentre as transformações mais importantes na história da humanidade, temos o surgimento da nova compreensão do ser humano como centro de tudo, contraponto a ordem divina e domínio da fé instaurada na Idade Média, quando até então, Deus estava no centro de todas as ordens. Assim, a nova ordem do renascimento que se instaura, baseia-se em vivenciar a vida em vez da busca pela compreensão do mundo após a morte. Por isso, compreende-se que o controle do corpo sempre esteve presente na história da humanidade, pelas relações de algum tipo de poder sobre ele. Portanto, o corpo desviou-se da égide do poder divino, passando a ser alvo dos novos interesses econômicos e sociais, que, por sua vez, apresentava com uma nova roupagem de submissão do indivíduo.

Nessa nova circunstância, a intenção era expandir suas forças para melhorar o mundo de acordo com os interesses da nova ordem, regida pelas produções capitalistas e por uma abordagem positivista da ciência. Assim, o corpo transitou de um destino que era representado pelo divino, passando a ser legitimado pelos saberes científicos a partir da biologia e anatomia. Nesse momento, o poder da ciência passa a antecipar o seu destino, por suas técnicas de manipulação, experimentações e medições, na tentativa de prever e expandir as forças da natureza do homem e do mundo físico em favor da regulamentação da população. Este também foi um momento crucial de resgate da cultura romana pela valorização do saber, pelas descobertas da ciência, porém, também retoma a incumbência do corpo como instrumento da alma (GOELLNER, 1992). No entanto, para Soares (2012), o conhecimento que era valorizado, pautava-se na natureza individualista, em que o sujeito aparece como “isolado da sociedade, alheio a sua ação”, ou seja, independente da cultura, e por estar reduzido ao seu estado biológico, este foi o principal motivo da construção do conjunto de teorias que justificaram as desigualdades sociais como naturais (p. 06).

Cabe refletir que se instaura neste momento a valorização não apenas da medicina em sua arte de corrigir o corpo, mas essencialmente pelas práticas de atividade físicas, passando a valorizar o interesse pela cultura corporal. A ginástica era, portanto, o principal elemento de educação do homem, corpo e alma, cuja finalidade era atingir os preceitos éticos, morais, higiênicos e sociais, militares. No Brasil, a EF se propaga pelos “ideais eugênicos e de regeneração da raça, a partir de congressos médicos e propostas pedagógicas” (SOARES, 2012, p. 14). Os discursos apresentavam uma engenharia biológica que contribui com o melhoramento do tempo de vida útil do corpo, em busca pelo controle das doenças e da saúde como responsabilidade individual pela reorganização de gestos e atitudes. Desse modo, contraditoriamente esse conhecimento vem com intuito de falsa liberdade para controlar. Portanto, percebe-se que a temática educação do corpo se propagou pela importância de dominar a natureza do corpo mediante as práticas corporais para e pelo conhecimento e leis que aprisionaram o homem a seu organismo biológico (SOARES, 2012).

Dito de outro modo, prolongar a vida, melhorar a saúde, fortalecer o corpo, tornam-se os objetivos cruciais para desenvolver as forças produtivas da sociedade. Foucault (2001) apresenta que nasce um governo da vida, em que o corpo individual se torna o objeto da política social, passando a ser regulamentado, submisso, exercitado e categorizando-os quanto às necessidades padrões, justificados por possuírem a mesma estrutura anatômica em seus organismos. A biologia, portanto, universaliza os corpos, e busca torná-los dóceis para o controle do corpo da população. É esse exercício de poder sobre o corpo que Michel Foucault expressa que: “Foi no biológico, no somático, no corporal que antes de tudo, investiu a sociedade capitalista. O corpo é uma realidade biopolítica” (FOUCAULT, 2015, p. 144).

Reconhecemos, portanto, que controlar o corpo aparece com toda uma relação de força produtiva, pelas técnicas de gerenciamento da vida, que pelos sentidos Foucaultianos, este controle da população se deu por meio das diversas instituições estatais, como as prisões, hospitais, e principalmente pelas instituições escolares. Soares (2012) afirma que preferencialmente o controle do corpo atingia a massa classe trabalhadora e, portanto, este era instrumento para concretizar a produtividade da sociedade. No entanto, foi a partir das instituições escolares que a modernidade, “traz consigo formas peculiares de tratar o corpo, modelando-os de acordo com os interesses civilizatórios” (OLIVEIRA, 2006, p. 57).

Percorrendo os estudos de Oliveira (2006), este esclarece que, as marcas da educação do corpo percorrem com o processo de escolarização, pela passagem da escola doméstica para a escola graduada, entre os primeiros anos da república no Brasil, século XIX. Assim, instaura-

se diante dos avanços industriais da modernidade, uma nova ordem de formação. Nesse lento processo de escolarização, muitas foram as formas de conceber ao corpo ou a corporalidade, principalmente pela expectativa de formação das almas dos alunos, por meio das *gymnástica*, que continuavam com as teorias higienistas, exercícios militares, as preocupações com novos valores e hábitos.

Corroborando, assim, com Goellner (1992), ela afirma que este remodelamento corporal atribui os olhares para preparação do físico para a força de trabalho, tendo como base a disciplina e os gestos eficientes do corpo e do intelecto. Nesse viés, estrategicamente surgem os métodos ginásticos europeus (SOARES, 2012). E movido a estes métodos franceses, suecos, e alemães, disseminam seus objetivos nacionalistas de regeneração da raça, civilizatória e sempre disciplinar pela concepção de ser humano que o sustentavam, o biológico.

Segundo Oliveira (2006, p. 17), “O corpo físico passava a ser talvez a principal possibilidade de reordenação do corpo político da sociedade”. Assim sendo, dentre as principais marcas de meios coercivos e disciplinar do corpo não estava apenas esses métodos ginásticos, que ao final do século XIX passara a ser reconhecido como Educação Física nas escolas, mas principalmente os meios punitivos, os quais foram somados a esse projeto civilizador. Sendo assim, em meio ao processo de escolarização, houve também diversas formas de punições e castigos corporais que se instauram como método de poder sobre os alunos, justificados pela tentativa de formação da nação. Por essas reflexões cabe considerar, que a Educação Física sempre esteve com o poder sobre o governo dos corpos para seus usos políticos. Sobre essas considerações Soares (2012) expressa que:

A Educação Física será a própria expressão física da sociedade do capital. Ela encarna e expressa os gestos automatizados, disciplinados, e se faz protagonista de um corpo “saudável”; torna-se receita e remédio para curar os homens de sua letargia, indolência, preguiça, imoralidade, e, desse modo, passa a integrar o discurso médico, pedagógico... familiar. (p. 04-05).

Ancorada nessa narrativa histórica da educação do corpo, podemos caminhar para uma análise de suas expressões do mundo contemporâneo. Afirma-se inicialmente que a violência corporal não ficou presa aos antigos castigos físicos e métodos ginásticos instaurados no processo de escolarização. O desejo de pureza da raça, pelas técnicas corporais da época é, hoje, transferido para uma educação mais infinita de aperfeiçoamento corporal, cujo desejo maior é a naturalização de corpos potentes, se seguidos pelas infinitas prescrições produzidas pelos paradoxos da indústria da saúde, do esporte, da cultura tecnológica e toda a sua força midiática.

Diante das instituições escolares, um importante marco teórico para repensar na educação dos corpos foi seguindo por um período revolucionário da área da Educação Física, tendo como grandes referenciais, os seguintes livros, inicialmente, o livro “Metodologia do ensino de Educação Física”, organizado por um Coletivo de Autores (Celi Taffarel, Valter Bracht, Lino Castellani Filho, Micheli Ortega, Carmem Lúcia Soares e Elizabeth Varjal). Além deste, a obra “A Educação Física cuida do corpo e mente” de João Paulo Medina (1983), que já se encontra em sua 25ª edição. O livro do Coletivo de autores foi precursor para fundamentar uma pedagogia histórico-crítica que vinculou a cultura corporal como objeto de conhecimento da área. Como o livro de Medina foi escrito nos anos finais de um marco histórico do país, o fim da ditadura militar no Brasil, contribui nesse momento de redemocratização do país, defendendo uma educação libertadora livre do determinismo biológicos e sendo contra a opressão que a Educação Física sempre propagou na educação do corpo. Portanto, para Medina (2010):

O corpo é considerado em todas as suas manifestações e significações, não sendo apenas parte do ser humano, mas o próprio ser humano. Pode teorizar sobre os aspectos biológicos, psicológicos e sociais, mas age fundamentalmente sobre o todo (MEDINA, 2010, p. 81).

Esse período foi conhecido também como a crise da Educação Física da década de 80, que além desses livros citados, outra importante obra foi o livro de Elenor Kunz, intitulado “Educação Física: ensino e mudanças” (1991). Leva-se em consideração, que esses livros contribuíram com uma Educação Física mais reflexiva, atribuindo uma visão mais culturalista, crítica e emancipatória. Além disso, foi também a partir dessas obras que houve a culminância na inserção nas áreas de ciências humanas e sociais da Educação Física. Em consequência disso, surgem, portanto, meios de se pensar em novas significações e subjetividades do corpo.

Embora a crise de identidade da EF e os estudos culturais proferidos desde a década de 80 tenham superado, em partes, o determinismo biológico e ampliado as representações culturais sobre o corpo, houve também um plano inferior atribuído à cultura corporal, pois dessa vez estava sendo influenciado pela supremacia das manifestações intelectuais na educação do sujeito, e com isso, surge uma infinidade de fragmentações teóricas da própria área na tentativa de legitimar sua importância.

É válido destacar que o controle que as instituições modernas tinham articulado para os modelos civilizatórios e de subordinação do corpo, não estão mais concentrados apenas pelo poder do estado. Entretanto, o controle dos modos de educação do corpo foram ampliados,

tendo em vista que as instituições não se resumem mais apenas à ordem governamental, porém, agora, regida por uma infinidade de possibilidades do mundo privado, que continuam com interesses tanto de liberdade quanto de opressão. As academias, os centros estéticos, centro esportivos, cirúrgicos e a forte cultura de massa, agora oferecem um novo modo de subordinação para e pelo corpo, apresentando uma nova ordem de normatização que é ainda mais ilimitada de possibilidades. E até mesmo as instituições escolares privadas que propagam diferentes modos de formação e tipo de sujeitos, sobre a égide das fragmentações do conhecimento e ideologias.

A promessa de corpos potentes e saudáveis, é estimulada pelo maior controle do corpo que a história da humanidade já proferiu. Precisamente, pelo extremismo entre o excesso que é motivo das deficiências de cuidado com o corpo. As incessantes plásticas, o excesso de exercícios que, por outro lado, também se torna a deficiência de cuidado com o corpo pela falsa promessa de procedimentos mais rápidos. Conforme referencia Soares (2012), ela sinaliza a falsa liberdade oferecidos pelos procedimentos estéticos dos avanços científicos e tecnológicos, os quais são alusivos à busca de uma felicidade que se encontra no produto do belo. Porém, uma liberdade que ao mesmo tempo, dominam, aprisionam e anulam.

No entanto, acredita-se em avanços quando se pensa na democracia do país, ou nos contínuos avanços da biologia e até mesmo na valorização dos estudos culturais, além dos avanços das diversas áreas do conhecimento. Contudo, retrocedemos ao supervalorizar os avanços tecnológicos e a dependência e criação constante do que é favorecido como necessidade. O avanço da tecnologia talvez seja o nosso maior retrocesso, quando utilizado pela sua potência de dependência.

Exemplificando tais afirmativas, podemos comparar que a contradição da expressão, “liberdade para o aprisionamento” referenciado por Soares (2012), acerca do conhecimento que a medicina e a EF propagaram, iguala-se na contradição do que conhecemos hoje como os procedimentos estéticos cada vez mais diversificados e avançados e pela construção do corpo atlético. Cabe salientar que não há um só local do corpo anatômico que, hoje, com os avanços da medicina não foram atingidos pelas tentativas de melhoramentos.

Encontramos, portanto, a tal “liberdade” nas possibilidades que os *botox*, cirurgias, a tentativa de “zerar recordes” no mundo esportivo, e os mais variados tipos de tratamentos e melhoramentos corporais, em contrapartida, encontra-se o “aprisionamento”, que também “ousa em nome da saúde” a manutenção da nova “ordem burguesa”. Essa ordem que visa manter os constantes procedimentos para atingir o padrão de normalidade de corpo ideal, em

que a saúde se instaura, pelo excesso de procedimentos estéticos. Portanto, cabe refletir que pertencemos a uma continuidade da ordem do capital, que não difere da história, à medida que os avanços das ciências biológicas propagaram a formação do novo homem pelos ideais de produtividade, eugênicos para a purificação e controle da raça. Porém, hoje em pleno século XXI, sobre a roupagem ilimitada do capitalismo e controle por uma nova eugenia, na qual Soares (2012) problematiza como “os apelos da mídia às fórmulas frenéticas de cuidar do corpo”. (p. 114).

Os destaques do corpo sobre o século XXI é marcado por mais avanços científicos e tecnológicos, pelas diversas áreas do conhecimento, pelo surgimento da robótica, genética, e as promessas de um corpo fisiologicamente perfeito. Tanto pelas produções cinematográficas quanto pelo avanço do campo esportivo, o corpo aumenta ainda mais as fronteiras entre o artificial e o natural. Este último se propaga, principalmente, pela tentativa de vencer recordes e a sujeição do corpo a ordem biotecnológica proferida pelo projeto genoma e a violência sobre o esporte de alto rendimento. À medida que o esporte passa a ser louvado, junto a ele o corpo para a manutenção da ordem de consumo (SOARES, 2006).

Dessa maneira, vê-se que o eugenismo pós-moderno que se instaura possui as mesmas características de subordinação ao trabalho, porém desta vez não atinge apenas a classe operária, mas todas as classes, pela consciência e inconsciência do consumo. Difere em partes dos ideais da biologia positivista, a qual universalizou os corpos e moldou suas necessidades e gostos. No entanto, a subordinação do corpo, hoje, não é propagada por essa cultura de massa homogeneizante, mas por infinitas, ou seja, não cria mais um padrão de normalidade, todavia, padrões plurais e infinitos de possibilidades de “corpo ideal”.

Sobre essa ótica, que o corpo/humano se dissemina como pertencente de uma espécie de nova “eugenia” que se modifica em um período mais curto e cada vez mais constante. Por isso, o padrão ideal não é precisamente universalizado, mas adaptado ao pertencimento de cada grupo a fim de atingir a todos os possíveis gostos que são também criados pela ordem infinita do consumo e do capital, cercado de avanços científicos e tecnológicos e a constante criação de identidades culturais. Essas características corroboram com o sujeito pós-moderno definido por Stuart Hall (2000), este que, por não possuir mais uma identidade fixa, suas características passam também a ser inconstantes. Além disso, por sua definição histórica e cultural de sujeito e não mais definido biologicamente, ele perpassa por direções continuamente deslocadas (p. 13). Por isso, afirma-se que há a multiplicidade de significações culturais do sujeito pós-moderno, também exige da cultura de massa, não somente a gostos universalizantes, mas

distintos interesses temporários, até mesmo por que a ideologia do capital tende a se adaptar aos diferentes grupos que compõem a nação.

É sobre essa realidade que recai as subjetivações da educação do corpo a uma inferioridade infinita, à medida que o desejo de virtualizar o corpo torna-se a nova forma de higienismo e eugenismo pelo projeto “divino” da estética. Portanto, Soares problematiza a partir de Walter Benjamin, que:

Talvez o corpo, por ser esta tela tão frágil, onde a sociedade se projeta, possa ser o ponto de partida, hoje, para pensar o humano, para preservar o humano, este humano factível, inusitado, que guarda sempre uma réstia e, assim, romper com auto alienação que faz com que a humanidade viva sua própria destruição como um prazer estético (2006, p.128-129).

Contudo, pode-se afirmar que nos constituímos por um projeto infinito que instrumentaliza o corpo, horas como conjunto de ossos, músculos, órgãos e células, mas também numa relação consigo e com os outros, num “devir” inesgotável. E ainda que se prendam as amarras das inúmeras técnicas de melhoramentos corporais, seria possível que em meio a sua frágil instrumentalização fôssemos capazes de solidificar prazeres estéticos, menos rígidos, fixos e normativos. Com isso, a intenção é refletir com Soares (2006), corroborando que é no próprio corpo que se faz possível sua instrumentalização para preservar o humano, que se destrua menos, criando e recriando possibilidades de rompimentos com as normas.

2.2 PRÁTICAS CORPORAIS

Conceber o corpo como objeto de estudo implica reconhecer que a sua totalidade não pode ser abarcada, uma vez que as respostas para este se encontram em construção permanente, seja em qualquer área de análise (GALAK, 2014). Sobre essas considerações, Sant’Anna (2001), também defende que o corpo se torna infinito à medida que é explorado, ou seja, quanto mais se investiga o corpo, maior rompimento haverá nas suas fronteiras. Desse modo, neste tópico serão consideradas algumas especificidades sobre o estudo do corpo, reconhecendo primeiramente para além de as suas definições biomédicas, mas como uma materialidade dinâmica, viva, fluente de símbolos, subjetividades e sentidos socialmente e historicamente construídos. Por isso, toma-se como base, as práticas corporais como produtoras de sentidos políticos e que concebem o corpo como objeto das ciências humanas – logo, da educação.

Além disso, faz-se necessário reconhecer que em meio à tarefa de investigar sobre o corpo, naturalmente, o ato de pesquisar pode comprometer posicionamentos e decisões, pois, de acordo com Galak (2014), pode-se exercer uma violência simbólica sobre o corpo como objeto de estudo. Desse modo, investigá-lo envolve analisá-lo, mas também refletir sobre o processo pelo qual o objeto se torna seu, e como este é propriamente incorporado (p. 03). Além disso, este autor apresenta que dentre as implicações sobre o corpo como objeto de investigação, existem limites quanto à incorporação deste objeto, sendo necessário atentar-se a não reduzir o corpo por uma descrição própria e pessoal do investigador. Em conformidade, Bártolo (2007) referencia que “quando se estuda o corpo, é o objeto que nos designa, mais do que nós o designamos a ele.” (p. 80).

Sobre essas considerações, tanto de Galak (2014) quanto de Bártolo (2007) afirmam que este objeto não pode ser dissociado do sujeito que o investiga, ao mesmo tempo que isso implica reconhecer que o corpo não é material, mas é tão familiar que inevitavelmente se empregam sentimentos e sensações próprias. Entretanto, em meio à tentativa de manter-se uma distância necessária é preciso valorizar a sua estruturação empírica de modo apenas descritivo, ou seja, que não recaia apenas pelo viés da experimentação do investigador, portanto, valorizando a sua permanente construção histórica e social. Por esse prisma, considerando que o corpo é resultante de uma elaboração social e cultural (LE BRETON, 2009), às suas representações estão envoltos de uma construção que se estabelece pelos processos sociais e por suas posições políticas.

Considerando essas afirmativas, compreende-se que as investigações sobre o corpo não podem ser limitadas ao seu lado físico e natural, uma vez que os seus sentidos são construídos em meio às suas práticas, que, portanto, são naturalizadas pela incorporação das suas relações coletivas. É sobre a complexidade dinâmica entre corpo e sociedade que estabelecemos junto ao pensamento de Galak (2014), que não se investigam corpos, mas as suas práticas, considerando que o corpo visto por sua vertente isolada da prática, está reduzida à apenas seus aspectos biológicos, ou seja, seria confundir o “natural com o naturalizado”. Desse modo, as práticas corporais traduzem os diversos modos de uso do corpo no campo social e que em consequência atribuem sentidos e representações diversas. Desse modo, pode-se afirmar que:

Tampoco de biera equivocarse laidea de investigar prácticas con indagar los movimientos que realiza elcuerpo, que son dos cuestiones distintas. A diferencia de las acciones o movimientos que pueden ser aislados e individualizados, las prácticas tienen un carácter regular, sistemático y recurrente atravesado por relaciones de saber, de poder y conla ética. Es decir, vislumbran cuestiones

colectivas, reproductoras y simultaneamente creadoras de sentidos (GALAK, 2014, p. 06).

Assim sendo, a cada tentativa de leitura e vertente que se pretende estudar o corpo, existe um caminho no qual é possível abordá-lo, esses caminhos são as práticas corporais. Desse modo, seja qual for seu campo teórico-prático de análise, neste circunscreve um conjunto de sentido que se operam por meio de uma relação do corpo com o mundo, ou seja, das suas práticas corporais. Corroborando com Crisorio (2015) defende-se que: “Nos otros utilizamos la expresión prácticas corporales para significar um cuerpo que nunca puede se pararse de su práctica, en el que nunca puede aislar se algo como um substrato natural o um princípio substancial, se a físico o biológico.” (p. 10).

Entretanto investigar essas práticas corporais implica inicialmente conceituar o campo na qual está inserida, considerando sobre a ótica da área da nossa investigação, precisamente a Educação Física. Diante dos espaços de atuação da Educação Física, ela apresentará definições diferentes. De acordo com a cultura escolar, ela costuma ser referenciada para designar os conteúdos de trabalho pedagógicos e no campo do lazer. Segundo Lazzarotti Filho (2010), às “práticas corporais” são utilizadas nos contextos para indicar diferentes manifestações e atividades corporais, que vão desde conteúdo da Educação Física escolar as práticas estéticas, que estão designadas na cultura *Fitness* como dietas, exercícios sistematizados, cirurgias dentre outros. Corroborando, assim, com Silva e Damiane (2005), ela define que a prática corporal:

[...] é constituída por fenômenos ou manifestações culturais como as danças, os jogos, as acrobacias, os esportes, as artes marciais, as diferentes formas ginásticas e de exercitação corporal.” Constitui-se, assim, de toda uma gama de práticas corporais que têm sido abarcadas, ao menos provisoriamente, sob as denominações de cultura corporal ou cultura de movimento (SILVA; DAMIANE, 2005, p. 23).

Ainda assim, essas mesmas autoras optam pela expressão prática corporal, justificando identificá-la como o modo de “levar a efeito” ou “expressar”, por meio do corpo o sentido adequado à construção cultural e linguagem presentes nas diferentes formas de expressão corporal (p. 24). Além disso, ao mesmo tempo, analisa que não se adequaria à expressão “atividade física”, a qual etimologicamente e conceitualmente se mostra reducionista.

Nessa mesma linha de pensamento, Crisório (2015) vem identificar que o termo “atividade física” é eventualmente utilizada pela área para expressar o modo usual, da ação no campo, do discurso educacional e nas justificações da ciência naturais, cuja base, significou para a área, as suas bases fisiologistas. Além disso, esse eventual discurso, se expressa em meio

a uma tentativa cientificista e positivista que é tomado como, impreciso e vago. Crisório (2015), ainda expõe que, dentre os significados das palavras “atividade” e “física”, nenhum deles apresenta a análise precisa e operante da expressão atividade física, fatores estes comuns na área que, segundo ele, há pouca atenção aos conceitos das palavras.

Ainda assim, Galak (2014), também expressa que nos estudos sociais, é comum a confusão entre prática e ação, o que implica redução do corpo há uma abordagem fragmentada ao gesto motor. Desse mesmo modo, a má conceituação também implica distorção do uso ao termo “atividade física” por “práticas corporais”. Por isso, a importância de conceber significados bem definidos para as palavras mencionadas, em consideração aos usos expressivos dos nossos corpos.

“Compreendemos, também, que as práticas corporais, como fruto do processo de diferentes construções coletivas e como potencialidade individual” (SILVA; DAMIANE, 2005, p. 23). São essencialmente impressas na extensão ilimitada que o corpo pode atingir, tanto nos campos formais quanto nos campos não formais de educação do corpo. As práticas corporais também estão inseridas nas mais diversas áreas, que se expressam desde as tecnologias de melhoramentos corporais estéticos a expressões artísticas, que, por sua vez, fornecem expressão de saberes próprios da linguagem que opera sobre o corpo. Sobre essas considerações, ver-se que a escolha em tratar com “Práticas Corporais” opera justamente sobre essa oportunidade de compreensão do sujeito num nível mais amplo, que só é possível pelas relações socioculturais.

Dessa forma, diante da tarefa de investigar as interpretações que foram construídas socialmente, dentre um determinado contexto político e social do corpo, optamos por uma prática, cuja característica essencial se projeta como fruto de uma tecnologia de melhoramento estético e físico associado ao mundo “*fitness*”. Desse modo, com a nossa proposta de compreender a educação do corpo pela valorização do seu campo sócio-histórico, o *CrossFit* é a nossa escolha de prática corporal. Também é considerado que, nessa prática se insere um conjunto de possibilidades de representações e subjetividades, talvez de modelagem do corpo, *performance*, empreendimento pessoal corporal, lugar de integração social, ou até mesmo todas as possibilidades citadas.

Ao mesmo tempo que, essas práticas são produtoras de sentidos nas relações socioculturais, também possuem relativas posições pela situação política em que estão registradas, afinal, podem reproduzir, criar, moldar, ou mesmo subverter papéis socialmente estabelecidos. Mas, isso é tarefa dessa investigação, considerar que, no exercício de compreender os modos de educação do corpo, na prática do *CrossFit* também seja possível

refletir formas discursivas que possam desconstruir e reformular novas formas de não cair no equívoco do corpo em ser o lugar dos universais (SANT'ANA, 2001). Desse modo, Vigarello (2003) contribui a afirmar que o corpo é versátil, portanto, as suas definições são inúmeras a ponto de não o interpretar como um, mas como múltiplos. Corroborando com isso, Galak (2014), também apresenta sobre a necessidade de concebê-lo na sua pluralidade, pressupondo não com um total holístico, porém, refletindo as suas condições de sujeito e política instigada pela prática.

Dentre as possibilidades de pensar essa prática, pode-se refletir que o *CrossFit* repercute numa naturalização de necessidades que são intencionados como um modo de regulação, projetando, assim, um corpo normalizado como ideal. Sant'ana (2001) apresenta que pelas práticas corporais contemporâneas, o corpo começa a fazer parte de uma divulgação da moda, no qual ele ganha espaço de divulgação publicitária pela promessa da indústria da alegria. Dessa maneira, nessa reflexão, discutem-se alguns pontos para ajudar a pensar que essa prática possa estar inserida numa técnica de controle, na qual se baseia nas estratégias de governo dos comportamentos dos indivíduos ou até mesmo em consequência o controle de uma determinada massa populacional.

Para além dos muros da escola, a educação do corpo desse grupo se insere num contexto de investigação que potencializa pensar nos usos do corpo-sujeito, por deslocamentos de interesses diversos. Dentre esses interesses, pensamos inicialmente, que as práticas corporais se inserem como técnicas que prometem em nome da manutenção da saúde, um melhoramento dos funcionamentos naturais da vida, ou seja, técnicas estas que são nutridas por promessas de conquista pela melhor versão possível do corpo. Nesse contexto, podemos analisar tal prática ancorados no que Michel Foucault irá chamar de tecnologias de controle como estratégia de regulação da vida, numa escala que poderá ser de nível individual ou até mesmo coletivo.

Nessa reflexão, Resende (2018) irá apresentar que o corpo passou a ser “tanto instrumento de poder, quanto o meio de entrada da vida na história” (p. 78). Além do mais, o corpo ganha uma exposição publicitária por méritos de uma articulação de poder sobre a vida. Para essa compressão, os discursos Foucaultianos contribuem para esclarecer que, por meio do biopoder o corpo foi articulado como objeto disciplinar e regulador, tendo em vista a anátomo-política do corpo individual e a controle da massa pela biopolítica, numa sociedade que se projeta pelo projeto de normalização. Desse modo, a norma se incumbe de tentar padronizar do orgânico e biológico, como referenciais para disciplinar e regular. Com o surgimento de um novo corpo, que passa do individual ao populacional, Foucault referenciado por Resende (2018)

vai definir que: “A tecnologia biopolítica implanta mecanismos que tratam de estimativas, projeções, estatísticas, e, especialmente, de intervenções e de modificações de fenômenos dimensionados em escala global e que corresponde à biorregulação” (p. 79).

Assim sendo, no contexto do *CrossFit*, pode-se fazer o comparativo com a tentativa de padronização de um estilo de vida, de uma estética e de uma subjetivação, tanto por técnicas disciplinar quanto de regulamentação. Nesse cenário, insere-se a regulação disciplinar pela prática dos exercícios repetitivos e avaliações das práticas individuais, e ao pensar em nível grupal, faz-se referência à definição de biopolítica, a qual Foucault, apresenta que essa atua numa escala de estatística, projetando corpos cada vez mais úteis, politicamente regulados, em equilíbrio e dóceis no âmbito de uma determinada população.

