



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

**Humberto Luís Cesaro<sup>1</sup>  
Alex Branco Fraga<sup>2</sup>**

**RESUMO:** Este artigo resulta de uma pesquisa realizada numa academia de Porto Alegre com o objetivo de compreender os processos de produção das masculinidades entre homens praticantes de musculação de grupos populares. No recorte aqui apresentado, mostramos como o rechaço à utilização dos esteroides anabolizantes, uma prática comum em várias academias, revela uma percepção da honra ligada à disciplina, à perseverança e à força de vontade como características mais importantes do que a produção de um corpo forte e conforme aos padrões estéticos vigentes.

**Palavras-chave:** Masculinidades. Academia. Honra. Anabolizantes.

*IT CAN NOT BE BY SYRINGE, IT HAS TO BE BY MUSCULAR FORCE:  
MASCULINITY AND HYPERTROPHY CORPORAL PRACTICES IN A GYM IN  
PORTO ALEGRE*

**ABSTRACT:** This article is the result of a research carried out in a gym in Porto Alegre aiming at understanding the processes of masculinity production among men who practice muscular exercises of popular groups. In the study here presented, we show how the repulse to the use of anabolic steroid, a common practice in several gyms, reveals an honor perception linked to discipline, persevering and willingness as more important features than the development of a strong body and according to the current aesthetic standard.

**Key-words:** Masculinity. Gym. Honor. Anabolic

*NO SE PUEDE SER CON JERINGA, HAY QUE SER CON FUERZA:  
MASCULINIDADES Y PRÁCTICAS CORPORALES DE HIPERTROFIA EN UN  
GIMNASIO DE PORTO ALEGRE*

**RESUMEN:** Este artículo es el resultado de una investigación realizada en un gimnasio de Porto Alegre, la cual busca comprender los procesos de producción de las masculinidades entre hombres practicantes de musculación de grupos populares. En el estudio que sigue, presentamos como el rechazo a la utilización de esteroides anabólicos, una práctica común en varios gimnasios, indica una percepción de prestigio conectada a la disciplina, a la perseverancia y a las ganas como señas más importantes que la producción de un cuerpo fuerte y de acuerdo con los patrones estéticos actuales.

<sup>1</sup> Mestrado em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil(2012). Professor de Ensino Fundamental da Prefeitura Municipal De Farroupilha.

<sup>2</sup> Professor da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Professor do Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano da ESEF/UFRGS



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

**Palabras-clave:** Masculinidades. Gimnasio. Prestigio. Anabólicos.

## **INTRODUÇÃO**

Os últimos anos do século XX e os primeiros do século XXI têm visto uma transformação das pedagogias vigentes sobre os corpos masculinos com a atribuição de novos significados a antigas práticas e a incorporação de alguns cuidados inéditos – ao menos na cultura ocidental nos últimos séculos. Como exemplos das primeiras, a frequência às academias de ginástica e musculação com o objetivo de moldar seus corpos ao padrão estético corrente e como exemplo dos novos cuidados nenhum é mais emblemático do que a depilação, principalmente dos pelos do peito e do abdômen, uma prática controversa, sem dúvida, porém absolutamente necessária para aqueles homens que elegem a construção e a exibição de seus corpos como uma das principais tarefas cotidianas.

A instalação de tais pedagogias obedece aos apelos das novas formas de regulação dos corpos que se instalam na pós-modernidade, formas essas que são novas em suas especificidades, mas estão longe de serem inéditas: Foucault as identificou na transição das pré-modernas sociedades de soberania para as sociedades disciplinares, momento em que se constituiu um poder-saber primeiro sobre o corpo e depois sobre a espécie humana. Nas sociedades de soberania, o poder do soberano somente se exercia na medida em que ele poderia condenar seus súditos à morte, seja nas guerras para defendê-lo ou pela aplicação da pena capital. O poder sobre a vida era limitado e pouco intenso, porém absoluto e definitivo, pois consistia justamente em determinar seu fim; “...no interstício deste magno poder de morte, o soberano simplesmente deixava viver.” (SIBÍLIA, 2002, p.162,). Tal exercício não era compatível com a razão de existência do Estado, que deveria, acima de tudo, proteger a vida de seus súditos e dessa compreensão surgiu uma nova dinâmica de poder que foi a marca das sociedades industriais: um poder sobre a vida, que Foucault chamou de biopoder, e que se estruturou, a partir do século XVII, em dois vetores principais: a administração dos corpos e a gestão calculista da vida.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

