

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CINTIA VIANNA LEÃO**

**A EXCLUSÃO DA CATEGORIA BODYBUILDING FEMININA NOS  
CAMPEONATOS DE FISCULTURISMO: UMA ANÁLISE INICIAL**

**PORTO ALEGRE  
2015**

**CINTIA VIANNA LEAO**

**A EXCLUSÃO DA CATEGORIA BODYBUILDING FEMININA NOS  
CAMPEONATOS DE FISCULTURISMO: UMA ANÁLISE INICIAL**

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao Departamento de Educação Física da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como parte dos requisitos para obtenção do título de Bacharel em Educação Física

**Orientadora: Silvana Vilodre Goellner**

PORTO ALEGRE

2015

## **AGRADECIMENTOS**

Aos meus pais por me incentivarem na minha vida esportiva e acadêmica.

Aos meus irmãos por serem exemplos de força e determinação.

A minha orientadora que mesmo repleta de compromissos me ajudou e sempre será fonte de inspiração para mim.

## **RESUMO**

As mulheres conquistaram seu espaço nas competições de fisiculturismo nos anos 1970. No início dess esporte existia apenas a categoria de Culturismo Feminino, na qual as mulheres deveriam exibir volume, simetria e definição muscular. Atualmente, existem outras categorias nas quais as atletas competem e estas apresentam menor volume e definição muscular. Diante dessa situação, ao longo da história da modalidade a categoria Culturismo Feminino foi sendo cada vez menos valorizada como a IFBB e NABBA. O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa que busca identificar alguns dos fatores que levaram à exclusão da categoria Bodybuilding feminina nas competições de fisiculturismo. Tem como norteadoras as seguintes questões: Quais os motivos pelos quais as federações de fisiculturismo retiraram das competições a categoria culturismo feminino? Como as atletas que se dedicaram a essa categoria avaliam esse processo? Para atingir os objetivos propostos foram analisados documentos que pautam esse tema assim como foram feitas entrevistas com algumas fisiculturistas que competem na categoria Culturismo feminino.

**Palavras Chave: fisiculturismo; competições; culturismo feminino;**

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Rachel McLish .....	12
Figura 2 – Marlene Pinheiro Faria .....	13
Figura 3 – Atleta IFBB- PRO Anne Freitas .....	14
Figura 4 – Tamires Virissimo- Atleta IFBB/RS .....	16
Figura 5 – Sabrina Almeida- Atleta IFBB/RS .....	17
Figura 6 – Patrícia Pizio- Atleta IFBB/RS.....	18
Figura 7 – Cintia Leão- Atleta IFBB/RS.....	19
Figura 8 – Esteróide Anabólico de uso oral.....	27
Figura 9 – Esteróide Anabólico de Uso Injetável.....	28
Figura 10 – Resumo dos efeitos androgênicos e anabólicos dos esteroides e anabolizantes .....	28
Figura 11 –. Exemplos de Esteróides Anabolizantes.....	30

## ABREVIACÕES

**IFBB:** International Federation of Bodybuilding and Fitness

**NABBA:** National Amateur Body-Builder's Association

## SUMÁRIO

<b>1.INTRODUÇÃO</b> .....	08
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	11
2.1 O FISCULTURISMO FEMININO: Reflexões Iniciais .....	11
<b>3 GÊNERO</b> .....	21
<b>4 SUPLEMENTOS E ANABOLIZANTES</b> .....	24
<b>5 CAMINHOS METODOLÓGICOS</b> .....	31
<b>6 ANÁLISE E DISCUSSÃO DE DADOS</b> .....	34
6.1 GÊNERO.....	34
6.2 AUTO- IMAGEM.....	36
6.3 ESTERÓIDES E VIRILIDADE.....	38
<b>7 CONCLUSÃO</b> .....	40
<b>ANEXO A</b> .....	42
<b>ANEXO B</b> .....	43
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	44

## 1. INTRODUÇÃO

Mulheres com musculatura mais volumosa é identificada como menos feminina? A hipertrofia muscular é uma prática corporal cheia de dúvidas e receios, principalmente quando o fisiculturismo é praticado por mulheres. Em diferentes manifestações culturais e mesmo no discurso de mulheres e de homens, são recorrentes as preocupações em relação ao aumento do volume muscular, que são identificados como uma prática que pode colocar em questão a feminilidade das atletas fisiculturistas.

Em muitas situações as atletas fisiculturistas são questionadas quanto a sua feminilidade por apresentarem corpos com volume muscular e definição maior considerada daquela representada como feminino na esfera normativa, por essa razão há uma tensão questionadora sobre o gênero, pois esse assunto permeia a esfera das mulheres fisiculturistas.

As atletas da categoria Culturismo Feminino, por ser exigido maior volume, definição e simetria muscular, visto que por muito tempo, essa categoria foi considerada o ápice deste esporte, em função da dedicação de anos de treinamento, dieta, disciplina e considerável utilização de fármacos. A partir do momento que as mulheres adentraram em um universo considerado como masculino conseguiram moldar seus corpos da mesma forma que os homens, elas contribuíram para desestabilizar as representações culturalmente construídas sobre um corpo feminino idealizado e padronizado socialmente.

Nesse sentido, a categoria analítica gênero possibilita a realização de questionamentos sobre o que é como feminilidade e a definição do que é ser atleta de fisiculturismo, pois até pouco tempo atrás, ter volume e definição muscular era considerada ser atleta de fisiculturismo. Hoje esse cenário se modificou existem categorias como, por exemplo, Bikini/IFBB nas quais o volume muscular e definição corporal são mínimas. A categoria Culturismo Feminino era a única que era avaliada pelos mesmos critérios que as categorias masculinas, onde a definição, simetria e



volume muscular eram pontuados, pois nas categorias atuais, adornos e estética feminina são avaliados além do padrão corporal de cada categoria. Atualmente, as federações como a IFBB tem exigido corpos menos volumosos, e definidos e o motivo seria a utilização de fármacos que ajudariam num maior volume muscular e definição e traria assim, uma mudança corporal, que não condiz com a figura aceita pela sociedade do que é ser mulher.

A questão da construção do gênero no fisiculturismo está diretamente ligado aos critérios de julgamento das categorias femininas e assim podemos entender os fatores de não existir mais a categoria Culturismo Feminino.

Considerando questões como estas, este trabalho analisa alguns aspectos relacionados sobre o que é ser atleta de fisiculturismo feminino, pois os critérios no fisiculturismo estão ligados ao volume muscular, definição e simetria e as federações IFBB e NABBA estão exigindo que as categorias femininas diminuam esses critérios corporais avaliando beleza e estética, então afinal, o que é ser atleta de fisiculturismo nas categorias femininas?

Devido a esses fatores, porque a categoria de Culturismo Feminino foi extinta das competições da IFBB e NABBA? Quais os fatores que levaram a essa mudança? Como as atletas dessa categoria encaram esse fato e qual sua visão sobre isso?

Minhas motivações para estudar o tema são muitas, pois minha vida desde muito cedo está em torno da prática da musculação. Por ter participado de alguns campeonatos de fisiculturismo e enxergar que as origens desse esporte são a tríade volume, simetria e definição e a categoria Culturismo Feminino ser o primórdio e também o ápice dessa tríade, me senti motivada a compreender e entender os principais possíveis fatores que levaram a extinção dessa categoria nas principais federações de fisiculturismo.

Destaca-se a necessidade de enriquecer os conhecimentos dos profissionais de Educação Física nos aspectos ligados ao Fisiculturismo, as mudanças nas categorias femininas ligadas ao padrão corporal dito feminino na sociedade que invade um esporte onde o principal objetivo é a maior hipertrofia muscular, simetria e definição. Essa ambiguidade no fisiculturismo feminino traz à tona a questão da igualdade de julgamento nesses requisitos tanto para homens quanto para as mulheres e desta forma, desafiando as variáveis de treino, dieta, fármacos, regras entre outros.