Sobre esses discursos, pode-se pensar que na prática do *CrossFit* possuem interesses que preservam o discurso da individualidade biológica de cada indivíduo praticante, no entanto, ao mesmo tempo que busca nessa individualidade a regular o corpo coletivo, pois se baseiam na proposta de prática conjunta. Ao pensar nesse corpo coletivo como meio de biorregulação, surgem os chamados dispositivos de segurança que, segundo Resende (2018), “vão atuar como novas técnicas de governo, controlando os riscos e efetuando intervenções na gestão das pessoas e das coisas”. Com base nesse pressuposto, ao considerar essa prática corporal como campo de análise, é possível analisar que num plano foucaultiano, o *CrossFit* pode se estabelecer como parte de um dispositivo de segurança, que em nome da saúde, do autoconhecimento, produz uma contínua atividade econômica dessa população, como uma técnica de biorregulação.

2.3 CROSSFIT

Queremos alimentar uma revolução no fitness que defenda a busca da função, não a forma - que mede o desempenho, não a anatomia. Queremos anéis e placas de pára-choque em nossas academias, não em máquinas. Acreditamos que onde você treina é menos importante do que como você treina e com quem você treina mais do que os equipamentos que você tem. Sabemos que isso pode ser feito em caixinhas e provamos que a garagem é um ambiente tão bom quanto qualquer outro para o Forging Elite Fitness®.

Greg Glassman, Fundador do CrossFit

Buscando contrapor os métodos de treinamento físicos convencionais, em torno de 2000, foi fundado o *CrossFit*, como um produto da cultura *fitness* e de marca registrada, foi fundado em Santa Cruz, na Califórnia, Estados Unidos, pelo ex-ginasta e técnico Greg Glassman, o qual patenteou como *CrossFit, Inc.*, cuja sede é na cidade de Washington, EUA.

No Brasil, o *CrossFit* foi apresentado pelo instrutor Joel Fridman, em 2009, na Lapa, São Paulo.

Esta prática é apresentada como um programa inovador de treinamento com um conjunto de exercícios diversificados, abrangente e inclusivo, tem como objetivo a execução de sessões de treinamento de alta intensidade, no menor tempo possível em um conjunto maior de repetições, buscando desenvolver a aptidão e otimização das capacidades física, preparando os praticantes para “qualquer contingência física”.

Os treinos são considerados de força e condicionamento, valendo-se de movimentos funcionais, resultantes de uma combinação de diferentes exercícios, o que possibilita o aprimoramento das habilidades de modo completo diferenciando-se dos programas de treinamentos tradicionais. Estas informações e outras demais que serão apresentadas no decorrer deste capítulo estão disponibilizadas no site oficial do *CrossFit/Home* e em revistas eletrônicas do próprio site, além disso, o site oficial desta modalidade no Brasil, o *CrossFit Brasil*.

Diante da apresentação dessa prática corporal no site do *CrossFit Brasil*, logo no início da página do site *CrossFit Brasil*, estes enfatizam: “Perca peso, entre em forma e sinta-se bem”. Assim, o conceito de *CrossFit*, segundo esse site: “É uma união de exercícios constantemente variados, de alta intensidade e funcionais, no qual fora usado pelo exército e agora adaptado ao nível de habilidade de cada indivíduo, ou seja, justificam que é para todos os públicos.” Ainda assim, apresentam que a sua missão é “transformar a vida das pessoas por meio do *CrossFit*, respeitando a diversidade e assegurando que cada aluno alcance o seu propósito”. Além disso, apresentam que o *Crossfit* “não machuca”, justamente por um discurso de defesa dessa prática corporal. Assim, propagam que o *Crossfit* é mais seguro que outros esportes, ainda mais se realizados com os devidos cuidados e acompanhamentos. Logo ao final da página apresentam fatores como amizade, bem-estar, diversão, dedicação e saúde, como benefícios e incentivo dessa prática.

Para Glassman (2018), sua inquietação inicial parte da premissa de que as melhores habilidades e adaptações físicas que poderiam resultar em maior rendimento, seriam possíveis a partir da interseção de todas as demandas e tarefas físicas presentes nos esportes coletivos, por isso, o *CrossFit* é reconhecido como um programa que se diferencia pela ampla variedade de movimentos e “provavelmente excede o número de exercícios conhecidos em todos os esportes além da ginástica”, o que contribui para a capacidade desse programa de inspirar grande confiança e destreza atlética. Assim, o *CrossFit* é “[...] uma tentativa deliberada de

otimizar a competência física em cada um dos 10 domínios do condicionamento físico. São elas: resistência cardiorrespiratória, resistência muscular, força, flexibilidade, potência, velocidade, coordenação, agilidade, equilíbrio e precisão” (CROSSFIT, INC. 2018, p. 05).

Deste modo afirma-se que:

Em sua implantação, o CrossFit é, de forma simples, um esporte: o Esporte do Fitness. Nós constatamos que explorar a camaradagem, competição e diversão natural dos esportes ou jogos produz uma intensidade que não pode ser obtida por outros meios. O já falecido Cel. Jeff Cooper observou que “o medo de fracassar nos esportes é mais intenso que o medo da morte”. Nós observamos que as pessoas estão dispostas a morrer por pontos. Utilizar quadros brancos como placares, manter pontuações e registros corretos, utilizar o cronômetro e definir com clareza as regras e padrões de desempenho vão não apenas motivar um rendimento sem precedentes, mas também derivar métricas relativas e absolutas em todos os treinos; esses dados têm um valor importante que vão além da motivação. (CROSSFIT, INC., 2018, p. 03).

Levando em consideração que os exercícios são realizados em grupo e compartilhados, seja por indivíduos saudáveis, atletas, idosos, obesos ou grupos militares o ambiente em grupo favorece a motivação a prática do *CrossFit*, resultando em um crescimento grandioso, pois os praticantes acabam optando em participar de um programa que seja realizado em um curto espaço de tempo, com eles ou melhores resultados dos treinos regulares (FISHER *et al.*, 2016). Sua natureza social e as características dentro de uma estrutura de esportes coletivos definiu o *CrossFit* como *Esportes Fitness*, além disso, permite que tanto iniciantes quanto atletas possam participar em um ambiente em equipe, desafiador, competitivo, mas solidário, por compartilharem suas conquistas e desafios, tornando-o essencialmente prazeroso.

A organização metodológica desse programa é conhecida como *Workout of the day* (WOD), disponível no site oficial “*CrossFit.com*”, onde são disponibilizadas diariamente os WODs, ou seja, o treino do dia, visando à acessibilidade de informações dos treinos e, conseqüentemente, aumentando a divulgação dos seus métodos (CROSSFIT, INC. 2019). Nesse viés, Glassman justifica a internet como meio de plena exposição dos métodos, sendo estratégia de divulgação das críticas, do treino do dia, resultados, buscando tornar suas diretrizes de fonte aberta para construção de valores colaborativos, entre a comunidade *on-line*, os pesquisadores, atletas, treinadores. “O *CrossFit* é empiricamente orientado, clinicamente testado e desenvolvido pela comunidade.” (p. 03).

Por meio dessas divulgações o *CrossFit* ampliou sua visibilidade e sua ascensão, pois, atualmente, possui cerca de 15 mil filiados no mundo; e no Brasil, já possui mais de um mil afiliados, sendo o Brasil, o segundo país no mundo em número de boxes (CROSSFIT, INC. 2019). Segundo o mapa de boxes, no estado de Sergipe constam 4 (quatro) afiliados, todos

localizados na capital do estado, Aracaju, como demonstra a Tabela 3. Esses dados são verificados pela consulta do nome de todos os boxes afiliados em cada região, disponíveis na aba “affiliates” (afiliados) no site da *CrossFit Inc.* Por essa aba é possível consultar os nomes dos boxes, por meio da pesquisa pelo mapa mundial ou uma lista, como mostra a Figura 1. Assim, é possível analisar a quantidade de boxes afiliados em cada estado e cidade, de acordo com a Figura 2.

Tabela 3- Box afiliados ao *CrossFit, Inc* do Estado de Sergipe.

BOX	LOCALIZAÇÃO
Crossfit 1407	Rua Juarez Carvalho, Bairro Jardins
CrossFit Ação	Rua P. Tancredo Neves, Bairro Inácio Barbosa
BE StrongerCrossFit	Avenida Mario Jorge Menezes Vieira- Bairro Coroa do Meio
CrossFitAju	Avenida Rotary, Bairro Atalaia

Figura 1 - Lista de boxes afiliados no site da *CrossFit Inc.*

←

→

↺

https://www.crossfit.com/affiliate-list

AFFILIATE LIST

Brazil

▼

State

▼

City

Commercial

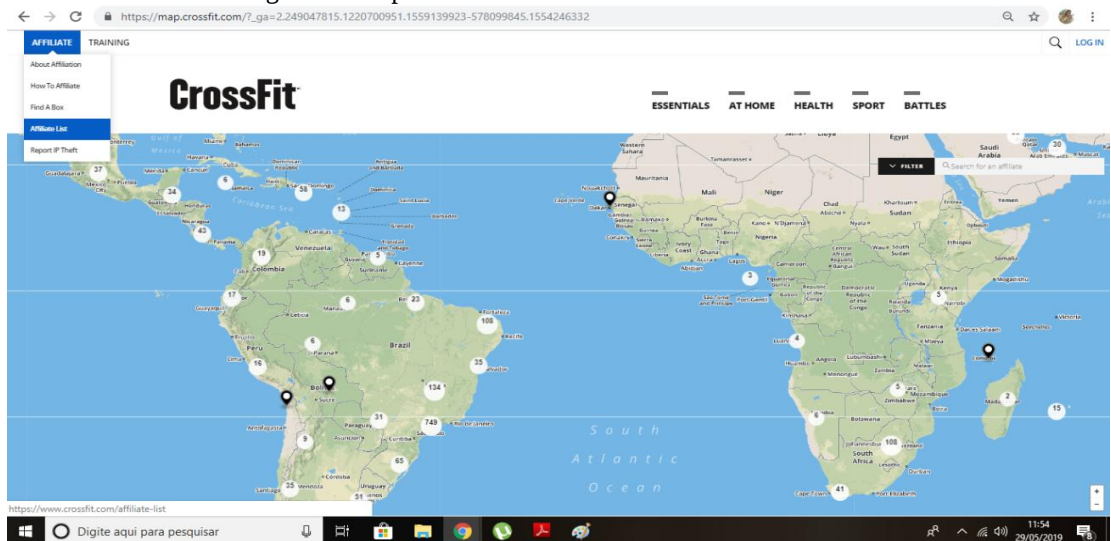
▼

CLEAR RESULTS

GYM NAME	LOCATION
CrossFit Brasil	Lapa, Brazil
CrossFit BH	Belo Horizonte, Brazil
CrossFit Leblon	Rio de Janeiro, Brazil
CrossFit SP	Sao Paulo, Brazil
CrossFit Campinas	Campinas, Brazil

Fonte: *CROSSFIT, INC*

Figura 2 - Mapa de boxes afiliados no site da *CrossFit Inc.*



Fonte: *CROSSFIT, INC*

O Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM) publicado por Bellovary (2013) destaca que em decorrência de sua natureza de sessões intensas, com pouco tempo de descanso de recuperação, esse programa de exercícios intensos pode acarretar riscos significativos de lesões músculo esqueléticas, lesões nas articulações, ou até mesmo a rabdomiólise (necrose muscular) devido ao elevado esforço.

Para Dominski *et al.* (2018), as pesquisas sobre taxas de lesões no *CrossFit*, ainda são poucas, sendo encontrados apenas 07 (sete) estudos, enquanto Martins *et al.* (2018) explica que mesmo apresentando um crescimento dessa modalidade nos últimos anos, esse programa ainda é recente, em consequência, as investigações sobre lesões também são recentes, sugerindo a necessidade de estudos em longo prazo. No entanto, o próprio Glassman (2018, p. 151), consciente dos riscos do programa, apresenta a necessidade de seguir uma “diretriz de mecânica-consistência-intensidade como forma de preparar o atleta para o sucesso em longo prazo, além de ser uma forma de mitigar as chances de desenvolver a rabdomiólise (e outras lesões).” Assim, potências e ritmos são reduzidos para melhores adaptações.

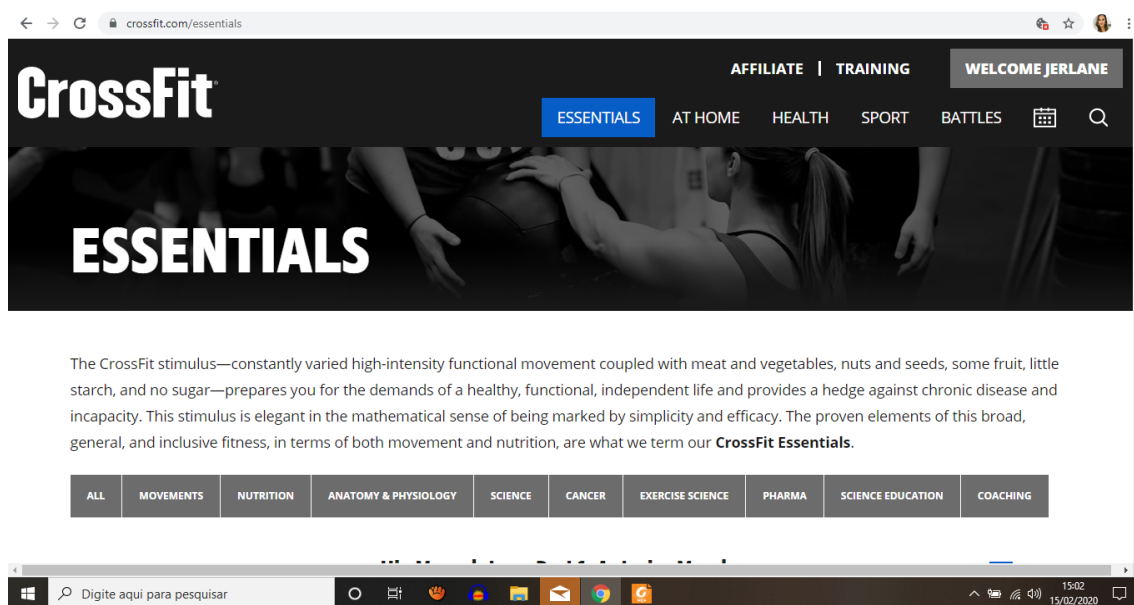
Para Schultz (2016), os fatores principais para a popularidade do *CrossFit* são decorrentes das adaptações fisiológicas do treinamento e os benefícios psicológicos por sua característica social. Enquanto Gava (2016) diz que muitos participantes consideram o *CrossFit* mais que um programa de treinamento, pois o atribui como um estilo de vida, além do mais afirma que fazem parte de uma comunidade na qual o incentivo à prática de atividade física é em consonância com o incentivo de dietas para uma melhor saúde e desempenho das atividades, tendo em vista a indicação de alimentos específicos também conhecida como dieta Paleolítica.

Essas informações estão descritas também no site “*crossfit.com*” com a disponibilização de apostilas eletrônicas, tanto para certificação de treinador quanto para avaliação.

Desse modo, salienta-se que o *CrossFit* não se contenta com apenas o incentivo de um programa de exercícios diferenciados, pois apresenta uma parceria com outros modos de incentivos aos hábitos saudáveis. Essa análise fica mais evidente com o denominado “*CrossFit Essentials*”, que é um termo utilizado para justificar a inclusão entre movimento e nutrição, que logo no início da página oficial do *CrossFit.com* é enfatizada a união destes como precursor de uma vida saudável, funcional e como modo de proteção contra doenças e incapacidades.

Além disso, vê-se que o estímulo à prática corporal do *CrossFit* está combinado com um leque de estudos e comprovações, e isso vem sendo evidenciado com maior ênfase. Sobre essas considerações, é válido destacar que durante as primeiras leituras e informações disponíveis no site, o foco central era na comprovação dos benefícios dos movimentos atrelados a uma boa alimentação. No entanto, quase um ano após as primeiras leituras, percebe-se uma mudança de perspectiva, pois agora se tem informações sobre movimentos, nutrição, anatomia, fisiologia, ciência do exercício, informações sobre câncer e até mesmo sobre questões de medicamentos, conforme visualizamos na Figura 3:

Figura 3 - Tela inicial da página do *CrossFit* Oficial.



Fonte: print da página inicial do *CrossFit.com* em 15/02/2020.

Buscando melhorar as competências físicas dos praticantes, sejam, atletas, militares, oficiais de polícia, bombeiros, o *CrossFit* foi sistematizado a partir de desafios físicos múltiplos, assim, tem como foco de maximizar a resposta neuroendócrina, desenvolver a

potência, com movimentos funcionais, desde movimentos menos complexos aos mais avançados da ginástica, buscando o controle do corpo de forma dinâmica e estático e com ênfase no levantamento de peso olímpico, assim, contribui simultaneamente para otimização da flexibilidade e a proporção entre força e peso e o desenvolvimento da potência explosiva (CROSSFIT, INC. 2018).

Para o *CrossFit, Inc.* este programa de condicionamento é voltado para o eixo funcional do corpo humano, a extensão e flexão do quadril e do tronco, ou seja, é um programa de condicionamento do “core”, buscando desenvolvimento dos praticantes a partir do recrutamento da musculatura de dentro para fora, do centro para a extremidade. Sobre o conceito de core, Santos (2018, p. 03) afirma que “Em uma perspectiva ampla, Kibler (10) estendeu o conceito do tronco ao que hoje a comunidade científica denomina de core/zona média-complexo responsável por responder a estímulos de origem interna e externa [...]”. Assim, o core tem papel fundamental em manter o alinhamento do tronco sobre a pelve a fim de permitir o desempenho das atividades cotidianas ou esportiva, como é o caso do *CrossFit*.

Diante da diversidade de exercícios que o *CrossFit* proporciona, destaca-se:

Pedalar, correr, nadar e remar em incontáveis variações de exercícios. O clean e jerk, snatch, agachamento, deadlift, push press, bench press e power clean. Saltar, arremessar e receber medballs, pull-ups, dips, push-ups, paradas de mão, subida à força na parada de mão, piruetas, kips, estrelas, muscle-ups, sit-ups, aviões e suportes. Fazemos uso contínuo de bicicletas, esteiras, remos e ergômetros, conjuntos de anilhas olímpicas, argolas, barras paralelas, tapetes para exercícios livres, barras horizontais, caixas pliométricas, medballs e cordas de pular. (CROSSFIT, INC., 2018).

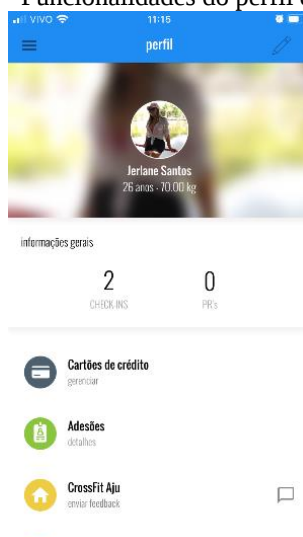
Além de os treinos, vale destacar que o “*CrossFit Games*” é um campeonato mundial de *CrossFit*, apenas os atletas mais bem preparados podem competir, pela organização em equipes. Para atingir a esse *game*, que é mundial, é necessário participar inicialmente de outro campeonato no qual a marca criou, conhecido como: *Open*, ocorre uma vez ao ano, e se insere como um teste e uma seleção de atletas para participarem do *CrossFit Games*. Desse modo, os *games/jogos* no *CrossFit* atuam como testes de condicionamento físico para qualificações dos atletas, e se torna um dos principais meios de divulgação dessa prática. Além disso, de acordo com Glassman (2018), a “aptidão do atleta de *CrossFit* fornece uma base sólida para a prática de qualquer esporte ou tarefa.” Destaca-se também que os boxes realizam seus *games* internamente, cujo objetivo se enquadra tanto como meio de avaliação quanto como meio de atrair e divulgar, que todos podem participar do *Crossfit*, para isso, as atividades são adaptadas.

Além disso, torna-se um momento oportuno de socialização com outros grupos de diferentes boxes.

Na dinâmica de organização do *Crossfit* eles também aderem a um aplicativo específico da marca, o qual foi criado com o objetivo de contribuir com administração dos boxes filiados, denominado “*CrossX*”, que é uma plataforma digital que atua como um sistema de gestão de *box* de *CrossFit®* e *CrossTraining*, de acesso mundial. São inúmeras as funções desse aplicativo, desde o acompanhamento da administração dos boxes aos praticantes.

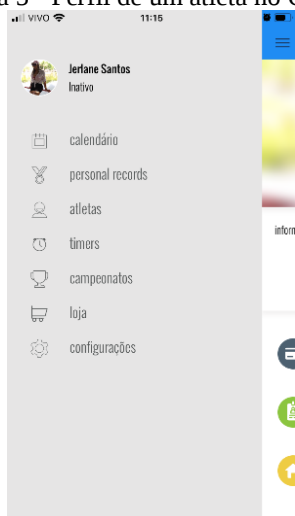
As Figuras 4 e 5 ilustram a Funcionalidades do perfil do *CrossX* e o Perfil de um atleta no *CrossX*, respectivamente.

Figura 4 - Funcionalidades do perfil do *CrossX*



Fonte: Print da página *CrossX* de Jerlane Santos, em 16.02.2020

Figura 5 - Perfil de um atleta no *CrossX*



Fonte: Print da página *CrossX* de Jerlane Santos, em 16.02.2020

Dessa forma, o *CrossX* é utilizado para o cadastro de treinos diários, de usuários, relatórios de pagamentos, controle de vendas de produtos, tais como: camisetas, shorts, canecas, bebidas, alimentos etc.) que são vendidos, cadastro de funcionários, pagamentos e recebimentos das mensalidades, e é uma espécie de rede social usado para divulgação das atividades e informativos diversos, além de o controle de frequências e *performance* dos atletas. Para isso, os praticantes/atletas precisam usá-lo constantemente para realização do *check-in on-line*, observando a quantidade diária de vagas, assim, não pode exceder quantidade permitida de atletas por horários dos treinos. Com isso, os atletas podem reservar seu lugar nas aulas, verificar o *coach* e os outros atletas com quem treinar.

Além disso, esse aplicativo serve como um meio de acompanhamento individual, no qual cada praticante/atleta deverá registrar seus desempenhos e resultados. Assim, é possível registrar o resultado dos *WODS* para, posteriormente, ter um *feedback* detalhado do desempenho e, assim, pode-se monitorar a carga individual. O aplicativo serve como uma *timeline* personalizada, em que é possível postar fotos, enviar e compartilhar comentários, sendo justificado como um meio de manter o espírito de comunidade e coletividade sempre ativo.

O *CrossX* também permite o registro de *ranking* diário dos *WODs* realizados no *box* e, assim, tanto os atletas quanto os *coaches* são instruídos a encontrar suas deficiências para possíveis melhoras na *performance* a cada treino. Sobre este aspecto também justificam a competição saudável como uma motivação constante. Assim, os atletas são instruídos a uma busca constante de melhorias em sua *performance*, como um modo de controle de suas atividades e autogerenciamento.

Contudo, também é importante destacar que há um vocabulário muito específico utilizado nesse contexto, um exemplo disso é a denominação de atletas e *coach*, em vez de clientes, alunos, praticantes ou mesmo professores e instrutores. Os próprios exercícios também apresentam nomenclaturas específicas; por isso, foi criado até mesmo um Dicionário para *CrossFit*, que é utilizado como um glossário com lista de equipamentos, exercícios, expressões e siglas, para iniciantes e para quem busca se aprofundar mais na modalidade e aprender o que nomeiam como linguagem própria. Conforme Figura 6:

Figura 6 - Dicionário para CrossFit



Fonte: KamonCrossFit.com

2.4 CROSSFIT E A CULTURA FITNESS

Os termos “Cross” e “Fit”, partindo da premissa que são termos originários da língua inglesa, possuem significados que se alteram de acordo com a tradução, enquanto termo “*fit*” tem significado de encaixe e ajuste cuja tradução apresenta “estar em forma”, o termo “cross” de acordo com o *Google* tradutor significa “cruz”, e no dicionário *on-line* Bab.la apresenta as seguintes opções de significados no português: Cruz, cruzamento, cruzar, irritado e zangado.

De acordo com Dicionário *on-line* (Dicio.com) a palavra *fitness* se enquadra nos seguintes conceitos: “Boa forma física; condicionamento físico; bom preparo físico.”; “Conjunto dos exercícios que melhoram a forma física” e “Boa saúde resultante da prática regular de atividades físicas”, deste modo, percebe-se que há associação com a prática de atividade física e os seus benefícios. Além disso, no *Google* tradutor a palavra *Fitness* é traduzida como “Ginástica”, ao passo que para o espanhol, traduz-se como “aptitud”, ou seja, está associada à aptidão. Ainda assim, vale considerar que a palavra *FITNESS* é formada a partir da união de dois termos, “*fit*”, que significa “boa forma” e “*ness*”, este que, de acordo com a língua inglesa, é um sufixo que transforma adjetivos em substantivos abstrato, designando um estado, uma condição (*awareness*-consciência). Desse modo, ao termo *Fitness* está associado à busca por “estar em boa forma” física, relacionado ao estado de bem-estar do sujeito a partir de sua aptidão.

Essas premissas apontam que a prática de exercício vai além de os preceitos de saúde, pois o próprio sentido de saúde e beleza estética é corporificado a necessidade de reproduzir um ideal de corpo. Desse mesmo modo, Goellner e Silva (2012) afirmam que a cultura *fitness* dissemina uma representação de corpo envolto dos sinônimos de beleza, de vida saudável, bem-estar, qualidade de vida e vida ativa. Assim, idealiza e padroniza uma positividade modificada

dos conceitos de beleza estética o que, consequentemente, classifica os corpos como certos ou errados, adequados e inadequados, perfeitos e imperfeitos.

Justamente por essas padronizações que a cultura *fitness* promove uma cultura corporal que disseminam discursos de normalização, exclusão e do modelo de corpo ideal por meio da avaliação constante dos corpos, quanto à sua adaptabilidade, autocontrole, saúde e beleza dita natural (LANDA, 2009). Corroborando com essa análise, estas classificações são explicadas com base nos significados de normalização por Michel Foucault, uma vez que a normalização está inserida a ideia de disciplina, de controle e intensificação das capacidades individuais. Assim, “a norma é tanto aquilo que se pode aplicar a um corpo que se deseja disciplinar como a uma população que se deseja regulamentar” (FOUCAULT, 1999, p. 302).

Esse dualismo entre corpo perfeito (saudáveis) e imperfeitos (doentes) surgiu desde o século XIX, essa classificação era apoiada e propagada pela ciência biomédica, pois como principal detentora do saber sobre o corpo, disseminava a eugenia e higienismo, os quais propagaram a necessidade de purificação das imperfeições que causavam doenças/anomalias. Com isso, surge a necessidade do desenvolvimento do conhecimento que ajudasse a essa nova demanda, com a reabilitação ou até mesmo a cura deste corpo doente e, ao mesmo tempo, a manutenção do corpo saudável (ROSSI, 2014). Neste momento, a Educação Física ganha respaldos técnico científicos, apoiando essa busca pela normatização do corpo aceitável. Contudo, a eugenia e a cultura *fitness*, surgem pelo fascínio do corpo como símbolo de saúde e perfeição. Assim, contribuindo com essas afirmações, Silva (2016) ressalta que:

Francis Galton, intelectual que sistematizou a ciência da eugenia, em meados do século XIX, utilizava os termos *fit* e *unfit* para designar os sujeitos eugênicos e os degenerados. [...] Aproximadamente cem anos depois do surgimento da ciência da melhoria da espécie, o radical *fit* se vê novamente presente em meio à ânsia por tornar os corpos aptos. Desde a década de 1980, a cultura *fitness* vem ganhando espaço. Roupas inteligentes, calçados que transformam o impacto em propulsão, desodorantes que eliminam o suor excessivo e garantem “proteção”, mesmo ao corpo que se exercita exaustivamente... A cultura *fitness* está na arquitetura das academias de ginásticas, nos corpos dos personal trainers, na imponência dos aparelhos de musculação [...]. (SILVA, 2016, p. 216-217).

Desse modo, é perceptível que a esse respeito, a cultura não está limitada aos espaços de academia e ginástica para atender às demandas de saúde e estética, mas se insere em todo um conjunto de organização de vida, em que é projetada em inúmeros espaços de serviços relacionados à otimização corporal. Sobre estas considerações, Landa (2009) define o termo *Fitness* como:

[...] oferece um conjunto de produtos destinados à transformação corporal dos sujeitos que o consomem, que, como efeito contemporâneo, traz consigo a incorporação de uma *forma de vida* [...] a formação e contratação de pessoas / profissionais que (re) produz e dar permanência à dinâmica cultural e interação destas organizações (LANDA, 2009, p. 69).