O primeiro via o corpo como máquina e dele objetivava extrair o máximo de suas forças, tornando-o ao mesmo tempo útil e dócil. Fundava-se nas disciplinas, “... 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, 1999, p.118), e valia-se de procedimentos pelos quais se garantia a inserção dos indivíduos num campo de visibilidade que possibilitava o controle de suas atividades nas escolas, nas fábricas, nos quartéis, hospitais e prisões, as instituições que mais contribuíram para o desenvolvimento das disciplinas.

O segundo vetor, a biopolítica da espécie humana, desenvolveu-se não como um substituto do primeiro, e sim como uma nova possibilidade a partir do que já existia, um refinamento do exercício de um poder que já se instalara:

A aparição histórica das biopolíticas foi levemente posterior a dos aparelhos disciplinadores, devido à sua complexidade centralizada no aparato estatal, mas suas estratégias só puderam se ‘incrustar’ na população graças ao trabalho prévio de disciplinamento operado nos corpos individuais. (SIBÍLIA, 2002, p.161)

Dirigia-se não mais ao homem-corpo e sim ao homem-espécie e fundava-se na gestão dos processos biológicos inerentes à vida: os nascimentos, a mortalidade, a duração da vida e o nível de saúde e somente tornou-se possível na Modernidade graças aos conhecimentos científicos baseados na observação e no exame (medir, avaliar, classificar, hierarquizar) e no seu processamento por meio dos novos saberes como a estatística e a demografia. Esse tipo de conhecimento - e portanto de poder - sobre a vida da espécie humana permitiu uma gestão racional da população enquanto recurso indispensável para o crescimento do capitalismo, dela extraindo o máximo de suas forças com o mínimo de custos, controlando “os diversos fatores de subtração de forças e diminuição do tempo de trabalho dos cidadãos, bem como a redução dos custos ligados aos eventuais tratamentos médicos” (idem, p.162).

“Plástico, moldável, inacabado, versátil, o homem tem-se configurado de diversas maneiras pelas histórias e pelas geografias”, diz Paula Sibília (2002, p.10), e formas peculiares de configuração dos corpos – e das subjetividades – continuam sendo tecidas nesses tempos em que a Geografia foi minada pela informática e pelas



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

***NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE***

telecomunicações - hoje é possível estar em diversos lugares do mundo através da Internet sem sequer sair de casa – e a História já teve seu fim decretado pela pós-modernidade – o abandono da idéia do tempo como um fluxo linear e constante que nos condena a experimentar um “presente inflado” (SIBÍLIA, 2008). Formas essas que não mais dão existência aos corpos dóceis das modernas sociedades disciplinares, baseadas no confinamento, na distribuição espacial e na ordenação temporal, e sim configuram os corpos das sociedades de controle (DELEUZE, 1992) através de métodos cada vez mais sofisticados e sutis – e ainda assim eficientes.