A pesquisa foi realizada a partir de entrevistas com quatro atletas de fisiculturismo, da extinta categoria do Culturismo Feminino. Também foi feita pesquisa com os responsáveis pela IFBB/RS e NABBA/RS e sites das federações. As atletas responderam um questionário formal por meio eletrônico, pois algumas delas não residem no Estado, também receberam os documentos necessários para a participação da pesquisa. Este trabalho possui caráter qualitativo e foi analisado através da categorização das respostas obtidas com o questionário aberto e autoaplicado.

Um referencial teórico baseado no histórico sobre o fisiculturismo feminino, compreensão dos fatores para a extinção da categoria Culturismo feminino trazendo os aspectos de gênero no esporte, também aspectos considerados masculinizantes devido a utilização de esteroides possibilitam assim, acrescentar maior conhecimento para os profissionais de Educação Física.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 O FISCULTURISMO FEMININO: Reflexões Iniciais

O termo fisiculturismo é a junção da palavra físico com o termo culturismo, que vem de cultura, significando cultivar, cuidar, construir um físico. Este processo ocorre através do treinamento regular com pesos e aliado a uma dieta hiperproteica especial e individualizada para cada atleta (NEVES, 2012).

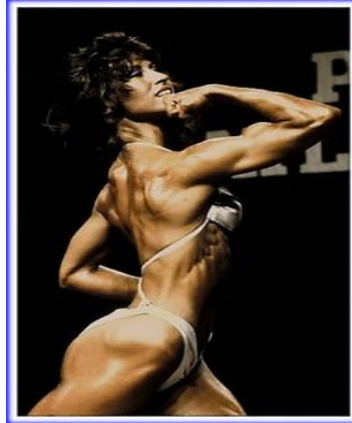
O fisiculturismo feminino iniciou mundialmente a partir dos anos 1970, onde as mulheres começaram a tomar parte das competições. As primeiras competições foram o Miss Physique e Miss Americana que eram meramente competições em traje de biquini. A primeira competição onde as atletas eram julgadas pela sua muscularidade foi o U.S. Women's National Physique championship, em Ohio em 1978. Porém, nos anos 1980 foi onde as competições femininas começaram a ter prêmios, patrocinadores e maior visibilidade. Em 1981 foi feito o Ms Olympia e com isso o nível de exigência das competidoras aumentou, então o nível de treinamento para corpos ainda mais musculares e assim a experiência em treinamento de pesos para mulheres evoluiu. A competidora mais famosa dos anos 1980 foi Rachel McLish que ganhou seis vezes o Ms. Olympia.

Nessa mesma época, o fisiculturismo feminino ganha mais visibilidade devido a exposição de algumas atletas a revista Playboy, como Anita Gandol, que na ocasião foi suspensa pela federação IFBB por um ano. Além disso, foi feito o filme Pumping Iron II: The Women em 1985. Este filme tratou da a preparação de várias mulheres para o Caesars Palace World Cup Championship de 1983. As Competidoras que participaram desse filme foram Kris Alexander, Lori Bowen, Lydia Cheng, Carla Dunlap, Bev Francis, e Rachel McLish.

A ampliação da adesão de mulheres ao fisiculturismo e sua divulgação por meio de campeonatos, livros e filmes possibilitou sua emergência no Brasil. Segundo Elias (1993), nos anos 1980, o fisiculturismo feminino surgiu no cenário

esportivo, devido a presença das mulheres nas academias de musculação, espaço até então de predomínio masculino.

Figura 1 – Rachel McLish



(fonte: Retirada do site <http://www.pinterest.com> em 03 de novembro de 2015, às 14h17min)

O primeiro campeonato de Fisiculturismo feminino no Brasil, data no ano de 1984 e foi realizado pelo Professor Jair J. Frederico, no clube de Natação e Regatas Santa Luzia na cidade do Rio de Janeiro, competição caracterizada como estadual. Nessa época ainda não existia a divisão de categorias femininas, as primeiras mulheres que competiram apresentavam volume muscular e definição, dentro de uma categoria que posteriormente seria extinta a categoria Bodybuilding feminina.

Nesse campeonato a atleta Marlene Pinheiro Faria consagrou-se a primeira campeã de fisiculturismo no Brasil. Em 1986, ocorre o terceiro campeonato de fisiculturismo, com a participação feminina na programação. Marlene Pinheiro Faria ganhou no feminino e no “overall”- total, isso significa que ela atingiu o valor máximo de muscularidade e definição entre os participantes. Nesse campeonato o “overall” foi disputado entre os homens e mulheres melhores colocados e a atleta venceu com nota máxima dos árbitros. Pela primeira e única vez na história do fisiculturismo, uma mulher consegue o feito de superar um homem nesse esporte.

Nesse mesmo ano, a Confederação de Brasileira de Fisiculturismo promove, pela primeira vez no Brasil, uma competição entre atletas fisiculturistas femininas na cidade de Manaus com a presença de representantes de vários estados. Novamente Marlene Pinheiro Faria ganha a competição sendo a primeira mulher campeã brasileira de fisiculturismo feminino.

Nessa mesma época, foi formada a primeira equipe a participar de campeonatos mundiais, Marlene Pinheiro Faria, representou o fisiculturismo feminino, e atingiu a terceira colocação nesse campeonato mundial, que foi realizado em Cingapura na Ásia.

Figura 2 – Marlene Pinheiro Faria



(fonte: Retirada do Site <https://doctorbody.wordpress.com> em 03 de novembro às 17h15min)

Nos primórdios do fisiculturismo feminino, existia apenas a categoria Bodybuilding feminino ou Culturismo feminino que se dividia em leve e pesada, a leve seria até 55kg e a pesada acima deste peso. Nessa categoria de competição a atleta era avaliada pelo volume e definição muscular ao extremo. Em 2012, a National Physique Committee fez um seminário, no estado do Colorado(EUA), anunciando que a categoria Culturismo Feminino seria excluída das competições e sendo aos poucos substituída pela categoria Physique , onde as atletas teriam que

apresentar físicos menos volumosos e menos definidos para se enquadrar nessa categoria. A IFBB, nesse mesmo ano, seguindo a linha da NPC, exclui o Culturismo Feminino e substitui pela Woman Physique, seguindo os mesmos critérios da NPC. Em 2014, foram realizadas as últimas competições nessa categoria pela IFBB- PRO. Essa questão gerou mudanças dentro do esporte, tanto em relação a dietas e treinos como em discussões em fóruns de musculação sobre feminilidade nessa categoria e possíveis fatores que geraram tal decisão. A partir daí surgem novas categorias do fisiculturismo feminino, com menor volume, definição muscular e critérios de avaliação diferentes como adornos, graça, feminilidade e estética.

Figura 3: Atleta IFBB- PRO Anne Freitas- Categoria Culturismo Feminino até 55kg



fonte: Retirada do site <http://forums.rxmuscle.com/archive/index.php/t-117892-p-2.html> em 03 de novembro de 2015.

As novas categorias da IFBB incluem Bikini, Wellness, Bodyfitness, Women Physique. As categorias Bikini, Wellness, Bodyfitness foram implementadas a partir de 2010, devido a maior participação das mulheres na academia, a Woman Physique foi criada em 2012 para mulheres que tem um maior volume muscular e

definição, substituindo assim a categoria Culturismo Feminino, mas com uns 20% menor em volume e definição que essa última categoria.

Na federação NABBA, existem as categorias Miss Fitness, Figure I e II. A Miss fitness é equivalente a Bikini da IFBB e as Figures são relacionadas a Women Physique da IFBB.

A Categoria Feminina Bikini Fitness foi reconhecida oficialmente como uma nova disciplina do esporte pelo Conselho Executivo da IFBB durante o Congresso Mundial da IFBB, realizado em 07 de novembro de 2010 (Baku no Azerbaijão). As atletas dessa categoria são magras e demonstram um leve aspecto de treinamento com pesos. São avaliadas pela beleza facial, cabelo e pele. Elas devem ter cintura fina, braços e ombros levemente destacados, glúteos redondos e firmes, percentual de gordura baixo, mas sem os aspectos da desidratação.