Nesse sentido, compreende-se que para atender a essas demandas da cultura *fitness*, atingir ao ideal de vida e de corpo estipulado, inicialmente o próprio corpo se perde na trama de sentidos reduzidos à estética anatômica. A cultura *fitness* vem disseminando muito além de técnicas de movimentos e os mais variados tipos de exercícios, pois estão envolvidos de discursos que atingem a modificação e adequação da formação, das práticas dos profissionais, dos assuntos e notícias da mídia, redes sociais, criação de produtos de beleza, sites e dentre outros (GOELLNER; SILVA, 2012). Assim, o corpo prende-se a uma trama de mutações, sendo produto de intervenções constantes, talvez até inacabáveis, visando, não apenas torna-se um corpo ideal, sobre o que deve ser, mas acima de tudo, o que ele não deve ser (TORRI, BASSANI; VAZ, 2007).

Sobre essas considerações, Zoboli *et al.* (2014) salienta que a cultura *fitness* está ligada ao incentivo de conquistas, “[...] ganhando destaque como um dispositivo de intervenção corporal, trabalhando no simbólico, no imaginário, nos sonhos, nas fantasias e, sobretudo, na organicidade do corpo” (p. 79). Portanto, sobre os parâmetros dessa cultura o sujeito está sempre em busca de contínuas superações e modificações, e como consequência disso, pode ocorrer a falta de controle de quem adere a essa cultura e a inconstante e inacabável mutações e poder disciplinar sobre o corpo, o qual estrutura modos de sentir/pensar e agir conforme as delimitações do “ser belo”, além disso, a cultura *fitness* está circunscrita aos discursos de moralidade (ZOBOLI *et al.*, 2014). Além do mais, os discursos se inserem em condenar os que seguem ou não seguem o que a medicina ou a mídia propaga sobre as exigências do que julgam ser saudável.

Em conformidade com Landa (2009), ela apresenta que a cultura *fitness* está associada ao discurso da biopolítica e saberes disciplinares, além do mais seus discursos legitimadores e de propagação da boa forma sempre esteve ligado diretamente à medicina e à publicidade. Segundo Foucault (2000), a Biopolítica surge com a tarefa de gestar a vida dos indivíduos com a formatação e o controle por meio de ações políticas que visam disciplinar os corpos e a sociedade. Por isso, surge a necessidade de adequar o corpo a uma normatização, a seguir regras do que a o Estado, a mídia e a ciências biomédica propagam como saudável, como necessário para atingir o dito “correto”.

Não divergente do discurso da biopolítica, o *Crossfit* está inteiramente conectado à cultura *fitness* na medida em que dissemina as características de disciplina, transformação e reconfiguração do corpo, e nessa busca, essa cultura também transforma sentidos das sensações que estão inerentes a ela, como exemplo da dor. Nesse sentido, Rodriguez (2017) apresenta que sobre o ponto de vista do senso comum, a dor é um elemento negativo, no qual a encontramos em de situações de enfermidade ou em estado de sofrimento, o que, portanto, deveria ser evitada. No entanto, a cultura *fitness* propaga o oposto, aqui a dor conota o sentido positivo, que deve ser atingida, à medida que é caracterizada como fator essencial e determinante, para melhorar o desempenho do indivíduo. Assim, diante de sua análise sobre o sentido da dor nas práticas corporais, seja musculação ou *Crossfit*, este autor afirma que “Si te duele es porque estás entrenandobien” (RODRIGUEZ, 2017, p. 743).

Antes de estabelecer a compreensão do sentido positivo da dor, Rodriguez (2017) menciona que, mediante a rotina intensa de trabalho, no contexto da modernidade sempre apresentou que “não temos tempo para dor”, uma vez que a dor conota deficiências e, conseqüentemente, diminuição do desempenho, por isso, são criados métodos medicamentosos que diminuam ou eliminem os efeitos da dor, não havendo nada de positivo nela. É sobre essas considerações que surgem inquietações; por isso, em seu artigo, ele tenta responder às seguintes problemáticas:

[...] como se pode explicar que um grupo de pessoas se dedica diariamente a Rotina para auto-infligir dor no corpo? Por que eles fariam isso? Nos ginásios de fitness de a CABA é possível encontrar um grupo de pessoas assim [...] Eles fazem uma experiência de treinamento de dor e, longe de evitá-lo, eles o procuram de forma constante e rotineira como parte intrínseca de seus treinos. Lenta e repetidamente, os formandos administram sucessivas dose de dor sobre o corpo para fazer uma experiência de sofrimento a longo prazo. Como tudo isso é explicado no contexto generalizado em que a dor tem sido sinônimo de atraso e/ou obstrução da rotina diária? [...] oferecemos como resposta a hipótese de que, na dor corporal a que se submetem, reside um substrato positivo. E esse substrato positivo é um suposto auto-aperfeiçoamento onde a dor no corpo deve ser aceita como parte de uma longa experiência de sofrimento. Termo inevitável se eles querem se converter (RODRIGUEZ, 2017, p. 744).

Ainda assim, esse mesmo autor justifica que a dor pode ser analisada por alguns pontos-chave, refere-se inicialmente à natureza pedagógica da dor, pois no contexto da prática corporal, o tipo de dor tem escala a qual deve permitir que o praticante progrida nas próximas sessões e que gere aprendizado. Compreende-se que esse olhar pedagógico apresenta como um parâmetro avaliativo, em que identifique a necessidade de modificações no treino, pois se não doer é porque tem algo errado a ser reparado. É nessa constante adaptação de treinos, que se pode

afirmar, que dentre certos pontos negativos da cultura *fitness*, encontra-se essa nova relação entre o corpo e a dor/sofrimento, pois nessa interação, nem sempre há o domínio e controle dos processos que o indivíduo é submetido para atingir os objetivos do praticante, fazendo com que, nem sempre essa experiência esteja sobre controle (RODRIGUEZ, 2017).

No entanto, na busca pelas modificações e fim das imperfeições do corpo, o sentido da dor é submetido a outros olhares. À medida que Rodriguez (2017) sugere um outro ponto-chave de análise da dor, destacando a mudança de sentido desta, sendo vista pelo caráter positivo, pois em resposta da experiência da dor, há uma recompensa, quando há o avanço e progresso do corpo; por isso, é vista como elemento necessário do treino. É nessa análise que se verifica um novo olhar sobre o sentido da dor, que ajuda a modelar o corpo e até mesmo suas identidades.

Nesse quesito, percebe-se que com a “naturalização” da dor, esta obtém uma justificação social, à medida que Cavalcanti e Porpino (2015) afirmam que “concordamos com a ideia de que a dor sentida não é um simples fluxo sensorial, mas uma percepção que suscita primeiro a relação do sujeito com o mundo e da experiência acumulada a esse respeito” (p. 404). Assim, a dor perpassa por um sentido muito individual pela experiência e limites que há no corpo de cada um, ao mesmo tempo é coletivo à proporção que a cultura *fitness* propaga e exige um tipo de corpo ideal e naturaliza um sentido positivo para a dor. Desse modo, Torri, Bassani e Vaz (2007) apresentam que: “Identificamos certa “naturalização” da dor e do sofrimento corporal, um componente identificador [...] do alcance das aspirações dos frequentadores da academia, já que se trata de uma “dor boa”, sinal de “resultados” (p. 266).

O terceiro ponto-chave de análise da dor, por Rodriguez (2017), observa-se que possui interação com a primeira análise mencionada. Nessa vertente, compreende-se a dor pela sua autoadministração. Considerando que, sob o olhar negativo da dor, a enfermidade provoca uma dor que não é criada, nem autocontrolada, no entanto, para promover o seu olhar positivo, já que a dor no treino é uma medida autoimposta, então ela precisa estar sob controle, em um nível que seja suficiente para progressão, ou seja, suas autoadministrações têm consolidação à medida que ela deve ser pedagogicamente administrada em níveis satisfatórios para que haja ganho e não perdas. Nesse contexto, Cavalcanti e Porpino (2015) afirmam que “[...] se é moralmente controlada ou se é superada, a dor amplia o olhar do homem, lembra-lhe o valor da existência, o sabor do instante que passa. Tudo depende do significado que o homem lhe confere” (p. 404).

Nesse viés, percebe-se um quarto e último ponto-chave, pela análise da associação entre dor e prazer. É esperado que as primeiras sensações não haja ligações ao prazer ao contrário

disso, apresenta-se uma dor desagradável que limita e impede novos movimentos e com as manifestações de dores nos próximos treinos, vão surgindo novas classificações sobre as percepções da dor, à medida que junto ao treino a dor é treinada, é repetitiva, tornando-se então objeto de prazer (RODRIGUEZ, 2017).

Portanto, a dor torna-se um lema de conquista de busca e sinônimo de evolução, e por isso, válida a famosa expressão inglesa, “*no pain, no gain*”, sem dor, sem ganho. Expressão essa, na qual se defende o sentido de que para ter ganhos e atingir determinados objetivos é necessário pagar um preço. Dessa forma, por meio de determinadas práticas corporais, seus objetivos são estar mais próximos o possível de atingir o corpo ideal, e a para isso, dor é essencial. Por essas considerações, a dor passa a tornar-se um obstáculo e fonte de prazer que precisa ser superada e suportada (VAZ, 2001).

Nesse sentido, além da dor, outra categoria de importância para compreensão do *CrossFit* são as suas características de motivação que estão intrínsecas tanto na arquitetura projetada nos espaços dos boxes quanto em suas características de socialização e atividades grupais, além de o uso das tecnologias, redes sociais como principal meio de divulgação e constantes frases de impacto descritas nas paredes dos boxes.

Vale salientar que os conjuntos de exercícios, nomeados como *WODs*, são realizados em grupo, em que a camaradagem prevalece, no entanto sempre em sintonia com a disseminação da proposta da cultura *fitness*, pela propagação da otimização da resistência e força. Para Dawson (2015), os objetivos dos exercícios são como promessas para atingir a uma aptidão física máxima em consonância com a camaradagem, por isso, aponta que há uma relação entre o *CrossFit* com a religião e militarização. Assim, justificando como treinamento e forma de vida, numa instituição que recria uma identidade numa promessa para atingir a perfeição do corpo por meio do autoaperfeiçoamento.

A austeridade é uma das características do espaço do *CrossFit*. Divergente dos espaços físicos de musculação, no qual os praticantes estão em constante visualização do corpo pelo excesso de espelhos, no *CrossFit*, a intenção é contrária, o ambiente rústico, espaçoso, procura organizar de modo simples, onde o praticante possa desconectar de qualquer distração, porque o foco é inteiramente nos exercícios. Assim, “O lugar físico onde eles treinam é austero e se assemelha a um galpão quadrado, sem espelhos, com muito espaço livre e equipado com elementos minimalistas” (LANDA; RUMI, 2016, p. 01). Nesse mesmo segmento Kalin (2017) apresenta que:

O primeiro box era extremamente pequeno, com apenas um quarto e um único banheiro, que estava cheio de água com frequência, havia um balcão e mochilas atrás dele. O calor do corpo produzido pelo treinamento e confinamento, às vezes faziam as pessoas saírem para respirar. Ao percorrer os caminhos, na frente ouvia-se música alta, o som de um alarme muito alto que soava com frequência, os pesos sendo colocado no chão e às vezes até parecia jovem fazendo rotinas aeróbicas fora. Em mais de uma oportunidade pude observar, especialmente durante a noite, homens com uma corda amarrada ao corpo empurrando uma roda de trator (KALIN, 2017, p. 05).

Esse enunciado, refere-se a um relato de experiência de uma pesquisa etnográfica realizada em Santiago del Estero, Kalin (2017) apresenta análises do processo de conversão da identidade “crossfiteira” do box Kratos Hard Cross. Em seu caso, na qualidade de pesquisador, observador, e praticante do *CrossFit* durante três anos, trouxe reflexões a partir de suas narrativas sobre a caracterização e distribuição do espaço dos chamados box (tradução: caixa).

3 O CAMPO EMPÍRICO E OS SUJEITOS DA PESQUISA

Neste capítulo apresentaremos a cidade de Aracaju e o Bairro Atalaia, onde está localizado o nosso campo empírico. Em sequência, apresentamos o *Box CrossFit AJU*, o campo empírico e ambientação para caracterização dos participantes da pesquisa. Tencionamos por meio dele, situar o contexto da pesquisa, os sujeitos, espaços e possíveis representações.

3.1 A CIDADE DE ARACAJU-SE/ BAIRRO ATALAIA

O campo desta investigação está situado na cidade de Aracaju, capital do estado de Sergipe, que é um dos vinte e sete estados do Brasil, localizado na região Nordeste do país, sendo o menor estado brasileiro. Sergipe possui 75 municípios dentre estes, a capital Aracaju, a qual possui cerca de 657.013 mil habitantes, numa extensão de 3.140,65 hab./km², segundo dados demográficos de 2010 e 2019. A Figura 7 ilustra a cidade de Aracaju.



Fonte: Instagram “eu_sigo_aracaju_sergipe” em 21/02/2020

Aracaju foi uma das primeiras cidades a ser construída de forma planejada no Brasil, apresentando um desenho que remonta à ideia de um tabuleiro de xadrez, onde todas as ruas desembocam-se no rio Sergipe. Fundada em 1855, tornou-se capital a partir de estratégias econômicas pelo presidente vigente da época, Inácio Joaquim Barbosa. A antiga capital de Sergipe era a cidade de São Cristóvão, mas como estava localizada longe do porto, dificultava as atividades dependentes das embarcações, sendo assim, Aracaju foi estrategicamente nomeada capital por ser uma cidade litorânea, e atravessada pelo rio Sergipe e o rio Poxim.

A economia da capital sergipana era dependente do cultivo de cana-de-açúcar, mas a partir da década de 1990 começa a surgir uma diversificação das atividades. Segundo dados

mais recentes do IBGE, hoje o potencial da economia se encontra nas indústrias, agropecuária e serviços. Aracaju é representada por uma maior concentração industrial do estado, pelo setor mobiliário, extração de petróleo e produtos minerais, indústria alimentícias e produtos de couro. Enquanto na agropecuária a cana-de-açúcar continua sendo o principal produto, além de laranja, mandioca, milho, feijão entre outros.

No setor de serviços e comércio é impulsionado pelo turismo, pois Aracaju é um belo litoral, com valorização de infraestrutura e investimentos de hotelaria, ainda mais no principal cartão-postal a *orla de Atalaia*. Além de sediar atividades de entretenimento e lazer, como algumas festas tradições de destaques, Festival de Verão, *Fest verão* e Forró Caju, que são fundamentais para atratividades.

Assim, a orla de Atalaia está localizada em um dos 39 bairros de Aracaju, conhecido como o Bairro Atalaia, que se localiza na zona sul da cidade, sendo, portanto, uma das principais referências do estado não apenas por estar situada na praia de Atalaia, mas por seus atrativos turísticos, com a concentração dos principais bares, restaurante e demais comércios atrativos, por isso, também é reconhecido como zona nobre da zona sul. É justamente nessa localidade que se encontra nosso campo empírico, o *box CrossFit AJU*, além disso, o *box* está localizado precisamente na Avenida Rotary, a qual dá acesso direto ao principal símbolo de Aracaju, os Arcos da Orla Atalaia, apresentado na Figura 8.



Fonte: Instagram “*eu_sigo_aracaju_sergipe*” em 21/02/2020

Importante destacar que Aracaju é reconhecida como uma cidade de hábitos de vida mais saudáveis, baixo índice de fumante de acordo com as demais cidades do Brasil, além de possuir indicativo de um baixo custo de vida comparado às demais cidades do país. Desse

modo, em 2008, Aracaju foi apresentada em rede nacional como cidade campeã em qualidade de vida. Com base em uma pesquisa realizada pelo ministério da saúde, a capital Aracaju ficou na posição de mais saudável do país, passando a ser modelo para os demais municípios.

Assim, este primeiro lugar foi conquistado não apenas pela característica de preservações de velhas tradições, expressadas pela sabedoria popular, a cerca do uso de ervas e alimentações naturais, mas também por um grande reconhecimento pela consciência de adoção a novas práticas e hábitos saudáveis, principalmente no quesito, alimentação saudável aliada ao exercício físico.

Além disso, a cidade possui uma infraestrutura que auxilia nesse incentivo, pela adesão de academias das cidades, como a distribuição de aparelhos de musculação em praças e orlas, também possui 40 km de ciclovias por toda cidade, com a adesão ao projeto caju *bike*, o qual apresenta plataformas com a disponibilização de bicicletas na cidade. Com isso, percebe-se que a população passa a diminuir conscientemente os hábitos sedentários.

Nessa pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde, observou-se precisamente 15 espaços públicos de Aracaju onde funcionam a Academia da Cidade, numa parceria com a Universidade Federal de Sergipe (UFS), com a mobilização de professores de Educação Física e demais profissionais de saúde. Dessa forma, este projeto visa atingir cerca de cinco mil pessoas para adesão da prática de exercício físico.

A Figura 9 demonstra a Ciclovias Aracaju.

Figura 9 - Ciclovias Aracaju

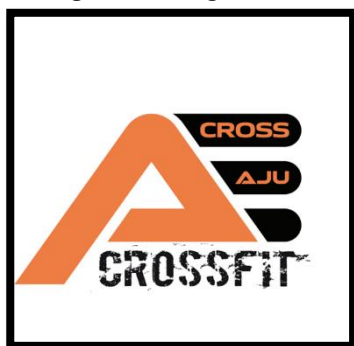


Portanto, Aracaju a partir dessa mobilização de políticas públicas de saúde e lazer, faz da cidade sede de uma população mais praticantes e mais conscientes acerca de hábitos saudáveis, o que possibilita mudanças no futuro da qualidade de vida da população, pressupõe uma valorização de espaços para práticas corporais, mas essencialmente para a vida e sociedade, estabelecendo uma relação harmoniosa com o meio ambiente e os laços comunitários e familiares.

Além disso, são nesses arranjos sociais que também se estabelecem identidades coletivas, pressupõe o empoderamento da população para manutenção de sua saúde, do acesso a informações e ao conhecimento, bem com novas configurações e sentidos estéticos sobre práticas corporais, sobre qualidade de vida e, principalmente, sobre políticas de saúde e padrões sobre o corpo/sujeito. Portanto, Aracaju é uma capital modelo em ações promotoras de saúde, e está para além disso, pois em meio a este processo, ela favorece a sustentabilidade e uma significativa interferência em mudanças culturais, o que, consequentemente, afeta o comportamento dos indivíduos e de diversos gerenciamentos, por exemplo, na criação e construção de espaços de prática corporais, como o *Box CrossFit Aju*.

3.2 O BOX CROSSFIT AJU

Figura 10 - Slogan do Box



Fonte: Instagram CrossfitAJU

Consideramos a escolha do *box CrossFit Aju*, tendo em vista que este é o *box* pioneiro do Estado de Sergipe. Fundada em 25 de agosto de 2014 e inaugurada 19 de novembro de 2014. Essa prática foi idealizada para Aracaju, pela atual gestora Kátia, que em 2013, após uma viagem para Brasília-GO, sentiu-se estimulada a trabalhar com novos métodos diversificados e

em um ambiente diferenciado, uma vez que até então era proprietária de uma academia de musculação e ginástica, e os exercícios tradicionais não mais a estimulava. Assim, iniciou com um grupo de treinamento de condicionamento físico aos sábados e domingos também na Orla da Atalaia. Após quatro meses de atividade, conheceu seu sócio Philipp Winderman recém-chegado da Áustria, com amplo conhecimento em *Crossfit*, uniram-se para difundir uma marca que já se apresentava em ascensão no mercado *fitness*, inaugurando então, o local que possui funcionamento até hoje.

Iniciou com um grupo pequeno de atletas e hoje praticam cerca de 300 alunos. Além disso, possui uma filial “*Cross AJU Studio*”, situado no Bairro Jardins, Avenida Jorge Amado, que também é considerado um bairro nobre da cidade de Aracaju. No entanto, limitamos nosso campo de pesquisa ao box matriz, tendo em vista a maior concentração de participantes.

Segundo a proprietária do *box*, para muitos dos atletas, o *box* é a segunda sala e casa onde eles passam horas, não apenas treinando, mas socializando conversando e comemorando. Não há o uso de máquinas modernas, esteiras de última geração ou equipamentos que fazem o exercício pelas pessoas. Em vez disso, os praticantes são incentivados ao trabalho duro, que para eles, no final sempre será gratificante e compensador. Ainda assim, em todas as boxes *Crossfit* no mundo haverá um ambiente democrático, familiar e acolhedor, assim como, na *Crossfit AJU*.

Nossos treinos são intensos e divertidos! O sentimento de camaradagem e companheirismo é mútuo entre os “*Crossfitters*” e você conhecerá pessoas com diferentes pontos de vista, mas com um único em comum, potencializar ao máximo da sua capacidade física, intelectual e emocional. Aqui a máquina é você!
(*Texto disponibilizado pela proprietária*).

Fazendo uso das palavras de divulgação das redes sociais, a *CrossFit AJU* é um *box* com mais de 500 metros de área de treino, justificam que o espaço amplo se configura numa melhor oferta de segurança mediante as altas intensidades dos treinos, também possui espaço coberto e aberto. O espaço aberto ao ar livre é organizado com churrasqueira e grama sintética para realização das confraternizações que são sempre muito valorizadas, pois se denominam, como “*Família*” *Crossfit AJU*.

Figura 11 - Área externa no Box



Fonte: Instagram CrossFitAju Oficial

Em suas divulgações também apresentam que estão “aptos para ofertar programa de treinamento físico é completo e adaptável, independente de grau de condicionamento, gênero, idade e limitações. CROSSFIT é para TODOS. Além disso, afirmam que objetivam preparar a comunidade para o amanhã, ajudando-os a encontrarem o verdadeiro significado de qualidade de vida.”

Sendo assim afirmamos que o *CROSSFIT* é SIM para todos sem distinção ou restrição!!! CLARO, com devidas adaptações as necessidades individuais de cada um, mesmo aqueles que apresentam queixas patológicas crônicas ou adquiridas. O *Crossfit* é um método de treinamento a nível de esforço físico comparado à musculação e outras modalidades afins, tão eficiente quanto! *(Texto extraído do documento disponibilizado pela proprietária).*

Além dessas características segundo a proprietária, esse *box* possui um diferencial, em que os praticantes veteranos são responsáveis pelo acolhimento dos iniciantes, como um modo de mostrar o quanto se tornam uma família em socialização constante. A proprietária também é reconhecida como HEAD COACH, essa que é a responsável por elaborar os treinos do dia WODs. Desse modo, o **Head Coach** não apenas elabora os WODs, mas também defini e passa aos demais *Coaches* a dinâmica das aulas, portanto, ele coordena as estratégias de atendimento e atuação do *box*, sendo então, uma espécie de gestor do *box*. Nesse sentido, argumenta que:

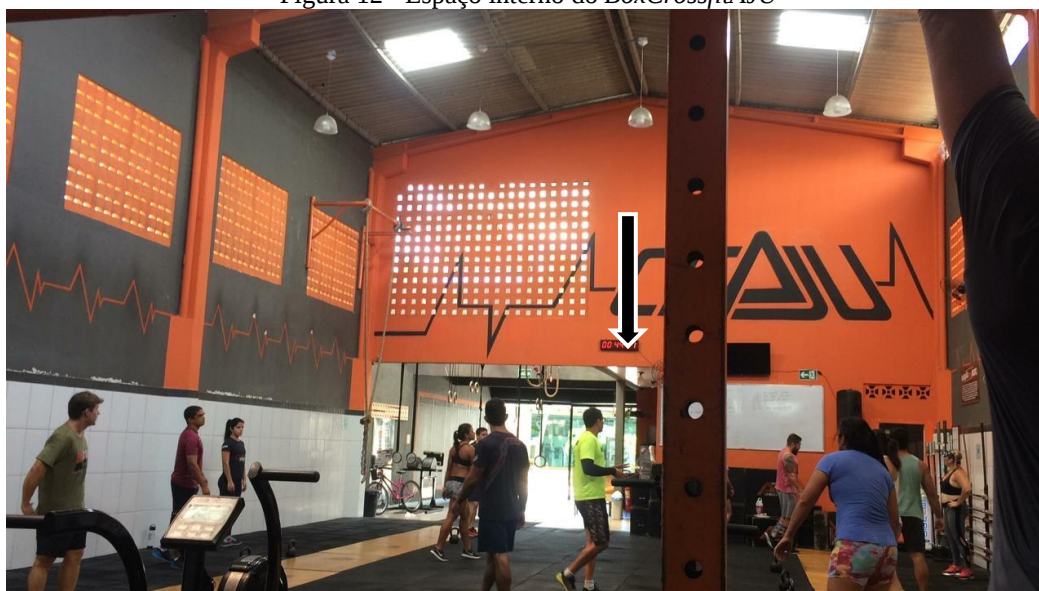
Nenhum método convencional hoje supera os benefícios que o *Crossfit* oferece as pessoas! O nível de esforço físico é a modalidade que está mudando a vida das pessoas, trazendo resultados significativos a curto prazo, por sua ampla oferta de estímulos é possível ver resultados com uma semana de treino. ocorre uma melhora tanto física quanto mental. O *Crossfit* ele vai do oito ao oitenta, quem não gosta nada dos métodos convencionais e quem goste dos métodos convencionais. Porque não existe rotina nos treinos, todos os dias um treino diferente e

multiarticular com objetivo de trabalhar o tônus muscular e o condicionamento ligado a saúde e bem-estar, de forma que as rotinas diárias sejam encaradas com maior disposição, é o que o nosso corpo precisa, “um bom funcionamento! (Texto extraído do documento disponibilizado pela proprietária).

Nessa direção, a metodologia dessa prática corporal ainda que sendo dinâmica, possui uma sistematização de aula em meio a um tempo cronometrado, numa promessa de gastos calóricos que estão sempre associados à maior intensidade e menor duração para a tão sonhada perda de gordura.

A Figura 12 ilustra o espaço interno do *BoxCrossfitAJU*

Figura 12 - Espaço interno do *BoxCrossfitAJU*



Fonte: Instagram da box

O *Crossfit AJU* oferece dois métodos de aula, um método com 60 minutos, que é o método mais tradicional conhecido como “*CROSSFIT 1 hora*”, e “*CROSSHIIT 30*” minutos. Sendo este último, um programa de condicionamento físico, com treino intervalado de alta intensidade, o qual envolvendo tanto exercícios aeróbicos quanto exercícios resistidos, realizados em curto período de tempo, mas sem complexidade e intercalados com momentos de descanso. No entanto, os dois métodos são diferenciados apenas pelo tempo de execução, além destes são oferecidos treinos específicos de Técnicas de Levantamento de Peso Olímpico (LPO), de *Gymnastic* de *Pilates* e trabalho de controle do core, há ainda exercícios específicos de musculação, baseados em exercícios de cadeia livre justificam ser adaptáveis a qualquer indivíduo.

A estrutura da aula no *Box Crossfit AJU* segue de modo esquematizado e padronizado, com periodização desenvolvida pela *Head Caoach* conhecida como “Katita”. Inicialmente é trabalhada a consciência com o “Pré-aquecimento articular e muscular ou *MOBILITY*, seguido de *WARM UP* em formato de minicircuito, adequado para que os indivíduos possam executar o treino principal da melhor maneira possível sem correr risco e total adaptação quando necessário, inclui exercícios dinâmicos, de estabilização e mobilidade. O treino se divide em quatro partes básicas:

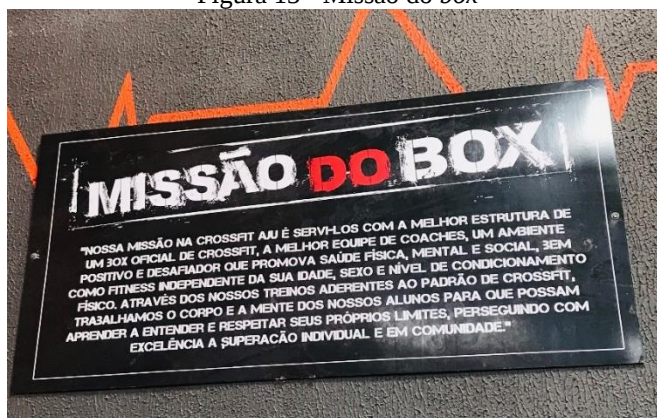
- 1) *MOBILITY: pré-aquecimento articular e muscular;*
- 2) *WARM UP: circuito com aplicabilidade de exercícios funcionais;*
- 3) *SKILL STRENGTH: técnica e força dos exercícios do dia, execução do exercício principal, adequação de peso para este e para o treino principal (WOD) ou técnica de habilidades;*
- 4) *execução do WOD (“workout of the day” – uma composição de exercícios variados, com formato circuito);*
- 5) *COOL DOWN relaxamento e alongamento final*

Em meio a essas sistematizações, também pode haver mudanças no cenário das aulas, como corridas nas ciclovias da Avenida Rotary, ou mesmo nas praias próximas ao *box*. Além disso, justificam que cada *box* filiada tem uma filosofia específica, assim, afirmam que:

Se você tem um corpo! Então você é um atleta! Nós da CROSSFIT AJU acreditamos que nós todos nascemos como atletas, mas em algum lugar no processo de crescimento ficamos presos as rotinas de trabalho, estilos e hábitos de vida sedentários ou escolhas de má saúde que não nos permitem executar as funções do corpo como deveríamos ocasionando a baixa dos nossos limites do condicionamento físico e mental. Um corpo em forma, forte e saudável é a base de uma vida feliz e bem-aventurada. “Mens sana in corpore sano!” – (“Uma mente sã num corpo são”) A busca por um ótimo nível de condicionamento físico e consciência corporal, podem proporcionar ao ser humano, um estado de resistência física e mental, que irá ajudá-lo a superar com facilidade as exigências físicas do dia a dia, doenças, adversidades e desafios impostos pela vida.