As sociedades do capitalismo pós-industrial engendraram estratégias de controle muito mais sutis e sofisticadas e nem por isso menos eficientes. Não se trata de um abrandamento no controle ou de suavização das sujeições; não um acréscimo nas liberdades: o “novo monstro” de Deleuze substitui os grandes meios de confinamento pelos meios de comunicação, a minuciosa ordenação espaço-temporal dos corpos pela livre circulação e disseminação da informação, o recluso interior dos quartos, celas e salas de aula pelos espaços abertos ao ar livre. Para dar conta do antigo biopoder, uma nova biopolítica:

[Nas sociedades de controle]... o poder é exercido de uma forma muito mais fluída e envolvente, pois não depende diretamente dos meios de confinamento nem da vigilância direta para atuar sobre os corpos e regular a vida, mas da circulação constante de informações que pautam decisões, assombram escolhas e ativam nos corpos determinados estilos de vida. Pode-se dizer que passamos de uma *biopolítica analógica* que deu solidez às sociedades disciplinares a uma *biopolítica informacional* que dá vazão às sociedades de controle. (FRAGA, 2006, p.72)

O estudo que permitiu a Fraga identificar o novo *modus operandi* do biopoder foi sobre o programa Agita São Paulo e sua cruzada contra a falta de atividade física da população. Um dos pontos centrais deste programa é a disseminação da informação sobre a importância da atividade física e os malefícios decorrentes do sedentarismo e, principalmente, como a atividade física pode ser diluída nas atividades cotidianas: fazer faxina, cuidar do jardim, descer do ônibus dois pontos antes do destino e caminhar até lá. Qualquer atividade que, ao final do dia, resulte no acúmulo de pelo menos 30



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

minutos de “agitação”. Uma pedagogia da vida ativa que se sustenta numa contabilidade de si (FRAGA, 2006).

Se aos administradores públicos interessava divulgar a importância dos 30 minutos diários como forma de manutenção e prevenção da saúde, a um determinado nicho específico de mercado interessava a divulgação de uma contabilidade mais sofisticada e mais dependente do consumo de seus produtos. Assim, nos mais diversos suportes midiáticos, o corpo masculino tem sido despido e revelado para ser admirado, desejado e consumido e, principalmente, para servir de exemplo e atrair novos adeptos às práticas de hipertrofia muscular.

Mesmo com a força regulatória dos investimentos dirigidos aos corpos e às subjetividades masculinos, os homens respondem de formas diferentes a essas interpelações biopolíticas, porque são muitas as formas pelas quais pode ser vivida a experiência do masculino. Masculinidade não é um atributo exclusivo e incontestável derivado de um aspecto corporal, não é uma determinação biológica, e sim consequência de processos que acontecem dentro da cultura e que variam de uma para outra e também dentro da mesma cultura ao longo do tempo. Como disse Raewyn Connell, não existe somente uma masculinidade, existem várias, tantas quantas forem as formas de viver a experiência de ser homem, pois “a masculinidade é uma configuração de práticas em torno da posição dos homens na estrutura das relações de gênero” (CONNELL, 1995, p.188). Por isso falamos em masculinidades, no plural, e por isso dizemos que são múltiplas em sua relação com classe, orientação sexual, geração e etnia, produzindo diferentes maneiras de ser e de aprender a ser homem, diversas concepções do eu e distintos modos de usar o corpo masculino.

Dentre as diversas possibilidades, a que mais nos chamou a atenção no momento de estruturar a pesquisa foi a construção das masculinidades entre grupos populares<sup>3</sup>,

---

<sup>3</sup> Opamos pelo termo grupos populares ao invés de classe popular porque o termo “classe” pode sugerir uma ligação aos estudos marxistas, cujas concepções teóricas não compartilhamos. No texto, sempre que fizemos alguma referência aos/as moradores/ da Vila associada às suas condições socioeconômicas, vamos nos valer da expressão grupos populares, que é a expressão utilizada pela antropóloga Cláudia Fonseca (2000) para referir-se aos grupos nos quais construiu seus estudos etnográficos em duas vilas de Porto Alegre. Sua intenção, ao empregar grupos, no plural e substituindo a palavra classe, é destacar o dinamismo cultural característico destes grupos e contrapor-se a uma visão já estruturada na antropologia



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

uma vez que a literatura aponta para um conservadorismo quanto à aquisição de novos hábitos, principalmente no que diz respeito à linguagem, ao vestuário e aos usos do corpo, entendidos como demonstrações de enfraquecimento da virilidade ou de “aburguesamento” (OLIVEIRA, 2004; FONSECA, 2000). Num ambiente no qual dar provas de virilidade é tão importante para assegurar a masculinidade, incluir práticas com potencial para “arranhar” tal quesito poderia suscitar questões interessantes: como esses homens explicariam a adoção destes hábitos de cuidado com o corpo e com a alimentação, assim como com a pele, roupas e cabelos? Como essas práticas se relacionam a hábitos antigos? E, principalmente, como esses homens lidam com o perigo do questionamento acerca da virilidade?