Além disso, as atletas devem possuir carisma, desenvoltura em cima do palco, fator primordial para a composição da nota, e que pode somar ou também diminuir muitos pontos na avaliação inicial da condição física que é feita pelos Árbitros nas rodadas eliminatórias. Elas não têm poses obrigatórias e compulsórias, apenas desfilam para os árbitros. A modalidade é dividida por estatura, sendo: até e incluindo 160 cm, até e incluindo 163 cm, até e incluindo 166 cm, até e incluindo 169 cm, até e incluindo 172 e acima de 172 cm. Essa categoria tem sido procurada por mulheres que tem a genética de serem magras e que treinam a musculação com o objetivo de serem tonificadas sem definição.

Foto 4: Tamires Virissimo- Atleta IFBB/RS- Categoria Bikini



fonte: Retirada do site [http: www.facebook.com](http://www.facebook.com)  
em 03 de novembro de 2015.

A categoria Wellness foi criada pela IFBB Brasil com o objetivo de agregar e levar aos palcos uma boa parcela das mulheres brasileiras frequentadoras das academias e salas de ginástica, que tinham o desejo de competir, porém, não se enquadravam em nenhuma das outras categorias existentes na IFBB, por possuírem certa desproporção de volume dos membros inferiores (coxas e glúteos) em relação a membros superiores (tronco e braços). Essa falta de proporção corporal ocorre principalmente devido ao fato de boa parte delas treinarem seguindo o próprio padrão de beleza que é socialmente encontrado e admirado no Brasil.

Dessa forma são atletas que possuem os glúteos e coxas mais volumosos, mas que em nada lembra as atletas das outras categorias que exibem maior volume, com mais densidade, separação e definição ente os grupos musculares. Os membros superiores são apenas tonificados. Elas não têm poses obrigatórias e compulsórias, apenas desfilam exibindo os membros inferiores, além disso, são avaliadas pela beleza facial, cabelo, simpatia e presença de palco.



Foto 5: Sabrina Almeida- Atleta IFBB/RS- Categoria Wellness



fonte: Retirada do site [http: www.facebook.com/em03](http://www.facebook.com/em03) de novembro de 2015

A categoria Bodyfitness foi implementada pela IFBB em 2002 para dar chance a um vasto grupo de mulheres que desejavam competir por possuir um físico bem torneado e atlético, mas que não desejavam realizar as apresentações do round coreográficos.

As atletas apresentam pouco volume muscular, simetria e muita definição. Possuem ombros e dorsal mais largos, formando a figura geométrica de V. Sua apresentação inclui apenas o quarto de volta, onde atleta faz um giro em quatro partes mostrando seus perfis e frente e verso.

Foto 6: Patrícia Pizio- Atleta IFBB/RS- Categoria Bodyfitness



fonte: Retirada do site <http://www.facebook.com> em 03 de novembro de 2015

A categoria Feminina Womens Physique foi oficialmente reconhecida como uma nova categoria da IFBB Amadora pelo Comitê Executivo da IFBB e pelo Congresso Mundial da IFBB em realizado 11 de Novembro de 2012 na cidade de Guayaquil no Equador.

Atualmente é uma categoria reconhecida mundialmente é destinada a mulheres que querem elevar o seu nível de massa muscular e condicionamento ao máximo possível através de treinamento e dieta, porém respeitando-se a anatomia, volume e silhueta dita feminina.

Desta forma, acabam por desenvolver um físico menos musculoso, ainda atlético, o que diferencia do Bodybuilding é o menor volume muscular. Os árbitros são constantemente lembrados ao fato que estão julgando uma nova proposta de categoria, diferente da antiga categoria Fisiculturismo Feminino. Elas exibem poses obrigatórias, duplo bíceps frontal e dorsal, tríceps, abdome e coxa, além de coreografia, onde serão avaliadas em poses compulsórias e presença de palco. A Modalidade é dividida por estatura, sendo: até e incluindo 163 cm e acima de 163 cm. Essa categoria seria compatível com a Bodybuilding leve.

Foto 7: Cintia Leão- Atleta IFBB/RS- Categoria Woman Physique



fonte: Retirada em arquivo pessoal  
em 03 de novembro de 2015

As novas categorias foram formadas como a Bikini, a Wellnes, na IFBB, devido ao padrão considerado feminino, onde outros aspectos como a estética são avaliados. A categoria Bodybuilding feminino tem sido banida das competições, por ser uma categoria onde as mulheres tem o máximo de hipertrofia, simetria e definição com regras e poses semelhantes aos homens Bodybuilding e com isso, levando a imagem masculina. A dicotomia masculino/feminino é acolhida positivamente e mantida pelo esporte, visando sempre categorizar e classificar as competições. As novas categorias do fisiculturismo tendem avaliar, ainda, não só os atributos físicos, mas também, atitudes e a estética feminina como rosto, pele e cabelos para que assim as mulheres possam provar que não tem características secundárias ditas como masculinas e assim ser diferenciadas dos homens. Também essas categorias utilizam brincos, sapatos de salto, biquínis brilhosos para que assim possa se afirmar a heterogeneidade do esporte.

O fisiculturismo, assim como outras modalidades esportivas, tende a reafirmar a identidade heterossexual estável de o que é ser mulher. Quando a

distinção entre ser homem e ser mulher é perturbada, algumas atletas questionam sua atuação no esporte e muitas delas, trocam de categoria, quando é possível, para que assim, não sejam questionadas pelo gênero e sua sexualidade.

As federações de fisiculturismo, justamente pelo foco do espetáculo ter mudado, as regras de apresentação, padrão corporal e roupa das atletas e deixando de lado os primórdios do fisiculturismo feminino onde a hipertrofia muscular, simetria e definição seriam as principais regras e assim atletas Bodybuilding seriam ainda mais visadas no preconceito sobre as questões de feminilidade das atletas.

Nas discussões sobre a participação das mulheres nas competições de fisiculturismo, questões sobre o uso de anabolizantes, tamanho da musculatura e regras de avaliação subjetivas como feminilidade e graça são os fatores de mudanças de categorias no fisiculturismo, excluindo de competições a categoria bodybuilding onde regras mais objetivas como as categorias masculinas são avaliadas: simetria, hipertrofia muscular e definição.

Existe um olhar diferente para cada atleta, não apenas dos jurados nos campeonatos, mas uma rotulação cultural e social é observada e enfrentada por estas atletas. O maior alvo de preconceito é sobre as atletas do Culturismo e Physique, por estas possuírem um físico com extremo volume muscular os críticos as definem como exageradas, possuidoras de físico não atraente, indesejável, colocando em suspeição sua feminilidade. Entretanto, se tratando dos praticantes ou amadores do fisiculturismo, estas atletas são valorizadas e admiradas, consideradas o topo do esporte, visto que para alcançarem tais físicos foram dedicados anos de treinamento árduo, dieta e muito investimento temporal e financeiro.

A categoria Wellness promovida desde 2007, pela Confederação Brasileira de Culturismo e Musculação (CBC), vai ao encontro aos questionamentos e preconceitos existentes noutras categorias de fisiculturismo feminino, pois não coloca em dúvida paradigmas sociais e culturais existentes que determinam a

silhueta do corpo feminino, colocando-os em evidência. O padrão corporal desta categoria “normaliza” estas atletas, tendo o enfoque à beleza e não a definição, volume muscular e simetria corporal, como estabelecido nas outras categorias.

“É no corpo e através do corpo que os processos de afirmação ou transgressão das normas regulatórias se realizam e se expressam. Assim, os corpos são marcados social, simbólica e materialmente – pelos próprios sujeitos e pelos outros” (LOURO, 2004) Esta citação é claramente confirmada ao observarmos alguns dos olhares que recaem sobre as atletas de fisiculturismo, com exceção da categoria Wellness e Bikini, por estar enquadradas nos padrões aceitáveis de feminilidade pela sociedade.

### **3. GÊNERO**

Segundo Silva, (1996) o conceito de gênero é recente sendo utilizado pela primeira vez em 1955 pelo biólogo John Money, para dar par as questões sócias do sexo.