Ainda assim, apresentam em sua MISSÃO, que, por serem pioneiros em *CrossFit* no Estado de Sergipe estão sempre comprometidos com um trabalho ético eficiente e seguro, proporcionando ferramentas que façam com que os objetivos sejam levados ao sucesso e conquistem os resultados esperados numa maneira eficiente e menor tempo possível. Missão conforme Figura 13:

Figura 13 - Missão do box



Fonte: Fotografia do box em 20 de janeiro de 2020

3.3 OS SUJEITOS DA PESQUISA

Foram entrevistado um total de 23 sujeitos, sendo cinco professores/*coaches* e dezoito praticantes/atletas da prática corporal *CrossFit*. A faixa etária do grupo varia em média de 26 anos a 47. Além disso, a faixa etária que mais frequenta está entre os 30 a 47 anos. Dentre os vinte e três entrevistados, onze indivíduos são do sexo feminino e doze do sexo masculino. O grupo de praticantes é composto por Advogados, professores universitários, magistrados, estudantes de diferentes áreas, inclusive há dois profissionais de Educação Física, profissionais da comunicação e empreendedores. Dentre os entrevistados praticantes, há indivíduos que estão praticando o *CrossFit* a dois meses, um ano, e até mesmo desde cinco anos, porém a maioria tem em média de dois de prática.

A formação de *Coach* oficial pela marca *CrossFit* foi realizada apenas pela proprietária do estabelecimento, que é também *Head Coach*, um outro proprietário esteve em formação durante o mês de fevereiro de 2019, fora do Brasil, e os demais possuem cursos e capacitações mensais, proposto **pela** Head Coach. O público de profissionais da *CrossFit* é composto por cerca de dezessete profissionais entre recepcionistas, estagiários, *coaches* e proprietários.

Deste modo, as percepções da pesquisa de campo enquanto pesquisadora/praticante foram somadas com conjuntos de discursividades do espaço do *box* e do *instagram*, bem como das análises dos enunciados dos entrevistados, sempre constituído das impressões, percepções e possíveis interpretações.

Contudo, a pesquisa ocorreu entre 08 de novembro de 2019 a 15 de fevereiro de 2020. O diálogo verbal realizado com os entrevistados foi registrado através de gravações e

posteriormente transformados em textos. As entrevistas foram propostas para serem realizadas de formas individuais, porém sem restrição da presença de algum outro praticante que desejasse ouvir o diálogo. Assim, algumas entrevistas ocorreram com a presença de mais de um praticante, tendo em vista que, o local disponível no *box* ficou restrito ao ambiente de interação e espera dos praticantes, nas mesas do restaurante, localizado na entrada do *box*.

Em modo geral, a dinâmica das entrevistas não foi rígida e fixa ao roteiro das perguntas do questionário. Deste modo, a medida que o diálogo ocorria, muitas respostas foram dadas como suficientes para responder mais de um item do questionário. O tempo de entrevistas equivaliu entre quinze a quarenta minutos.

Para organização da análise dos dados, cada entrevistado foi nomeado com uma letra do alfabeto, sendo vinte e três entrevistados, equivalendo a nomeação de “A” a “W”. No entanto, na dinâmica da análise discursiva, nem todas as falas dos entrevistados foram trazidas em evidência no capítulo de análise dos dados, reconhecendo que não haveria necessidade da repetição do enunciado as quais conotaram mesma possibilidade de funcionamento e de interpretações.

4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS

A partir deste capítulo daremos as vozes aos sujeitos pesquisados, considerando os instrumentos utilizados: Observação direta intensiva (participante), análise do produto midiático, as entrevistas com perguntas semiestruturadas e questionários abertos, bem como as anotações do diário de campo. Todos os dados foram produzidos com o auxílio de registros fotográficos, bem como a transcrição dos áudios das entrevistas e diário de campo, além de textos retirados do *Instagram*. Desde o primeiro contato na qualidade de participante/cliente do *Crossfit AJU*, percebemos a proliferação de práticas discursivas e não discursivas como uma categoria máxima de análise. Desse modo e ancorada nas perspectivas foucaultianas, compreendemos que o discurso é tanto meio de análise quanto principal recurso que engendra comportamentos. Logo, é também a partir de determinados discursos, que outros emergem diante dos contextos que constrói a política e estética do *box Crossfit AJU*.

Nesse sentido, com base nesses instrumentos foram produzidos dados empíricos, permitindo compreender que em meio ao conjunto dos diversos enunciados, outros tantos eram construídos, enquanto discursos de pertencimentos, regras, comportamentos, sentidos e representações eram forjados. Assim, as práticas discursivas tornaram-se dados e instrumentos que se fazem operantes para pensarmos nas condições que submetem a prática corporal *CrossFit*, a mecanismos que efetivamente, restringem, ampliam, afetam, objetivam ou mesmo subvertem ou refletem em práticas de submissão dos corpos.

Portanto, neste capítulo conduzimos nossa análise de dados embasados em ferramentas foucaultianas, tendo como base princípios de suas análises dos discursos. Para esse autor o discurso está em um jogo de ação e reação, e que por muito tempo, limitou-se a “um conjunto de fatos linguísticos ligados entre si por regras sintáticas de construção” (FOUCAULT, 2015, p. 09). Porém, aqui não veremos os discursos sob uma perspectiva de regularidades linguísticas, mas de outras regularidades que se envolvem no campo de dominação ou mesmo de esquivo, ou seja, no campo de lutas. Ainda assim, para esse autor estas regularidades também funcionam como sistema de dispersão que formam outras regularidades que surgem em relações diversas, para além de frases e falas. Por isso, vemos aqui o discurso em enunciados que se proferem e emergem em relações diversas.

Para Dreyfus e Rabinow (2010), comentadores de Foucault, apresentam que os discursos são “atos de fala sérios”, os enunciados do cotidiano, e que estão ligados a alguma ordem que constituem saberes e verdades. Por isso, conduzimos este estudo acreditando que verdades vão se transformando, numa dispersão de regularidades que, conseqüentemente,

moldam modos de pensar, ser e agir. Em nosso campo de análise, buscamos relacionar tanto as falas quanto os enunciados que se proferem no ambiente do *box*, e ambiente virtuais de interação como as redes sociais. Assim, entendendo esses enunciados em sua ligação com os diversos discursos políticos e estéticos do corpo.

Contudo, neste capítulo analítico discorreremos sobre os percursos que nos levaram a refletir e compreender condições que acionam modos de ser e de educação do corpo, com a prática corporal do *Crossfit* AJU, bem como seus possíveis modos de subjetivação⁶ em meio à cultura *fitness*. Para esses entendimentos, organizamos esta análise a partir de seis seções que o campo permitiu refletir:

Na primeira seção aprofundamos sobre a escolha do discurso como categoria máxima de análise, tendo em vista que vários são os discursos que efetivamente enunciam as características do *Crossfit* como uma espécie de “tribo”. A segunda seção está organizada por meio de um relato de experiência, retratando o primeiro contato como pesquisadora/cliente/praticante do *Crossfit* AJU. Ainda nesta segunda seção se trata especificamente do relato da experiência da “dor” e do pertencimento de ser “crossfiteiro”. A terceira seção reflete o *Crossfit* como um dispositivo de “autogoverno de si.” Neste momento, situamos os modos de condução via responsabilização e culpabilização que tende a incitar que somos os únicos responsáveis pelo cuidado de si e pelo próprio sucesso. Assim, também situamos o quanto é disseminado sobre a dinâmica que excluem outros modos de ser pelos contrários, ou seja, por não fazer parte do padrão estereotipado da beleza, o que evidentemente potencializa a negação e exclusão do outrem. A quarta seção trata de uma análise do *CrossFit* valendo-se de enunciados centrais presentes no discurso sobre a ausência do espelho no *box*. A discussão também se estende para reflexão crítica sobre a racionalização da motivação como parâmetro central de continuidades dos discursos, que atuam como uma técnica de condução dos desejos. Desse modo, a motivação atua camuflando qualquer sentimento de negatividade, enquanto a ausência do espelho, atua pelo convencimento do corpo do outro como parâmetro em um desconhecer-se por completo. Contudo, ambos potencializam as marcas da cultura *fitness* que dita as ordens da arquitetura dos corpos. A quinta seção refere-se a uma breve reflexão de outros modos de condução de condutas, que tal como a construção discursiva sobre o espelho e os discursos de motivação, opera como técnicas que potencializa a eficácia constante da melhoria dos corpos para busca do corpo magro e dito saudável. Portanto, reflete-

⁶ “A maneira pela qual o sujeito faz a experiência de si mesmo em um jogo de verdade, no qual ele se relaciona consigo mesmo” (FOUCAULT, 2004, p. 236).”

se sobre a técnica da política alimentar, como um regime de verdade do *Crossfit* que transfere o tabu que antes era do sexo (cama) para o tabu da alimentação (mesa). Na sexta e última seção, encontra-se uma discussão realizada com a intenção de refletir novas formas de trincar os corpos pelas rupturas da resistência. Ou seja, tendo como base a possibilidade de uma ética da existência, defendida por Michel Foucault, objetivamos nesta última seção contribuir, problematizando outros modos de existir que estejam para além de as definições hegemônicas. Isso foi possível, já que a interpretação do outro como possibilidade de ser, é construtiva e subversiva, na medida em que se reconhece que a potência de se recriar é singular aos corpos.

4.1 OS DISCURSOS COMO CATEGORIA FUNDANTE DO SENTIMENTO/PERTENCIMENTO DE “TRIBO”

Damos início a esta tarefa de análise, apresentando que percorreremos o caminho analítico, compreendendo este grupo por meio de um conjunto de evidências estéticas e políticas que os caracterizam como uma espécie de “tribo”. Defende-se o conceito e/ou metáfora tribo, nesta análise tendo como base a conceituação do sociólogo francês Michel Maffesoli (1997), o qual defende que a ideia de tribos urbanas e/ou tribalização do mundo é fundamental para compreender que todos estamos ligados a interesses semelhantes que nos agrupam como uma tribo.

Nesse sentido, para esse mesmo autor somos aproximados por elementos culturais⁷, ou seja, somos constituídos por outros indivíduos que se aproximam dos nossos modos e estilos de viver, atravessados pelo mesmo espaço-tempo. Dessa maneira, os sujeitos se inserem num conjunto de regras que unem e organizam as pessoas em determinados grupos por afinidades. Por isso, defende-se que no *Box* pesquisado *CrossFit* AJU, faz-se presente uma ideia de tribo, uma vez que se fundamentam e são movidos por discursos que fazem funcionar outros; comportamentos; motivações e sentimentos múltiplos, compartilhando, assim, um semelhante estilo de vida.

Essas afirmativas também nos conduziram a perceber que, o grupo do *CrossFit*, tal como outros que fazem parte da cultura *fitness* (grupos de ginástica, musculação, modalidades

⁷ Ainda que reconheçamos a riqueza conceitual pelo que se nomeia como cultura, nos baseamos no conceito defendido por Marcos Neira, como toda e qualquer produção de um determinado grupo social, suas maneiras de impor a outros grupos, suas convicções, suas maneiras de ver e entender o mundo. (NEIRA, 2012). Sua base epistemológica fundamenta-se a partir dos Estudos Culturais, admitindo Stuart Hall como autor central dessa reflexão. Nesse contexto, Neira (2012) define que cultura está ligado a um processo de significação, bem como, campo de luta para validar significados.

esportivas diversas) ou qualquer grupo de sujeitos que se beneficiam de alguma prática como técnica de melhoramento corporal, também estão assujeitados a uma condição de pertencimento de grupo, ou seja, apresentam um conjunto de regras que os fazem pertencentes a uma espécie de tribo. Dessa forma, tanto o *Crossfit* quanto essas diversas práticas corporais citadas, estão atravessadas e marcadas por diferentes modos de socialização e diferentes modos de educação do corpo. Entretanto, no interior de suas condições e regras, estão sustentadas por discurso de pertencimentos, que conduzem condutas, modos de pensar, sentir, de se comportar, ou como não se comportar, ou mesmo, como não sentir. Portanto, isso ocorre mediante discursos próprios, dados como verdades, produzidos no interior de suas relações.

Reconhecendo esse contexto, baseamo-nos na noção de análise do discurso de Michel Foucault como uma estratégia eficaz para esta pesquisa. Tendo em vista que, o objetivo dessa investigação foi de interpelar os modos de educação do corpo a partir da prática corporal *CrossFit*, que, pelo recorte da cultura *fitness* analisa-se uma função produtiva do próprio discurso como uma categoria máxima presente nesse contexto, por possuir efeitos de produções de verdades e subjetividades (FOUCAULT, 2008). Portanto, os discursos que se fazem presentes no contexto do *box Crossfit AJU*, inserem-se como uma característica unânime, que provocam por ele mesmo, outros e outros discursos de verdade como naturais, tornando-se práticas discursivas hegemônicas, regras e normas institucionais por meio de práticas mínimas (FISCHER, 2003).

Ainda assim, sobre a perceptiva foucaultiana da análise do discurso Fischer (2003) vai defender que pelo discurso é possível compreender como nos tornamos sujeitos e como as verdades vão se transformando, e, portanto, moldando, persuadindo modos de pensar, agir e sentir. Desse modo, vemos uma potente contribuição nesses pressupostos para refletirmos, considerando então, as verdades que se transformam para cada sujeitos e/ou a população do *box Crossfit AJU*, diante dos seus modos de educação do corpo mediante a cultura *fitness* e suas produções de subjetividades.

Partindo desses pressupostos, também tentamos nos basear na afirmativa de Veiga- Neto (2003), que em seus estudos foucaultianos, defende que existem múltiplas relações pelas quais o contexto referido definirá ou mesmo limitará as regras do que é permitido, do que se torna comum em ser dito e propagado, bem como, o que foge da regra do permitido. Assim sendo, “[...] mais do que subjetivo, o discurso subjetiva [...]” (VEIGA NETO, 2003, p. 120).

Compreende-se que os modos de educação dos corpos no contexto do *box*, foi construído pelo que se “diz” de modo muito constante e enfático sobre o *Crossfit*, ou seja, de

toda uma prática discursiva, efeito de uma construção, tanto de práticas quanto da linguagem muito própria e específica daquele grupo. Por isso, analisamos que diante das entrevistas, grande parte dos participantes da pesquisa, fazem uso de um discurso de pertencimento. Esses discursos nos conduzem a perceber e mapear um regime de verdades que acolhe os sujeitos em um conjunto de características do dito “crossfiteiro” e os sustentam como uma tribo. Logo, isso também é justificado pela ênfase no uso de um vocabulário único, previsto até a construção de um dicionário que contém todos os nomes de movimentos e expressões próprias de uso cotidiano de todos os integrantes.

Portanto, é sobre as condições que levaram à legitimação dessas verdades, desse conjunto de regras, de vocabulário próprio, e do discurso sempre tão positivo, que também se compreende o contraponto, ou seja, as condições que levam a não acolherem qualquer sentimento de negatividade, pois defendem que este, deve ser efetivamente camuflado por um discurso de positividade e motivação. Nesse sentido, são produzidos no interior e exterior ao *box*, discursos, imagens, comportamentos, tais como vestimentas e vocabulário próprio, produzidos desde o contexto físico do *box*, onde se localiza o principal meio das relações e convivência, até mesmo pelos meios de comunicação e propagandas do *Instagram*.

Ressalta-se ainda, que é a partir desses espaços, tantos reais quanto virtuais ⁸que se estruturam um conjunto de regras e sentimentos, ou seja, é formulado delimitações estéticas e políticas muito próprias, sustentando, assim, uma saber e um poder operante sobre as relações dos sujeitos consigo mesmo e com os outros, ou seja, na educação de seus corpos.

Destacamos também, que nos referimos a um determinado *box* o *Crossfit AJU*, e que nossa intenção não é universalizar essa análise para todo e qualquer grupo, uma vez que observamos que cada *box* sofre variações na medida em que seus administradores têm total liberdade de conduzir seus regimentos e regras, os que costumam justificar como um conjunto de valores e princípios que regem a *filosofia de vida* do grupo. Segundo a proprietária são organizados de acordo com os perfis do público do *box*.

⁸ Habitualmente designamos para o virtual aquilo que está oposto ao real. Entretanto, nos baseamos a partir de Correia, Zoboli e Silva (2017), que convida a pensar a partir de Gilles Deleuze, o qual defende uma estreita relação entre ambos, em que o virtual não se opõe ao real, mas ao atual. Sendo o virtual uma parte do real, ou seja, uma realidade do próprio virtual, no qual é possível vislumbrar uma potência, à medida que não se limita a uma fixa dimensão atual, mas como possibilidade de criação e de existir diferente do que se é. Ainda que o virtual se estruture num plano sem materialidade, ele opera nos corpos, os afetos e reações diversas. Assim, para este autor há uma existência entre o corpo real/virtual pela capacidade de nos relacionar e ser afetados, ou até mesmo de nos libertar da rigidez sobre os sentidos atribuídos ao corpo, convidando olhá-lo de modo indefinido e portanto, para além do binário real/virtual.

Na sequência, apresentam-se imagens, quadros e tabelas elaborados com base nos instrumentos escolhidos para construção dos dados; tanto na atuação como pesquisadora/praticante/cliente, da prática corporal *CrossFit*, quanto a partir dos registros à medida que não estava como pesquisadora/praticante. Além de o registro no diário de campo e gravações das entrevistas, houve registros de imagens tanto diretamente do ambiente, bem como, do *Instagram* @CROSSFITAJU_OFICIAL, sendo este último, o instrumento utilizado para a análise do produto midiático.

Segue imagem (Figura 14) registrada do mural com WOD (treino do dia), registrado no primeiro dia de treino da semana de aula inaugural. Na sequência, as falas dos participantes, usadas como exemplos de base para estas análises.

Figura 14 - Descrição do WOD



Fonte: Registro da pesquisadora /Aula na praia da Cinelândia

TABELA 4	
INSTRUMENTO: Entrevistas	
Sujeito	ANOTAÇÕES DAS FALAS DOS ENTREVISTADOS
A	[...] Eu, no início vivia no <i>Google</i> procurando o que era aquele movimento, primeiro por que é em inglês e por que é uns nomes muitos diferentes.
B	Mesmo sendo professora de inglês, é diferente, é muito específico, tenho que ir buscar o que significa aquele movimento.
C	Identidade Crossfiteira é quem defende sempre o esporte, e vive falando das atividades, em um vocabulário que só entende quem é crossfiteiro.
D	Isso aqui é encantador [...] tem todo tipo de gente, é muito heterogêneo esse ambiente, podemos ser iguais a todo mundo, sempre me senti pertencente, mesmo sendo de outro mundo.
E	Você cria outro aspecto social por meio do <i>Cross</i> , justamente porque acaba

	juntando pessoas que têm mais ou menos os mesmos interesses, que já passaram pelas mesmas experiências, as afinidades aqui acabam sendo naturais.
F	Se o aluno se sente encantado todos os dias, acolhido, ele não vai deixar de vir... e é por isso que o nome das pessoas está ali no quadro, justamente com esse incentivo de superar, anotamos os resultados dele, para controlar os alunos, se ele vem todos os dias, controlar para poder avaliar a frequência e poder monitorar ele de forma segura.
G	[...] sou muito antigo também, treino bem, e isso faz uma camaradagem e admiração, aqui tem muito isso, eu elogio os outros e os outros me elogiam: Ah, quero ser como você! Existe essa irmandade aqui.
H	Crossfiteiro ... é quem se leva ao limite, não vestiria uma roupa dessa em nenhum outro lugar, pois aqui sou acolhida do jeito que sou. Tendo em vista minha profissão (magistrada), não me sentia à vontade de vestir isso... visto mini short, me sujo, não me incomodo se suar demais... porque aqui é uma terapia.
I	[...] todos nós somos atletas, habilidade são naturais, são apenas esquecidas, voltar a se reconhecer que você tem poder, estar sempre disposto e aberto a esse ambiente [...] aqui a gente se abraça muito... Ah, limitação psicológica, falta de conhecimento, não se permitir desafiar, é o que faz as pessoas desistirem do cross.
J	Aqui é um vício saudável, pelas melhorias dos aspectos físicos e bioquímicos;
K	Gosto da ideia de acabar a aula esgotada, esbagaçada, isso aqui é prazer, não é obrigação não...

Evidentemente que muitos desses discursos já se fazem presentes, em meio aos saberes que se firmaram diante de toda uma construção histórica da cultural *Fitness*. Assim, se compreende que diante dessas falas sempre tão motivantes como: “vamos lá guerreira” ou “vamos lá minha atleta”, é que se faz necessário, enfrentar que, “Não se pode fracassar”. Além de operar sobre nós mesmos, toda e qualquer responsabilidade para eliminar a negatividade que mantém a vida. Encontramos, portanto, uma nova subjetivação que prepara os corpos na ação de uma prática educativa, a qual “diz” que ficar cansada é permitido, porém, na condição estratégica de agir sempre positivamente ao humor e bem-estar.

Essas falas são enunciadas como características essenciais para o sentimento de pertencimento do dito “crossfiteiro” como “o que não desiste nunca”. Por isso, seguimos adiante com uma reflexão a partir do relato de experiência, como pesquisadora participante, para, posteriormente, posicionar-se com a distância necessária entre o objeto e as demais interpretações dos dados empíricos.

4.2 RELATANDO A EXPERIÊNCIA DA “DOR” E DO PERTENCIMENTO DE SER “CROSSFITEIRO”.

Neste tópico, busca-se de uma reflexão mais intrínseca sobre a experiência com o sentimento de pertencimento, mediante a pesquisa participante como praticante do *Crossfit* AJU. Especialmente sobre as relações com o sentido da dor na condução de sentir-se “crossfiteira”. De acordo com o referencial teórico, compreendemos os vários sentidos da dor a partir de Rodriguez (2017), o qual apresenta principalmente as representações positivas da dor. Dessa forma, foi possível perceber a forte influência que há nas técnicas de motivação para atingir essa positividade.

Rodriguez (2017) também ressalta que o retorno positivo com a experiência da dor em meio a práticas corporais, se valida pela recompensa da eficácia do exercício e pela superação da sensibilidade com o sofrimento que causa a “dor”. Por isso, naturaliza-se a dor como elemento necessário do treino. É baseado nessa afirmativa que corroboramos com Rodriguez (2017), relacionando ao seguinte enunciado retirado das entrevistas: *“A dor faz parte/ sem ela não há sentido no treino/ ou mesmo não consigo sentir nenhum tipo de dor, a dor muscular é tolerável e positiva, é negativa apenas quando os imprudentes extrapolam os limites e acabam sendo lesionados.”* (Entrevistado C)

Para essa reflexão, é válido reconhecer que vivemos numa constante busca por afetos positivos, de alegria, de preenchimento, e isso se valida justamente em meio às propostas de práticas corporais, produtos da cultura *fitness*. É em meio a essa cultura que o capitalismo encontra seus investimentos, e é na representação estética dos seus sentidos que se transporta no e o corpo, para um território de prazer, ainda que em meio a dor. Desse modo, afirma-se que a dor se transporta para um sentido diferente do que realmente vem a ser. A dor não é mais um critério para avaliar quando se deve interromper, diminuir ou parar determinado exercício, mas é justamente reprogramado, para a extensão do que era o dito “limite corporal”.

Além disso, se vê que não é apenas pelos discursos fisiológicos e pela força da motivação verbal que muda as representações da dor, tão repercutido como “sem dor sem ganho”. Porém, propaga-se e eleva especialmente pela potência de afetar, a própria lógica biológica de uma transmissão sensitiva do sofrimento causado pela dor. Dessa forma, reconheço não apenas pela transmissão dos discursos, pelos acontecimentos de suas falas, dos entrevistados, mas justifico pela experiência da sensação, pois diante aos tantos incentivos motivacionais de superação de limites, a percepção que obtive foi de que a dor com o tempo

não estava mais sentida, não porque havia a sua ausência, mas por toda a política e estética da dinâmica da prática metodológica do Crossfit AJU.

Desse modo, a dor está sempre presente, ainda que reconheça que biologicamente as capacidades físicas vão sendo melhoradas com a constância dos exercícios. No entanto, foi possível identificar que sem dúvida, a força da motivação, da intensidade e diante da agilidade que se exige em determinados WODS, a dor continuava a ser sentida. Assim, a adrenalina não apenas camuflava a dor, mas era suportada e até mesmo adorada.

Ainda assim, percebendo que a dor foi refletida com a experiência sentida nos primeiros dias, o qual limitava determinados movimentos cotidianos. Ao reler, avaliar e analisar o diário de campo, percebi que logo nos primeiros dias foi relatado, que a dor muscular, limitou movimentos de sentar, levantar, tanto membros inferiores quanto superiores. Devido a isso, havia limitações com os movimentos básicos cotidianos. A princípio, seguindo o entendimento básico da fisiologia muscular, compreendi que seria considerável que ao longo dos dias, as dores diminuíssem pela acomodação das dinâmicas entre movimentos/músculos. Ao longo dos registros posteriores, reforçaram a ideia de que a dor continuou movendo-se de região, porém, acomodando-se não necessariamente porque aquele músculo tinha sido ativado, ou mesmo acostumado em ter adquirido um novo limite. Porém, reconheço que havia todo um funcionamento dos discursos, que me conduzia a uma acomodação, que estrategicamente alimentava que a “dor” era parte não apenas da dinâmica, como também dos meus próprios movimentos.

Desse modo, a dor foi tornando-se tanto suportável quanto características do meu dito bem-estar. Ainda que o músculo estivesse afetado por um fluxo sensorial, resultante da dor causada pelo efeito do movimento, essa dor não mais existia do mesmo modo. Assim, se reafirma a explicação de Cavalcanti e Porpino (2015), pois concorda-se que a ideia da dor sentida não é apenas “um simples fluxo sensorial, mas uma percepção que suscita primeiro a relação do sujeito com o mundo e da experiência acumulada a esse respeito” (p. 404).

Nesse sentido, a dor é treinada, é repetitiva, tornando-se então objeto de prazer (RODRIGUEZ, 2017). Desse modo, considera também que a dor se tornou verdadeiramente parte do processo, sendo desterritorializada, ampliando-se a uma nova representação e um novo sentido. Por isso, seu novo território é o lugar do prazer, pela sensação e vontade de um potencial a ser atingido, ou seja, algo que está por vir, como o tal sonhado crescimento /hipertrofia muscular. Contudo, ainda que este não fosse meus objetivos, com o passar do tempo

é perceptível a condução por começar a desejá-lo e sentir-se pertencente a tantas outras características do grupo “crossfiteiro”.

Considero ter vivenciado uma verdadeira anestesia da dor, não por estar sem o efeito dela, mas porque todo o cenário, músicas, dinâmica de aula, conversação sobre a própria metodologia instigava, não apenas ao modo de afetar meus movimentos, mas, principalmente, emergiam um novo sentido e modificação do meu próprio discurso. Em determinado momento, que a professora/*coach* perguntava sobre o *feedback* da aula, percebi que a própria pergunta, conseqüentemente, já não mais conduzia a lembrar do sentimento mediante a dor ou mesmo sobre sua intensidade, mas o quanto foi possível ultrapassá-la.

Tal experimentação me afetou de um modo que permitiu, compreender que a dor provocada por um conjunto de movimentos, não conduziu a apenas um novo olhar sobre o sentido da dor, mas tal como referenciado por Rodriguez (2017), compreende-se que isso ajuda a modelar o corpo e até mesmo as identidades. Desse modo, vê-se uma “naturalização” da dor que perpassa por uma representação muito individual, mas sobre total direcionamento e intervenções técnicas na relação com o outro. Assim, tanto pela experiência e limites que há no corpo de cada um, mas ao mesmo tempo, é uma ação que se materializa coletivamente. Isso porque se organiza pela ordem discursiva à medida que sua metodologia está inteiramente conectada com os interesses de encaixe, de um corpo a uma forma e norma tal como induz a cultura *fitness*. (TORRI; BASSANI; VAZ, 2007).