### **CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS**

Para dar conta de responder a estas perguntas, consideramos que a melhor forma seria empreender uma pesquisa numa perspectiva etnográfica, pois esse tipo de pesquisa tem como objetivo conhecer as concepções de mundo presentes em cada cultura (MINAYO, 1993). Se durante muito tempo os etnógrafos voltaram seus olhares para culturas distantes, nas últimas décadas o escopo tem se ampliado consideravelmente e hoje a Antropologia olha tanto para as tribos longínquas quanto para os grupos culturais próximos, inclusive para grupos que compartilham práticas corporais, buscando compreender como elas produzem significados e como se inserem no dia-a-dia dos praticantes (STIGGER, 2007).

Definida a forma, o próximo passo foi escolher o local onde seria desenvolvida a pesquisa e esta escolha recaiu sobre uma academia da zona sul de Porto Alegre por dois motivos: primeiro, está localizada no distrito Glória/Cruzeiro/Cristal, região onde a UFRGS desenvolve pesquisas e onde estão inseridos seus bolsistas PET/SAÚDE; em segundo lugar, o valor das mensalidades cobradas pela academia (a mais barata entre as

---

brasileira de que os grupos não pertencentes à cultura dominante compartilham de um vazio cultural e da vitimização enquanto populações que aguardam, passivamente, sua elevação à condição humana.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

academias da região) e o tipo de público que a frequenta, predominantemente masculino.

A escolha dos colaboradores da pesquisa obedeceu ao critério de frequência à academia: foram convidados todos os homens que treinam pelo menos cinco vezes por semana, num total de 27 e, destes, 22 participaram da pesquisa. Os outros cinco não mantiveram a frequência semanal de cinco treinos ou deixaram de ir à academia durante a realização do trabalho de campo. O mais novo deles tinha 17 anos no início da pesquisa e o mais velho 43 e suas profissões eram tão variadas quanto as idades: estudantes, estagiários, serviços gerais, empregados no comércio, um policial militar, um conselheiro tutelar e um professor de educação física, além de dois desempregados.

As visitas à academia aconteceram entre julho de 2011 e fevereiro de 2012, duas vezes por semana, sempre variando os dias e horários para tentar manter contato com o maior número possível de colaboradores. A partir destas visitas, foi redigido um diário de campo e também foram conduzidas diversas entrevistas semi-estruturadas com os colaboradores e o montante destes registros é que constitui o material empírico com o qual foi redigida a versão final do relatório de pesquisa. Neste artigo apresentamos e discutimos apenas uma parte destes dados, um recorte mostrando um aspecto que consideramos bastante característico e original dentro do grupo estudado.

## **ANÁLISE E DISCUSSÃO**

Para empreender a análise a partir dos dados construídos pela pesquisa de campo, a literatura foi usada de forma comparativa, mas não com o intuito de estabelecer uma norma e verificar o quanto os frequentadores da academia se afastam ou distanciam deste modelo, tampouco acreditando em algum padrão essencialista que defina uma forma específica de ser homem praticante de musculação e sim para contrastar as experiências vividas por estes homens com aquelas vividas por outros homens em outros contextos. É preciso lembrar que a Antropologia é, sempre, uma comparação (AUGÉ, 2012), seja entre diferentes grupos culturais, seja entre as



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

experiências vividas pelos pesquisadores e aquelas dos colaboradores da pesquisa e essa comparação dos homens que frequentam a Academia da Vila<sup>4</sup> com outros grupos descritos na literatura serve para apontar a originalidade e as formas específicas através das quais estes homens produzem suas masculinidades.