Gênero é uma questão analítica criada para explicar as relações que se articulam entre homens e mulheres. A partir disso, são montadas estratégias de relação de poder (FOCAULT, 1988), trazendo a compreensão do conceito de que ninguém nasce homem ou mulher e que o gênero é uma questão histórica e cultural. Podemos entender que a sociedade institui comportamentos e movimentos, processo de aprendizagem, valores e atitudes do que é ser homem ou mulher. (CONNEL, 1990).

O gênero é um conceito construído culturalmente. (BUTLER, 1998) As mulheres foram oprimidas por ações isoladas ou coletivas durante vários períodos da história, porém foi no período dos anos 1960, as mulheres conquistaram o voto feminino, sua liberdade sexual, advinda com a pílula anticoncepcional e o

movimento feminista. A partir desse período, as mulheres saíram do anonimato, das esferas domésticas e conquistaram muitos aspectos da sociedade. (LOURO,2001)

As mulheres por meio de ações das feministas começaram a questionar-se sobre as relações de gênero nos anos de 1970. Nesse cenário a categoria Gênero recusou a ideia de que a anatomia da mulher era o seu destino insistindo, ao contrário, que os papéis alocados para as mulheres eram convenções sociais, não ditames biológicos. Conceitos como sexo/gênero e a distinção natureza/cultura foram a base crítica num esforço de conter a discriminação contra as mulheres, sua exclusão dos mundos dos homens. Nas primeiras manifestações feministas, a noção de gênero como uma construção social teve como intuito analisar a relação de mulheres e homens em termos de desigualdade e poder. ( SCOTT, 1996)

O Gênero trata como os traços atribuídos para cada sexo são justificados aos diferentes tratamentos que mulheres e homens recebem na esfera social, econômica e política, como eles condensavam variedades da feminilidade e masculinidade em um sistema binário, hierarquicamente arranjado.

A partir desse pensamento, foi questionado o que é ser homem e o que é ser mulher? De acordo com LOURO,1999 esse conceito pretende se referir ao modo como as características sexuais são compreendidas e representadas ou, então, como são "trazidas para a prática social e tornadas parte do processo histórico.

As relações sociais entre homens e mulheres que construíram o conceito de gênero, desta forma para entender o que é gênero precisamos analisar o período histórico, a sociedade que essas relações estão inseridas, bem como o tipo de relação. No caso específico deste estudo a relação esportiva, o que é ser feminino e masculino no Bodybuilding? Precisa se analisar o processo da construção, ou seja, o processo para a construção são múltiplos, deixando assim de lado, os papéis impostos seriam, basicamente, padrões ou regras arbitrarias que uma sociedade estabelece para seus membros e que definem seus comportamentos, suas roupas, seus modos de se relacionar ou de se portar. ( LOURO,2001).

A construção do gênero está relacionada com a identidade dos sujeitos, e isso a construção do gênero torna-se complexa, pois somos indivíduos múltiplos, que se transformam e muitas vezes contraditórios, não somos só um aspecto na vida social, somos nossas profissões, nossos interesses, nossos papéis familiares.( LOURO,1999) Na vida de uma mulher Bodybuilder isso é questionado, vemos apenas a atleta, mas muitas delas são mães, esposas, exercem profissões diferentes da educação física que vão construir o que é ser feminino para essa atleta.

Deve- se levar em consideração, que o problema das questões de gênero está na atribuição de valores diferenciados para cada um, nas suas relações e na hierarquia estabelecida entre eles, que se liga a história social, onde o universo masculino preponderou por muitos anos o universo feminino.

Quando se trata de gênero, a sociedade utiliza a estereótipos para classificar o que está relacionado a o universo feminino do universo masculino. Isso influencia no processo de percepção das pessoas e simplificam a realidade objetiva e na realidade o que é ser feminino ou masculino é um assunto mais complexo que envolve o grupo que a pessoa está inserido, os diversos papéis na sociedade que cada individuo representa e sua cultura.(ROMERO,2001).

No campo dos esportes cuja as competições são separadas por sexo, devido as valências físicas serem diferentes, percebemos marcas de atletas masculinos,muitas vezes serem maiores que as atletas femininas. Os valores e a hierarquização começam a prevalecer, porém, quando chegamos ao fisiculturismo feminino onde atletas do culturismo exibem corpos com hipertrofia muscular, definição e simetria equivalentes aos atletas masculinos, os valores, a sua sexualidade são questionadas, pois o universo masculino se torna igualitário ao feminino e então, quando isso acontece a atleta é criticada pela sua rotina de treino, dieta, ergogênicos e sua sexualidade são duramente criticadas, pois no universo masculino uma mulher não entraria em igual a um homem.

A mulher atleta é criticada pela existência de estereótipos sexuais ou de gênero, que vão determinar quais são os esportes masculinos e femininos (PESSANHA, 2007). As mulheres, portanto, que participam de esportes marcadamente masculinos, como o Bodybuilding, são comumente comparadas a homens.

Ao corpo feminino modificado pelo exercício físico são atribuídas características viris que não apenas questionam a feminilidade e a beleza da mulher, como também colocam em dúvida a autenticidade do seu sexo. Não são mulheres por não apresentarem corpos socialmente femininos.

O comportamento masculino e seu corpo são o modelo a partir do qual o comportamento e o corpo da mulher são julgados e estereotipados, assim a sociedade critica aquelas e as mulheres que ultrapassam os limites que convencionalmente/culturalmente lhe foram impostos. Vista de tal modo, se uma mulher não “aparenta” ser uma mulher é porque é um homem. A figura feminina se reduz apenas ao corpo deixando de lado sua identidade sexual, seus prazeres, desejos e amores.

#### **4. SUPLEMENTOS E ANABOLIZANTES**

As atletas do Fisiculturismo assumem certos riscos, que devemos entender, para que alcancem o corpo de acordo com sua categoria.

A cultura do risco está relacionada a certos sacrifícios, que feitas num dado momento, serão recompensadas no posterior, desta forma, o corpo busca o prazer em meio ao sofrimento, ou seja o corpo ideal passa por um processo estético que muitas vezes causa dor e sofrimento para que assim busque a perfeição dos corpos, desta forma, muitas vezes, se utiliza de recursos lícitos ou ilícitos. (Amaral, 2007).



Muitas atletas utilizam suplementos e anabolizantes para alcançarem o nível muscular de cada categoria, simetria e definição muscular. a saúde e prevenir doenças (PEREIRA et al., 2003). Os suplementos são utilizados quando há deficiência de algum alimento na dieta ou quando a atleta necessita de absorção rápida em seu organismo. Eles são importantes alternativas para complementar a alimentação, pois seus efeitos anabólicos são considerados normais do organismo humano. Estes são instrumentos legais e de fácil acesso, dentre os mais utilizados, podem-se destacar o carboidrato, a proteína (ou complexo de aminoácidos), a cafeína e as anfetaminas.

Os anabolizantes são “hormônios esteróides da classe dos hormônios sexuais masculinos” (FORTUNATO; ROSENTHAL; CARVALHO, 2007, p. 1418). São hormônios que o próprio corpo humano produz, todavia, nesse caso, é ingerida uma dose extra de forma sintética que aumentam a síntese proteica, por isso são muito utilizados no fisiculturismo, pois eles geram um efeito no volume muscular (BRAGA, 2005).

A primeira vez que essas substâncias foram noticiadas, foi na data de 1º de junho de 1889, por Charles Edouard Brown-Séquard, um médico e cientista francês. Ele relatou à Sociedade de Biologia de Paris que estava descobrindo “uma terapia rejuvenescedora do corpo e da mente” (SABINO, 2004, p. 68). Brown-Séquard, de 72 anos, estava experimentando, em si mesmo, injeções de líquidos tirados dos testículos de cachorros e porcos da guiné. Tais injeções haviam aumentado sua força física e sua energia intelectual. Assim, por meio de suas experiências, percebeu a existência e a importância de substâncias liberadas por determinadas glândulas (no caso específico os testículos) e de sua atuação como reguladores fisiológicos.

A Testosterona foi isolada em laboratório pela primeira vez em 1934, por grupos de pesquisadores subsidiados pelas grandes companhias farmacêuticas

multinacionais. Então foi criada a testosterona sintética. Elas tinham a intensão terapêutica, porém, foi utilizado de forma ilegal nos esportes profissionais e amadores, sendo hoje em dia utilizando por esses mesmo grupos e por pessoas que procuram melhorar sua aparência física (SABINO, 2004).