Desse modo, e paradoxalmente, pela via da naturalização de um sentido positivo para a dor, também propaga o modelo de um tipo de corpo ideal, que se revoluciona mais pela função que pela forma. Portanto, não é tão considerável a norma por apenas uma forma e estrutura corporal, mas o parâmetro que se estabelece é mais apreciado pela função desse corpo, cada vez mais ágil, forte e resistente.

Outro fato instigante, foi reler minhas anotações iniciais sobre uma autorreflexão do que havia provocado a tentativa de ser pesquisadora participante da prática corporal *Crossfit*. Inicialmente, a primeira motivação foi o próprio ato de reconhecer a potência desse tipo de pesquisa. No entanto, no ato das pesquisas bibliográficas iniciais, encontrei um forte envolvimento com a propagação realizada nos corpos que se inseriam no território do *Instagram* do *Box*, tanto pelas imagens estáticas das fotos quanto pelas imagens dinâmicas dos vídeos propagados. Desse modo, sentir o convite à experimentação de envolver o meu corpo, o qual percebia que até então era apenas uma potência virtual. Ao mesmo tempo que era vislumbrada

pela curiosidade de projetar aqueles movimentos até então percebidos como, humanamente impossíveis, ou mesmo potentes, por ser mera possibilidade de experimentação.

Tendo como base a ideia do Corpo sem Órgãos⁹ de Deleuze e Guattari (1980/2004), também fui instigada por aqueles corpos projetados pelos registros das imagens e vídeos. Uma vez que, pensar no CsO, implica reconhecimento de que o desejo provocado pela potência do virtual, em relação à dimensão atual do meu corpo, antes mesmo da experimentação, se reverbera pela vontade de novos afetos e novas criações, em um novo ambiente. Desse modo, também reconhecendo que a tarefa de pensar em um CsO é mais complexa que isso. No entanto, tal como nos propõem esses autores, refletir no CsO, conduziu-me a se posicionar para além de padrões e de interpretações automáticas, limitadas ou mesmo, deixar os estereótipos do corpo, diante prática corporal *Crossfit*, limitarem minha percepção deste objeto de pesquisa.

Com base em César (2019), que vai defender que a força dos discursos *fitness*, estará estrategicamente como produto no funcionamento das mídias, da moda, nos discursos de motivação diante da saúde, bem-estar, ou mesmo de busca de superação dos limites. Tudo isso, sobre a maior ordem discursiva, que se fundamentam sempre numa intenção de economia, seja do capital ou mesmo pela economia de energia para usá-la de modo útil e produtivo, tal como a sociedade disciplinar de Foucault. No entanto, reconhece-se que por esse mesmo autor, nos constituímos à medida que somos afetados/relacionados com outras experiências e outros ambientes/corpos/sentimentos, essa foi portanto, as intenções prévias de minha intenção de afetação por essa cultura.

Desse mesmo modo, ainda que buscando manter os rigores científicos de análise, este foi o subcapítulo organizado para apresentar essa experiência, reconhecendo que não é possível movimentar a tarefa de investigar o objeto corpo, sem refletir sobre o processo pelo qual o objeto se torna seu, e como este é propriamente incorporado (GALAK, 2014, p. 03). Sem pretensões de reduzir a investigação por uma descrição própria e pessoal, busquei seguir em conformidade com Bártolo (2007), pois “quando se estuda o corpo, é o objeto que nos designa, mais do que nós o designamos a ele.” (p. 80)

Contudo, ao reconhecer que os discursos nos afetam e nos constituem, considero também, que o desejo de experimentação dessa prática, partiu de uma construção provocada

⁹ O corpo sem órgão não é um conceito, nem uma noção, mas antes de tudo um conjunto de práticas. (DELEUZE; GUATTARI, 1980/2004). Práticas de experimentação das próprias forças do corpo livre de interpretações e juízos que limitam outros modos de vida. Por isso, pensar num corpo sem órgão, não é se opor aos órgãos, mas para estes autores é se opor ao organismo, que tende a organizar e a aprisionar. Para Deleuze (1997), um corpo muito organizado tende a aprisionar a padrões estipulados pela sociedade sobre o que “devemos ser”. Porém, sem esse aprisionamento do organismo, é possível viver em fluxo de criação.

para além da tentativa de pesquisa participante, mas também de afetação de um próprio desejo antecedente a pesquisa, pela vontade de novas experiências e de compor novas relações com o meu corpo em relação a novas práticas. Para, Chauí (2011, p. 73) “Um corpo é tanto mais potente quanto mais amplo e complexo for o sistema das afecções corporais.” Isto é, a capacidade para afetar e ser afetado por outros corpos.

Desse modo, reconhece-se que é possível tão somente a partir do corpo do outro, aumentar nossa capacidade de compor relações, de afetar e ser afetado. Por isso, é possível perceber que diante do poder que exerce em meio às práticas disciplinares e de controle, que as experiências do *Crossfit* AJU, pode ser subversivo em um outro ponto de reflexão. Pois não se limita a uma relação de aparelhos e pessoas, mas de certo modo, oportuniza um contato que aumenta uma dinâmica de afecções. Daí a necessidade de se compor com outros corpos, criar comunidade, e ser “crossfiteiro”, numa relação que pode ser analisada como produtiva de criação, pela constante variação de movimentos e dinâmicas de grupos. Por isso, reconhecendo que os sentidos dessa prática podem ser modificados, aos contextos, tempo e espaço, e de modo individual pode repercutir práticas também de forças potentes sejam positivas ou mesmo negativas.

4.3 O *CROSSFIT* COMO UM DISPOSITIVO DE “AUTOGOVERNO DE SI”

Mediante os dados empíricos, seguimos considerando que também há uma amplitude tomada pelo discurso do *CrossFit*, como uma prática salvadora em contraponto às demais atividades tradicionais, fortalecida por um regime de verdades que enquadra suas práticas a um plano metafísico dos benefícios. Isso, portanto, é perceptível ao enquadrar discursos de cura para ansiedade, cura para os estresses, para os sentimentos de fraqueza, e para sentimentos de força, em que não há espaço para sentimentos de derrota. Percebemos, portanto, o quanto esses discursos são referenciados como possibilidade de disseminação de estratégias para sermos os responsáveis pelo nosso sucesso.

Sobre essas estratégias discursivas, vemos que o *CrossFit* se torna uma prática corporal na qual exerce um poder que se institui pelo seu caráter de positividade e por uma dita autonomia do indivíduo sobre ele mesmo. Assim, enquadra-se como uma pedagogia política de lazer produtivo/preventivo sobre a saúde dos corpos, na medida em que suas práticas incitam uma dinâmica motivacional que se adaptam a uma manutenção e autonomia de busca pelo tão sonhado bem-estar. Certamente, estas são justificações muito atrativas e convincentes para adesão de uma prática corporal, pois segundo alguns dos entrevistados, pensar no *CrossFit* Aju

como “*um lazer e não como uma obrigação diária, permite também, gostar mais de praticar exercícios, já que eu nunca gostei muito, e isso ajuda a quebrar muitos dos preconceitos e estereótipos desse esporte.*” Fala retirada de uma das entrevistadas.

Essas preocupações de reafirmar sobre o quanto essa prática corporal também “sofre” com discursos que os estereotipam, provoca uma análise sobre os contrários que ele pode produzir. Cabe nesse cenário de justificações, compreender o nível de exclusão, provocada pelos excessos de cuidado e controle sobre o corpo, ou seja, pelos contrários, por não ser o que a cultura desse grupo produz. Assim, à medida que se constroem todos esses discursos de lazer ativo, bem-estar, pedagogias totalizantes do corpo, é possível verificar que o inverso disso, é a disseminação que potencializa a negação e exclusão do outrem.

Desse modo, qualquer contrário a uma vida investida em práticas saudáveis, seria uma espécie de desvio que se reverbera em estereótipos negativos, como uma prática do mal, do excluído, e do inútil. Isso justifica a proporção do aumento sobre padrões de beleza, e principalmente, da exclusão e segregação pelas medidas e pesos corporais, do gordo, do obeso, julgados e discriminados. Para Soares (2008, p. 76):

A medida inaugura um modelo de olhar e ao mesmo tempo um modo de intervir, materializando com intensidade, e quase mecanicamente, os processos de conformação dos corpos [...]. Medir torna-se, de fato, a ação e a intenção primeira para domesticar o corpo e enquadrá-lo em supostas normalidades. Medir o peso, a força, a resistência, a velocidade, a flexibilidade, e hoje mais intensivamente, medir os índices de massa corporal [...].

Assim, salienta-se que cabe aqui refletir, sem pretensões de condenar muito menos negar os conteúdos científicos que já foram produzidos, comprovados, bem como as possíveis investigações futuras acerca dos benefícios da adesão e permanência em programas de “práticas saudáveis”. Reconhecendo, portanto, o quanto é possível e necessário a otimização dos aspectos educativos do sujeito, em nível individual, social, bem como no âmbito de saúde pública, via adesão de práticas corporais. Entretanto, refletimos criticamente sobre a adesão das excessivas adequações da saúde como utopia, que vem carregada de saber e poder sobre desejos, privilégios e, conseqüentemente, exclusões.

Nesse sentido, aqui se reflete que a saúde como utopia, não apenas permite que o indivíduo deixe de caminhar na busca desta, mas que em meio a esse caminho percorra uma negação que condena os que apresentam condutas contrárias. Para esta afirmativa, é possível analisar a partir das definições de saúde segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), essa define que saúde seria contemplarmos um completo bem-estar físico, mental e social e livre de

qualquer doença ou enfermidade. Com base nessa definição, Soares (2019) problematiza que em meio à busca por uma *saúde perfeita*, inicia-se uma fonte inesgotável de controle da vida. Assim sendo, é em meio a essa busca por uma eficácia performática em que o corpo só descansa em morte, e isso ocorre desde simples fetos medicados, ou com os diversos estímulos como criança, pelo desejo de encaixe no padrão de sua idade e, assim, constantemente por toda sua longa vida “há que se morrer com saúde” (SOARES, 2019, p. 78).

Sobre essas análises, que identificamos o quanto as práticas corporais contemporâneas, estão fadadas a exercer um governo sobre a vida e a responsabilização individual do seu próprio sucesso. Em meio a esses discursos sobre a saúde, encontra-se a extensão sem limites, das sensações, da condução dos desejos, sobre a via do medo, obtendo autoridade moral sobre a estética dos corpos ditos belos e produtivos, que são os contrários de uma vida sedentária e não ativa.

Por esse prisma, Farhi Neto (2008) apresenta que as narrativas que fazem surgir o uso do medo, como incentivo, apoderam-se da propagação de défices volitivos e de uma moral que julgam total responsabilidade do próprio indivíduo por seu bem-estar. Portanto, a adesão pela prática de exercícios ou de uma dita boa escolha nutritiva são as principais razões para nomear um indivíduo como autônomo ainda que inteiramente disciplinado e, sobretudo, que deseja o controle.

Portanto, são essas autoridades sobre os modos de condução via responsabilização de nossas condutas, que se encontram os modos mais sutis de governo da vida, corroborando com a afirmativa de Foucault (2004), sobre “o fascismo que está em nós todos, que martela nossos espíritos e nossas condutas cotidianas, o fascismo que nos faz amar o poder, desejar essas coisas que nos domina e nos explora [...]”. Por essas considerações Soares (2019, p. 70) afirma que:

Toda a tradição que incita o indivíduo a cuidar do seu corpo de uma maneira obsessiva, a buscar enquadrar-se em modelos totalitários, ao mesmo tempo em que o incita a vigiar o outro, a vigiar a população, culpando-o e culpando-a é porque onera os sistemas de saúde com seus vícios, ou, simplesmente, com seu corpo excessivo, apoia-se em uma concepção fascista do mundo.

Para tanto, esse poder que subjetiva operando sobre os sonhos de um corpo sempre ativo, perfeito e saudável, ao não se conseguir atingi-lo é o mesmo que, contraditoriamente, é julgado por uma moral do esforço, segundo Courtine (1995). Por isso, é também sobre esse mesmo corpo, que recai toda uma responsabilidade e culpabilidade. O corpo sempre foi e é meio de intervenção, o alvo da intervenção e, sobretudo, o culpado do insucesso da intervenção.

Sobre ele que se operam diversos assujeitamentos que tornam o indivíduo responsável pela falta de sucesso e pela falha na prevenção do mal. Isso também se justifica nas palavras de Soares (2019, p. 66) ao afirmar que:

E é ele mesmo que deve suportar os suplícios e ser penalizado pelos pecados cometidos e possíveis de serem contados. A doença que se abate sobre o corpo e mesmo a morte são reveladoras dos desvios, dos excessos do corpo que desrespeitou as regras do paradigma médico-esportivo. A prevenção vai ganhando seu lugar e parece ser ela que desenha de um modo mais insidioso a culpabilização daquele que crê ser, assim, responsáveis pelas suas patologias.

Evidentemente, vê-se que o imperativo sobre o dever de diminuição dos excessos, provoca novos excessos e encarceramento de corpos e desejos. Além disso, esses discursos de responsabilização pelo próprio sucesso, incita mais um discurso de responsabilidade por autogoverno de si, de suas condutas. Assim, vê-se mais uma clara evidência que essa prática corporal se insere igualmente às demais práticas corporais da cultura *fitness*, como uma perspectiva de tribo, por também apresentarem discursos legitimadores pela busca constante da boa forma física (LANDA, 2009).

Porém, reconhece-se também que, diferente das demais práticas corporais, o *CrossFit* como um fenômeno relativamente novo, apresenta-se a partir de novas subjetivações, elementos estéticos e políticos muito específicos, atuando principalmente sobre conduzir condutas e desejos, o que implica novos elementos de efetivação de uma biopolítica, numa sutil forma de governabilidade sobre os corpos (FOUCAULT, 1998). Desse modo, corrobora-se com a ideia de que o *CrossFit* é um dispositivo¹⁰ biopolítico contemporâneo, pois o poder que se opera sobre o corpo está centrado em como indivíduos desse grupo devem viver, num modo de educação do corpo que atua governando no sentido de ordem moral, conduzindo condutas, regulando e induzindo sobre como devemos nos vigiar e cuidar de si. Ainda que o conceito de biopolítica esteja atrelado a normalizações que atinja em nível de população, compreende-se que as afetações do *CrossFit*, não se restringe ao seu grupo, mas a todo um grupo pertencente de uma população, que é a cultura *fitness*.

Portanto, esse dispositivo contemporâneo de melhoramento corporal, constrói-se principalmente, por meio de discursos bem definidos e motivacionais, que operam um novo sentido sobre a vida desses praticantes, o que expressa, uma intervenção que continua a reduzir as suas realidades funcionais e biológicos. Porém, desta vez, sobre uma autogestão das emoções

10 Pensamos em Dispositivos para designar o que Foucault defende como conjunto de elementos discursivos e não discursivos que fazem funcionar e criar micro e macro relações de poder resultando, assim, na produção de subjetividades. Como um exemplo dos primeiros dispositivos empreendidos nos estudos de Foucault, citamos o dispositivo da sexualidade, que faz ao longo da história o funcionamento de uma série de produções de subjetividade sobre o corpo, em termos de assujeitamentos e repressões.

negativas, como salvadora dos problemas, constituída de emoções sempre positivas e nunca negativas, “desistir nunca” uma vida anestesiada dela mesma. Ou seja, uma vida camuflada de sentimentos, em um discurso que induz a uma espécie de “evangelho” do desempenho, do aprimoramento para além de funcional, mas um aprimoramento controlado e bem regulado sobre o que se pode pensar e sentir.

No entanto, ressalta-se que camuflar, anestesiatar ou mesmo tentar eliminar a negatividade que é de certo modo, manutenção da vida, só nos levaria a uma ação que não seria exatamente humana. Desse modo, isso nos leva a reconhecer, que tal como as lentes de Ionezawa (2016), ao referenciar Deleuze, no encontro entre corpos, as relações consigo e com outro é uma questão de jogo e decisões para a vida, seja para alegria ou mesmo para a tristeza. Assim, nos esclarece que nos tornamos potentes pelos efeitos dos afetos¹¹, ainda mais quando eles são positivos. No entanto, é essencial reconhecer que regular demasiadamente, a ponto de excluir toda e qualquer sentimento que se oponha à alegria, não está no campo da condição humana, reconhecendo, portanto, que somos ilimitados, e, nossas condições de existência se organiza em meio às infinitas sensações e emoções.

4.4 A AUSÊNCIA DE ESPELHOS: UMA NOVA ESTÉTICA PARA CULTURA *FITNESS*.

Durante o período inicial de contato com o campo empírico, realizado a partir do mês de novembro de 2019, na qualidade de participante da pesquisa e praticante do *Crossfit* AJU, pude observar também que, no interior do *box* há elementos que projetam e efetivam novas subjetividades sobre o **uso do espelho** sob uma nova perspectiva, na qual exclui a possibilidade de avaliação de si por um aumento da mimetização do outro.

Assim sendo, após a observação do campo, e recolhimento de dados por meio das entrevistas, pode-se analisar que os discursos sobre a ausência do espelho, diverge-se do sentido atribuído diante das academias de ginástica de musculação, uma vez que nesses espaços os sujeitos estão sempre em constante visualização do corpo pelo excesso de espelhos. Sobre a perspectiva de Novaes (1996), os espelhos refletem uma dimensão importante e utilitária para contribuir com o acompanhamento dos movimentos para uma melhor consciência corporal. Divergente disso, no *box* este objeto é dispensado tendo em vista uma série de justificações.

¹¹ Os afectos são os vestígios que os corpos produzem entre si nos encontros que realizam (DELEUZE, 1997, p. 156).

Para essa compreensão, destacamos na Tabela 5, as seguintes falas, retiradas das entrevistas, a partir das investigações sobre a ausência do espelho neste ambiente:

TABELA 5	
INSTRUMENTOS: Entrevistas	
Sujeitos	Justificativa pela ausência do espelho no box
A	Eu sinto falta de grandes espelhos né [...] apesar de que o certo é não ficar se ocupando toda hora, seria muita foto (risos)
B	Nosso espaço é diferenciado, o espelho só aumentaria a atenção sobre os corpos dos outros, tirando o foco do que realmente importa aqui: treinar!
C	Aqui a disciplina é essencial, o horário é flexível, mas se chegar atrasado paga burpees [...] povo se dispersa [...] imagine se tivesse espelho (risos)
D	Não tem espelho para não tirar o foco, pois os espelhos servem também para um constantemente julgamento de sua estética muscular e até do outro, e essa não seria a intenção do Cross.

A importância da ausência do espelho no espaço do *box*, é afirmada tanto pelos *coaches*/professores quanto pelos praticantes, e a justificativa se deve pela supervalorização de que estes não podem se dispersar durante as atividades, ou mesmo por valorizarem uma autoconsciência sobre a execução dos movimentos corporais. Justificações estas, que contrapõem a defesa do uso dos espelhos em academias por Novaes (1996), ele afirma que os sujeitos estão sempre em constante visualização do corpo pelo excesso de espelhos, que ao mesmo tempo que dispersa o foco nos movimentos prescritos, os espelhos também refletem uma dimensão importante e utilitária no que concerne à aquisição da consciência corporal. Vê-se que são pontos que divergem sobre o benefício da presença/ausência dos espelhos em relação à percepção e autoavaliação da execução e eficácia do movimento.

A partir dessa obtenção do reflexo do espelho, como uma prática positiva e menos alienante, pode ser refletida a partir do que Jacques Lacan vai designar como a “metáfora do espelho”. Lacan, afirma que de modo subjetivo, o estágio do espelho é a transformação produzida no sujeito quando ele assume uma imagem (LACAN, 1998). Sendo assim, nessa busca pela imagem de um corpo próprio, ou mesmo de uma consciência corporal faremos uma analogia com a ausência do objeto espelho nos Boxes.

Esse autor parte de ideias da psicologia com base no desenvolvimento dos bebês, este que apresenta indícios de seu autorreconhecimento, valendo-se da imagem refletida quando exposto ao espelho, situações estas que também se estendem quando a “criança experimenta

ludicamente a relação dos movimentos assumidos pela imagem com seu meio refletido” (LACAN, 1998, p. 96).

Assim, para Lacan a conquista de uma própria imagem de corpo na criança, depende tanto de um desenvolvimento maturacional quanto de uma interferência externa, ou seja, a implicação de outrem. Justamente por isso, que a principal imagem da mãe inscreve marca, interferindo, assim, em mimetização e no comportamento do sujeito.

Entretanto, o espelho é também, por ele considerado como uma metáfora para designar a constituição do Eu pela alienação da imagem de si através do outro, ou seja, a criança se posiciona de acordo com as pessoas que estão à sua volta, e seu corpo responde mimetizando determinados movimentos e ações. Assim, não temos o intuito de comparar a relação que a criança tem com sua experiência inaugural do seu reconhecimento no reflexo virtual do espelho, mas em refletir, principalmente, em como podemos nos constituir mimetizando os movimentos dos outros que estão ao nosso redor quando se é retirado a opção do reflexo de nós mesmos.

Ressalta-se ainda, que não temos a intenção de nos aprofundar na teoria Lacaniana que decorre precisamente da construção do Eu e imagem do corpo próprio, visto que nos exige uma exaustiva discursividade para compreensão da constituição do sujeito. No entanto, com essa breve referência da metáfora do espelho analisa-se que, estamos sujeitos a propagar um comportamento alienado da imagem do outro pela ausência do reflexo de nós mesmos, este que é advindo do espelho. Portanto, se não temos esse reflexo, faremos a partir da imagem do outro.

Desse modo, em analogia entre a “metáfora dos espelhos” com a dinâmica do *Box CrossFit* AJU que tal como qualquer outro *box*, opta pela ausência desse objeto como uma regra, fundamentalmente condiciona que não tenha em nenhuma hipótese a sua imagem como reflexo para avaliação de si, mas a imagem e comportamentos de outrem. Por essas considerações, designamos um índice inegável de controle e alienação camuflado em um discurso contrário ao seu real significado. Assim, analisa-se que essa ausência do espelho sustenta uma discursividade que aciona um modo de educação do corpo, alienado, inteiramente controlado e um desconhecer-se por completo.

Desse modo, há uma dependência sobre a busca da consciência corporal que se desloca do reflexo de si que o espelho produz, para um deslocamento de autossuficiência, projetado sobre o outro. A indicação é que isso ocorrerá a partir de uma ausência do espelho que desloca o que a cultura *fitness* até então sempre disseminou, para uma nova objetivação do espelho e um novo assujeitamento dos praticantes, uma vez que essa nova verdade defendida com a ausência do espelho, desloca para o estímulo ao pensamento menos reflexivo possível sobre si

mesmos. Assim, percebe-se que surge uma nova regra em meio a essa cultura *fitness*, na qual apresenta-se ao sujeito praticante de *CrossFit* um novo sistema de significado, pela conjuntura de um corpo que passa pelo processo de melhoramento corporal, seja físico ou metafísico, tendo o parâmetro da ação/movimento do outro como verdade absoluta.

Nesse sentido, esse discurso é muito mais um espaço de reforço de regimes de verdades pela identificação do outro como parâmetro, do que sobre si mesmo, escasso de um toque de estímulo ao exercício da reflexão, porém uma busca pela consciência corporal projetada por essa construção discursiva que se institui o controle, longe de promover modos outros de se perceber, como, por que, para que ou o quanto estão sendo governados.

De fato, que a Cultura *Fitness* se estabelece como um conjunto de técnicas, pelas quais suas justificações extrapolam a ideia de corpos saudáveis, e se alimentam do desejo, fantasias e um sonho de corpo, projetado pelo parâmetro do outro. Sendo assim, a partir dessa cultura, se projetam signos para o dito belo e para toda uma criação e representação estética dos corpos. Desse modo, isso ocorre a partir de uma normalidade que se propaga por respaldos das ciências biológicas, mas também é possível identificar uma herança das condições mitológicas, à medida que os métodos de melhoramento corporais se adaptam em direção aos desejos e sonhos de perfeição.

Zoboli e Silva (2013) fazem uma relação entre mito-logos para uma interpretação contemporânea das ciências e tecnologias as quais potencializam a condição corporal. Sobre suas considerações, também é possível fazermos relação entre a mitologia do reflexo do narciso com essa dinâmica da ausência do espelho. Porém, antes de adentrar nessa reflexão, é importante destacar que para esses, autores, “o *logos* permite a encarnação do mito pela técnica” (p. 156).

Sobre essas considerações, embora as discussões sobre o *logos* tenham surgido em meio a uma tentativa de superação dos conhecimentos disseminados pelos *mitos*; foi justamente a partir da criação de novos mitos, tal como o “mitificação” de padrões de beleza, que o *logos* produz toda uma racionalidade de convencimentos. Dessa forma, para esses autores é sobre a gestão dos desejos que se afirma a autoridade e se garante a ordem do consumo na mítica da beleza. Esses desejos são, portanto, revestidos por um conjunto de técnicas que potencializam a aptidão, a *performance*, objetivando um corpo que deve ser produtivo, via gratificação desses sentimentos. Além disso, são sentimentos alimentados por um conjunto de práticas

discursivas¹², que também fazem funcionar uma objetivação do indivíduo que é “crossfiteiro” na medida em que se enquadra nesse grupo.

Dentre os relatos analisados a partir do produto midiático, o *Instagram* oficial, referenciamos alguns dos muitos depoimentos, que nos conduziu a estas análises. Sendo a partir destes que visualizamos, discursos que formam os objetos de que falam, e se constroem como respostas aos imperativos míticos de beleza, de corpos idealizados, seja pela prática, pelos acionamentos da cultura do *fitness*, *wellness* ou mesmo, pelas respostas do desejo a todos esses modos de controle da educação do corpo. Na sequência, também apresentamos os relatos retirados das entrevistas, bem como, registros do campo empírico, que formam essa ordem discursiva, conforme falas apresentadas na Tabela 6 e Figura 15.

TABELA 6
INSTRUMENTO: Análise do produto midiático
REGISTROS DO <i>INSTAGRAM</i> OFICIAL
“Quando ela me perguntou do motivo que eu queria fazer cross eu respondi que queria tirar a camisa sem ter vergonha kkk [...] Comecei o que hoje chamo de meu vício. No decorrer dessa jornada, é mais do que tirar uma camisa sem ter vergonha, é saúde, é desafio, é fortalecimento, é encarar os problemas do dia a dia, é estudar melhor... fazer amizade, é força, é lapidação, é dormir bem, é pensar duas vezes se a ressaca vale a pena, é esporte, é dor, porém glória, é se olhar no espelho e se sentir bem consigo mesmo [...] Relato de um praticante do Crossfit Aju, disponível no <i>feed</i> do <i>Instagram</i>.
[...] Qualquer pessoa pode fazer o Crossfit Aju, o treino é adaptado para condição física. E aí, temos ou não os melhores motivos para te convencer? Publicação realizada em 30 de janeiro de 2020.

¹² A partir de Arqueologia do saber, entende-se por práticas discursivas, os discursos que enquanto práticas se articulam com práticas econômicas, políticas e sociais. [...] em sua complexidade e em sua densidade; mostrar que falar é fazer alguma coisa – algo diferente de exprimir o que se pensa, de traduzir o que se sabe, e, também, de colocar em ação as estruturas de uma língua; mostrar que somar um enunciado a uma série preexistente de enunciados é fazer um gesto complicado e custoso que implica condições (FOUCAULT, 1995).

Figura 15 - Publicação no *feed* notícias



Fonte: Instagram Oficial

TABELA 7	
Sujeitos	INSTRUMENTO: Entrevistas
A	Tem gente aqui bem obeso que tira a camisa e não está nem aí, eu queria ter essa autoestima sabe, apesar de todo mundo falar do meu corpo, mas ainda sou inseguro, meu corpo mudou, resistência física [...]
B	[...] Quando meu corpo mudou, eu também mudei, porque de certa forma, aumenta um pouquinho sua autoconfiança [...]

Em associação a isso, fazemos um comparativo com toda uma racionalidade de pensamentos criados pelas ciências, principalmente, as que sustentam a cultura *fitness*, que são as ciências da saúde. Desse modo, inúmeras são as práticas discursivas que operam em um constante paradoxo, que ao mesmo tempo que ditam como os corpos devem ser educados, acabam sustentando todo um mercado da produção da cultura *fitness*. E por meio deste, dissemina e produz toda racionalidade de convencimento sobre a arquitetura do corpo, selecionando qual é o melhor número de qualidades. Dessa forma, dita a ordem do que é mais aceito, mais valorizado e reconhecido para ser exposto e apresentável pela marca e melhores representantes da “tribo”, e, portanto, opera sobre este mesmo sujeito, que é o meio dessa disseminação e o verdadeiro alvo que se sente seguro ou inseguro, na medida em que se enquadra a norma.