A alimentação dos praticantes de musculação e fisiculturismo não é composta somente pela comida. Complementos e suplementos alimentares, bem como esteróides anabolizantes, hormônio do crescimento e outras substâncias que podem acelerar a construção hipertrofiada dos corpos também fazem parte do processo de aporte energético e nutricional. Os complementos e suplementos alimentares são produtos que, como os próprios nomes indicam, destinam-se a complementar uma alimentação deficiente em nutrientes ou então suplementá-la, oferecendo ao organismo uma quantidade de macro e micronutrientes muito superior às necessidades diárias. São a face visível dos recursos ergogênicos, uma vez que tanto a sua publicidade quanto a comercialização são liberadas e são facilmente encontrados à venda em shoppings centers, lojas de produtos naturais, através de lojas virtuais na internet e nas próprias academias. Não é diferente na Academia da Vila, que oferece aos seus frequentadores a possibilidade de parcelar em até três vezes no cartão de crédito os suplementos que lá são vendidos.

Do outro lado, a face oculta ou menos evidente, pelo menos ao grande público, dos recursos extra-treino, aqueles cujo consumo é proibido ou então liberado somente sob prescrição médica. Os mais conhecidos são os esteróides anabolizantes, embora outras substâncias tenham sido (e continuam sendo) usadas para atingir os objetivos dos/as praticantes sem muito constrangimento. Mesmo sendo substâncias de uso proibido sem receita médica, elas podem ser compradas via internet em lojas virtuais estrangeiras, ou então contrabandeadas de diversas formas (CHAVES, 2010). São as “bombas”, nome genérico através do qual são chamadas substâncias como Decadurabolín<sup>5</sup>, Durateston<sup>6</sup>, Winstrol<sup>7</sup>, Hemogenin<sup>8</sup>, Deposteron<sup>9</sup>, Equipoise<sup>10</sup>, Equifort<sup>11</sup> e

---

<sup>4</sup> Um dos compromissos assumidos com o proprietário da academia foi não identificar o local e manter o anonimato dos colaboradores. Desta forma, o nome foi substituído por Academia da Vila e os frequentadores ganharam pseudônimos.

<sup>5</sup> Decanoato de Nandrolona.





**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

Androgenol<sup>12</sup>, as mais utilizadas no Brasil (SABINO, 2004). Desta designação de “bomba” é que surge o nome “bombados”, forma pela qual também são conhecidos os marombeiros, quer eles sejam ou não usuários destas substâncias.

Longe de causar algum constrangimento por ser ilegal ou ainda algum tipo de receio por causar diversos malefícios ao organismo, o uso das “bombas” tende a ser visto pelos fisiculturistas e praticantes de musculação como um sinal de abnegação em nome do corpo que se deseja ter. Renunciar a tudo, inclusive à própria vida, como fica claro num depoimento recolhido por César Sabino numa academia do Rio de Janeiro:

De que adianta viver muito e ser um fracassado? Um infeliz que não pega mulher, não consegue ser respeitado, não consegue se olhar no espelho? É melhor viver pouco e feliz do que muito e desgraçado. Se o diabo aparecesse para mim e dissesse: ‘cara, vou te dar tudo que você quiser, mas vou deixar você viver só mais dez anos’ eu ia topa na hora! (idem, p.102-3).

Mas não basta falar sobre o uso das substâncias proibidas e perigosas, é preciso mostrar, tornar público o evento, dar provas concretas da aceitação de todos os perigos em nome dos prazeres que o uso pode acarretar. Assim, a aplicação das injeções é feita nos corredores ou nos vestiários das academias, às vistas e ouvidos de todos/as como parte de um ritual que identifica o praticante como pertencente ao seletivo grupo daqueles que colocaram como objetivo máximo da vida a produção de seus corpos (ibidem).