A testosterona é utilizado para tratamento impotência, câncer de mama em mulheres, andropausa, falha no crescimento físico e distúrbios metabólicos e nutricionais. No caso do homem, os anabolizantes servem para suprir um déficit dessa substancia, no caso de andropausa e distúrbios de crescimento ou um atraso no processo de puberdade .No caso da mulher, ela utilizará a testosterona se o seu organismo não estiver produzindo, irá auxiliar na libido, pra força muscular, entre outras funções, porém é raro quando médicos prescrevem esse recurso para as mulheres.

A testosterona é formada pelas células intersticiais de Leydig localizadas nos interstícios entre os túbulos seminíferos, constituindo cerca de 20% da massa dos testículos do adulto. As células de Leydig quase não existem durante a infância, quando o testículo praticamente não secreta testosterona, todavia são numerosas no lactente do sexo masculino (GUYTON, 1992).

Segundo Braga (2005), esse hormônio é responsável pelas características típicas do corpo masculino. Ele provoca o crescimento de pelos no corpo, aumento da espessura da pele, aumento da secreção de algumas glândulas sebáceas, colabora com a transformação da voz, entre outros. Possui dois efeitos diferenciados: o androgênico e o anabólico (Fortunato, Rosenthal e Carvalho, 2007).

Os esteroides anabolizantes exigem que haja um aumento significativo da atividade anabólica, com redução da atividade andrógena. Os mais utilizados atualmente são os chamados Esteróides Anabólicos Androgênicos sintéticos ou semissintéticos, incluindo a testosterona e seus derivados quimicamente alterados (GUERRA; BION; ALMEIDA, 2005). Segundo Marins (2006), o objetivo desse

recurso é o ganho de massa corporal magra, o ganho de força, o ganho de potência e o retardamento da fadiga.

Existem duas formas de encontrar os anabolizantes no mercado: forma oral e forma injetável. Os esteroides orais não são metabolizados pela testosterona, mas atuam diretamente sobre os receptores androgênicos. A forma injetável, conhecida como óleos ou águas, é liberada lentamente e se distribui pelo corpo depois que a injeção é aplicada em um músculo. Os esteróides injetáveis são biologicamente mais ativos e exercem efeitos de duração mais longa do que os esteróides orais (KATCH; KATCH; McARDLE, 2001).

Foto 8: Esteróide Anabólico de uso oral



fonte: retirada do site <http://dicasdemusculacao.org/a-oxandrolona-anavar/> em 03 de novembro de 2015

Foto 9: Esteróide Anabólico de Uso Injetável



fonte: retirada do site <http://www.treinomestre.com.br/durateston-propionato-de-testosterona-o-que-e-ciclos-e-efeitos-colaterais/> em 03 de novembro de 2015

A utilização desses produtos podem acarretar efeitos colaterais como: hipercolestemia reversível, aumenta o comprometimento cardíaco vascular, infertilidade, aumenta o potencial para doença neoplásica do fígado, aumenta a agressividade, reduz o volume testicular (nos homens), aumenta a hiperatividade, modifica a resposta imune, aumenta a irritabilidade, causa hipertensão, aumento a acne, causa deterioração da função tireóide, aumenta a peliose do fígado (surgimento de lesões localizadas cheias de sangue), causa infarto do miocárdio, aumento do hirsutismo (pêlos corporais e faciais excessivos), causa irregularidades menstruais (nas mulheres), causa hipertrofia do clitóris (nas mulheres), altera a voz (nas mulheres).

Figura 10: Resumo dos efeitos androgênicos e anabólicos dos esteroides e anabolizantes.

**Tabela 1.** Resumo dos efeitos androgênicos e anabólicos dos esteróides anabolizantes.

Efeitos Androgênicos	Efeitos Anabólicos
Desenvolvimento da genitália interna e externa	↑ massa muscular esquelética
Espessamento das cordas vocais	↑ concentração de hemoglobina
↑ libido	↑ hematócrito
↑ secreção nas glândulas sebáceas	↑ retenção de nitrogênio
↑ pêlos	↓ gordura corporal
Padrão masculino de pêlos pubianos	↑ deposição óssea de $Ca^{2+}$

Fonte: Fortunato; Rosenthal; Carvalho (2007)

De acordo com Katch, Katch e McArdle (2001) o uso de esteroides anabolizantes remetem a alguns riscos adicionais às mulheres como: virilização, alteração da função menstrual, aumento dramático no tamanho das glândulas sebáceas, acne, em geral, aprofundamento irreversível da voz, queda do cabelo, redução no tamanho das mamas, atua negativamente na formação dos folículos e na ovulação, declínio dos níveis séricos de LH, FSH, progesterona e estrogênios.

Muitas atletas do fisiculturismo utilizam esses recursos com o intuito de aumentar a massa muscular e chegar ao nível de competição de acordo com a categoria estabelecida pelas federações. As atletas quando utilizam desses recursos, são conhecedoras dos efeitos em seu corpo e dos efeitos colaterais que esses trazem. Podemos retratar que muitas das atletas do culturismo feminino trazem nos seus corpos os efeitos colaterais como a calvície, pelos faciais, virilização o que trazem a tona questionamentos sobre a exclusão dessa categoria nas competições da IFBB e NABBA. A medicalização das atletas femininas são apontadas pela sociedade com uma certa rejeição devido aos colaterais que remetem a um corpo associado ao homem.

Mesmo médicos endocrinologistas, autores apontarem que o uso de fármacos anabolizantes virilizam a mulher e a tornam masculinizadas, para as atletas Bobbybuilding esses recursos servem para aumentar a massa muscular, diminuindo assim o percentual de gordura. As atletas apontam que a representação do feminino não está engendrada apenas no corpo. Segundo Goellner (1999), a feminilidade está intimamente ligada à graça, à beleza, à sedução, à delicadeza e ao encanto natural da mulher. Percebemos então, que um corpo com grande volume muscular, simetria e definição podem ter feminilidade devido a fatores atitudinais da mulher. Por essa razão, os anabolizantes seriam um meio de atingir o corpo com critérios competitivos sem avaliar o que é ser feminino em uma atleta.

Figura 11: Exemplos de Esteróides

## Anabolizantes

Nome genérico	Nome comercial	Formulação	Aromatização	Anabólico	Androgênico	Hepatotoxicidade
Androisoxazol	Neopondren, Neo-ponden	Comprimidos 5 mg	Mínima	Bastante	Pouco	Sim
Androstanolona	Androlone, neodrol, anabolex, anaprotin, protona	Oral (10 e 25 mg), injetável (100 mg/mL)	Não	Bastante	Pouco	Pouca
Boldenona	Equipoise, parenabol	Injetável (50 mg/mL)	Pouca	Bastante	Médio	Pouca
Etilestrenol	Durabolin-o, maxibolin, orabolin	Oral (2 mg)	Pouca	Pouco	Pouco	Bastante
Fluoximesterona	Halotestin	Oral (5 mg)	Não	Bastante	Bastante	Bastante
Mesterolona	Androviron, proviron	Oral (25 mg/mL)	Não	Bastante	Médio	Pouca
Metandienona	Danabol, dianabol	Oral (5 mg)	Pouca	Bastante	Pouco	Bastante
Metenolona	Primobolan, primonabol	Oral (5 mg), injetável	Não	Bastante	Pouco	Pouca
Nandrolona	Deca-durabolin	Injetável	Pouco	Bastante	Pouco	Pouca
<b>Oxandrolona</b>	Anavar, lipidex	Oral (2,5 mg)	Pouco	Bastante	Pouco	Bastante
<b>Oximetolona</b>	Hemogenin	Oral (5 e 50 mg)	Pouco	Bastante	Pouco	Bastante
Stanozolol	Winstrol, stromba-jet	Oral (2 e 5 mg), injetável (25 mg/mL)	Pouca	Bastante	Pouco	Bastante
Testosterona cristalina	Durateston	Oral sublingual	Média	Bastante	Bastante	Não
Trembolona	Parabolan	Injetável	Pouco	Bastante	Pouco	Pouca

Fonte: Katch; Katch e Mcardle (2001)

## 5. CAMINHOS METODOLÓGICOS

A pesquisa caracteriza-se por ser descritiva de caráter qualitativo. De acordo com Stake (2011), a pesquisa qualitativa obtém seus resultados e análise por meio da compreensão e da percepção.