Nesse sentido, a marca *Crossfit* é expressa como mais uma das prateleiras que estão disponíveis no mercado do corpo. No mercado que se aperfeiçoa não só constantemente pela

cultura do *fitness*, mas também pela cultura do *wellness*, em uma ação conjunta entre logos, “mitificado” por um “novo belo”. A partir disso, se evidencia que: “[...] para que o *logos* crie técnicas que potencializam o belo no corpo, é preciso que haja o convencimento, é preciso que haja o mito” (SILVA; ZOBOLI, 2013, p. 152).

Sobre essas considerações, é possível associar a utilidade entre *fitness* e *wellness*, com a ideia de *logos* e mito, uma vez que enquanto o *logos* se aproxima de técnicas da ciência, em projetar o sonho da aptidão tal como a cultura *fitness*, o mito se encarrega do convencimento pelo desejo de uma outra verdade que não seja apenas razão, mas para além dela, ou seja, por meio de uma verdade estética construída por uma narrativa motivacional do belo pelo imperativo do bem-estar, tal como a cultura *wellness*. Desse modo, essa verdade estética, vem caracterizada por uma ordem de discursos que fazem funcionar o novo significado do belo, que não se resume por uma produtividade sobre o estado da boa forma e de aptidão física, mas essencialmente pelo discurso da arquitetura dos desejos que correspondem à busca pela qualidade de vida.

Assim, tal como descrito pelo francês Charles Corbin, desde o início dos anos 70, ao criar a expressão *Wellness*, disseminou não apenas a integração dos aspectos sobre a saúde, mental, social, emocional, espiritual, mas também física. Porém, analisamos que diferente da cultura *fitness*, possui ênfase maior para expandir a relação de superação dos estigmas racionalizados pela disciplinarização anatômica do corpo. Dessa forma, torna-se uma tentativa de arquiteturas corporais para atingir o físico, mas principalmente sobre a via de ênfase nos discursos como estilo de vida. Sobre essa relação, encontramos inúmeras práticas discursivas que delineiam essa abordagem, visto que como citado por muitos entrevistados, acrescenta-se nas representações do Crossfit AJU um estilo que o comparam com uma filosofia de vida.

Essas práticas discursivas se disseminam por uma forte construção motivacional que extrapola a lógica estabelecida pela ciência, acerca de um indivíduo fisicamente ativo, estabelecido pelos parâmetros da OMS. Sendo essa construção motivacional, evidenciada tantos nas falas até aqui já apresentadas, mas principalmente, nesses da Tabela 8.

TABELA 8	
INSTRUMENTOS: Diário de campo e entrevistas	
Sujeitos	A MOTIVAÇÃO COMO UMA CONSTRUÇÃO CONSTANTE
A	Eu tenho 5 anos aqui e ainda assim, eu me sinto motivado, tanto a insegurança daquele treino. Penso, será que aquele cara novo vai conseguir? (Sentimento de competição) e aí você tem estímulo sempre [...]
F	Se criamos o hábito de sorrir, todos os dias, isso sai natural. O exercício diário que passo para minha equipe é: exercite o sorriso, empatia, simpatia [...] ser simpático, deveria ser obrigação. Isso é questão de educação. E consegue respeitar tanto o outro, e consegue inclusive aceitar a si mesmo, em meio a seus limites.
C	O que me motiva sempre a vir é saber que o limite, sou eu quem determino. Isso me dá segurança.
D	Isso aqui é uma verdadeira filosofia de vida, que adentra em nossos comportamentos para além do <i>box</i> . Conseguimos ser outros, melhores lá fora.
E	[...] faz analogias com a vida, você aprende que aquele obstáculo, ele não é intransponível, você consegue fazer coisas com seu corpo que jamais imaginaria, achava que não poderia. Eu, continuo sendo desafiado como no primeiro dia que entrei aqui, por que tem sempre algo novo.
B	Qualidade de vida, encontrei aqui de verdade [...]
Registro do diário de campo	O RX, José (nome fictício), era o principal motivador da minha equipe, realizar mais repetições para ajudar a conseguir finalizar os desafios. Nesse desafio tinha um número a ser atingido de cada movimento proposto e esse praticante RX, agia como uma espécie de estímulo constante. Não era motivações tão somente de verbalização de palavras de positividade, mas ele executava mais séries para diminuir o número de repetição daquele que estava em seu limite de exaustão. A função constante dos <i>coaches</i> também é essa, porém sem a realização do movimento. Além disso, observei que mesmo que os grupos estivessem divididos, sempre havia interação entre outros grupos [...].

Analisa-se que a cultura *fitness*, sobre a qual também se estabelece um modo de estilo de vida, não é sustentada apenas pelo discurso da ciência racionalizada sobre a anatomofisiologia do corpo, mas sobretudo, está encarregado de um convencimento num plano *wellness*/bem-estar e mítico dos sonhos. Tal como o mito de Morfeu, o qual tinha a habilidade de assumir qualquer forma humana e aparecer nos sonhos das pessoas. Assim, com a promessa de atingir qualquer desafio corporal pela superação de limites enquanto filosofia da vida de quem pratica o *Crossfit* AJU.

A projeção da estética sobre o “novo belo”, também pode ser associado pela missão do *Crossfit* AJU Aju, o qual se justifica por ser capaz de conduzir o sujeito para atingir uma forma

corporal que se distancia do corpo projetado pela musculação, ou qualquer outra prática corporal. “*Nem muito magro, nem muito musculoso, mas, na “medida certa” do tão sonhado corpo.*” Tal fala foi retirada das anotações do diário de campo, em meio a um diálogo com um dos professores/coaches. Esse, portanto, seria um exemplo de biótipo de corpo, o qual se encaixa perfeitamente ao que justificam como uma norma identitária “crossfiteira”.

Desse modo, vemos os discursos do Mito do Morfeu análogos aos discursos de encaixe do *Crossfit*. Para que se possam assumir o sonho de uma determinada forma humana dita “mais natural” os métodos do *Crossfit* se diferem em contrapartida com o biótipo de um fisiculturista, os famosos *bodybuilding* da musculação. Nesse sentido, encontramos em algumas falas dos entrevistados, que os estereótipos que limitam e criticam a estrutura corporal de um “crossfiteiro” se referem a uma interpretação distorcida pela comparação da estrutura corporal e dos procedimentos do fisiculturismo que provocam mutações no corpo. Por isso, justificam a valorização de suas naturalidades e de uma verdadeira aptidão no *CrossFit*, identificando-se como esporte que atua com melhoria de capacidades físicas, tal como demonstra na seguinte fala da Tabela 9:

TABELA 9
INSTRUMENTO: Entrevistas
ANOTAÇÕES DAS FALAS DO SUJEITO F
O <i>Cross</i> é o único esporte que de fato qualifica o homem mais condicionado do mundo é o Fraser [...] Mais condicionado em todas as capacidades físicas, então desde a sua criação já tinha um que democrático e de socialização, inclusão [...] quem treina <i>Crossfit</i> [...] ele se baseia em movimentos mais naturais possíveis e o limite é individual. [...] Muitos vêm com medo, e bloqueados a entender, ainda que queiram saber o que é, e buscam a fuga da rotina de estar num ambiente onde já tem tudo preparado e produzido. (Referindo-se às academias de musculação). E aqui eles entendem que a dinâmica do que acontece nos treinos o torna mais autônomos, mais humanos, se sentem mais funcionais. A funcionalidade que é o resgate [...] de movimentos funcionais básicos. Ao longo de nossa trajetória esses movimentos vão sendo esquecidos. vão sendo robotizados, mecanizados e tem que se criar mesmo umas rotinas diárias de hábitos de enquadramento, todo mundo precisa ter uma rotina, mas AT, tem que contribuir por bem-estar, pro prazer e não só para, fins estéticos [...] e para trabalhar bem na sua rotina de vida você tem que estar dispostos e nem todos treinos de métodos convencionais traz essa disposição [...] o fisiculturismo é torturante, estressante., transforma seu corpo a ponto de você se sentir passando por uma mutação, por que é uma transformação mutável, muda seu corpo, muda não só sua estrutura física, corporal, mas mental [...] restrição de alimentos para um fim físico, aí isso bloqueia suas ações [...] Aqui o corpo perfeito é consequência, aqui você não se autossabota.

Esses registros da entrevista são parte das inúmeras práticas discursivas que fazem funcionar a utilidade do exercício do poder, na condução e disciplina sobre a educação dos

corpos. Uma vez que, tal como referenciado anteriormente, também se percebe que toda essa dinâmica justificável de funcionalidade no e pelo *CrossFit*, encontram-se fundamentado por discursos motivacionais a partir de uma ideia de cura da ansiedade, cura dos estresses e dos sentimentos negativos. E sobre essas práticas, assujeitam o indivíduo a sentimentos de derrota e de culpabilização de si mesmos, quando não se tornam seus próprios empreendedores. É desse modo, que os ditos “crossfiteiros” são estimulados por diversas estratégias, seja pela verbalização comparativa com outras modalidades ou pelo exercício de dinamização de suas metodologias, que ofertam autonomia, disseminando que somos os únicos responsáveis pelo cuidado de si e pelo próprio sucesso.

É diante desses discursos que se pode ver a garantia de uma formação de sujeitos que se autocontrola e que são governados pela percepção de que deve se autovigiar e autogovernar. Desse modo, Silva e Zoboli (2013, p. 153) defendem que é a partir desses mitos que se cumpre a função de seu *álter ego* e pelo convencimento que seja para além de uma determinada racionalidade, mas que se faça cumprir por meio do emocional, do estético a forma de aptidão e estrutura desejada pela normalização. Assim, sendo estimulados a desejar o controle.

Contudo, retomando essa lógica relacional entre a mitologia, e tomando como base as formações discursivas, em continuidade sobre o funcionamento produtivo dos discursos em Foucault. Afirma-se que é a partir do reflexo do Narciso¹³ em análise com essa dinâmica da ausência do espelho, que se revela uma real presença de acontecimentos que se constroem diante dessa ausência. É essa ausência do espelho, bem como os enunciados que o justificam, que fazem funcionar formas sutis de controle e subjetividades desses corpos por uma dinâmica de poder que paradoxalmente, mimetiza e até mesmo exclui a si próprio e o outro.

Para essa compreensão, primeiro se analisa sob a perspectiva de Margareth Rago (2006), ela alerta sobre a preocupação da produção de subjetividades pela “cultura do narcisismo”, esta que abrange práticas de embelezamento, rejuvenescimentos desenfreados. Para tal, ela não cita apenas o excesso de práticas corporais, mas de procedimentos tecnológicos estéticos. Para essa autora, o risco do narcisismo contemporâneo, não é apenas o cuidado de si pelas práticas exageradas, mas o quanto o narcísico incita a voltar-se para si, e provoca a exclusão de qualquer modo de olhar acolhedor sobre o outro e, portanto, ela referencia:

¹³ Em resumo, o mito do Narciso apresenta que este parou em um lago cristalino para beber água, ao ver sua imagem refletida sobre o lago, apaixonou por si próprio. Ele ficava dias admirando seu próprio reflexo na água. Porém, de tão apaixonado por si mesmo, Narciso mergulhou na ânsia de se tocar, sentir -se e pegar-se e a cada vez estava indo mais fundo no lago, até morrer afogado.

Christopher Lasch analisa com profundidade a “cultura do narcisismo”, mostrando como, nesta, o indivíduo se torna incapaz de sair de dentro de si mesmo e de ter distância em relação ao mundo, tamanho o grau de projeção e identificação que estabelece com o mundo exterior. Portanto, dificilmente consegue perceber o outro em sua diferença e positividade. Para a personalidade narcisista, o mundo público é visto como um espelho do eu, confundido com o privado (RAGO, 2006, p. 237).

A história mítica de Narciso se reflete sobre a idolatria da própria imagem corporal, que se revela pela excessiva adoração de si mesmo. Essa analítica, também conduz para pensar nos modos desenfreados e excessivos de busca pelo encaixe das propostas *fitness* e seus arquétipos de beleza.

Nessa condição, reafirma-se que na ausência do espelho ao mimetizar apenas o outro, pode haver uma negação de si próprio, numa condução que se perfaz tendo apenas o outro como parâmetro. Entretanto, também se reconhece que a presença dos espelhos em academias de ginásticas dissemina um poder de preservação da idolatria da própria imagem, apresentando o quanto a preocupação com a aparência se revela de forma excessiva, tendo como base também essa mítica narcísica.

No entanto, ao refletir sobre a ausência desse objeto que possibilita o reflexo próprio, também condicionamos a idolatria, a preocupação com a norma, com o padrão, porém, por outra via de possibilidade, ou seja, pela condição do espelhamento sobre o outro. Além de evidenciar ainda mais a excessiva busca frenética de educação dos corpos, pela enunciação de que nada pode lhe tirar o foco. Ou seja, tanto na ausência quando na presença conseguimos verificar justificações para um autocuidado que não deixa de estar ligado ao foco nos modelos de servidão.

Desse modo, quanto menos dispersão melhor serão os resultados do projeto arquitetônico dos corpos, que paradoxalmente, seja no acontecimento da ausência ou presença se engendra enunciadas que ramificam algum modo de disciplina e controle. Desse modo, na ausência ou na presença dos espelhos se distingue seus funcionamentos, porém, há sempre um outro modo sutil que se fundamenta pelo convencimento de que o imperativo da imagem corporal se projeta e dá continuidade em ambos os casos. Portanto, vemos que qualquer que sejam essas práticas discursivas, na ordem da cultura *fitness*, faz funcionar outros discursos, que assujeita e subjetiva a mimetização de algum ideal, de algum padrão.

Sobre essas considerações, salienta-se que nesse grupo/tribo alimenta-se uma aliança com o corpo do outro sobre si e um desconhecer-se por completo, em uma continuidade do governo dos corpos, a partir de uma forma de poder que se transversa de verdade (FISCHER, 2003).

Em sequência, serão apresentados outros modos de condução de condutas que, tal como a construção discursiva sobre o espelho e os discursos de motivação, opera como técnicas que atua sobre a responsabilização de si para busca do corpo magro e dito saudável. A técnica da política alimentar que se encaixa no padrão da norma da boa alimentação.

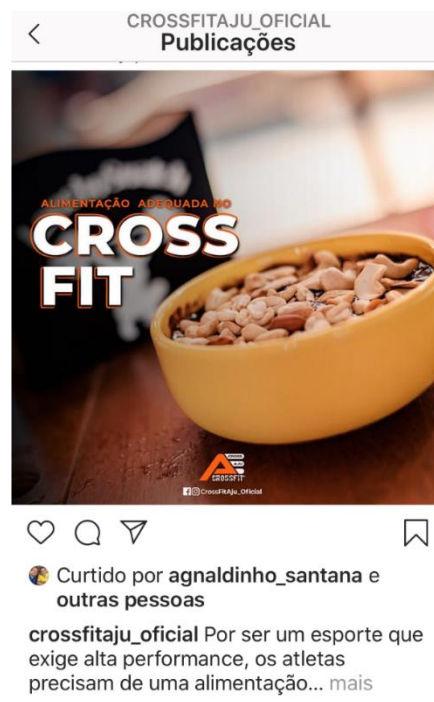
4.5 A POLÍTICA ALIMENTAR COMO UM REGIME DE VERDADE DO *CROSSFIT*

Embora alguns dos participantes reconheçam que estão assujeitados a um certo regimes de verdades e, conseqüentemente, de controle sobre seus corpos, gostos e sentimentos, ainda assim, justificam que aceitam e corroboram, uma vez que, segundo a entrevistada **E**: *Isso é o certo a se fazer, pois se não buscarmos nosso próprio bem-estar, ninguém o fará*. Entretanto, outros tantos entrevistados demonstram que não têm ideia alguma que sobre este espaço opera algum tipo de controle, mesmo porque, o discurso que se institui, só condiciona a pensarem que, são autorresponsáveis por gerir toda e qualquer prática de melhoria corporal. Esse discurso, também se mantém, porque desse modo, materializa-se sobre o impacto coletivo, assegurando que cada investimento individual, seja motivado por via de regras precisas, que atua sobre o comportamento e entendimento que se deve empenhar nesse contexto.

Portanto, agem sobre estratégias disciplinares e biopolíticas para conduzir condutas. Além disso, como já é de se esperar, em meio à ótica capitalista neoliberal, em um âmbito particular há sempre outras tantas estratégias disciplinares para o favorecimento socioeconômico. Por isso, os discursos não operam em torno somente de uma prática corporal, mas de outros modos de estimular o aumento da oferta de produtos *fitness*, sempre atrelado às técnicas de melhoramento corporal tão bem fundamentado pelas ciências biomédicas.

Desse modo, não é só o *CrossFit* que será o dito “remédio” para saúde e bem-estar, agora o discurso induz que o sujeito precisa também de outros acompanhamentos, seja ortopédico, fisioterapêuticos, nutricionais, massagens, e dentre outros. E essas intervenções, são percebidas a partir da criação e propagação de um restaurante *Fitness* dentro do próprio *box*, como um centro de convivência estrategicamente pensado para alimentar as práticas de convívio social saudável, além de uma alimentação regulada e acompanhada, bem como de salas para atendimentos estéticos.

Figura 16 - Publicação do *feed* notícias



Fonte: Instagram oficial Crossfit AJU

Ortega (2008) definiu que o corpo magro e saudável é fruto de uma nova determinação biopolítica em que a política alimentar se torna central nestas novas preocupações, ocupando, assim, o lugar que antes era definido pelos discursos da sexualidade. Portanto, para esse autor “O tabu que se colocava sobre a sexualidade desloca-se agora para o açúcar, as gorduras, as taxas de colesterol. Os tabus passam da cama para a mesa. O glutão sente-se com frequência mais culpado que o adúltero” (2008, p. 41).

Dada essas discursividades, é também possível nomear o *CrossFit* como mais um dos modos de conduzir ao que Carmen Soares (2008) denominou de dispositivo do “novo higienismo”, ou pedagogia do *fitness* como apresentado por César (2019), ou mesmo como o dispositivo biopolítico contemporâneo, este último, temos como base os estudos foucaultianos. Desse modo, qualquer que sejam essas definições, baseiam-se numa mesma lógica que se desloca para o conceito apresentado por Foucault (2008), ao chamado neoliberalismo sob a égide do “capital humano”. Esse conceito foi introduzido para expressar a sujeição do corpo às práticas regidas por procedimentos econômicos para atender à lógica do mercado. Atrelado a isso, Foucault apresenta um dos modos de subjetivações mais refinadas dos sujeitos, que deve produzir-se a si mesmo diante dessas tecnologias informativas que opera sobre a propagação do empreendedor de si pelas atividades das políticas de atividade física e alimentares.

Para César (2019), a pedagogia do *fitness* atinge não apenas os centros de estéticas, de musculação ou academias de ginásticas, mas também se investe nos escolares e familiares, por isso, os currículos escolares são também tomados por essa ordem de projeção do “capital humano”. Portanto, é também por meio desse controle alimentar que surge uma nova projeção subjetiva de normalidade, que atua nessa mesma lógica de responsabilização individual pela manutenção, tanto de sua própria saúde quanto de saúde pública.

Em comparação ao dispositivo de sexualidade, vê-se aqui um deslocamento que há décadas responsabilizou as práticas sexuais pela produção de diferentes subjetividades do corpo, ainda mais sobre um regime que escraviza sob a bandeira da libertação (FOUCAULT, 1998). Nesse sentido, vê-se que as práticas de alimentação saudável, vem ocupando esse mesmo lugar de regulação da vida, que para César (2019) produzem novos sujeitos nessa nova ordem. Apenas se descola da antiga ênfase da sexualidade, tida como principal razão de opressão dos corpos dos sujeitos, para agora depender não mais um modo, mais um conjunto que se fundamenta na lógica capital. Ou seja, é preciso mais disciplina, por meio de mais técnicas, e isso só se faz possível por meio do controle total, de suas escolhas. Seja pelo controle alimentar, pelo controle da escolha dos exercícios físicos mais eficazes, mais condução dos sentimentos, mais condução de cada detalhe que se encontra no box como incentivo à constância.

Para isso, é necessário o panóptico da construção do desejo pelo controle. É preciso regular, a motivação, o espaço, as frases, as regras de convivências, os sentidos da dor, a exclusão dos sentimentos negativos, e especialmente, é preciso um espaço disponível para organizar a convivência e a alimentação. Além de propagar os resultados na mídia, com investimentos nas tecnologias de estímulos, pela lógica de uma pedagogia punitiva, o principal estímulo, e sobretudo, a responsabilização individualizada da manutenção da vida na busca inquietante do “eu eficaz”.

Carmem Lúcia Soares descreve que as “populações contemporâneas desejam o controle” (2019, p. 67). Controle este que opera sobre o bom funcionamento do corpo, pois é a partir desse desejo de ser controlado numa total eficácia que ocorre a aceitação dos métodos de prevenção, como antecipação do mal. Para fundamentar isso, ela reflete que a prevenção vem característica de comportamentos de vigilância e punição, em que o sujeito se torna “policia de si”, a partir do momento em que nos tornamos avaliadores das medidas corporais, da quantidade de ingestão calórica, e dos ditos bons costumes.

Sobre isso, Foucault também aponta que é desse modo que se concebe o governo dos corpos, em um processo individualizado, mas que atinja em nível de população. Não cabe mais

nestas condições históricas, apenas atingir a disciplinarização de corpos dóceis, produtivos e úteis, mas acima de tudo, faz-se necessário para a nova ordem, que é biopolítica da saúde, gestar a vida por meio de práticas corporais, complementada com o controle total sobre sua ingestão calórica, por meio de alimentação calculada, além de o pleno controle de suas emoções, o estresse e até mesmo os níveis de felicidade (SOARES, 2008).

Neste momento, vê-se um modo de fabricação de corpos que são compatíveis com necessidades sociais e econômicas de um público muito específico, visto que o perfil econômico traçado, apresenta que 95% dos entrevistados, ainda que esses entrevistados componham apenas 20% do público total que frequenta o box, são pertencentes a um nível de renda econômica considerada alta. Permitindo esclarecer, que é uma atividade não muito acessível, economicamente falando, para atingir um grupo populacional considerável, tal como engloba outras práticas corporais que se propõem o investimento público.

Contudo, afirmamos também que os modos de educação do corpo em meio a essa prática corporal, que incita tantas outras práticas, referem-se a uma continuidade da bioascese, definida por Ortega (2002), para ampliar o conceito fundado de ascese na antiguidade sobre as práticas de si. Enquanto essas práticas de si tentavam produzir determinada singularidade, para constituição de sujeitos éticos, ele nos esclarece que nas práticas contemporâneas surge a bioascese. Ela se baseia tão somente na produção hegemonia, pela uniformização, de modos de existência projetado pelo sonho da perfeição corporal. Por isso, referencia que já “não é o corpo a base do cuidado de si; agora o “eu” só existe para cuidar do corpo, estando a seu serviço” (ORTEGA, 2002, p. 167).

Desse modo, o corpo é submetido à medida que o sujeito se torna submisso a ele, e não é por uma questão necessariamente de amor e cuidado, mais justamente porque o desejo de melhoria, pode vir carregado de aversão a isso, pela tentativa de ser um outro de si mesmo. Além de a preocupação de existir por meio da aparência, pela admiração e aceitação do olhar do outro, como os regimes de verdade mais aceitáveis. E para isso, a condução não se estabelece apenas pela intensidade das práticas corporais, mas também sobre a política bem definida da boa alimentação com números infinitos de intervenções.

4.6 COMO PENSAR NOVAS FORMAS DE TRINCAR OS CORPOS PELAS RUPTURAS DA RESISTÊNCIA?

Diante de todos esses discursos, refletimos que os modos de educação do corpo no *CrossFit* se insere forjando e criando identidades e constituindo sujeitos, que tal como a própria elaboração da indústria da cultura *fitness*, submete o corpo ao culto narcisista contemporâneo (RAGO, 2006); e ao que se pode nomear como “ideal ascético” (NIETZSCHE, 1998). Esse compromisso de adaptação ao modelo estético/moral se encarrega de operar sobre os desejos dos praticantes, discursos que extrapolam o simples estímulo à adesão de exercícios físicos, mas sobre um conjunto ilimitado de práticas. Sejam por uma dietética, pelo consumo de produtos manipulados e, principalmente, por sutis práticas que forjam desejos de um ideal de cidadão, que vivenciam diariamente o medo e a insegurança de não ser pertencente a esse grupo/tribo.

Portanto, esses são os modos em que a subjetividade se encontra no próprio corpo para ser educado a transformar-se, por isso, são estimulados a desejarem a disciplina, desejarem o controle. E é exatamente por meio dessas inseguranças, que os indivíduos usam tais medos como a própria motivação para se submeter ao dever de ser transformado, adaptado e com isso, longevos, funcionais e ditos belos.

Tendo como base a história dos corpos que também se retratam as histórias dos diversos modos de produção de subjetividades, sobre uma perspectiva foucaultiana, analisa-se que o *CrossFit* AJU se insere como uma prática corporal que opera como um dispositivo biopolítico contemporâneo. Desse modo, emerge em meio a uma continuação histórica, a produção de novas subjetividades, que disciplinam e limitam, mas sobretudo controlam as forças potentes dos corpos, principalmente, sobre a exaltação do cuidado de si contemporâneo.

Para Foucault “o cuidado de si na antiguidade [...] aparece como uma intensificação das relações sociais.” E em consonância com Rago (2019, p. 262), isso quer dizer que se trata de “modular diferentemente a relação com os outros pelo cuidado de si”. Isso explica uma relação contrária ao cuidado de si que encontramos nos discursos contemporâneo, tal como o do *Crossfit*. Uma vez que há uma grande intenção sobre o voltar-se para si, e a preocupação demasiada com o eu sempre eficaz, pois ele é fruto justamente desse processo que incita buscar, o dito “eu verdadeiro e mais natural” possível.

Assim, tendo como base as análises que Foucault realizou da Antiguidade à Modernidade, ele compreende que há uma total falta de neutralidade nas incitações ao cuidado de si moderno. Ou seja, está mais atrelado a uma oposição às tentativas libertárias das práticas

gregas, visto que se volta ao individualismo egocêntrico. Desse modo, percebe-se não uma ação neutra, mas intencionalmente projetada para atender aos interesses de submissão do outro que se reverbera como um novo significado político, numa espécie de conversão, entre **cuidado de si** para **renúncia de si**, segundo Rago (2006).

Desse modo, vê-se a “renúncia de si” a partir de atos poucos reflexivos, por uma busca ao essencialismo, ou por não interrogar como sua conduta individualista pode provocar a negação de outras. Nesse sentido, a renúncia de si também emerge por meio de vários dispositivos que incitam o projeto de um sujeito que só é realizado à medida que o condiciona sobre o limite em si mesmo, sem relação exterior, ou até mesmo, quando essa relação exterior só é introspectiva para se apoiar na submissão sobre o olhar do outro. Aderindo a essas considerações, afirma o historiador Jean Pierre Vernant (1981, p. 224):

O sujeito não constitui um mundo interior fechado, no qual ele deve penetrar para se reencontrar ou antes para se descobrir. O sujeito é extrovertido. [...] A consciência de si do indivíduo não é reflexiva, voltada para si mesmo, fechamento interior, face a face com sua própria pessoa: ela é existencial. A existência é anterior à consciência de existir.

É por essas razões que Foucault também contribui para pensar que não existimos por meio de uma projeção meramente para dentro de si, mas para fora. Portanto, isso se reafirma fundamentado na mais potente de todas as afirmações epistemológicas sobre o corpo, a qual fundamentamos este estudo desde o princípio e que se reverbera sobre a história da humanidade, na qualidade de animais pensantes, corpos, sujeitos: “O corpo não existe em seu estado natural, sempre está compreendido na trama social de sentidos” (LE BRETON, 2007, p. 32).

Partindo desses pressupostos, e diante desses modelos de assujeitamento sobre o modo de educação do corpo no *Crossfit*, refletiremos neste subcapítulo, tendo como base a proposta de Michel Foucault sobre uma ética da existência como um outro modo de ser, para pensar em um possível e necessário modo outro de existir e resistir. Sobre essas considerações, afirma Martins (2019, p. 59):

Uma ética do desprendimento e não da conversão. Uma ética da singularidade e não uma lei universal invariante. Uma ética do acontecimento e não transcendental. Tal é a difícil e arriscada atitude ética que Foucault nos desafia a adotar diante dos perigos que nos fazem face.