Na Academia da Vila, a utilização das “bombas” não faz parte dos interesses ou das práticas dos frequentadores. “Aqui ninguém usa”, diz o Nicolas, “pelo menos não dentro da Academia” (Entrevista, janeiro de 2012); Michel, um dos frequentadores mais antigos, também é taxativo em sua declaração: “aqui não entra droga [referindo-se aos anabolizantes]” (Diário de Campo, novembro de 2011). Hermes também afirma desconhecer o uso de substâncias ilícitas por parte dos frequentadores da Academia:

---

<sup>6</sup> Decanoato de Testosterona; Fenilpropionato de Testosterona; Isocaproato de Testosterona e Propionato de Testosterona.

<sup>7</sup> Stanozolol.

<sup>8</sup> Oximetolona.

<sup>9</sup> Cipionato de Testosterona.

<sup>10</sup> Undecilenato de Baldenona.

<sup>11</sup> Undecilenato de Baldenona para uso veterinário em equinos.

<sup>12</sup> Propionato de Testosterona.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

***NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE***

- Você já viu alguém daqui tomando “bomba”?
- Cara, acho que aqui ninguém toma não. Tem um pessoal que às vezes faz perguntas, querem saber como funciona, se tem problemas.
- Perguntam porque você é professor de Educação Física?
- É, querem saber se eu já usei, se eu sei como funciona, se tem perigo mesmo. Eu digo que deixa broxa [rindo], nunca mais perguntam nada (Hermes, entrevista em 24/10/12).

De fato, durante todo período de campo, o uso de qualquer substância ilícita por parte dos frequentadores da Academia nunca se tornou evidente, nem mesmo através de comentários dos frequentadores sobre a adoção de tal prática por parte de outros praticantes. Mesmo que utilizassem os anabolizantes em outro ambiente, não foi possível perceber nenhuma alteração corporal significativa nos frequentadores; não houve ganho substancial de massa muscular em nenhum frequentador que pudesse ser percebido por mim, pelos demais frequentadores ou ainda através das fichas de individuais de acompanhamento que registravam o progresso de cada um através de medidas mensais dos pontos antropométricos preferenciais, bíceps e peitoral.

O que leva os homens da Vila a recusarem a utilização de um recurso que poderia potencializar seus esforços e reduzir o tempo para alcançar seus objetivos de hipertrofia muscular? Três parecem ser os fatores que concorrem para a não aceitação de drogas ilícitas dentro da Academia: um logístico e os outros dois éticos.

Em primeiro lugar, a questão do acesso. A única maneira de comprar anabolizantes de forma totalmente legal é com receita médica, porém as indicações para o uso são bastante específicas e limitadas à necessidade de recuperar massa muscular devido a acidentes, doenças degenerativas ou longos períodos de convalescença. Uma segunda possibilidade de adquirir as “bombas” é comprar em lojas virtuais, principalmente aquelas localizadas nos Estados Unidos, o que exige cartões de créditos internacionais e tem um custo elevado, o que compromete bastante o acesso por parte dos frequentadores da Vila. A terceira possibilidade, o contrabando, provavelmente seja a mais “acessível” das três, porém existe a necessidade de fazer contato com os contrabandistas para obter os produtos e durante os seis meses de campo jamais foi feito algum comentário sobre a existência de tal figura dentro da Academia ou então relato de



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

algum dos frequentadores que indicasse conhecer alguém capaz de contrabandear anabolizantes para a Vila.

Um segundo fator, já dentro de um aspecto ético, está ligado às convicções do Nicolas sobre a forma como uma academia deve funcionar. Para ele, a questão de um bom ambiente e da boa convivência entre os frequentadores é fundamental e em várias oportunidades ele externou para mim pessoalmente, que gosta de manter um clima “familiar” na Academia. Por “familiar” entendemos tanto a relação de amizade fraterna entre todos os frequentadores quanto à necessidade de compartilhar bons exemplos e o uso de substâncias ilícitas não corresponde à imagem que ele tanto preza para a Academia. Acreditamos que tais preocupações guardem uma relação estreita com a arte marcial da qual ele é mestre e professor há tantos anos, de onde ele extraiu esse código moral que procura aplicar mesmo aos que utilizam a Academia somente para a musculação.