De acordo com Thomas; Nelson (2002) essa pesquisa tem esse caráter pois originam dados qualitativos, tais como um universo de significações, motivos, aspirações, atitudes, crenças e valores, que não podem ser contidos em números.

Este tipo de pesquisa ocorre pela congruência de diferentes enfoques sob mesmo objeto de análise, abrangendo a interpretação do grupo participante da pesquisa, sobre suas experiências, dada determinada situação e de forma humanística, favorecendo os valores pessoais. Esses diferentes focos de observação e análise, visam melhor aquilo que as pessoas envolvidas na pesquisa pensam e narram.

Segundo Chizzotti (2006) pesquisadores os quais utilizam esse tipo de pesquisa se opõem a um padrão único de pesquisa para todas as ciências. Defende a avaliação de aspectos específicos de cada dado, levando em consideração o contexto em que os participantes estão inseridos.

Ao buscar maiores informações para essa pesquisa, entrevistei quatro atletas que competiam nas federações IFBB e NABBA na categoria culturismo feminino para que assim pudesse compreender os fatores que levaram as mesmas federações a excluir dos palcos essa categoria do fisiculturismo.

Foi enviado por email um questionário para as atletas A entrevista, neste estudo, foi constituída por perguntas abertas(Anexo A), buscando identificar informações pessoais, representação de corpo de cada atleta, questões sobre gênero e esteroides anabolizantes. As atletas foram selecionadas por terem

competido na categoria culturismo feminino. Esse questionário foi enviado por email, pois as quatro atletas não residem em Porto Alegre/RS.

Ao convidá-las para o estudo foram informadas sobre os objetivos do mesmo, bem como de todo seu processo de seu desenvolvimento. Foi feita o preenchimento dos questionários e utilizou-se os procedimentos metodológicos do projeto Garimpendo Memórias desenvolvido pelo Centro de Memória do Esporte. (Anexo B).

Abaixo está a descrição das atletas envolvidas no Estudo:

Atleta S.O.

Atleta natural de Maringá, reside em Porto Alegre. Formada e Bacharel em Educação Física. Bi- campeã nacional pela IFBB em 2011 e 2012 na categoria Bodybuilding Feminino. Participou de dois Arnold Classic, um em Madri e outro em Ohio( EUA.). Em 2014 foi campeã mundial de sua categoria, conseguindo assim, torna-se profissional, porém esse era o último ano que a IFBB fazia competições nessa categoria.

Atleta S.L.

Atleta Paulista, dedica-se aos esportes desde cedo, porém sua estreia no fisiculturismo veio em 2013.

Suas principais competições foram: Qualify para o Arnold Classic 2013 1o. lugar, Arnold classic South america 2013 no Rio de Janeiro 2o. lugar, Campeonato Paulista 2013 em São Paulo 1o. lugar, Campeonato Sulamericano 2014 em Bogotá e 2014.



#### Atleta A.C.

Atleta carioca, formada e Bacharel e Educação Física. Suas principais competições foram: Bi- campeã estadual na categoria Bodybuilding Feminina 2012 e 2013 pela IFBB, participações no Arnold Classic em 2012 e 2013 nos EUA.

#### Atleta A.F.

Atleta paulista, formada e Direito, porém sempre praticou atividade física, escolhendo o fisiculturismo para dedicar-se. Suas principais competições foram Campeã Paulista em 2011 pela IFBB, participações no Arnold Classic e 2012 e 2013 na Europa e campeonato Sulamericano em 2014.

Para análise dos dados, esta pesquisa tem como base a análise de resultados segundo Bardin (2008). Essa análise de conteúdo é um modo de investigação que permite ir além das análises de métodos tradicionais. Seria um meio de avaliar a pesquisa de forma totalitária considerando assim a subjetividade e a fala de cada atleta. Foi feito então uma categorização para uma melhor avaliação dos resultados.

A partir da coleta de dados foi separado em três categorias de análise as respostas das atletas, que são essas: Gênero e Sexualidade, Auto- Imagem Corporal e Relação Esteróides e Virilidade.

## 6. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

A análise dos dados deu-se por meio das respostas obtidas nos questionários autoaplicados com as atletas da extinta categoria do Culturismo Feminino. A partir de suas percepções e visões acerca do esporte e valores sociais que lhes são importantes, elaboraram-se categorias para identificar os possíveis motivos para a exclusão desta categoria nas competições de fisiculturismo na IFBB e NABBA.

As categorias foram separadas em “Gênero”, “Auto-Imagem” e “Relação Esteróides e Virilidade”. Tais categorias classificam diferentes razões, pela visão das atletas, para a exclusão destas do Culturismo Feminino nos palcos, respondendo a pergunta principal da pesquisa e expondo os diferentes valores que compõem os motivos para que essa categoria não seja mais parte das federações IFBB e NABBA.

### 6.1 GÊNERO

As questões de gênero e sexualidade no fisiculturismo são baseadas nas três correntes que tratam desse assunto: a Marxista preocupa-se com a desigualdade das relações sociais, a opressão entre as classes masculina e feminina, caracterizando uma hierarquia de dominação e submissão; a culturalista que trata da diversidade cultural, as múltiplas identidades, que tem Michel Foucault como principal teórico e por fim, a corrente pós-estruturalista que trata da noção de identidades “plurais”, buscando a desconstrução do pensamento polarizado entre o gênero masculino e feminino, vistos como pólos que se relacionam pela equação dominação/submissão. Essa visão questiona o caráter heterossexual do conceito de gênero, possibilitando o reconhecimento de uma masculinidade e feminilidade “plurais”, contestando a noção de identidades hegemônicas ( LOURO, 2001)

A partir da análise do questionário nas questões 1,2,3,4 percebemos a mescla dessas correntes nas respostas das atletas.

Percebemos que a questão Gênero é o assunto desencadeante para a exclusão da categoria Culturismo Feminino, pois na opinião das atletas há uma grande preocupação por parte das federações em polarizar o que é um corpo feminino e um corpo masculino nas competições e a categoria Culturismo Feminina é a que se assemelha aos critérios avaliativos das competições da categoria Culturismo Masculino. Além disso, o corpo de uma atleta dessa categoria exige o volume e definição máxima da musculatura o que lembraria um corpo dito masculino.

Na visão das atletas, as federações tem se empenhado para polarizar o que é ser feminino e ser masculino nos palcos com a advinda de novas categorias, novos critérios avaliativos como a feminilidade, graça e beleza facial, utilização de adornos e vestimentas coloridas e com brilhos, coreografias mais sensuais, simpatia no palco, diminuição de volume e definição muscular, lembrando assim um corpo feminino padrão.

“Eu não acho que essas novas categorias são a base do fisiculturismo, porque elas são avaliadas até se tem um rosto bonito, o fisiculturismo não é isso na minha opinião, é ter um corpo volumoso e definido.” S.O.

“As federações fizeram essas novas categorias, pois dizem que lembram mais um corpo de mulher, um corpo muito musculoso lembra um homem, e isso não é o que seria o fisiculturismo, porque no início só existia a minha categoria, não era avaliado se tinha um rosto bonito, ou se o biquíni valorizava a atleta, tudo isso é superficial.” A.C

Para as atletas, as diferenças entre os atletas homens e as atletas mulheres seriam apenas as vestimentas de competição, pois as poses, critérios avaliativos, preparação para competições são as mesmas utilizadas pelos homens.