É válido esclarecer que tal como apresenta Foucault, em seu método genealógico de analisar a constituição do sujeito na história, ele propõe a refletir como uma força de produção, toda essa capacidade de criação e transformação do indivíduo ao longo do seu processo de

constituição como sujeito. Nesse contexto, é ponto crucial reconhecer inicialmente que todo processo de construção da subjetividade é histórico e não natural, ou seja, não é uma determinação biológica é, sobretudo, cultural inventiva, e não nos cabe evitar, mas reinventar-se se problematizar a si mesmos. Nesse sentido, Foucault apresenta:

Os homens jamais deixaram de construir a si mesmos, quer dizer, de deslocar, continuamente, sua subjetividade, de se constituírem em uma série infinita e múltipla de subjetividades diferentes, que jamais terão fim e que jamais nos colocarão em face de alguma coisa que seria o homem. Os homens engajam-se perpetuamente em um processo que, construindo objetos, os desloca, ao mesmo tempo que os deforma, os transforma e os transfigura como sujeitos (FOUCAULT, 2010, p. 325-326).

É justamente por essa capacidade do sujeito em criação constante de si, que ele contribui para pensarmos em possibilidades outras de subjetividades e subversões, e isso implica reconhecer que o indivíduo não deveria ser produzido sobre uma ótica, “tal como teria desenhado a natureza, ou tal como sua essência o prescreve; temos que produzir algumas coisas que ainda não existe e que não sabemos o que será” (FOUCAULT, 2010, p. 75).

Diante do exposto, acredita-se que essa capacidade de construção é o que teoricamente pode possibilitar a (des)naturalização de identidades que forjam e limitam os corpos identidades, fruto dessa prática corporal *CrossFit*. Considerando que, enquanto são produzidas por técnicas de assujeitamento, é também, ao mesmo tempo, produtos de discursos que preexistem a estes e inserem o discurso em diversos outros usos. Portanto, sobre essa lógica de força de produção, Michel Foucault (1979) afirma que onde há poder há resistência, por isso, reconhecemos que o mesmo contexto que assujeita é o que também tem o poder de gerar resistência. Entretanto, pensar a resistência implica refletir sobre atitudes renovadoras, práticas de desprendimentos.

Portanto, aqui tentaremos propor uma reflexão de que é possível resistir à sujeição que cria corpos únicos, ou mesmo que criam relação de rejeição daqueles que operam uma relação de exclusão com o diferente. E isso se faz desde o simples uso da escrita analítica e reflexiva, acerca dos tantos limites e imposições dos estereótipos. E, assim, é possível até mesmo com a força prática da recusa dos ideais que conduzem as condutas, ou seja, com a subversão de atitudes que nos reconstitua diante do poder que nos limita. Para essa reflexão, baseamo-nos também nessas formações discursivas apresentadas na Tabela 10. Acredita-se que elas, expressam pequenas brechas para pensarmos que, de certo modo, desprendem-se dos discursos unificados e alienantes anteriormente discutidos.

TABELA 10	
Sujeitos	ANOTAÇÕES DO DIÁRIO DE CAMPO
M	“Não tenho a pretensão de um corpo robotizado, pelo acúmulo de músculo, ou mesmo de fazer parte dessa doença que é ter um corpo deformado de tanto músculo”
O	“Quero estar bem com meu corpo dentro dos próprios limites dele, porque eu prefiro ser um crossfiteira com marcas naturais do que exagerar nos pesos e sentir dor mais do que deveria. [...] Até exagero na intensidade, mas não gosto de pegar peso demais não.”
R	“Eu costumo fazer uma autoavaliação sobre o tipo de prazer que mais me satisfaz [...] tipo, sinceramente comer um brigadeiro desperta uma sensação tão boa, o problema é que eu não sei parar (risos), mas depois daqui, que consegui me alimentar de forma saudável, sem exageros na dieta, meu corpo se acostumou com o que antes achava ruim. Sei que o prazer de se sentir leve, hoje, provoca em mim ainda mais prazer que comer um prato de doce. Assim, eu coloquei na balança e medir que prefiro permitir fazer o cross e ter uma vida mais regrada, porém dentro dos meus limites sem me privar de nada. Quando eu quero beber eu bebo, quando quero comer eu como, bem mais tranquila [...] porque quero sim um corpo bonito, mas também quero acima de tudo isso estar bem onde eu estiver.”

Pensar a resistência como possibilidade, é também reconhecer que sempre há outros modos de refletir sobre as condições pelas quais os indivíduos são assujeitados. Reconhecendo, assim, que é possível encontrar saídas positivas para potentes modos de educação do corpo no exercício da prática de liberdade. Por isso, Foucault indica que essa possibilidade se perfaz a partir da constituição de uma ética da existência, ou seja, pela recriação de estilos de vida, pelo potencial inventivo que há nas próprias relações sociais.

A partir desse movimento produtivo dos corpos ainda se considera que somos a todos os instantes assujeitados, por regimes discursivos que nos submete ao saber, poder, as ditas verdades, a norma, reconhecendo, portanto, que todo esse processo é o que conduz as teorias e práticas canônicas, universalizantes e, sem dúvida, excludentes. Logo, não podemos ser sujeitos “livres”, porém tanto Rago (2019), Ortega (2002) e Miskolci (2006) corroboram que sobre a perspectiva de Foucault, a possibilidade inicia com a aceitação de sutis práticas de liberdades, para a construção de novas subjetividades menos alienantes. Desse modo, esse autor convida a reconhecer que há um potencial libertário em meio às forças de controle sobre os corpos. E isso é possível pela constituição de novas relações, pela rejeição das culturas aprisionantes e das formas mais sutis que nos permitem desejar o controle sem limites. É sobre essas justificações que referenciamos as seguintes falas da Tabela 11.

TABELA 11	
INSTRUMENTO: Entrevistas	
Sujeito	ANOTAÇÕES DAS FALAS DOS ENTREVISTADOS
M	Olhe, eu sei que sou gordinha e não sou triste por isso, ao contrário me amo sendo assim, ainda que eu tenha vários contatos com colegas, que parecem de mentira de tão treinadas que são, e se elas escolhem ter aquele corpo, tá tudo bem, isso não diminui quem eu sou e quem escolhi ser.
O	Acho que pelo meu corpo, acho que dá para ver que não estou aqui por estética. Pois, já tenho três anos que frequento. Estou porque me faz em movimento e por isso estou bem.

Rago (2006) afirma, portanto, para chegarmos a uma condição fundamental para exercitar as práticas de liberdade se faz por meio da problematização desse processo relacional, entre nós mesmos, com o outro e com o mundo. Assim, é possível abrir novas saídas mais positivas e mais saudáveis. Portanto, é possível com base nessas falas, encontrar um ponto de vista fora da normalidade até então estabelecida. Por isso, interpreta-se que a partir dessas enunciações descritas na Tabela (11), há a presença de outras verdades que se diferem do padrão que foi encontrado em unanimidade nos discursos anteriores. É válido esclarecer que muitas falas, e até mesmo a missão do referido *box*, embora esclareça que a estrutura corporal não é o elo primordial de quem adere e permanece no *CrossFit*, ainda assim está em evidência que os discursos fazem funcionar comportamentos de melhoria da aparência da estrutura corporal. Porém, foi possível identificar apenas na fala dessas duas entrevistadas uma preocupação que não se restringe à estética corporal.

Tal como Margareth Rago (2006), Miskolci (2006) também incita algumas reflexões, mostrando a recusa aos modelos normativos e como um contraponto e resistência à cultura narcisista contemporânea que, como apresentamos, faz-se presente em meio à cultura *fitness* em suas promessas e técnicas de melhoramento corporal.

A emergência de uma nova cultura de si pode originar novas relações críticas aos modelos de identidade socialmente propostos, recusando o aparato disciplinar que nos torna algozes de nós mesmos. Associada a essa reinvenção de si mesmo, uma nova cultura de si também pode permitir novas relações com o outro, relações de companheirismo e amizade. Assim, percebe-se que outras formas de produção da subjetividade podem se dar de maneira não-individualista, sem valorizar a vida privada em detrimento da pública. (MISKOLCI, 2006, p. 689).

Assim, pode-se identificar nessa fala, uma sutil tentativa de representar mediante o entrevistado que não se preocupa, ou se interessa se está fora do padrão que é de costume desejar em meio à prática do *CrossFit*. Numa relação consigo que se distancia, de certo modo, dos modelos que universaliza os objetivos dessa prática corporal. Talvez não por acaso, mas o discurso do entrevistado convidou a perceber que não seria ao nível de normalidade estética

que buscava, pois nitidamente subjugava que estava aderindo à prática saudável sem pretensões da eliminação de gordura, mas necessariamente de pertencer a um costume que a possibilitava estar no movimento da vida, que para esta é promovido por uma vida fisicamente ativa. Além disso, esclarece em sua fala, uma relação potente com o olhar de si em comparação com o outro, diante da explicação anterior dos “contrários que excluem”. Reconhece nessa fala, uma certa relação de companheirismo que contrapõe à vontade demasiada que costuma ser alimentada pela cultura narcisista, em sua ação egocêntrica.

Nessa análise, refletimos sobre as considerações de Sant’Anna (2019), ao questionar acerca dos regimes contemporâneos, se “teriam os regimes hoje a potência de ajudar cada um a pensar sobre si e sobre o mundo, ou eles serviriam unicamente para eliminar uma certa quantidade de gordura?”. Portanto, é nessa mesma linha de pensamento que ela problematiza: “[...] E para que um regime voltado a atingir a alma se hoje não cessa de ser dito que o que vale é o corpo?”.

Nesse entendimento, compreende-se que a intenção dessa autora, não é reforçar o referencial cartesiano entre corpo/alma, mas ao contrário disso, reforçar que é o corpo belo e estrutura muscular que ainda se encontra estrategicamente exercendo o poder sobre o ser sujeito. Portanto, diante desses questionamentos, baseado em Sant’Anna (2019), é possível refletir que o entrevistado apresenta um sutil modo de tentar não se entregar ao fascismo que costuma nos conduzir. Esse que nos assujeita e limita o olhar sobre nós mesmos.

Por essas considerações, tendo como base a ética da existência refletida por Foucault, registra-se que sua proposta se fundamenta para pensar na transgressão da heteronormatividade, ou seja, para contrapor as intensas relações que defendem a afetividade apenas pelos seus iguais. Como referenciado anteriormente, compreendemos que um fator preponderante da exclusão e negação de alguns modos de ser são respostas não apenas da construção de estereótipos de corpos padrões, mas também são essencialmente pela dinâmica dos contrários, a qual se ampara em relações que produzem e elevam essa tradição ancorada na ordem normativa, que potencializa e nega o outrem. Portanto, ao pensarmos sobre os tantos discursos de pertencimento da prática corporal *CrossFit*, deparamo-nos com uma construção que exclui e nega o não pertencente às regras identitárias.

É justamente diante dessas sutis formas de controle que se cria uma espécie de desvio que se reverbera em estereótipos negativos, como uma prática do mal, do excluído, e do inútil. Desse modo, e reconhecendo que a história se baseia em princípios binários e identitários, ela apenas nos ritualiza a pensar como tal, ampliando-se hoje, uma sociedade cada vez mais com

necessidades de construções identitárias, e cada vez mais a criação de necessidades e vontades de sermos pertencente a um grupo.

Portanto, sobre as perspectivas foucaultiana, em suas reflexões da biopolítica de controle de medidas e desempenhos corporais, tanto Sant’Anna (2019) quanto César (2019), também propõe que é possível desmoronar os muros do nosso fascismo contemporâneo a partir do contraponto às pedagogias do *fitness*, que também são responsáveis pelas produções de bioascese, que agem sobre essas verdades identitárias do corpo.

Desse modo, César (2019) apresenta as obras de Fernanda Magalhães (2006), sobre *A classificação científica da obesidade*¹⁴ e o conto *A mulher ilustrada*¹⁵ de Ray Bradbury (1983). Ambos são outros modos de apresentar o corpo contemporâneo, utilizando a força potente da arte para expressar figuras de resistência ao discurso médico, por construir uma forma de “obra-instalação com corpos gordos”. Enquanto o segundo exemplo da “Mulher ilustrada” expressa o corpo de Emma Fleet, apresentando a experiência de uma superfície corporal extensiva, contrapondo, assim, os discursos e verdades médicas: “[...] pois são leves, podem flutuar no espaço, são rápidos ao moverem para além dos muros que cercam nossas parcas possibilidades, contemporâneas de resistência e criação” (SOARES, 2019, p. 278).

Sobre essas considerações, é possível e necessário a abertura para novas formas de reexistir e resistir, como contraponto a essas forças que aprisionam a busca exacerbada pelo melhoramento corporal, e dos discursos que fazem emergir uma educação do corpo que limita suas potências. Tratamos aqui apenas de algumas possibilidades, em que o primeiro passo é desprender-se dos pensamentos universalizantes, egocêntricos e excludente. Esses que não excluem apenas a si mesmos, mas as outras formas de ser e de viver.

Acolher outros modos, não significa ser, ou necessariamente experimentar, ainda que a oportunidade de experimentação venha carregada de aprendizagens outras. Mas acolher implica

¹⁴ O projeto artístico de Fernanda Magalhães apresenta uma forma criativa de crítica aos padrões estético feminino imposto principalmente pela mídia, cultura e sociedade. “Inconformada com a frequente associação do obeso com algo que incomoda, que é deslocado, utiliza o corpo como protesto, posicionamento político contra a hegemonia da magreza [...] os embates foram se desenvolvendo para a defesa do *fora de forma* em detrimento da *boa forma* [...]” (DE MELO, 2014, p. 13/16) Desse modo, suas obras conduziram a lutas contra saberes hegemônicos e oportunizando a refletir o outro, partindo de uma reflexão sobre si.

¹⁵ Em *A mulher ilustrada* de Ray Bradbury, o corpo de Emma Fleet se apresenta como uma figura extensiva de sua superfície. Com duzentos e um quilos pretende aumentá-lo. O desejo de não emagrecer de Emma é referenciado na obra como um modo de seu marido continuar a tatuar toda a extensão do corpo de sua esposa. No entanto, suas pretensões de engordar era justamente porque necessitavam de mais superfície para continuação da obra. Ao buscar o médico para ajudar nesse projeto, o médico sugeriu apagar a obra e reiniciá-la à medida que for concluída. Portanto, para Emma e seu esposo, esta ideia era um milagre. Para César (2019, p. 278), a interpretação desta narração pode ter vários significados, no entanto, serviu como base para visualizar a enorme superfície do corpo de Emma diante de suas “possibilidades abertas para uma obra em construção”. Portanto, essa narração zomba do peso das verdades médicas e permitem flutuar na leveza da criação. (CÉSAR, 2019).

acionar desde micros relações que oportunizem singularidade, mediante mínimas ações que se posicionem fora da norma. Desse modo, também se pode refletir que foi justamente nos mais sutis detalhes, que a anatomia política dos corpos encontrou seus modos de disciplinarização dos sujeitos. Com essa mesma referência foucaultiana e na valorização do próprio detalhe, acredita-se que também seja possível subverter esses sentidos para oportunizar a reflexão por meio de ações mínimas, porém potentes de resistência da norma.

De certo modo, parece utópico desejar o desprendimento da norma, em meio a tantas estratégias micropolíticas e macropolíticas que governam desde sempre a produção do saber, da verdade e limita os discursos da área da saúde e da educação do corpo, sempre tão disposta a uma hegemonia e higienização do mundo. Ainda mais na própria Educação Física produtora dos principais saberes produzidos sobre a relação entre o movimento na educação do corpo.

Entretanto não é utópico quando justamente se oportuniza a reflexão desse próprio movimento da vida, que sempre conduziu para além de a repressão, disciplina e do controle, mas para a própria potência de se recriar. Mesmo porque, a força produtiva que conduz esses estudos parte justamente desse ciclo de discursos que acionam tantos outros possíveis. Todavia, acredita-se que a área da Educação Física e da saúde de modo geral, não se baseia apenas na política de promoção de saúde/beleza pela prevenção dos males corporais, mas também possui essencialmente a capacidade de reconstruir e subverter os sentidos políticos e estéticos dos corpos.

Contudo, visões utópicas são essenciais à medida que a utopia nos ensina que a cada passo dado, existem mais dois à nossa frente. (GALEANO, 2019). Desse modo, ela permite que tal como a própria ciência e a filosofia, nessa constante reconstrução, ela não deve se limitar a únicas verdades, e, portanto, permite esse constante processo que é a constituição da educação do corpo, para ser sujeito e ser corpo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo interpelar a educação do corpo por meio da prática corporal do *CrossFit*, no que tange à cultura *fitness*, na Academia *CrossFit AJU* da cidade de Aracaju-SE. Diante disso, foi possível identificar uma série de práticas discursivas que acionam modos de ser que assujeitam, objetivam e subjetivam identidades, corpos e sujeitos. Desse modo, alocamos essa empiria e organizamos os resultados por meio de seis seções, as quais fazem parte de uma crítica reflexiva sobre os sentidos estéticos e políticos, resultante dos sentimentos de pertencimento dos que se encaixam na cultura *fitness*. Nessa análise, também foi possível encontrar pontos de fuga e reflexões que compreendem possibilidades outras de interpretações, permitindo, assim, expandir uma crítica construtiva para a criação de sutis modos de práticas libertárias.

Mediante a organização dos resultados, reconhecemos que novos discursos vão sendo produzidos diante do ato e dos efeitos da pesquisa. Assim sendo, os resultados também são parciais e limitados ao que foi possível identificar, conforme direcionamos nossas ferramentas de análise, cuja construção é impulsionada, de certo modo, por um desejo de encontrar modos outros de interpretações. Portanto, também reconhecendo que os modos de educação do corpo na cultura *fitness*, são efeitos das representações, de técnicas, dispositivos e discursos, pelas relações de poder-saber, interpelamos essa analítica com a organização de seis seções, cujos eixos temáticos foram direcionados do seguinte modo:

A) Na primeira seção, temática discorremos sobre a escolha do discurso como categoria máxima de análise, tendo em vista que vários são os discursos que efetivamente enunciam as características do *Crossfit* como uma espécie de “tribo”. Reconhecendo isso, porque se inserem num conjunto de regras que unem e se organizam diante de seus desejos semelhantes.

B) Na segunda seção, organizada com base em um relato de experiência, na qualidade de pesquisadora/cliente/praticante do *Crossfit AJU*, compreendemos que há uma naturalização da experiência da “dor” e do pertencimento de ser “crossfiteiro”. Por isso, vemos nesse cenário mais uma técnica da cultura *fitness*, na qual a ordem discursiva se fundamenta sempre numa intenção de economia, seja do capital ou mesmo pela economia de energia para usá-la de modo útil e produtivo, tal como os corpos na sociedade disciplinar. Além disso, compreendemos a representação dos sentidos estéticos que transporta no e para o corpo, um território de prazer,

ainda que em meio a dor, por isso, denominamos com uma verdadeira anestesia da dor, não pela ausência dela, mas pela força de afetação dos discursos.

C) Nesta terceira seção, delineamos o *Crossfit* como um dispositivo biopolítico contemporâneo e de “autogoverno de si”, que conduz condutas pelos discursos motivacionais via responsabilização e culpabilização, e, portanto, tende a organizar como indivíduos desses grupos devem viver. Neste momento, compreendemos que a sua política motivacional, tende a incitar que somos os únicos responsáveis pelo cuidado de si e pelo próprio sucesso. Também compreendemos que há uma dinâmica que excluem outros modos de ser pelos contrários, ou seja, por não fazer parte da norma e padrão de comportamentos, o que evidentemente potencializa a negação e exclusão do outrem.

D) Na quarta seção, tematizamos a análise do *CrossFit* por meio de enunciados centrais presentes no discurso sobre a ausência do espelho no *box* e a excessiva racionalização da motivação. Esse último é visto como parâmetro central de continuidades dos discursos, que atuam como uma técnica de condução dos desejos. Por isso, refletiu-se que a motivação atua camuflando qualquer sentimento de negatividade, enquanto a ausência do espelho atua pelo convencimento do corpo do outro como parâmetro em um desconhecer-se por completo. Assim, ambos potencializam as marcas da cultura *fitness*, que dita as ordens da educação e arquitetura dos corpos.

E) Na quinta seção, refletimos outros modos de condução de condutas que, tal como a construção discursiva sobre o espelho e os discursos de motivação, opera como técnicas que potencializam a eficácia constante da melhoria dos corpos para busca do corpo magro e dito saudável. Mencionamos sobre a técnica da política alimentar como um regime de verdade do *Crossfit* que transfere o tabu que antes era do sexo (cama) para o tabu da alimentação (mesa).

F) Na sexta e última seção, discutimos novas formas de trincar os corpos pelas rupturas da resistência, tendo como base a possibilidade de uma ética da existência. Baseamo-nos em Michel Foucault e comentadores, problematizando outros modos de existir que estejam para além de as definições hegemônicas. Isso foi possível, visto que a interpretação do outro como possibilidade de ser, é construtiva e subversiva, na medida em que se reconhece que a potência de se recriar é singular aos corpos.

Sob a óptica estética e política, diante dessas seções temáticas, encontramos unanimidade nos discursos motivacionais, como técnica influente dos modos de educação dos corpos. Tal como apresentado, também encontramos inúmeras técnicas e dispositivos que

fazem da prática corporal do CrossFit AJU, um dispositivo biopolítico contemporâneo que conduz a vida *fitness*, a partir de um conjunto de discursos que fazem funcionar as relações de poder numa espécie de manutenção do novo fascismo contemporâneo. Tendo como base os pressupostos foucaltianos e seus comentadores, muitas são as formas do fascismo contemporâneo, que nos tornam submissos dos desejos e das necessidades alimentadas pela lógica neoliberal, pela disciplina e pela norma. Desse modo, as muitas formas de fascismo, estão presentes essencialmente na busca desenfreada pelas ditas fórmulas, da tão sonhada qualidade de vida, que nos mantêm submissos às práticas de melhoramento corporal.

Nesse cenário, reconhecemos que essa prática corporal sucinta característica da sociedade disciplinar, porque propaga “melhor desempenho, em menor tempo e com a maior economia de energia possível”; assemelhando-se à estrutura formativa da disciplinarização dos corpos. Assim, vê-se a continuidade de sutis formas de controle, com a distribuição eficiente e produtiva dos corpos, no tempo e no espaço. Acredita-se que nesse cenário, a lógica que rege as políticas de educação do corpo se operam como um arquétipo das condutas “ditas saudáveis”; da ditadura da beleza e da valorização narcísica, as quais se disseminam pelas vias do caráter normalizador dessa prática corporal. Desse modo, isso se exerce tanto pelas vias do biopoder quanto da biopolítica, com a condução das condutas individuais e grupais, que também vêm disfarçadas pelos discursos de lazer produtivo e preventivo, pela via da culpabilização e responsabilização pelo autogoverno de si. Para tanto, ainda que o modo disciplinar e de controle não se estenda diretamente a uma população, tendo em vista que foi pesquisado um determinado grupo, ela contempla uma dada cultura ampla que são os aglomerados das condutas *fitness*.

Também se identifica que sobre esses contextos, há uma nova roupagem na eugenia e no higienismo para submissão dos sujeitos. Dessa vez, não é baseada apenas nas seleções genéticas e nos ideais de saúde para melhoria de uma raça, mas se estende para a continuidade de um padrão de ideal de corpos, sujeitos e comportamentos. Dessa forma, utilizam a mídia como dispositivo frenético de propagação dos ideais; seja no plano alimentar, seja pela dinâmica coletiva das atividades, pela anestesia dos sentimentos de positividade, pela produção e condução dos desejos, ou mesmo, incitando que devemos ser empreendedores de si mesmos.

Mediante essas interpretações, também se destaca que esta pesquisa suscita outras possibilidades de investigações. Em exemplificação disso, referencia-se que é possível aprofundar a citada “dinâmica dos contrários” que é fundamentada, neste trabalho, para significar todo um regimento de exclusão do outrem, pelo caráter etnocêntrico da sociedade

moderna, que há séculos amplifica suas raízes dicotômicas. A análise foi realizada, baseando-se em discursos que defendem uma aceitação ou negação pela dicotomização, ou seja, de dois lados, sendo um estereotipado como bom e o outro como o ruim.

Sobre essas considerações, acredita-se que é tanto possível quanto necessário, levantar novas investigações e interpretações, neste, ou em diferentes espaços, que contribuam para ampliação desta reflexão sobre os contrários que costumam excluir. E que possam despertar também reflexões que tenham como pressuposto a aceitação e experimentações múltiplas, que se desprenda do grande moralismo divisório da humanidade, que nomeou verdades únicas e binarizou nossas condutas, em lados que se opõem, se adversarizam, e oprimem as possibilidades outras de existências.

Muitas são as tentativas de rompimento com as desordens provocadas pelas raízes dicotômicas e binaristas, no entanto, ainda se encontram em foco de uma crítica aguda, pois continuam sendo resultantes de muitas práticas opressivas na sociedade. É também por isso, que foi escolhido Michel Foucault e comentadores, como teóricos basilares, para fundamentar essa analítica, principalmente diante de suas críticas às questões de gênero e sexualidade e suas visões pós-identitária. A partir disso, encontramos subsídios para melhor compreender os resquícios que dão condições de existência a essa dinâmica dos contrários.

Ainda que tenhamos avanços em pesquisas que defendem perceptivas não dicotômicas, é notório e esperado que em espaços como este analisado haja ainda grande incidência da pouca citação, aceitação, ou mesmo, valorização daqueles que se apresentam diferentes do padrão estipulado pelo arquétipo da beleza. Outrossim, ainda que haja uns discursos políticos que regem e fundamentam essa prática como inclusiva de todos possíveis gostos, idades e biotipos, os discursos mediante as entrevistas apresentam-se contrário na grande maioria dos entrevistados. Ou seja, identifica-se que há uma manutenção que impera a valorização da estrutura corporal trincada.

Além disso, foram analisados alguns discursos que se diferem dessa tentativa de normalização do padrão corporal, e de supervalorização frenética da cultura narcísica. Portanto, foram considerados algumas analíticas como possível ato de resistir à sujeição que cria corpos únicos, interpretado a partir de algumas ações e discursos, que de certo modo, recusa os ideais que conduzem condutas. Assim, registraram-se pequenos atos libertários, à medida que apenas duas entrevistadas, apresentaram elementos para a recusa de modelos normativos, por exemplo,

críticas fundamentadas sobre uma preocupação que não se restringe à estética corporal, mas a um modo criativo e diferente da dita identidade “crossfiteira”.

Desse modo, pensar a educação do corpo com Foucault neste trabalho, foi fundamental para fomentar as bases de compreensão e de resistências, pela via de valorização da filosofia da diferença e das pluralidades, que promovem uma dinâmica de contrários que incluem as diversidades.

Não obstante, também se salienta que este trabalho abre a possibilidade para refletirmos a crítica narcísica, por um outro viés, e isso seria tarefa para uma extensão dessa pesquisa. Para tal, é preciso olhar para além de os espelhos, para além de o virtual, dos reflexos de si, estes que sempre nos prenderam e nos afogaram nas vestes egocêntricas. Seria necessário ver além de os reflexos, mas dessa vez, modificando a interpretação de que esse além não seja o nosso afogamento, muito menos nossa morte. Desse modo, ampliar suas análises estéticas, pois o além pode ser equilíbrio, seria então, a busca ou o encontro das possíveis extensões de si mesmos. Assim, a imagem que se projeta da crítica narcísica, seria uma reflexão da nossa possibilidade e extensão, que à medida que nos amplie, não nos embriague. Mas antemão, é crucial uma construção dessa ampliação como potência criativa e positiva, não apenas de nós mesmos, mas sobre como nos posicionamos diante dos diferentes de nós.

Portanto, essas são outras questões que o campo permitiu inquietar, ao mesmo tempo que também foram as razões pelas quais possibilitou cautela, para analisar sem cair nas mesmas amarras dos contrários que excluem. Pois, acredita-se que, quando não se faz parte de um determinado grupo, há uma certa naturalização da relativização da cultura que não é pertencente. Motivo pelo qual, impulsionou e foi essencial para escolha de ser participante e praticante da proposta, potencializando a oportunidade de olhar e vivenciar o contato com uma prática corporal, até então vista, como exagerada às funções humanas.

No entanto, diante da análise realizada sobre as afetações da experimentação do *Crossfit*, foi possível identificar mais uma aproximação do gosto pela prática do que um distanciamento. Não por, necessariamente, passar a me sentir confortável ao ser pertencente àquele grupo, mas por permitir uma nova experimentação, uma nova experiência para a construção de novas subjetividades, mesmo sabendo que elas poderiam me assujeitar e afetar com as amarras da objetificação e submissão.