Estes dois fatores por si só não poderiam ser considerados motivos suficientes para a recusa ao uso de esteroides anabolizantes ou outras drogas ilícitas na Academia. De fato, resolvido o problema do acesso, a relação custo-benefício das “bombas” tornaria o processo de hipertrofia muscular muito mais acessível: enquanto os gastos com alimentação balanceada e suplementação não saem por menos de 200 reais por mês, uma ampola de Deca-durabolin custa menos de dez reais. O baixo custo dos anabolizantes em relação aos demais recursos foi o motivo apontado por Iriart, Chaves e Orleans (2009) para que os frequentadores de academias em Salvador preferissem as “bombas” ao uso de suplementos alimentares, mesmo conhecendo os efeitos colaterais resultantes desta prática.

A justificativa do Nicolas também poderia ser refutada se pensarmos que ele lucra com a venda de suplementos alimentares na Academia e que o uso generalizado de drogas ilícitas por parte dos frequentadores, drogas essas que ele não pode vender, diminuiria consideravelmente seus rendimentos. Desta forma, sua preocupação com o



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

“ambiente familiar” poderia ser vista como uma justificativa para, coibindo o uso de anabolizantes, estimular o consumo dos produtos que ele vende<sup>13</sup>.

Um terceiro fator, também ligado à ética e do meu ponto de vista contundente, é a questão do esforço e do merecimento. Como fica evidente numa das falas do Michel:

Se quiser ficar forte, tem que suar, não tem nada de graça não, tem que vir todos os dias, puxar muito ferro, levantar muito peso. Não pode ser na seringa, tem que ser no muque. [...] Esses guri querem vir um mês dois e ficar grandão, assim não tá certo. É pra toda vida, tem que vir sempre [...] Como um vício (Diário de Campo, setembro de 2011).

Michel expressa, desta forma, aquele que acreditamos ser o motivo principal pelo qual os frequentadores da Academia não se valem das drogas ilícitas para aumentar suas massas musculares: o merecimento. Recusar os recursos que tornariam a tarefa mais fácil não tem nada a ver com questões legais, não está ligado ao fato das “bombas” serem proibidas ou terem seu uso restrito às prescrições médicas. A questão aqui é de outra ordem, está em outra esfera de valores; tem a ver com tempo, persistência, disciplina, honra. O que os frequentadores evitam não é a associação com atos ilegais e sim com procedimentos antiéticos; a grande questão não é usar recursos, lícitos ou não, para atingir o objetivo de moldar seus corpos de acordo com os objetivos de cada um; o que se condena e interdita são os procedimentos que, acelerando demais o processo, fazem com que este objetivo seja atingido num período muito curto de tempo. Na escala de valores dos homens que frequentam a Academia, ter o corpo mais forte, músculos maiores e mais definidos não vale muito se esse corpo não for construído através do esforço e do merecimento de cada um. É preciso ter disciplina e persistência, mostrar esforço para merecer atingir os resultados. É nisso que reside a honra.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

---

<sup>13</sup> Gostaríamos de deixar claro que este é apenas um exercício para questionar a fala do Nicolas e que não expressa, de forma alguma, nossa opinião a respeito da sinceridade de suas convicções a respeito da importância de um bom ambiente na Academia.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

Na Academia da Vila, o grupo de homens que a frequenta encontrou uma forma peculiar de se inserir no universo das técnicas de produção dos corpos masculinos mais difundidas nestes primeiros anos do século XXI, incorporando a musculação e outras práticas no seu cotidiano. A musculação é uma prática privilegiada para o governo dos corpos na contemporaneidade e corrobora uma construção de masculinidade que percebe a força como uma prova de virilidade que a torna não-problemática para a construção do gênero. Assim, comparecer à Academia todos os dias e exercitar os corpos a fim de aproximá-los de um dado padrão estético não compromete o entendimento dos sujeitos como masculinos, pois é uma prática que agrega características desejáveis à masculinidade hegemônica, uma prática virilizante.

