

## SOU O QUE APARENTO SER

### A PRODUÇÃO DE SI NAS ACADEMIAS

Raquel Pereira Quadrado\*

Começo a escrita desta matéria, narrando uma cena que presenciei, numa turma de Ensino Médio, no município do Rio Grande, quando fui observar um estagiário. Durante a aula de Biologia, três meninos tiram potes de comida de dentro de suas mochilas e passam a comer, o que suscita um comentário/explicação por parte do estagiário: “Professora (dirigindo-se a mim), eles precisam comer de 3 em 3 horas, porque frequentam academia. Eles fazem uma dieta especial e não podem ficar muito tempo em jejum”. Tal comentário desperta a minha curiosidade sobre o teor das refeições e passo a analisar o que estava sendo consumido por cada um deles: macarrão sem molho; frango grelhado; claras de ovos cozidas. Um rápido olhar sobre os meninos me dá indícios de que realmente estão “malhando”, visto o tamanho do tórax e dos braços dos estudantes em questão. Ingerem, basicamente, carboidratos e proteínas, nutrientes indispensáveis para fornecer a energia necessária para o esforço físico a que se submetem (carboidratos) e também para a construção do corpo (proteínas), neste caso, especificamente, dos músculos. Diante do “risco” de catabolizarem – processo em que há degradação de massa muscular para obtenção de energia – ninguém contesta o fato de se alimentarem durante a aula, afinal, não se pode arriscar que o esforço que estão fazendo seja em vão.

Essa cena me fez pensar em diversas outras que temos presenciado cotidianamente, não só nas escolas, mas também nos programas televisivos, nos anúncios publicitários, nos filmes e nos diversos contextos socioculturais em que transitamos. São cenas que mostram sujeitos em busca de um “corpo perfeito”, livre de gorduras indesejáveis, esculpido e moldado de acordo com os padrões contemporâneos, ou seja, com a musculatura bem definida, rijo,

---

\*Professora do Instituto de Educação da Universidade Federal do Rio Grande – FURG. Doutora em Educação em Ciências

bronzeado e sem pelos. O corpo, neste contexto, constitui-se o foco dos olhares e o alvo principal das atenções e preocupações.

A preocupação e o investimento no corpo não são questões que surgiram na contemporaneidade. Desde a antiguidade, o corpo era alvo de intervenções e procedimentos que tinham como objetivo a ascese da alma, ou seja, cuidava-se do corpo para garantir a salvação do espírito ou para atingir níveis morais mais elevados. Para tanto, técnicas como o jejum, a abstinência, a privação de alguns confortos eram meios de se mortificar o corpo para a salvação da alma. Ainda hoje vemos práticas ascéticas como essas fazendo parte de princípios religiosos, como o jejum ou abstinência de carne na sexta-feira santa, as promessas de subir escadarias de joelhos ou percorrer longos trechos de pés descalços, ficar de joelhos (genuflexão) nas igrejas, entre outras, que embora ajam sobre o corpo, têm como fim princípios considerados mais elevados. O corpo, neste caso, é um meio e não um fim em si mesmo.

Na cena que narrei no início desta matéria, vemos operando um outro tipo de ascese, a bioascese, em que o corpo deixa de ser um meio e passa a ser um fim em si mesmo. Assim, cuida-se do corpo e investe-se nele por meio de diversas práticas bioascéticas – musculação, fitness, dietas, cirurgias plásticas, usos de cosméticos, aparelhos ortodônticos, bodymodification, massagens, entre outras – tendo como objetivo a sua produção e o seu aprimoramento. O corpo torna-se o alvo principal das práticas de si, de modo que as subjetividades são encarnadas no corpo, exibindo-se ao nível da pele. As bioasceses são, portanto, formas de ascese contemporâneas que, através de um conjunto de práticas, atuam na produção de subjetividades, que se exibem nas superfícies dos corpos. A construção do “eu” passa a se estruturar em torno daquilo que é visível ao olhar dos/ as outros/as, ou seja, do corpo, que pode ser produzido e moldado, a fim de se enquadrar nos padrões apresentados nas diferentes mídias.

Longevidade, performance corporal e juventude são alguns dos critérios que passaram a ser valorizados para se alcançar reconhecimento e mérito social, direcionando e condicionando ações e condutas. Para tanto, é necessário selecionar estilos de vida a serem adotados, alimentos a serem consumidos, intervenções a serem feitas sobre o corpo, práticas esportivas a serem praticadas, etc. Tudo isso visando atingir determinado aspecto corporal. Cada vez mais é preciso aparecer para ser e tudo aquilo que não é visto, que não é colocado no campo das visibilidades, tende a desaparecer.