Reconhecendo, portanto, que “quando se estuda o corpo, é o objeto que nos designa, mais do que nós o designamos a ele” (BÁRTOLO, 2007, p. 80). Considera-se que no decorrer

deste processo, antes o que era dado como preocupação metodológica, que possivelmente poderia alterar a imparcialidade da pesquisa, foi certificado como principal fator de contribuição, com a escolha de ser praticante do CrossFit AJU. Por isso, além de os instrumentos usados na construção dos dados, foi possibilitado assumir primordialmente o uso dessa ferramenta basilar, que se opera no corpo próprio, que sente, ver, experimenta e reconhece a potência desse mais único e natural instrumento, que constrói informações e conhecimento; vendo, sentindo e experienciando o campo e suas discursividades.

Contudo, essa pesquisa teve um caráter infinito de afetações positivas, à medida que o objeto pesquisado é relativo às infinitudes que é o corpo. Dessa forma, acredita-se que tal como expõe Sant'Anna (2001), cada oportunidade de investigar abordagens relativas ao corpo, é um modo de romper com as suas fronteiras. São essas fronteiras que permitem que a vontade de o investigar não se esgote, mas se amplifique na busca incessante do saber e do conhecimento.

Contudo, a intenção da tarefa dessa pesquisa é que ela não se limite também a interpretações rígidas e fixas dos resultados, mas que as informações e conhecimentos produzidos tenham o caráter de rizoma, que façam funcionar em qualquer tempo e espaço, algum modo possível de criação. Porque não se intenciona respostas, mas o exercício da reflexão que há na arte das múltiplas leituras. Portanto, ancorada nas contribuições de Deleuze e Gatarri (1991) referencia-se que o exercício de conhecer, que aqui produzimos, não busca necessariamente representar o desconhecido, mas de contemplar, refletir, ou mesmo comunicar e sendo assim, de interagir com o desconhecido, como um modo de criar.

Bruno Latuor (1996) referenciado por Viveiros de Castro (2018) contribui para pensar que a tarefa do conhecimento não se materializa para unificar as diversidades, mas de agenciar a multiplicidade dos “números que povoam o mundo”. Dessa forma, acredita-se que um dos modos de interpretar essa afirmação é reconhecendo que a tarefa do pesquisador, na produção do conhecimento, não povoe os territórios dos estereótipos e das universalizações, tal como as diversas propostas da cultura *fitness* sempre se solidificou. Todavia, que o conhecer povoe a ação de movimento, de rizoma de sempre um possível “devir” um modo outro de não ser verdades únicas, mas de plurais e infinitas relações de tudo que é e estar no mundo.

Em síntese, esta pesquisa oportunizou percorrer por diversas teorias, referenciais, sensações e interpretações múltiplas. E por perpassar por um momento único mundial de pré; entres; devires e pós-pandemia, é perceptível as grandes ressignificações do todo que são os corpos sujeitos “do e no” mundo. Com as demandas e não demandas advindas desse fenômeno

mundial, as novas relações subjetivaram e exigiram ainda mais a construção veloz de um novo sujeito-empresa, readaptado, controlado pela vigilância do panóptico do capital. Sem dúvidas, as práticas corporais foram das principais áreas que objetivaram o quanto empreendedor de si mesmos, devemos ser. Nunca fomos tão responsáveis por nós mesmos e pelos demais, por isso, foi necessário assumir todas as consequências, sem seguridade, muito menos singularidade, apenas a certeza do quanto somos governados e responsáveis pelos resultados, à medida que fomos incitados a se autogovernar.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Maria Salete Bortholazzi. Educação não formal, informal e formal do conhecimento científico nos diferentes espaços de ensino e aprendizagem. *In: Governo do Estado do Paraná. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE: Produções Didático-Pedagógicas. Versão Online. ISBN 978-85-8015-079-7. Cadernos PDE. v.02. 2014.*
- BAB.LA. Dicionário online. Disponível em: <https://pt.bab.la/dicionario/ingles-portugues/cross> Acesso em: 24 maio 2019.
- BÁRTOLO, José. **Corpo e sentido: estudos intersemióticos**. Portugal/Covilhã: Livros LabCom, 2007.
- BASTOS, Wanja *et al.* Epidemia de fitness. **Saúde e Sociedade**. São Paulo, v. 22, n. 2, p. 485-496, abr./jun., 2013.
- BELLOVARY, Bryanne. Risk of Exertional Rhabdomyolysis during CrossFit®: A Thesis Proposal. **Northern Michigan University**. ASCM. vol.07, 2013.
- BOGDAN, Roberto C.; BIKLEN, Sari Knopp. **Investigação qualitativa em educação**. Ed. Porto Editora, 1994.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Catálogo de Teses e Dissertações**. Disponível em: <https://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#/>. Acesso em: 30 maio 2019.
- CAVALCANTI & PORPINO. O sofrimento e a dor como constituintes da beleza esportiva: reflexões para a educação. Artigo submetido em novembro/2014 e aceito em agosto/2015 DOI: 10.15628/holos.2015.2556. **HOLOS**, Ano 31, vol. 5., 2015.
- CÉSAR, Maria Rita de Assis. Des) educando corpos: volumes, comidas, desejos e a nova pedagogia alimentar. *In: VEIGA-NETO, Alfredo; RAGO, Margareth. Para uma vida não-fascista*. Autêntica, 2019. (Coleção Estudos Foucaultianos).
- CHAUÍ, Marilena. **Desejo, paixão e ação na ética de Espinosa**. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.
- CORREIA, Elder; ZOBOLI, Fabio e SILVA, Renato Izidoro. (2017). Virtualidade dos afetos: A potência do real em “Her”. Cartografias del Sur. **Revista de Ciencias, Artes y Tecnología**. 10.35428/cds.v0i4.62.
- COURTINE, Jean-Jacques. Os stakhanovistas do narcisismo: body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. *In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de. Políticas do corpo*. São Paulo: Estação Liberdade, 81-114, 1995.
- CRISORIO, Ricardo. Actividad(es) física(s) versus prácticascorporales. *In: GALAK, Eduardo; GAMBAROTTA, Emiliano. (orgs). Cuerpo, Educación, Política: tensiones epistémicas, históricas y prácticas, Buenos Aires: Biblos, 2015, p. 21-39.*

CRISORIO, Ricardo. Actividad(es) física(s) versus prácticas corporales. In: GALAK, Eduardo; GAMBAROTTA, Emiliano. (Orgs). **Cuerpo, Educación, Política: tensiones epistémicas, históricas y prácticas**. Buenos Aires: Biblos, 2015. p. 21-39.

CROSSFIT, Inc. **CrossFit Journal**. [on-line]. 2019. Disponível em: <https://www.crossfit.com/>. Acesso em: 3 abr. 2019.

DAWSON, W. CROSSFIT: Fitness Cult or Reinventive Institution? **International Review for the Sociology of Sport**. Publicado pela primeira vez em 30 de junho de 2015. Artigo de Pesquisa <https://doi.org/10.1177/1012690215591793>. Acesso em: 30 de junho d 2019.

DE CASTRO, Eduardo Viveiros. *Metafísicas canibais: elementos para uma antropologia pós-estrutural*. Ubu Editora LTDA-ME, 2018.

DE MELLO, Júlia Almeida. A obesidade no processo criativo de Fernanda Magalhães. *GAMBIARRA*, v. 6, n. 6, p. 13-29.

DE SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. Dietética e conhecimento de si. **Para uma vida não-fascista**. 2019.

DELEUZE, G. *Crítica e Clínica*. São Paulo: Editora 34, 1997.

DELEUZE, G. Para dar um fim ao juízo. In: _____. *Crítica e clínica*. Rio de Janeiro: Editora 34, 1997. p. 143-153.

DELEUZE, G.; GUATTARI, F. 28 de Novembro de 1974 – como criar para si um corpo sem órgãos (1980). In: _____. *Mil Platôs: capitalismo e esquizofrenia*. Tradução de Aurélio Guerra Neto et al. Rio de Janeiro: Editora 34, 2004. v. 3, p. 9-29.

DELEUZE, G.; Guattari, F. *Mil platôs: capitalismo e esquizofrenia*, V. 3. São Paulo: editora 34, 2. ed. (2012):

DELEUZE, Gilles; GUATTARI, Félix. *Que é a filosofia?* O. Editora 34, 1991.

DICIO. **Dicionário online de Português**. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/> Acesso em: 23 maio 2019.

DOMINSKI, Fábio Hech; SIQUEIRA, Thais Cristina; SERAFIM, Thiago Teixeira; ANDRADE, Alexandro. Perfil de lesões em praticantes de CrossFit: revisão sistemática., DOI: 10.1590/1809-2950/17014825022018, 2018.

DREYFUS, H; RABINOW, P. **Michel Foucault uma trajetória filosófica: para além do estruturalismo e da hermenêutica**. 2. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2010.

FARHI NETO, L. Biopolítica como tecnologia de poder. *Interthesis*, Florianópolis/SC, v.5, n.47-65, jan./jul. 2008.

FERREIRA NETO, João Leite. Pesquisa e Metodologia em Michel Foucault. Pontifícia Universidade Católica de Minas. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. Brasília, v.31 n.3, p. 411-420, jul./set., 2015.

FISCHER, R. M. B. Foucault revoluciona a pesquisa em educação? Perspectiva. Florianópolis, v. 21, n. 2, 2003, p. 371-389.

FISCHER, Rosa Maria Bueno. Foucault e a análise do discurso em educação. *Cadernos de Pesquisa*, n. 114, p. 197-223, 2001. <https://goo.gl/Fd7BDn>.

FISHER, J., SALES, A., CARLSON, L., e STEELE, J. A comparison of the motivational factors between CrossFit participants and other resistance exercise modalities: a pilot study. **The Journal of sports medicine and physical fitness**, 2016.

FLICK. Uwe. **Introdução à pesquisa qualitativa**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009. Tradução Joice Elias Costa.

FOUCAULT, M. (1979). Microfísica do poder: organização e tradução de Roberto Machado. *Rio de Janeiro: Edições Graal*, 4.

FOUCAULT, M. (1985). História da sexualidade 1. *A vontade de saber*, 17.

FOUCAULT, Michel. Para uma moral do desconforto. In: Ditos e Escritos VI: Repensar a política. Trad. Ana Lúcia P. Pessoa. Rio de Janeiro: Forense Universitária, p. 279-284, 2010.

FOUCAULT, M. A Ordem do Discurso – Aula inaugural no College de France. Pronunciada em 2 de dezembro de 1970. São Paulo. Ed. Loyola: 1996.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir**. Leya, 2014.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade 1: a vontade de saber**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1999.

FOUCAULT, Michel. “A ética do cuidado de si como prática da liberdade.” In: Ética, sexualidade e política, por Michel FOUCAULT, 264-287. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2004a.

FOUCAULT, Michel. *A verdade e as formas jurídicas*. Nau Editora. 2015.

FOUCAULT, M. A Arqueologia do saber. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1988.

FOUCAULT, Michel. História da sexualidade 1. A vontade de saber. São Paulo: Graal, 1998.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do Poder**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 2000.

FOUCAULT, Michel. Nascimento da biopolítica: curso dado no Collège de France (1978-1979). Martins Fontes, 2008.

FOUCAULT, "**Conversa com Michel Foucault**", Ditos e escritos VI, 2010/1980, p. 325.

MICHEL, F. Preface in: GUATTARI, Félix; DELEUZE, Gilles. **El Anti Edipo: capitalismo y esquizofrenia**. Paidós Ibérica, 2004.

G1 Sergipe Notícias. **Aracaju é campeã em qualidade de vida**. Especial 35 anos/saúde. <http://g1.globo.com/globoreporter/0,MUL1035187-16619,00>. Acesso em: 27 fev. 2020.

GALAK, Eduardo. CONSTRUIR EL CUERPO: cuatro consideraciones epistemo-metodológicas y tres metáforas para pensar el objeto de estudio ‘cuerpo’. **Poiésis: Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação da UNIVALI**. Tubarão/SC, v. 8, n. 14, p. 348-364, jul./dez., 2014.

GALAK, Eduardo. La curricularización del cuerpo. En: CRISORIO, Ricardo; ESCUDERO, Carolina (orgs.). Educación del cuerpo: currículum, sujeto y saber, Argentina/La Plata: Editora da Universidad Nacional de La Plata, 2017, p. 191-198.

GALAK, Eduardo: “Educar (con) la mirada. Discursos políticos y sentidos estéticos sobre la cultura física em noticieros cinematográficos”, em Gregorio Weinberg: **escritos em su honor**. ed. Ossen bach Sauter, G., CLACSO, Buenos Aires, pp. 55-74, 2017.

GALAK; Eduardo Lautaro. Construir el cuerpo. Cuatro consideraciones epistemo-metodológicas y tres metáforas para pensar el objeto de estudio “cuerpo”.

GALEANO, E. (2019). *Las palabras andantes*. Siglo XXI Editores.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GLASSMAN, Greg. **O Guia de treinamento de nível 1**. *CrossFitJournal*. Direitos Autorais CrossFit, Inc., 2018.

GOELLNER, S. V.; SILVA, A. L. S. BIOTECNOLOGIA E NEOEUGENIA: olhares a partir do esporte e da cultura fitness. In: COUTO, E. S.; GOELLNER, S. V. (Orgs.). **Corpos mutantes: ensaios sobre novas (d)eficiências corporais**. 2. ed. Porto Alegre: UFRGS, p. 188-210, 2012.

GOELLNER, Silvana Vilodre. **O método francês e EDF no Brasil**: da caserna a escola. Porto Alegre.1992.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 10. ed. Rio de janeiro: dp&a; 2005.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo demográfico-Aracaju/Sergipe**. 2017/2019. v4.3.44. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/se/aracaju/panorama>. Acesso em: 12 fev. 2020.

IONEZAWA, Fernando Hirome. TRÊS PEDACINHOS DE CORPOS EM DELEUZE: ética, potência e transformação. **Revista Margens Interdisciplinar**, v. 6, n. 7, p. 155-170, 2016.

KALIN, Fernando Ezequiel. Nos otros hacemos CrossFit: etnografía sobre identidades deportivas. **Educación Física y Ciencia**, vol. 19, nº. 2, diciembre-, 2017, pp. 1-14 Universidad

Nacional de La Plata Buenos Aires, Argentina.2017. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439954671002>. Acesso em: 15 de maio de 2019

LACAN, J. (1998). O estádio do espelho como formador da função do eu. In: J. Lacan, Escritos. (V. Ribeiro, trad.; pp. 96-103). Rio de Janeiro: Zahar. (Original publicado em 1966).

LALANDE, André. **Vocabulário técnico e crítico da Filosofia**. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes,1999. (R. Ferreira, Trad.).

LANDA, M., y RUMI, J., (2016). Vomitar es unactocon sentido. Anfibia. Disponible en: <http://www.revistaanfibia.com/cronica/vomitar-es-un-acto-con-sentido/>. Acesso em: 20 maio 2019.

LANDA. María Inés. SUBJETIVIDADES Y CONSUMOS CORPORALES: um análisis de las prácticas del fitness em España y Argentina. **Razón y Palabra**. México, DF, v.14, n. 69, p. 01-34, jul./set. 2009.

LAZZAROTTI, Ari Filho *et al.* O termo práticas corporais na literatura científica brasileira e sua repercussão no campo da Educação Física. Porto Alegre: **Revista Movimento**, v. 16.n. 01, p11-29. janeiro/março de 2010.

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. 3. ed. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2009. Tradução de Sonia M. S. Fuhrmann.

LIMA, Rebecca dos Santos. **Experiência comunicativa na prática do crossfit: processos intersubjetivos e estéticos**. Orientador: Prof. Dr. Fábio Fonseca de Castro. 2018. 123 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Pará, Instituto de Letras e Comunicação, Belém, 2018. Programa de Pós-Graduação em Comunicação, Cultura e Amazônia. Disponível em: <http://repositorio.ufpa.br/jspui/handle/2011/10262>. Acesso em: junho 2019.

MAFFESOLI, Michel. A Transfiguração do Político. A tribalização do mundo. Porto Alegre: Sulina, 1997.

MANSKE, George Saliba; ROMANIO, Flávia. Medicalização, controle dos corpos e CrossFit: uma análise do site CrossFit Brasil. **TEXTURA-Revista de Educação e Letras**, v. 17, n. 33, 2015.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MARTINS, Carlos José. Figurações de uma atitude filosófica não-fascista. In: VEIGA-NETO, Alfredo; RAGO, Margareth. *Para uma vida não-fascista*. Autêntica, 2019. (Coleção Estudos Foucaultianos).

MARTINS, Murilo Bianchi; SOUZA, Vivian Mendes de; JIMEZ, Bruno Oliveira Costa;

MEDINA, J.P. S. **A Educação Física cuida do corpo... e “mente”**. 25. Ed. – Revista e Ampliada. Papirus Editora, 2010

MEZZARROBA, Cristiano; MENDES, Diego Souza; PIRES, Giovani De Lorenzi. Grandes eventos esportivos, mídia e representações: possibilidades/responsabilidades para a Educação

Física escolar. In: DANTAS JUNIOR, H.S.; KUHN, R.; DORENSKI, S. (org.) **Educação Física, esporte e sociedade: temas emergentes**. Vol. 4. São Cristóvão: Editora da UFS, 2010.

MISKOLCI, Richard. Corpos elétricos: do assujeitamento à estética da existência. **Revista Estudos Feministas**, v. 14, n. 3, p. 681-693, 2006.

MORETTI, Isabella. “**Regras da ABNT para TCC: conheça as principais normas**”. 2019. Disponível em: <https://viacarreira.com/regras-da-abnt-para-tcc-conheca-principais-normas>. Acesso em: 05 jul. 2019.

NEIRA, M. G. **Cultura na educação física**. Entrevista concedida a Beatriz Ruffo Lopes. São Paulo, SP, 18 set. 2012.

NIETZSCHE, F. **Genealogia da moral: uma polêmica**. São Paulo: Companhia das Letras, 1998.

NÓBREGA. Terezinha Petrucia da. **Uma fenomenologia do corpo**. São Paulo: Editora Livraria da Física, 2010.

OLIVEIRA, Luciane Paiva Alves de. “Violência, corpo e escolarização: Apontamentos a partir a teoria crítica da sociedade.” In: Marcus Aurélio Taborda de Oliveira (org.). **Educação do corpo na escola brasileira**. Campinas: Autores Associados, 2006, 209 pp.

OLIVEIRA, Marcus Aurélio Taborda de (org.). **Educação do corpo na escola brasileira**. Campinas: Autores Associados, 2006, 209 pp.

ORTEGA, Francisco. Da ascese à bio-ascese ou do corpo submetido à submissão ao corpo. In: RAGO, Margareth; ORLANDI, Luiz B. Lacerda; VEIGA-NETO, Alfredo (org.). *Imagens de Foucault e Deleuze: ressonâncias nietzschianas*. Rio de Janeiro: DP&A, 2002. p.139-173.

ORTEGA, Francisco. *O corpo incerto*. Editora Garamond, 2008.

PARAÍSO, M. **Contribuições dos estudos culturais para a educação**. Presença Pedagógica, Belo Horizonte, v. 10, n. 55, p. 53-61, 2004a.

PERUZZO, C. Observação participante e pesquisa-ação. In: DUARTE, J.; BARROS, A. (Org.). **Métodos e técnicas de pesquisa em comunicação**. São Paulo: Atlas, 2005. p. 125-145.

RABINOW, Paul; ROSE, Nikolas. O conceito de biopoder hoje. *Política & trabalho*, v. 24, p. 27-57, 2006.

RAGO, Margareth. Dizer sim a existência. In: VEIGA-NETO, Alfredo; RAGO, Margareth. *Para uma vida não-fascista*. Autêntica, 2019. (Coleção Estudos Foucaultianos).

RAGO, Margareth. Narcisismo, sujeição e estéticas da existência. Verve. **Revista semestral autogestionária do Nu-Sol**. n. 9, 2006.

RESENDE, Haroldo de (Org.). **Michel Foucault - A Arte Neoliberal de Governar e a Educação**. São Paulo: Intermeios, 2018.

RODRIGUEZ, Alejandro Damian. Si te duele es porque estás entrenando bien. La sensación paradójica de dolor corporal en los gimnasios de fitness de la ciudad autónoma de Buenos Aires. **Movimiento**, Porto Alegre, v. 23, n. 2., p. 743-754, abr./jun. de 2017.

ROSSI, V. J. Corpos reverberantes: novas (re)configurações de fitness e wellness nas academias de ginástica. São Carlos: UFSCar, 150 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de São Carlos, 2014. Orientador.

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de. **Corpos de passagem**: ensaios sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo: Estação Liberdade, 2001. 127 p.

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. Políticas do corpo. São Paulo: Estação Liberdade, p. 81-114, 1995.

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de “Corpo e história.” In: **Marcus Aurélio Taborda de Oliveira (org.)**. Campinas: Autores Associados, 2006, 209 pp.

SANTOS, Marta Silva. **A importância do core na funcionalidade de jovens adultos**. 2018. 99 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, SE, 2018.

SCHULTZ, J. T., PARKER, A., CURTIS, D., DANIEL, J., e HUANG, H. H. The Physiological and Psychological Benefits of CrossFit Training—A Pilot Study. **In International Journal of Exercise Science: Conference Proceedings**, vol. 2, nº 8, p. 14, 2016. semiótico. Impulso, Piracicaba, v. 24, n. 60, p. 73-86, mai./ago. 2014. ISSN Impresso: 0103-7676 • ISSN Eletrônico: 2236-9767. DOI: <http://dx.doi.org/10.15600/2236-9767/impulso.v24n60p73-86>.

SILVA, Ana Márcia, DAMIANI, Iara Regina Damiani. **Práticas corporais**: Gênese de um movimento investigativo em Educação Física. Organizadoras. – Florianópolis: Nauembla Ciência & Arte, 2005. 3v.: il. 100p.

SILVA, André Luís dos S. Imperativos da beleza: corpo feminino, cultura fitness e a nova eugenia. **Cadernos Cedes**, Campinas, v. 32, n. 87, p. 211-222, mai./ago., 2012.

SILVA, Lucas Ferreira; CARMINATI, Bárbara Cristóvão. CrossFit® - Riscos e Taxas de Lesões: Revisão Sistemática da Literatura. **Revista Espacios**. vol. 39 (Nº 19) Página 19. ISSN 07981015, 2018.

SILVA, Tomaz Tadeu. A produção social da identidade e da diferença. In: SILVA, Tomaz Tadeu (org. e trad.). **Identidade e diferença**: a perspectiva dos estudos culturais. Petrópolis: Vozes, 2000. p. 73-102.

SILVA, Tomaz Tadeu. **Teoria cultural e educação**. Um vocabulário crítico. Belo Horizonte: Autêntica, 2000.

SOARES, C. L. Pedagogias do corpo: higiene, ginástica, esporte. In: RAGO, M.; VEIGANETO, A. **Figuras de Foucault**. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, p. 75-86, 2008.

SOARES, Carmem Lúcia. **Corpo e História**. 3. ed. revista. Campinas: Autores Associados, 2006.

SOARES, Carmem Lúcia. Escultura da carne: o *bem-estar* e as pedagogias totalitárias do corpo. In: VEIGA-NETO, Alfredo; RAGO, Margareth. *Para uma vida não-fascista*. Autêntica, 2019. (Coleção Estudos Foucaultianos).

SOARES, Carmem Lúcia. **Educação física**: raízes europeias e Brasil. 2. ed. revista. Campinas: Autores Associados, 2001.

SOARES, Carmen Lúcia. **A educação do corpo e o trabalho das aparências**: o predomínio do olhar. ALBUQUERQUE J., VEIGA NETO, A. SOUSA FILHO, A. (org.). Belo Horizonte: Autêntica, 2008.

TORRI, Giselle; BASSANI, Jaison José; VAZ, Alexandre Fernandez. A dor e tecnificação no contemporâneo culto ao corpo. 2007.

TRAVANCAS, I. S. A experiência etnográfica no campo da comunicação. In: REUNIÃO BRASILEIRA DE ANTROPOLOGIA, 27, 2010, Belém. **Anais**. Brasília: ABA, 2010. p. 1-16. Disponível em: <http://www.portal.abant.org.br/2013/07/06/anais-27-rba/>. Acesso em: 5 jun. 2019.

VAZ, Alexandre Fernadez. Técnica, Esporte, Rendimento. **Movimento**, Porto Alegre, v. 7, p. 87-99, 2001.

VEIGA-NETO, A. Foucault & a Educação. Belo Horizonte: Autêntica, 2003.

VERNANT; Jean Pierre. **O indivíduo, a morte, o amor**. Você e o outro na Grécia antiga. Paris, Gallimard, 1981, p. 224

VIGARELLO, Georges. **A história e os modelos do corpo**. Pro-Posições, v. 14, n. 2 (41), maio/ago. 2003.

WORTMANN, Maria Lúcia; COSTA, Marisa Cristina Vorraber; SILVEIRA, R. M. H. Sobre a emergência e a expansão dos Estudos Culturais em Educação no Brasil. Ano: 2015; ISSN: 1981-2582; **Revista Educação** (PUCRS. On-line).

ZOBOLI, F., da Silva, R. I., CORREIA, E. S., dos Santos, L. A., & de Melo Bomfim, E. S. Corpo feminino, fitness e “a coluna partida” de Frida Kahlo: diálogo semiótico. **Impulso**, 24(60), 73-86.

APÊNDICES

Apêndice 1 – Termo de autorização e consentimento do campo pesquisado <i>Box Crossfit</i> AJU.....	122
Apêndice 2 – Questionário direcionado aos professores que trabalham com o <i>CrossFit</i>	123
Apêndice 3 – Questionário direcionado aos praticantes de <i>CrossFit</i>	124

APÊNDICE I

Termo de autorização e consentimento do *Box CrossFit AJU*



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE (UFS)
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA (POSGRAP)
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO (PPGED)

Aracaju, 07 de Novembro de 2019.

Ao

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe

TERMO DE ANUÊNCIA

Eu, Kátia Conceição Silva, Diretor (a) do estabelecimento Box CrossFit Aju, venho por meio desta informar a V. Sa. que autorizo a pesquisadora Jerlane Santos Abreu, aluna do curso de Mestrado em Educação da Universidade Federal de Sergipe – UFS – a realizar/desenvolver a pesquisa intitulada “EDUCAÇÃO DO CORPO E A PRÁTICA CORPORAL DO CROSSFIT: a cultura fitness como temáticas de análise”, sob orientação do Prof. Dr. Fábio Zoboli.

Declaro conhecer e cumprir as Resoluções Éticas Brasileiras, em especial a Resolução CNS 196/96. Esta instituição está ciente de suas responsabilidades como instituição coparticipante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutados, dispondo de infraestrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem estar.

27 705.695/0001-63
CROSSFIT AJU SOLUÇÕES EM VIDA SAUDÁVEL
E GINÁSTICA LTDA-ME

AV ROTARY, 210, ASSIMIL
3303-6991 - CEP: 49.037-450
contato@crossfitaaju.com.br

APÊNDICE II

Questionário direcionado aos professores do *Box CrosFit* AJU



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE (UFS)
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA (POSGRAP)
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO (PPGED)

Questionário direcionado aos professores do *Box CrosFit* AJU

Identificação: _____

Data de nascimento: ____/____/____ Gênero: () Feminino () masculino () outro

Tempo de atuação no *CrossFit*: _____ Tempo de atuação na *Cross Fit* AJU: _____

1. Referente ao público que busca a prática corporal do *CrossFit*, você acredita que ele busca com qual finalidade?
2. Para praticar o *CrossFit* o atleta tem que ter alguma característica específica? Ou qualquer pessoa pode praticar?
3. Quais características você elege como principais/cruciais para que um sujeito tenha sucesso no *CrossFit*?
4. Qual o perfil de atleta cliente que costuma desistir dessa prática corporal?
5. Qual o incentivo que costuma mais usar para motivar seus alunos na prática corporal do *CrossFit*?
6. Pode se considerar que as práticas dos exercícios sempre em grupo é uma regra?
7. Qual a finalidade dos games?
8. O que seria para você uma identidade *Crossfiteira*?

APÊNDICE III

Questionário direcionado aos praticantes de *CrossFit*



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE (UFS)
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA (POSGRAP)
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO (PPGED)

QUESTIONÁRIO

Questionário direcionado aos praticantes de *CrossFit*

Identificação: _____

Data de nascimento: ____/____/____ Gênero: () Feminino () Masculino () Outro

Tempo de prática no *CrossFit*: _____ Profissão: _____

1. O que o *Crossfit* representa em sua vida?
2. O que te motivou a busca pela prática corporal *Crossfit*?
3. O que significa para você e a dor/sofrimento causado durante *Crossfit*?
4. O que seria para você é uma identidade crossfiteira?
5. Você acredita que a vestimenta é parte da identidade crossfiteira?
6. Como se sente quando não pode praticar o *Crossfit*, quando não consegue cumprir o treino ou mesmo quando não tem tempo de ir para o box?
7. O *Crossfit* mudou seu corpo? Se sim o quê?
8. E a mudança do seu corpo mudou você? O quê?