“Para mim, a diferença de um homem e uma mulher no palco é apenas porque a mulher usa biquíni e o homem sunga, porque músculos os dois tem.” SL

“ A diferença entre uma atleta feminina é apenas as vestimentas porque somos avaliadas pelo volume muscular, simetria e definição máxima, nossas poses são iguais aos homens, pra mim não tem muita diferença não.” AC

## 6.2: AUTO- IMAGEM

O corpo está ligado a cultura que o individuo está inserido. No caso do fisiculturismo, o corpo está ligado a transformá-lo em músculos hipertrofiados com definição muscular.

Além de seu caráter sociocultural, o corpo assume também um caráter de poder. Poder de disciplinar, poder de adestrar, poder de governar (SOARES,2001). No fisiculturismo o caráter de disciplinar o corpo é fundamental para a prática nesse esporte. As atletas fazem dietas hiperproteicas, hipocalóricas, zeram o carboidrato, utilizam vitaminas, suplementos, treinam de forma a exaurir o corpo com pouca ingesta de alimentos levando ao corpo a uma fadiga intensa, desidratam o corpo para que assim a musculatura apareça no palco.

Foi avaliado a satisfação em transformar o corpo em volume e definição extrema da musculatura e como elas enxergam a nova regra das categorias em diminuir 20 por cento o volume muscular ( Jornal da Musculação e Fitness, 2005). Algumas das atletas estavam há alguns meses sem treinar e estar em dieta restrita, pois como sua categoria foi extinta não viam motivos para esculpir seus corpos, porém algumas resolveram aderir a nova regra e competir na categoria Woman Physique da IFBB, denotando assim que a visão corporal só faz sentido se tiver incluída na cultura do fisiculturismo. Percebemos então, que essas atletas apesar de não estarem satisfeitas por sua categoria não existir mais nas competições, elas aderem às novas regras e estão se preparando para competir em uma nova categoria, pois a sua principal satisfação é mostrar seu corpo com musculatura e

definição mesmo que seja menos do que era na sua categoria, pois elas sentem prazer em disciplinar seu corpo.

“ Meu maior prazer é competir, não estou muito satisfeita com meu corpo porque tenho que perder massa muscular para entrar no padrão da nova categoria, mas fazer o que né? Eu amo competir, ter rotina de treino e dieta, então estou mudando meu corpo para competir de novo.” AF

“Eu não consigo parar de treinar e fazer dieta, faz parte já de mim sabe, e pensar em não competir e difícil, então, estou me preparando para um novo desafio.” SL

“ Fiquei 8 meses sem treinar e fazer dieta, mas não aguentei e resolvi voltar a fazer o que sempre fiz, ainda não sei se vou competir, porque gosto do meu corpo grande.” AC

O discurso dos meios de comunicação gira em torno do corpo. O corpo é a informação que “(re)transforma, (re)significa e (re)decodifica a mensagem. Registra as marcas do imaginário da sociedade e busca traçar, ou melhor, moldar o processo identitário cultural contemporâneo” (GARRINI, 2007). Há uma preocupação nas falas das atletas que remetem que a extinção de sua categoria está relacionada ao seu corpo, o que vemos uma antítese em sentir prazer em ter um corpo com volume e definição máxima e entrar no padrão corporal que possa gerar lucro para atleta, ser aceito pelas empresas ligadas ao fitness.

“ Estamos na era do culto ao corpo(...) tem que ter um corpo sarado, sem muita gordura, mas sem muita musculatura para aparecer na revista, estar nos estandes de suplementos, seguir uma linha mais fitness, estou tentando me adaptar a isso.” AF

“ Gosto de ser Grande, mas também quero ganhar dinheiro né? Então, tenho que mudar meu padrão corporal, não tem jeito” SL

O corpo de uma atleta do Culturismo Feminino não tem valor comercial, ou seja como esse tipo corporal não é um padrão aceito pela sociedade, elas não tem espaço no marketing, em vendas de produtos, não geram lucro diferente de atletas das categorias Bikini e Wellness, que são tipos corporais almejados pelas

mulheres na sociedade e assim aceitas comercialmente e geram lucros para empresas que lidam com estética, produtos alimentares, vestuário e academias.

“ A minha categoria não está mais nos palcos porque as mulheres dizem que não querem ter um corpo que lembraria um homem. Nas competições existe vendas de suplementos, roupas, revistas fitness e as mulheres querem ver corpos menos musculosos nesse meio, mais aceitos pela sociedade e pelos homens.” SL

“As lojas de suplementos, academias, roupas fitness querem mulheres com corpos menos musculosos e definidos dos que os dos homens, porque esse tipo de corpo vende os produtos, chamam outras mulheres e as federações estão ligadas com essa área comercial também” AF

### 6.3 ESTERÓIDES E VIRILIDADE

As atletas frequentemente utilizam anabolizantes para construir corpos mais musculosos. Tais substâncias são consideradas virilizantes, não só por proporcionarem o ganho de massa muscular e a perda de tecido adiposo, como também por possibilitarem a aquisição de características sexuais tipicamente masculinas.

A busca por um corpo com uma porcentagem alta de massa muscular e baixa porcentagem de gordura se apoia em raízes culturais e é visto como algo positivo, incentivando um número expressivo de pessoas a consumir substâncias ilícitas que contribuem para a “corporificação” da perfeição, do ideal, concebido como a “chave para a aceitação e ascensão social, enfim, para o sucesso” (DEL PRIORE, 2000).

As atletas relatam que a utilização dos esteroides são um dos motivos para que as federações repensem nos padrões das categorias femininas. Devido a categoria do Culturismo Feminino, ser a que apresenta maior volume e definição muscular, associa que estas atletas utilizam mais quantidades desse recurso e assim virilizam mais e aparentam ser homens.

“ Sempre utilizei de anabolizantes para construir meu shape, sem ele não tem como ter um volume adequado para competir, as federações extinguiram a categoria que estava porque não querem que as mulheres usem anabolizantes, mas isso é hipocrisia, pois todas as atletas usam inclusive as da bikini que são bem magrinhas.” SL

“ Treino, Dieta você chega a um nível de corpo, com os anabolizantes se chega no objetivo para competir, não me importo de usar, pois sei como usar, só acho que dizer que não tem que ter a minha categoria porque usamos as mesmas bombas que os homens e que vamos virar homens porque usamos isso não procede é só saber usar os recursos.” AC

## 8. CONCLUSÃO

Percebemos, então que foram identificadas diferentes motivos para a extinção da categoria do Culturismo Feminino.

Foi observado que as questões de gênero no esporte é primordial, pois as federações tem uma preocupação em definir o que é feminino e masculino no esporte, utilizando critérios de avaliação subjetivos nas categorias femininas. A categoria Culturismo Feminino é a que tinha os critérios mais igualitários em relação aos homens. Desta forma, por serem compatíveis com o universo masculino, essa categoria é criticada por sua feminilidade tanto em forma corporal como em regras e atitudes em palco.

O corpo para as atletas é um instrumento de modificação, de disciplina e poder. Por meio dele, elas conseguem seus objetivos de competição. Mais do que músculos, tendões, articulações e ossos, o corpo, para essas atletas, é a fonte de toda existência, a recompensa, o prêmio.

Não estar competindo em sua categoria é frustrante para algumas atletas, assim o corpo perde seu significado, pois por meio dele é onde elas sentem o prazer de subir aos palcos, não tendo o objetivo de competir elas perdem a satisfação de treinar e fazer dietas. A partir do momento que percebem que transformar seu corpo é o cerne de sua felicidade elas submetem a transformar seu físico diminuindo seu volume muscular e definição para cumprir o padrão estabelecido por outra categoria.

A mídia também foi citada, nesse trabalho, como um fator da extinção da categoria em questão, pois corpos com grande volume muscular não estão nos moldes dos padrões do mundo fitness. Por esta razão, algumas das atletas têm buscado mudar seu corpo para que assim possam ter visibilidade e assim ter corpos aceitos pelas empresas que trabalham com o universo das academias. As empresas fitness são um dos fatores que agregam valores no meio do fisiculturismo por sustentarem esse universo, desta forma, os corpos da categoria Culturismo



Feminino não são aceito pela sociedade por serem dito não atrativo para homens e mulheres.