Nesse novo contexto, o aspecto corporal assume um valor fundamental: mais do que um suporte para acolher um tesouro interior que devia ser auscultado por meio de complexas práticas introspectivas, o corpo se torna uma espécie de objeto de design. É preciso exibir na pele a personalidade de cada um, e essa exposição deve respeitar certos requisitos. As telas - sejam do computador, da televisão, do celular, da câmera de fotos ou da mídia que for - expandem o campo de visibilidade, esse espaço onde cada um pode se construir como uma subjetividade alterdirigida. A profusão de telas multiplica ao infinito as possibilidades de se exibir diante dos olhos alheios e, desse modo, tornar-se um eu visível” (SIBILIA, 2008, p. 111).

Na cultura contemporânea, em que se incita à visibilidade e à espetacularização dos corpos (basta ver a profusão de imagens e fotos pessoais que circulam nos sites de redes sociais) enfatiza-se que os sujeitos são resultantes de suas escolhas e responsáveis pelo cuidado de si, logo, buscar o autoaperfeiçoamento corporal individual torna-se uma obrigação, um indicador de autonomia e de aptidão. Neste contexto, a busca por uma alimentação balanceada, visando potencializar as práticas desenvolvidas nas academias, como a da cena narrada no início deste texto, constitui uma prática de bioascese que possibilita o autoaperfeiçoamento individual e a construção do corpo considerado perfeito. Nesse cenário, proliferam academias e lojas de suplementos alimentares que trazem a promessa de contribuir para a produção do corpo e, com isso, para o aprimoramento do “eu”. A aparência e a ilusão de saúde são o que contam, de modo que cuidar de si está associado a ostentar uma “boa aparência” e não necessariamente ao “sentir-se bem”. Para tanto, vale qualquer sacrifício, desde “pegar pesado” nas academias, até intervenções cirúrgicas, como as plásticas estéticas, por exemplo.

Tais práticas vêm ganhando cada vez mais adeptos em nossa sociedade. Num tempo em que a subjetividade está encarnada no corpo e que a visibilidade vem constituindo condição de existência - só existimos à medida que somos visíveis aos olhos dos/as outros/ as - a possibilidade de projetar o corpo é algo tentador. Assim, o investimento feito nas academias (que começa cada vez mais cedo, haja visto a profusão de pré-adolescentes que vêm aderindo à musculação e tomando conta destes espaços) promove um processo de reconfiguração corporal que produz efeitos na forma com que cada um/ase percebe e se relaciona com os outros sujeitos e com o mundo. Assim, tais práticas possibilitam reinventar-se e perseguir os modelos de beleza e perfeição que a todo momento são visibilizados nas diferentes mídias, convertendo-se em

objetos de admiração e desejo de inúmeras pessoas.

Em todos os lugares vê-se a promoção da beleza e da boa aparência serem associadas à saúde e qualidade de vida, responsabilizando os sujeitos por aquilo que aparentam e, conseqüentemente, por aquilo que são ou que fizeram de si mesmos. Num mundo em que só é feio/a quem “quer”, visto que a beleza é resultante de escolhas individuais, de autocontrole, autovigilância e autogoverno, há de se investir na produção do corpo, lançando mão de práticas de bioascese como a musculação e a alimentação balanceada, por exemplo, a fim de aprimorar-se e de converter-se num sujeito “melhor”.

Por toda parte, promove-se a beleza e a plasticidade das formas, vinculando-as à ideia de que é possível mudar o corpo de múltiplas maneiras, livrandose das “deficiências” e produzindo um novo eu que corresponda à imagem que se tem de beleza e perfeição. Mas não basta modificar a aparência para se adequar a determinados padrões; é preciso estar em constante movimento, em incessantes processos de busca pela forma corporal que dê conta de exhibir aquilo que cada um/a é, ainda que provisoriamente. Assim, o cuidado de si envolvendo práticas de bioascese requer disciplina e autogoverno eficientes, abrangendo processos contínuos de fabricação de si.

A escola, como instituição implicada na constituição dos sujeitos, precisa incorporar tais discussões nos seus currículos, buscando problematizar a produção dos corpos, os modelos e padrões instituídos como belos, desejáveis e saudáveis, bem como as práticas das quais os sujeitos têm se valido para moldar e produzir os seus corpos e, com isso, produzirem a si mesmos. Discutir as práticas bioascéticas contemporâneas na instituição escolar pode contribuir para se pensar em outras formas de produção de si, que não sejam pautadas em um modelo único, hegemônico e que considerem a multiplicidade de sujeitos que temos nas comunidades escolares e na sociedade em geral.



Ilustração Alisson Alfonso