Nesta Academia existem algumas práticas - que podemos chamar de tradicionais em outros espaços semelhantes - das quais os frequentadores se afastam e é justamente isso que os torna singulares. O rechaço peremptório ao uso de anabolizantes para acelerar o processo de construção dos corpos hipertrofiados, que a literatura descreve como uma atividade comum nas academias de musculação, é compreendida como desonrosa pelo grupo estudado. É importante ser forte, mas a força muscular não basta: é preciso demonstrar força de caráter, persistência e disciplina para atingir este objetivo, posto que o mérito não está apenas no produto final e sim em todo o processo para chegar lá.

## **REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICAS**

AUGÉ, Marc. **Não lugares**: introdução a uma antropologia da supermodernidade. 9 ed. Campinas: Papyrus, 2012.

CHAVES, José Carlos Oliveira. **Corpo sarado, corpo saudável**: construção da masculinidade de homens adeptos da prática da musculação na cidade de Salvador. 2010. 184 f. Tese (Doutorado) - Curso de Pós-graduação em Saúde Coletiva, Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2010.

CONNELL, Robert Willian. **The men and the boys**. 1ª ed. Maryborough: Australian Print Group, 2000. 259 p.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

\_\_\_\_\_. Políticas da masculinidade. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p.185-206, jul. 1995. Semestral.

DELEUZE, Gilles. Post-scriptum sobre as sociedades de controle. In: DELEUZE, Gilles. **Conversações: 1972 - 1990**. 1 ed. Rio de Janeiro: Ed 34, 1992. p. 219-226.

FONSECA, Claudia. **Família, fofoca e honra: etnografia de relações de gênero e violência em grupos populares**. 2. ed. Porto Alegre: Editora da Ufrgs, 2000. 245 p.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir: nascimento da prisão**. 21 ed. Petrópolis: Vozes, 1999. 288 p.

FRAGA, Alex Branco. **Exercício da informação: governo dos corpos no mercado da vida ativa**. 1ª ed. Campinas: Autores Associados, 2006. 185 p.

IRIART, Jorge Alberto Bernstein; ANDRADE, Tarcísio Matos de. Musculação, uso de esteróides anabolizantes e percepção de risco entre jovens fisiculturistas de um bairro popular de Salvador, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 5, p.1379-1387, 2002.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 2.ed São Paulo: Hucitec-abrasco, 1993. 269 p.

OLIVEIRA, Pedro Paulo de. **A construção social da masculinidade**. Belo Horizonte; Rio de Janeiro: Editora da Ufmg; Iuperj, 2004. 347 p.

SABINO, Cesar. **O peso da forma: cotidiano e uso de drogas entre fisiculturistas**. 2004. 366 f. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-graduação em Sociologia e Antropologia, Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2004.

\_\_\_\_\_. Anabolizantes: drogas de Apolo. In: GOLDENBERG, Mirian. **Nu & vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Record, 2002. p. 139-188.

SIBÍLIA, Paula. **O homem pós-orgânico: corpo, subjetividade e tecnologias digitais**. 1 ed. Rio de Janeiro: Relume-dumará, 2002. 228 p.

\_\_\_\_\_. **O show do eu: a intimidade como espetáculo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008. 286 p.

STIGGER, Marco Paulo. **O esporte na cidade: estudos etnográficos sobre sociabilidade esportiva em espaços urbanos**. 2. ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**

*NÃO PODE SER NA SERINGA, TEM QUE SER NO MUQUE:  
MASCULINIDADES E PRÁTICAS CORPORAIS DE HIPERTROFIA NUMA  
ACADEMIA DE PORTO ALEGRE*

Recebido em: 20/05/2013  
Aprovado em: 05/06/2013