O uso de recursos ergogênicos está intimamente ligado ao tipo de corpo assumido por essas mulheres fisiculturistas, são substâncias utilizadas para que a construção e modificação corporal, de fato, aconteçam.

Dentre os efeitos do uso de recursos ergogênicos, está a virilização do corpo feminino. Não se pode negar que ao ingerir hormônio masculino, a mulher, poderá ter algumas características masculinas como pelos no rosto, voz grave e calvície. O que chama a atenção é que não há o reconhecimento dessa masculinização quando a atleta fala dela mesma. Só há essa alusão ao corpo feminino másculo.

Ao corpo feminino são atribuídos valores, crenças e estereótipos sociais. Existe sim uma virilização do corpo feminino, mas nem por isso essas atletas deixam de ser mulheres. Para elas, o feminino perpassa pelo comportamento e pelas atitudes e não só pela aparência física.

Apesar dessa visão das atletas elas percebem que um dos motivos para que sua categoria não esteja mais nas competições é o uso dos anabolizantes e esse efeito da virilização. Elas percebem que as federações tem uma visão que esses efeitos lembrariam um corpo masculino, que desta forma seria uma categoria que não traz valores femininos como graça, beleza e estética.

Esta pesquisa possibilita a exploração de muitos conhecimentos para o profissional de educação física em relação à história e evolução do fisiculturismo. Pode- se assim repensar os valores e a cultura que existem nesse esporte e suas futuras modificações.

## ANEXO A

Questionário para identificar os possíveis fatores da exclusão da Categoria Culturismo Feminino:

- 1) Quais as diferenças entre os homens e as mulheres nas competições de fisiculturismo?
- 2) O que você acha que caracteriza um corpo dito feminino ou masculino no fisiculturismo?
- 3) Existe alguma relação de gênero para que a categoria tenha sido extinta?
- 4) As preparações das mulheres são diferentes da dos homens no fisiculturismo?
- 5) o que você acha da forma que são avaliada as mulheres nas competições de fisiculturismo?
- 6) Você gosta do seu corpo como ele é hoje? Já quis mudá – lo?
- 7) O que é o Corpo nas competições?
- 8) Quais as principais diferenças corporais da categoria Culturismo Feminino em relação a outras categorias femininas?
- 9) Na sua opinião, porque as novas categorias estão com maior visibilidade e a categoria do Culturismo Feminino foi sendo enfraquecida até sua extinção?
- 10)O que você acha do uso de anabolizantes? Já utilizou?
- 11)Você acha que a utilização viriliza a mulher? Deixa menos feminina?
- 12)Existe alguma relação do uso de anabolizantes e a extinção da categoria Culturismo Feminino?

## ANEXO B

Carta de Cessão de Direitos Autorais sobre Depoimento Oral:



### CARTA DE CESSÃO DE DIREITOS AUTORAIS SOBRE DEPOIMENTO ORAL

Pelo presente documento, eu, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
CPF nº \_\_\_\_\_, declaro, ceder ao Centro de Memória do Esporte da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sem quaisquer restrições quanto aos seus efeitos patrimoniais e financeiros, a plena propriedade e os direitos autorais do depoimento de caráter histórico e documental que prestei ao Projeto Garimpando Memórias.

O Centro de Memória do Esporte fica conseqüentemente autorizado a utilizar, divulgar e publicar, para fins culturais, o mencionado depoimento no todo ou parte, editado ou não, bem como permitir a terceiros o acesso ao mesmo para fins idênticos, com ressalva de sua integridade, indicação da fonte e autor.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do depoente

Centro de Memória do Esporte

(51)3308 5879  
Esef/UFRGS

## REFERÊNCIAS

CRESWELL, John W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 3ª ed. – Porto Alegre: Artmed, 2010.

**CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO, FISCULTURISMO E FITNESS – IFBB BRASIL**. Disponível em:

<[http://www.ifbbbrasil.com.br/pagina.aspx?id\\_institucional=41#](http://www.ifbbbrasil.com.br/pagina.aspx?id_institucional=41#)>. Acesso dia 07 de outubro de 2015, às 15h42min.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. - 5ª ed. - São Paulo: Atlas, 2010.

IFBBSC – **FEDERAÇÃO DE CULTURISMO DO ESTADO DE SANTA CATARINA**.

Disponível em:<http://www.ifbbsc.com.br/index.php/regras/culturismo-masculino-e-feminino.html>>. Acesso dia 10 de outubro 2015, às 14h28min.

MARCONI, Marina de Andrade. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisa, elaboração, análise e interpretação de dados** / Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. – 6. Ed. – São Paulo : Atlas, 2006.

SCHWARZENEGGER, Arnold. **Enciclopédia de fisiculturismo e musculação** /

Arnold Schwarzenegger : tradução Márcia dos Santos Dornelles; Jussara Burnier. – Porto Alegre: Artmed, 2001.

TADIN, Ana Paula; RODRIGUES, José Alceu E.; DALSOQUIO, Paulo, GUABIRABA, Zenaide R.; MIRANDA, Isabella Tamine Parra. **O Conceito de Motivação na Teoria das Relações Humanas**. *Revista de Ciências Empresariais*, Vol. 2, n.1, Maringá – PR, 2005.

GUIMARÃES NETO, Waldemar Marques. **Musculação: Anabolismo Total: treinamento, nutrição, esteroides anabólicos e outros ergogênicos.** - 8ª ed. - São Paulo: Phorte, 2007.

GUEDES, Dilmar Pinto, 1962 – **Musculação: Estética e Saúde Feminina.** – 3ª ed. – São Paulo: Phorte, 2007.

HANSEN, Roger; VAZ, Alexandre Fernandes. **TREINO, CULTO E EMBELEZAMENTO DO CORPO: UM ESTUDO EM ACADEMIAS DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO.** Rev. Bras. Cienc. Esporte, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152, set. 2004.

PARISOTTO, Carolina Dias. **RELAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E A INSATISFAÇÃO COM A AUTOIMAGEM EM MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO.** ESEF/UFRGS. Porto Alegre, 2011.

JAEGER, Angelita Alice. **Mulheres atletas da potencialização muscular e a construção de arquiteturas corporais no fisiculturismo.** UFRGS. Porto Alegre, 2009.

NEVES, Thiago Gonçalves. **Os primórdios do halterofilismo e do fisiculturismo no Brasil.** UFRGS. Porto Alegre, 2012.

PEREIRA, Caroline Possoli. **Percentual de gordura e a percepção da imagem corporal de mulheres praticantes de musculação.** UNESC. Criciúma, junho, 2013.

LESSA, Patrícia; OSHITA, Tais Akemi Dellai; VALEZZI, Mônica. **Quando as mulheres invadem as salas de musculação: aspectos biossociais da musculação e da nutrição para mulheres.** CESUMAR. Jul./Dez. 2007, v. 09, n.02, p. 109-117

BOTELHO, Flávia Mestriner. **Corpo, risco e consumo: uma etnografia das atletas de fisiculturismo**. Revista Habitus: revista eletrônica dos alunos de graduação em Ciências Sociais - IFCS/UFRJ, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 104-119, jul. 2009.

JAEGER, Angelita Alice; GOELLNER, Silvana Vilodre. **O MÚSCULO ESTRAGA A MULHER? A PRODUÇÃO DE FEMINILIDADES NO FISCULTURISMO**. Estudos Feministas, Florianópolis, setembro-dezembro/2011.

ADELMAN, M. Mulheres Atletas: re-significações da corporalidade feminina. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 11, n. 2, p. 360, jul.-dez. 2003.

.ARAÚJO, R. L. et. al. Utilização de Suplemento Alimentar e Anabolizante por Praticantes de Musculação nas cidades de Goiânia – GO. **RBCM**, Brasília, v. 10, n. 3, p. 13-18. 2002.

BRAGA, M. A. **Uso de Testosterona como Esteróide Anabólico**. (Trabalho de Conclusão de Curso). São João Da Boa Vista – SP: Centro Universitário Da Fundação De Ensino Octávio Bastos, 2005.

LOURO, G. L. **Gênero, Sexualidade e Educação: uma perspectiva pós-estruturalista**. Petrópolis: Vozes, 2001.



